

## Couscous-Salat á la Prima Casa Lörrach

Gemüsebrühe aufkochen lassen und den Couscous damit übergießen. 10 Minuten ziehen lassen.

Bei Bedarf Brühe nachgießen.

In der Zwischenzeit das Gemüse und die Kräuter waschen und schneiden.

Tomatenmark, Currypaste, Essig, Öl und Sojasoße mit dem Couscous vermengen (geht am besten mit den Händen). Gemüse unterheben und mit Salz, Pfeffer, Chilipulver, Kreuzkümmel und etwas Zucker würzen. Abschließend mit Petersilie und Schnittlauch oder Zwiebellauchgrün verfeinern. Guten Appetit!

Zutaten für 4 Personen

250 g Couscous  
250 ml Gemüsebrühe  
2 Paprika  
1 Dose Mais  
4 Lauchzwiebeln  
evtl. eine halbe Gurke  
1 EL Tomatenmark  
1 EL Currypaste  
2 EL Essig  
3 EL Olivenöl  
2 EL Sojasoße  
Salz u. Pfeffer  
Chilipulver  
Kreuzkümmel  
Zucker  
Petersilie

Ein Rezept von

**PRIMA  
CASA**



### BIOLADEN LÖRRACH

Filiale Marktplatz Lörrach  
Marktplatz 5  
79539 Lörrach  
Tel.: +49 (0) 76 21 | 49 22 4  
Fax +49 (0) 76 21 | 170 953

## Primacasa Lörrach – ECHT BIO –

- natürlichen, biologisch und nachhaltigen Genuss
- faire Handelsbeziehungen vom Erzeuger bis zum Kunden
- möglichst sinnvolle Transportwege
- eine gute und freundliche Beratung und viel Service durch unser motiviertes Team

### BIOMARKT TUMRINGEN

Biomarkt Mühlestr. 6-12  
79539 Lörrach  
Tel.: +49 (0) 76 21 | 914 155 0  
Fax +49 (0) 76 21 | 914 155 1

Sie haben sicher einen guten Grund, warum Sie bei uns einkaufen! Vielleicht auch mehrere? Schließlich gibt es viele Gründe!

Möglicherweise ist es der besonders gute Geschmack der Lebensmittel, die hohe Qualität naturbelassener Produkte? Vielleicht ist Ihnen die ökologische und zukunftsweisende Landwirtschaft ein Anliegen und die artgerechte Tierhaltung. Oder der faire, partnerschaftliche Handel mit Menschen aus benachteiligten Weltgegenden liegt Ihnen am Herzen? Eventuell haben Sie gesundheitliche Gründe? Oder kaufen bei uns ein, weil wir gerade so praktisch auf Ihrem Weg liegen und genau das Produkt führen, das es sonst nirgends gibt? Vielleicht finden Sie uns einfach sympathisch und fühlen sich wohl in unserem Geschäft oder Bistro?

Was auch immer Ihre Beweggründe sind, Sie sind uns in jedem Fall willkommen!



# Strom



# Gas



# Energielösungen



▶ [www.naturenergie.de](http://www.naturenergie.de)



## NaturEnergie

von Energiedienst