

Couscous salade



Couscous vult goed, dus deze salade is een lichte maaltijd op zich.

Maak je eigen dressing met wat je nog in de kast hebt staan of wat je lekker vindt.

Neem je salade en dressing mee in onze saladebox Ellipse inclusief mini box.



2p 20m

INGREDIËNTEN

400 ml Rude Health

Oat Drink

120 gram couscous

1 aubergine

1 courgette

1 rode paprika

1 eetlepel olijfolie

1 eetlepel ahornsiroop

1 theelepel kurkuma

DRESSING

1 eetlepel ahornsiroop

(maple syrup)

het sap van 1 citroen

1 theelepel chilivlokken



ZO MAAK JE DE COUSCOUS SALADE

- 1 • Kook de couscous in de Rude Health Oat Drink zoals ze uitleggen op de verpakking.
- 2 • Snij de aubergine, courgette en de paprika in stukken. Sprengel de olijfolie erover.
- 3 • Verwarm je grill voor, en grill dan alle groente een paar minuten aan beide kanten.
- 4 • Haal de stukken groente uit de grill en snij ze in kleinere en hapklare stukjes.
- 5 • Roer de ahornsiroop en de kurkuma door de romige couscous.
- 6 • Serveer de couscous met de groente samen op een groot bord.
- 7 • Meng de ingrediënten voor de dressing en hussel het door de salade.

Dit recept is tot stand gekomen in samenwerking met Rude Health.