

Frühlings-Bowl mit Lachs



Zutaten:

200g frischen Wildlachs, 3 Eier, 150 g Couscous, 6 Radieschen, 2 Stange(n) Sellerie, 1 Avocado, 6 Cocktailtomaten, 100 g Rucola, 50g Kichererbsen, 70 g Feta

Für das Dressing: 2 EL Olivenöl, 3 EL Balsamicoessig, 1 Zitrone (Saft), 1 TL Salz, 1 Prise Pfeffer

Zubereitung:

Eier in 7 Minuten hart kochen. Couscous mit heißem Wasser übergießen und zugedeckt 10min quellen lassen. Den Lachs kurz anbraten, Radieschen, Sellerie und Avocado in Scheiben schneiden, die Cocktailtomaten halbieren. Rucola waschen und die vorgekochten Kichererbsen waschen.

Für das Dressing Olivenöl, Balsamicoessig, Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermengen.

Den Rucola in eine Schüssel geben. Couscous, Gemüse, Fisch, Kichererbsen und die Eier darauf verteilen. Das Dressing darüber geben und den Feta über die fertige Bowl bröseln.

Gutes Gelingen 😊