



Pressemitteilung

In fünf Minuten zur Sommer-Bowl

Die neuen Couscous-Salate der Bohlener Mühle verbinden schnelle Zubereitung mit hochwertigen Bio-Zutaten und einer Extraportion Ballaststoffen – perfekt für Grillabende, den Lunch oder für unterwegs



Bohlsen, 01.04.2026: Ein warmer Sommerabend, spontaner Besuch – und die Küche bleibt entspannt. Für genau solche Momente hat die Bohlener Mühle ihre neuen Couscous-Salate aus hochwertigen Bio-Zutaten entwickelt. Die Sorten Tomate, Bohne, Garten und Curry sind in nur fünf Minuten angerichtet und reichen geschmacklich von mild-fruchtig bis aromatisch-würzig. Kombiniert mit ein paar frischen Zutaten werden sie im Handumdrehen zur individuellen Sommer-Bowl.

Dass schnelle Gerichte gefragt sind, zeigt auch eine aktuelle Verbraucherbefragung: Für rund 60 Prozent der Menschen spielt die Zubereitungszeit beim Kochen eine wichtige Rolle – viele möchten weniger als 30 Minuten in der Küche stehen (YouGov Germany Convenience Food Report 2025).

Vier abwechslungsreiche Sorten – von Tomate bis Curry

Die neuen Couscous-Salate der Bohlener Mühle greifen diesen Wunsch nach unkomplizierter Küche auf. Vier sommerliche Sorten sorgen für Abwechslung auf dem Teller. Der Couscous-Tomaten-Salat ist etwas für Fans mediterraner Kräuter und fruchtiger Tomaten. Wer es würziger mag, greift zum Couscous-Bohnen-Salat mit Kidneybohnen und pikanten Gewürzen. Der milde Couscous-Garten-Salat kombiniert feine Kräuter mit knackigen Karottenstückchen, während der Couscous-Curry-Salat mit



roten Linsen und Curry eine leicht exotische Note mitbringt. Die Salate lassen sich mit frischen Zutaten wie Oliven, Paprika, Trauben oder Feta einfach ergänzen und nach eigenem Geschmack verfeinern.

Couscous aus Bio-Hartweizen, reich an Ballaststoffen

Die Mischungen aus Bio-Couscous, teilweise ergänzt durch Bulgur, sind eine natürliche Ballaststoff- und Proteinquelle und lassen sich vielseitig verwenden – ob als schnelle Mahlzeit, als Beilage zum Grillen oder für Bowls und Wraps. Für ihren Couscous setzt die Bohlener Mühle auf Bio-Hartweizen und bleibt damit bei einer vertrauten, klassischen Rezeptur. Das passt zum Wunsch vieler Verbraucherinnen und Verbraucher nach einfachen, natürlichen Zutaten – und zeigt, wie gut eine schnelle Zubereitung und eine vollwertige, ausgewogene Mahlzeit zusammengehen.

Sommerliche Rezeptideen unter <https://bohlener-muehle.de/rezeptideen> – oder per QR-Code auf der Verpackung mit Informationen zu Zutaten, CO₂-Fußabdruck und Recycling.

Die Couscous-Salate Tomate, Bohne, Garten und Curry sind seit März 2026 im Handel erhältlich. 165 g, UVP 2,49 Euro.

Text und druckfähiges Bildmaterial unter: <https://news.cision.com/de/bohlener-muehle>

Pressekontakt:

Bohlener Mühle GmbH & Co. KG

Barbara Vieths (Unternehmenskommunikation), +49 (0) 58 08 / 9 87 - 776

b.vieths@bohlener-muehle.de

Unterstützt durch:

modem conclusa gmbh

Manuela Jagdhuber, jagdhuber@modemconclusa.de | Mobil: +49 174 575 87 30

Über die Bohlener Mühle:

Die Bohlener Mühle zählt zu den Pionieren der Biobranche. Seit 1979 wirtschaftet das Unternehmen nachhaltig und setzt konsequent auf 100 Prozent Bio. Der Anspruch, zukunftsfähig und verantwortungsvoll zu handeln, ist ein wesentlicher Bestandteil der Unternehmensphilosophie. Die Achtung vor der 700 Jahre alten Mühlengeschichte, die Verbundenheit zur Region und die Überzeugung, durch nachhaltiges Wirtschaften Wertvolles zu schaffen, prägen das Unternehmen bis heute. Rund 250 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten in der Wassermühle, der handwerklichen Frischebäckerei, in der Produktion von Müslis, Snäckebröten, Keksen und Fertiggerichten sowie in der Verwaltung. Gemeinsam setzen sie sich für mehr Vielfalt auf dem Acker und auf dem Teller ein. Das umfassende Bio-Produktsortiment der Bohlener Mühle ist im Naturkostfachhandel, im gut sortierten Lebensmitteleinzelhandel sowie im eigenen Webshop erhältlich.