

Taboulé Orange

Nombre de personnes : 6

Temps de préparation : 1 heure

Ingrédients :

- SEMOULE (COUSCOUS)	400g
- TOMATES CONFITES	6-8
- POIVRON(S) ROUGE(S)	1
- CITRON(S)	1
- ORANGE(S)	2
- CAROTTE(S)	200g râpées
- RAISINS SECS	3-4 c à soupe
- MENTHE FRAICHE	10-15 feuilles
- HUILE D'OLIVE	12 cl
- CURCUMA	1 c à café
- SEL	
- POIVRE	



Recette :

- Faites tremper les raisins secs dans un peu d'eau tiède.
- Coupez le poivron en petits dés.
- Pelez et râpez les carottes.
- Faites cuire la semoule le temps nécessaire dans de l'eau salée avec un peu d'huile d'olive.
- Lorsque l'eau est toute absorbée, ajoutez quelques noisettes de beurre et égrainez la semoule avec un fourchette en intégrant les raisins secs égouttés, les carottes râpées et le poivron. Intégrez le curcuma, sel et poivre. Mélangez bien pour répartir les épices.
- Pressez le citron et une orange.
- Passez au hachoir le jus obtenu avec l'huile, sel, poivre et les feuilles de menthe entière.
- Versez ce mélange sur la semoule refroidie et homogénéisez.
- Pelez et coupez l'orange restante en dés puis ajoutez-les délicatement au taboulé.
- Conservez au frais (frigo) jusqu'au moment de servir.