

Taboulé à l'Avocat

Nombre de personnes: 6

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- SEMOULE (COUSCOUS)	300g
- EAU	420 ml
- HUILE D'OLIVE	2 c à soupe
- BEURRE	3 noisettes
- CAROTTE(S)	3
- CITRON(S)	le jus d'1
- CITRON(S) VERT(S)	le jus d'1
- PIMENT DE CAYENNE	2 pincées
- RAISINS SECS	3 c à soupe
- AVOCAT(S)	2
- MENTHE FRAICHE	20 feuilles
- NOIX DE PÉCAN	qq.
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Faites bouillir l'eau avec du sel et l'huile. Retirez du feu et versez la semoule. Couvrez. Laissez infuser quelques minutes puis ajoutez le beurre. Egrainez ensuite à l'aide d'une fourchette et laissez refroidir.
- Pelez et râpez les carottes.
- Pressez le citron et le limon.
- Dans un grand plat creux, placez les carottes râpées avec le jus des citrons et les raisins secs. Mélangez.
- Pelez et coupez en dés les avocats. Intégrez-les dans le plat creux. Mélangez.
- Ciselez la menthe.
- Concassez quelques noix de pécan.
- Ajoutez le tout ainsi que la semoule et le piment dans le plat et homogénéisez bien le tout.
- Salez et poivrez généreusement.
- Couvrez d'un film alimentaire et réservez au frigo jusqu'au moment de servir.
- Dressez en emporte-pièce et garnissez d'une noix de pécan entière.