

Taboulé aux Agrumes

Nombre de personnes: 8

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- Semoule (Couscous)	350g
- Huile d'Olive	
- Beurre de cuisson	1 noix
- Oranges	2
- Citrons	1
- Pamplemousses	1
- Pommes Gala	½
- Concombre	½
- Menthe Fraiche	15-20 feuilles
- Tomates Cerises	6-8
- Sel	
- Poivre	



Recette:

- Faites chauffer 500 ml d'eau salée avec un peu d'huile. Lorsque l'eau bouillon, retirez du feu et ajoutez la semoule. Couvrez quelques minutes.
- Ajoutez ensuite le beurre de cuisson sur la semoule en petits morceaux. Couvrez encore 1 minute.
- Egrainez ensuite la semoule à l'aide d'une fourchette et transvasez dans un grand saladier. Laissez refroidir complètement puis réservez au frigo. Egrainez encore à la fourchette si nécessaire.
- Pressez le citron et 1 orange. Versez ce jus sur la semoule avec 2 c à soupe d'huile d'olive. Remuez délicatement.
- Pelez à vif l'orange restante et le pamplemousse puis coupez en dés. Intégrez le tout dans la semoule.
- Pelez la pomme et le concombre. Coupez également en dés et ajoutez également à la semoule.
- Mélangez le tout. Assaisonnez de sel et poivre.
- Ciselez les feuilles de menthe et déposez sur le sommet.
- Coupez les tomates cerises en 4 et déposez-les également dans le saladier.
- Filmez et réservez au frais.
- Servez bien frais.

Remarque:

En accompagnement de grillades.