



Graine de Couscous (recette légère)

Une recette de Lucullent ! Testé (et mangé) pour vous...

Graine de Couscous (recette légère)

Quantité : pour 6 personnes - Durée totale : 1 heure 10 minutes

Ingrédients

- 500 g de semoule de couscous
 - 3 dl d'eau
 - sel
-

Préparation

1. Mouiller la semoule avec l'eau froide préalablement salée, en mélangeant avec une fourchette.
 2. Laisser gonfler pendant quelques minutes.
 3. Égrener avec la fourchette, ou avec les doigts.
 4. Mettre la semoule dans le panier haut d'un couscoussier ou d'une marmite à vapeur remplie d'eau.
 5. Laisser cuire pendant 1 heure, en égrenant de temps en temps avec la fourchette.
-

Remarques ou suggestions

- Aromatiser la semoule à la fin de la cuisson avec 1 cuillère à café de cumin en poudre.
 - Ajouter 2 cuillères à soupe de raisins secs préalablement trempés dans de l'eau chaude.
-

Publié par Lucullent le 27 septembre 2010. Dernière modification le 17 septembre 2012.