

## Taboulé occidental

---

Quantité : pour 12 personnes - Préparation : 30 minutes - Durée totale : 1 heure 15 minutes

---

### Ingrédients

- 1,5 kg de tomates
  - 500 g semoule de couscous moyenne
  - 1 poivron
  - 1 oignon
  - 1 bouquet de menthe fraîche
  - 1/2 bouquet de persil
  - 2 ou 3 citrons
  - 1 dl d'huile d'olive
  - 20 olives noires à la grecque
- 

### Préparation

1. Éplucher et hacher finement l'oignon.
2. Dénoyer et hacher les olives.
3. Ébouillanter, peler et couper les tomates en très petits dés.
4. Rincer et couper le poivron en très petits dés.
5. Rincer et hacher la menthe et le persil.
6. Mettre dans un grand saladier les tomates, le poivron, l'oignon, les olives, la menthe et le persil.
7. Presser les citrons.
8. Rajouter le jus des citrons, l'huile d'olive et la semoule aux légumes. Mélanger.
9. Laisser reposer pendant 45 minutes pour que la semoule gonfle, en remuant de temps en temps. Éventuellement, si les tomates ne sont pas très juteuses, rajouter un peu d'eau.
10. Mettre au frais avant de servir.

*Publié par Lucullent le 6 novembre 2009. Dernière modification le 1 novembre 2012.*