



Taboulé healthy

Temps de préparation

30 min à 1h

Difficulté

Moyenne



Ingrediënten

2 tasses de couscous
2 1/2 décilitres de bouillon de poule (bouillant)
2 citron vert (jus)
persil plat (ciselé)
de menthe fraîche (ciselée)
coriandre (ciselée)
1 oignon rouge
1 piment espagnol
sel et poivre

Bereidingswijze

- 1.** Mettez le couscous dans un plat peu profond. Arrosez-le de bouillon de poule et du jus de citron vert. Couvrez et faites cuire un quart d'heure. Égrainez délicatement la semoule à l'aide d'une fourchette.
- 2.** Ciselez très finement le persil plat, la menthe et la coriandre.
- 3.** Émincez très finement l'oignon rouge et le piment espagnol. Ajoutez le couscous et mélangez bien. Salez et poivrez.