

Salade de couscous

Bedon Gourmand

Ingrédients

- 1 oignon, haché finement
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail, hachée
- 1 1/2 tasse de bouillon de poulet
- 1 1/2 tasse de couscous
- 1 boîte de 398 ml (14 oz) de pois chiches, rincés et égouttés
- 1 poivron rouge, épépiné et coupé en dés
- 2 concombres libanais non pelés, coupés en dés
- 1/2 tasse de fromage feta, émietté
- 1/2 tasse de persil frais ciselé
- Sel et poivre

Préparation

1. Dans une grande poêle antiadhésive, cuire l'oignon dans l'huile à feu moyen jusqu'à ce qu'il commence à dorer. Ajouter l'ail et cuire 2 minutes. Saler et poivrer. Ajouter le bouillon et porter à ébullition.
2. Ajouter le couscous et bien mélanger. Couvrir, retirer du feu et laisser gonfler 5 minutes. À l'aide d'une fourchette, défaire les grains de couscous. Laisser tiédir.
3. Dans un grand bol, déposer le reste des ingrédients. Ajouter le couscous. Bien mélanger. Rectifier l'assaisonnement.

Préparation: 25 minutes

Cuisson: 20 minutes

Portions: 4 à 6

Source: Mon premier livre de recette de Ricardo