COUSCOUS VéGéTARIEN



Préparez le bouillon avec oignons, tomates, carottes, navets, courgettes, pois chiches, épices (ras el hanout, cumin). Laissez mijoter 40 minutes. Servez sur la semoule cuite.

Infos

- **Temps de préparation**: 20 mins
- **Temps de cuisson**: 45 mins
- **Portions**: 6 personnes

Ingredients

- 400g de semoule de couscous
- 3 carottes en tronçons
- 2 navets en morceaux
- 2 courgettes en tronçons
- 1 boîte de pois chiches (400g)
- 2 oignons émincés
- 2 tomates
- Ras el hanout, cumin
- Huile d'olive, harissa

Préparation

Etape 1
Faites revenir oignons, ajoutez tomates, épices et eau. Ajoutez carottes et navets. Après 20 min, ajoutez courgettes et pois chiches 15 min.

Etape 2
Préparez la semoule à l'eau bouillante. Servez avec les légumes et le bouillon. Harissa à côté.