



COUSCOUS PERLÉ AUX LÉGUMES GRILLÉS, LABNEH ET BEURRE AU CURCUMA

INGREDIENTS

2 courgettes
2 échalotes
250g de tomates cerises
jaunes et rouges
4cc de coriandre moulue
40g de beurre
4cc de curcuma
2 gousses d'ail
1 piment rouge
335g de couscous perlé
2 bouillons cubes
120g d'abneh (sorte de
yaourt libanais, on en
trouve chez Grand frais)
1/2 citron
1 bouquet de coriandre
fraîche
1/2 bouquet de menthe
40g de pistaches

Préchauffer le four à 210° en position grill.

Couper les courgettes en longueur, puis en gros bâtonnets. Éplucher les échalotes et les couper en 8. Couper les tomates cerises en 2.

Disposer les légumes sur une plaque de cuisson. Arroser d'huile d'olive, de coriandre moulue. Saler et poivrer et bien mélanger. Enfourner 20min.

Mettre le beurre à fondre, ajouter le curcuma en poudre. Laisser infuser dans un petit bol.

Ciseler l'ail et le piment. Faire chauffer 1 filet d'huile dans une casserole.

Ajouter ail, piment et couscous perlé.

Remuer 1min à feu vif. Ajouter 700ml d'eau chaude et 2 bouillon cubes.

Laisser cuire 12min à feu doux et à couvert.

Dans un bol, mettre le labneh, le jus de citron, de la coriandre hachée, du sel et du poivre. Ciseler la menthe et concasser les pistaches.

Servir le couscous perlé garni de légumes grillés. Ajouter 1CS de beurre au curcuma, saupoudrer de pistache et de menthe et disposer 1CS de labneh sur le dessus.

Déguster.