

Salade de couscous feta et tomates: Idéale pour l'été !

RECETTES - REPAS - SALADES - VÉGÉTARIEN / VÉGANE



NOMBRE DE PORTION : 6

TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MIN

TEMPS DE CUISSON : 5 MIN

TEMPS DE REPOS : 1H

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 1 ½ tasse de couscous
- 1 ½ tasse de bouillon de poulet
- 1 gousse d'ail, hachée
- 1 c. à table (15 ml) d'huile d'olive
- 1 tasse de pois chiches en conserve, rincés et égoutés
- 2 tasses de tomates raisins coupées en deux
- ½ tasse de tomates séchées dans l'huile hachées finement
- 1 tasse de fromage feta émietté ou coupé en petits dés
- 2 oignons verts hachés finement
- 3 c. à table (45 ml) (ou plus au goût) de jus de citron
- 2 c. table (30 ml) d'huile d'olive
- Basilic frais haché au goût
- Quartiers de citron
- Sel et poivre

Préparation

1. Porter à ébullition le bouillon de poulet;
2. Retirer du feu et incorporer le couscous. Couvrir et laisser gonfler le couscous 5 minutes;
3. Dès que le couscous est gonflé, ajouter 1 cuillère à table d'huile et le défaire à l'aide d'une fourchette. Ajouter l'ail haché, bien mélanger et transvider le couscous dans un grand bol.

Refroidir complètement;

4. Une fois le couscous refroidi, ajouter le reste des ingrédients dans le bol et bien mélanger. Saler, poivrer et ajouter un peu d'huile d'olive si nécessaire;
5. Au moment de servir, garnir de basilic frais et d'un quartier de citron.