



Plats d'accompagnement

Autre

## **Taboulé de couscous perlé et amandes croustillantes**

**Pour 4 personnes.**

### **Ingrédients**

225 grammes de couscous (perlé)  
30 grammes d'amandes effilées  
200 grammes tomates cerise (coupées en deux)  
1 poignée de menthe (ciselée)  
1 citron vert (le jus et le zeste)  
1 poignée de persil (ciselé)  
1 gousse d'ail (pressée)  
1 poignée d' aneth (ciselé)  
1 oignon rouge (émincé)  
1 piment (émincé)  
huile d'olive  
poivre  
sel

### **Méthode de préparation**

Faites cuire le couscous perlé selon les indications sur l'emballage. Égouttez-le, rincez-le à l'eau froide et laissez refroidir.

Faites ensuite dorer les amandes effilées à sec dans une poêle jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes. Réservez.

Chauffez 1 cuillère à soupe d'huile d'olive dans une poêle et faites blondir l'oignon rouge émincé, la gousse d'ail pressée et le piment rouge haché jusqu'à ce qu'ils soient tendres et dégagent leurs arômes. Ajoutez les tomates cerises coupées en deux et faites-les revenir brièvement jusqu'à ce qu'elles ramollissent légèrement.

Dans un grand saladier, versez le couscous perlé refroidi, les tomates poêlées, les herbes fraîches, le jus et le zeste de citron vert, salez et poivrez. Mélangez délicatement. Arrosez d'huile d'olive et parsemez d'amandes effilées rôties.

