

Couscous aux amandes et champignons en salade

Ingrédients pour 6 personnes

Couscous

3 verre semoule de couscous

3 verre eau salée

3 c. à soupe gomasio

3 c. à café poudre d'amandes

Salade

1 kg champignons de Paris

3 c. à soupe huile d'olive

1 gousse d'ail

1/2 citron

3 c. à café herbes de Provence

sel et poivre

Faire chauffer l'eau salée jusqu'à ébullition. La verser sur le couscous placé dans un plat. Laisser gonfler sous un couvercle.

Couper les champignons en lamelles et les faire revenir à feu vif dans une poêle avec l'huile d'olive. Eteindre dès qu'ils rendent un peu d'eau. Verser dans un saladier, ajouter l'ail écrasé, le sel, le poivre, le jus de citron et les herbes.

Le couscous gonflé, dissocier les grains avec une fourchette, ajouter le gomasio et la poudre d'amandes.

Servir séparément le couscous aux amandes et la salade aux champignons encore tiède.

Classification: végétarien (plat), automne (saison), facile (difficulté), 2/3 (toques), A imprimer

Origine: Assiettes végétariennes et plats uniques -

Valérie Cupillard

Date: 23.02.2008

Enregistré par: démo