

TABOULÉ MAISON

- 240 g de semoule de blé dur
- 2 tomates cœur de bœuf
- ½ concombre
- 4 c. à s. de raisins secs
- 3 c. à s. de jus de citron
- 5 c. à s. d'huile d'olive
- 15 cl d'eau
- 2 oignons cébettes
- Persil
- Feuilles de menthe fraîche
- Sel et poivre du moulin

Dans un cul de poule verser la semoule de blé dur.

Laver et découper la chair des tomates en petits dés en gardant le jus.

Eplucher le ½ concombre et le découper en deux dans le sens de la longueur. Retirer le centre avec une cuillère parisienne et découper le reste en petits dés.

Ciseler finement les oignons cébettes, le persil, la menthe et ajouter le tout à la semoule.

Ajouter les raisins secs, l'huile d'olive, le jus de citron et l'eau. Saler, poivrer et bien mélanger l'ensemble.

Filmer et laisser pendant 12 heures au réfrigérateur.

Servir bien frais.

