

# TABOULÉ AUX RAISINS ET AUX ABRICOTS SECS

Avril 2003 (Actualisé en juillet 2017)

## Ingrédients (6 personnes) :

- ★ 250 g de couscous précuit grain moyen
- ★ 2 oignons blancs nouveaux
- ★ 3 à 4 tomates fermes
- ★ 50 g de raisins de Corinthe blonds secs
- ★ 50 g d'abricots secs
- ★ 4 brins de menthe fraîche
- ★ 4 brins de persil
- ★ 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ★ 1 citron jaune
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Casserole, 2 Bols, Passoire, Saladier, Film alimentaire

Préparation : 20 mn

Macération : 30 mn

Repos : 2h00

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 3,10 € (soit 0,52 € par personne)



## Recette :

Porter 50 cl d'eau à ébullition dans une casserole. Verser le couscous dans un saladier, recouvrir avec 25 cl d'eau chaude et laisser gonfler 30 minutes à couvert. Mettre les raisins et les abricots coupés en dés dans un bol et recouvrir avec le reste d'eau chaude, laisser réhydrater à couvert 30 minutes. Laver et couper en quatre les tomates, éliminer la pulpe et les pépins, détailler en petits dés. Presser le citron à travers une passoire dans un bol pour éliminer les pépins. Ciseler finement le persil et la moitié de la menthe. Émincer les oignons. Égoutter les fruits secs.

Aérer le couscous à l'aide d'une fourchette, arroser du jus de citron et de l'huile, saler légèrement, poivrer, ajouter les dés de tomates, les herbes ciselées, les fruits secs et les oignons hachés. Bien mélanger, filmer et laisser reposer 2 heures au réfrigérateur avant de consommer. Décorer avec des sommités de menthe au moment de servir.

## Boisson :

Un rosé de Provence servi à 10°C. (\*)

(\*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.