

# Taboulé

## **Ingrédients pour 4 personnes :**

1 oignon doux de Lézignan la Cèbe  
3 poivrons ou 6 demi poivrons de couleurs différentes : rouge, vert, jaune, blanc, orange, violet  
3 tomates  
Le jus de 4 citrons  
3 cuillères à soupe d'huile d'olive  
Sel  
Poivre  
Menthe  
150 g de graine de couscous moyennes  
20 cl d'eau

## **Préparation :**

Couper les poivrons et l'oignon en brunoise très fine.

Peler, épépiner les tomates, les détailler en brunoise et ajouter aux poivrons et oignon.

Mettre la semoule.

Presser les citrons, ajouter le jus à la préparation.

Ajouter l'huile d'olive, le sel et le poivre et enfin l'eau. Mélanger.

Laisser au frais 2 heures en aérant les graines de temps en temps avec une fourchette.

Ajouter la menthe ciselée.

<http://deliceyes.over-blog.org>