

Taboulé-menteur au chou-fleur

Ingrédients :

chou-fleur
jus de citron
huile d'olive
menthe
persil
coriandre
ciboulette
1 oignon haché
2 grosses tomates concassées
une poignée de raisins secs
pignons

Préparation :

Pour la base : séparer les bouquets de chou-fleur, les laver, les égoutter, et les râper le plus finement possible (garder le tronc et voir la recette de soupe au tronc de chou-fleur).

Poser la semoule obtenue sur un linge fin dans le compartiment perforé du cuiseur-vapeur, saupoudrer de sel et cuire sans couvrir pendant environ 5 minutes. Arroser de jus de citron et d'huile d'olive.

Le taboulé : ciseler la menthe, le persil, la coriandre et la ciboulette.

Verser le jus d'un citron, ajouter un oignon haché, les tomates concassées, les raisins secs. Mélanger le tout avec le chou-fleur en semoule, laisser mariner quelques heures et, au dernier moment, compléter avec quelques pignons.