



## Couscous Véggie

Pour 8 personnes: 400g de pois chiches cuits

500g de potimarron égrainé, coupé en tranches de 1 cm d'épaisseur

400g de navets épluchés, coupés en 4

4 moyennes carottes coupées en tronçons de 3 cm

70g de concentré de tomate

1 oignon émincé

3 càs de ras el-hanout (cumin, gingembre, curcuma, cannelle, poivre, coriandre, piment, muscade, clou de girofle)

1 càc de harissa

2 cubes de bouillon de légumes

2 càs d'huile d'olive

2 càs de raisins secs (facultatif)

200 à 300g de semoule de couscous

- 1) Faire chauffer l'huile dans une cocotte puis faire revenir l'oignon avec les épices.
- 2) Ajouter les navets, carottes, potimarron, concentré de tomates, raisins secs, harissa et cubes de bouillon.
- 3) Couvrir d'eau et laisser mijoter 20 minutes à feu moyen.
- 4) Vérifier la cuisson des légumes, prolonger si nécessaire, puis ajouter les pois chiches et laisser mijoter 10 minutes.
- 5) Mettre la semoule dans un saladier, arroser de 4 à 5 louches de bouillon puis couvrir et laisser gonfler 5 minutes.
- 6) Servir avec les légumes et de la harissa supplémentaire si besoin.

Source : Juste une casserole veggie,  
Sabrina Fauda-Rôle, Marabout