

LA RECETTE DE MAI

Taboulé maison



Ingrédients :

- ½ concombre
- 200g de tomate
- ½ oignon rouge
- 140g de semoule cru
- Menthe et persil
- Jus de citron
- 2 oeufs durs
- Un fond d'eau

Préparation :

1. Coupez les légumes en petits morceaux
2. Mélangez tous les ingrédients (sauf les oeufs)
3. Fais reposer au moins 2 heures au réfrigérateur (ne pas cuire la semoule avant, elle va s'imbiber avec l'eau des légumes et le fond d'eau)
4. Ajoutez les œufs durs émiettés quand le taboulé est prêt



💡 Mon astuce perso

Ajoutez les épices de ton choix afin de rendre ce taboulé encore plus savoureux