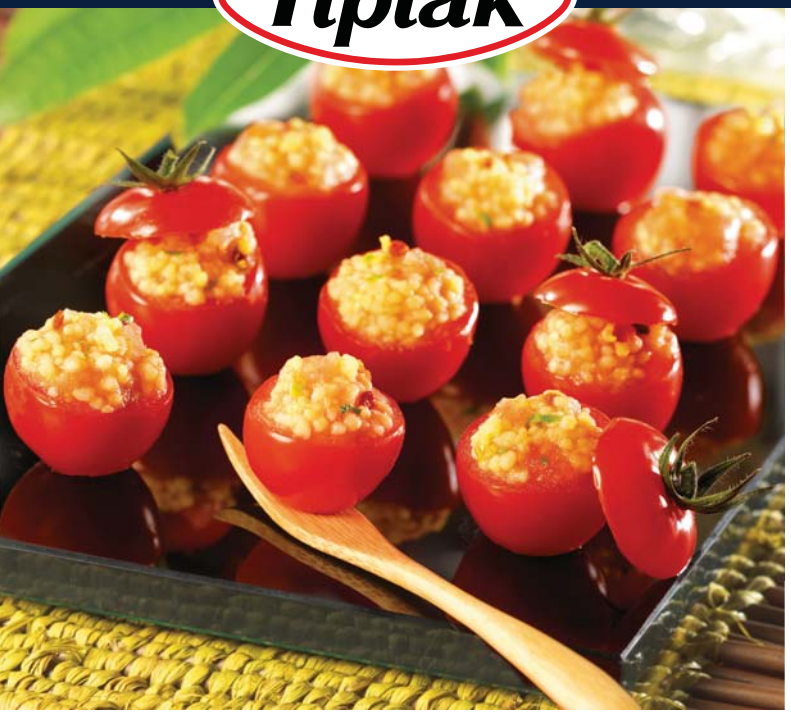

MINI TOMATES FARCIES AU COUSCOUS AUX EPICES

20 min.

INGRÉDIENTS

1/2 sachet de Couscous aux Épices TIPIAK

150 ml d'eau non salée

1 noix de beurre

1 vingtaine de tomates cerises

2 tomates

Sel, poivre

Quelques brins de persil

PRÉPARATION

1. Verser l'eau dans une casserole et porter à ébullition. Placer 1/2 sac de couscous dans un bol en verre. Verser l'eau bouillante dans le bol, ajouter le beurre, couvrir le bol avec une assiette et mettre de côté. Prendre les tomates cerises et couper le dessus. Réserver les dessus de tomates pour plus tard. À l'aide d'une cuillère, vider et réserver les graines et la pulpe des tomates. Découper les deux tomates en morceaux. Verser les morceaux de tomates et la pulpe/graines de tomates réservées, une pincée de sel et de poivre et quelques brins de persil dans le mélangeur. Mélanger le mélange pour atteindre une consistance liquide tout en conservant des morceaux. Enlever l'assiette du couscous et défaire légèrement avec une fourchette. Verser le mélange de tomates et le mélange avec le couscous. Remplir chaque tomate-cerise vidée avec le mélange tomate-couscous. Placer les dessus de tomates réservés sur le dessus de chacune.