

LE COUSCOUS ALGÉRIEN DES MAMANS DE MARIA ET DE RANIA

Ingrédients :

1 courgette, 1 carotte, 1 tomate, 1 pomme de terre, 1 oignon, potiron

1 Kg de semoule de blé fine

1 plaque de beurre

Concentré de tomate, purée de tomate

Pois chiches

Viande de bœuf

Epices : sel, poivre, gingembre, paprika

Ustensiles :

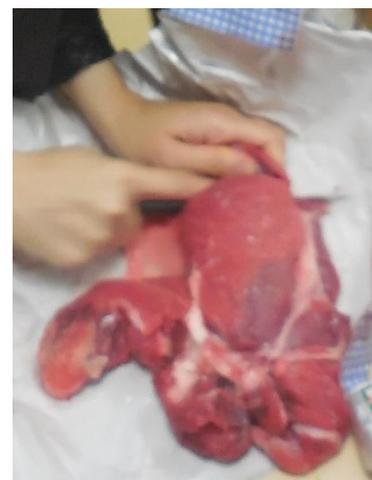
Couscoussière et plat à semoule



Eplucher et couper les légumes



Mettre les tomates et les oignons dans le mixeur.



Couper la viande en petits morceaux.



Faire revenir la viande avec de l'huile.



Mixer les tomates et les oignons.



Séparer les légumes : pommes de terre et carottes d'un côté, courgettes et potiron de l'autre.



Verser la semoule dans le plat



Ajouter de l'eau et de l'huile en égrainant la semoule.



Egrainer la semoule



La faire cuire 10 minutes et renouveler l'opération 3 fois



Ajouter le concentré de tomate à la viande, ainsi que les épices.



Ajouter les carottes et pommes de terre, faire cuire avant d'ajouter les courgettes et potiron.



Travailler la semoule avec le beurre.



Préparer le plat : semoule, puis légumes et viande.



Régalez – vous !

Bon appétit !

