



Couscous végétarien

Découvrez notre recette du couscous revisitée en version végétarienne. Pois chiches, carottes, courgettes, oignon, boulgour et le tour est joué ! Sans oublier les épices pour venir sublimer le plat.



Facile



2 personnes



20 min



15 min

Ingrédients pour 2 personnes

200g Boulgour
100g Pois chiches
Bonduelle
1 Carottes
1 Courgettes
1 Oignon
1 cube de Bouillon de légumes
Huile d'olive
1 cc de 4 Epices

Étape 1

Faites cuire le boulgour

Étape 2

Couper la carotte et la courgette en rondelles

Étape 3

Faites revenir dans une poêle les oignons puis ajouter la carotte et la courgette. Faites revenir à feu d'eau en y ajoutant un bouillon de légumes

Étape 4

Ajouter les pois chiches dans la poêle, puis les épices et la coriandre

Étape 5

Venez verser votre préparation sur votre boulgour cuit.