SALADE DE COUSCOUS & CLASSIC FALAFEL

INGRÉDIENTS

4 PORTIONS | 20 MIN | FACILE

1 paquet de Classic Falafel Garden Gourmet

200 g de couscous

100 g d'épinards frais

1 oignon nouveau

100 g de graines de grenade

Un peu de mélasse de grenade

4 càs d'huile d'olive extra vierge

1 càs d'harissa

Un peu de jus de citron

Un peu de menthe fraîche

Sel et poivre

Régale-toi avec cette salade de couscous accompagnée de nos Classic Falafel !

PRÉPARATION

1. Préparer la semoule

Du bout des doigts, mélange quelques cuillères à soupe d'huile d'olive dans le couscous non cuit. Verse de l'eau bouillante selon la recette sur l'emballage et laisse tremper un moment.

2. Préparer le couscous

Couper l'oignon de printemps en fines rondelles et quelques brins de menthe (feuilles). Détacher le couscous avec une fourchette et assaisonner avec le zeste de citron, le jus, le sel et le poivre et mélanger avec la ciboule, la menthe, les épinards et les graines de grenade.

3. Faire la vinaigrette

Mélanger la harissa avec la mélasse de grenade, le jus de citron et l'huile d'olive dans une vinaigrette.

4. Cuire les falafels et les répartir sur la salade

Faire dorer les falafels de tous les côtés selon les instructions sur le paquet. Mettre la salade dans un bol. Répartir les falafels dessus et arroser de vinaigrette. Garnir en plus d'oignons nouveaux émincés et de menthe.

RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR GARDENGOURMET.BE/FR