GOULASH DE LÉGUMES AVEC COUSCOUS & CLASSIC BALLS

INGRÉDIENTS

4 PORTIONS | 30 MIN | MOYENNE

1 paquet de Classic Balls Garden Gourmet

200 g de couscous perlé

2 poivrons rouges

1 poivron vert

1 gros oignon

1 gousse d'ail

700 ml de bouillon de légumes

2 boîtes de tomates en dés (environ 400 grammes chacune)

Un trait de crème (vegan)

2 càc de paprika fumé

1 petit bouquet de persil (pour la décoration)

Huile de cuisson

Prépare ce délicieux goulash végétarien avec nos Classic Balls Garden Gourmet et du couscous perlé !

PRÉPARATION

1. Faire revenir l'oignon, l'ail et le poivron

Couper l'oignon en demi-rondelles et hacher finement l'ail. Couper le poivron en lanières. Faire cuire le tout dans une poêle dans beaucoup d'huile pendant environ 10 minutes, saupoudrer de paprika en poudre et faire revenir doucement encore quelques minutes.

2. Faire le couscous

Ajouter le couscous et le bouillon et porter à ébullition. Laisser mijoter environ 8 minutes jusqu'à ce que le couscous soit juste cuit.

3. Ajouter les boulettes et la tomate

Incorpore les boules et ajoute les cubes de tomates. Porter à ébullition et laisser mijoter environ 5 minutes jusqu'à ce que les boulettes soient bien chaudes.

4. Terminer le plat

Assaisonner de sel et de poivre (si nécessaire). Incorporer un trait de crème au goulash et saupoudrer de persil grossièrement haché.

RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR GARDENGOURMET.BE/FR