

Couscous aux herbes et aux épices

Temps de préparation: 5 minutes

Temps de cuisson: 8-10 minutes

2 tasses de perles de couscous

3 c. à table d'huile d'olive

1/2 tasse d'oignons émincés

1 c. à table d'ail, haché

1 tasse de bouillon de légumes

1 tasse d'eau

1/16 c. à thé poudre de cardamome

1/16 c. à thé poudre de curcuma

1/16 c. à thé poudre de gingembre

1/16 c. à thé de coriandre

1/2 c. à thé poudre de paprika sucrée

1/16 c. à thé de cannelle en poudre

1/8 c. à thé flocons de piment rouge

1/16 c. à thé de poudre de cumin

1/4 c. à thé de sel

1/8 c. à poivre blanc

1 livre de tomates fermes, coupées en cubes

1/4 tasse de jus de citron fraîchement pressé



Appuyer sur le bouton SAUTÉ de l'Instant Pot. Chauffer l'huile. Faire sauter l'ail et l'oignon pendant 2 minutes. Ajouter les perles de couscous, le bouillon de légumes, l'eau, les épices, les tomates, sel et le poivre. Remuer. Cuire 5 min. sur MANUAL/PRESSURE COOK. Dépressuriser rapidement. Presser le jus de citron.

Traduit de : instant Pot Recipes : The best instant pot recipes available Kindle Edition