



Couscous perlées aromatisées

1 c. à table d'huile d'olive
2 feuilles de laurier (Tej Patta)
1/2 oignon gros haché
1 gros poivron rouge haché
1 tasse Carotte râpée
1 3/4 tasse de couscous perlée
2 tasses eau ou bouillon
1 c. à thé Sel ou au goût
1/2 c. à thé de Garam masala
1 c. à table Jus de citron
Coriandre pour garnir

Mode d'emploi

Chauffer l'instant pot en mode sauté et y ajouter l'huile d'olive.
Ajouter les feuilles de laurier et les oignons. Faire sauter pendant 2 minutes.
Ajouter les poivrons et les carottes. Faire sauter une minute de plus.
Ajouter le couscous, l'eau, le garam masala et le sel. Bien remuer.
Changer le réglage en mode manual/pressure cook pendant 2 minutes.
Lorsque l'ip émet un bip, faites un NPR de 10 minutes. Cela signifie que la pression doit être relâchée manuellement 10 minutes après le bip sonore.

Séparer/mélanger le couscous. Incorporer le jus de citron. Garnir de coriandre et servir chaud.

Notes

Préparer avec les légumes de votre choix. J'ai utilisé des poivrons, des carottes et des oignons, que j'avais à la maison. D'autres options sont le chou-fleur, le brocoli, l'edamame et les pois verts.

Si vous voulez, vous pouvez ajouter plus d'épices.