

Le couscous de Djida

Légumes :

1 poivron vert
1 poivron rouge
8 carottes
4 courgettes
3 branches de céleri
4 oignons
4 ails
500 gr pois chiche égouttés
500gr coulis de tomates

Semoule fine (2,5kg)

Paprika 1 grosse c à soupe
Coriandre 1 bouquet
Ras el hanout 1 grosse c à soupe
Gros sel 1 grosse c à soupe

viande :

bœuf (macreuse ou gîte), morceaux de
50gr, 1 par personne
Poulet (pilon) 1 par personne

Semoule fine (2,5kg) dans un grand saladier plat + sel + huile d'olive (2 c à soupe) + eau froide pour mouiller sans noyer = patouiller jusqu'à absorption de l'eau (semoule sèche)

Mettre de l'eau au fond du couscoussier pour cuisson vapeur, faire chauffer

Cocotte minute : fond d'huile pour faire revenir la viande

- Retirer le poulet avant s'ils cuisent ensemble
- Sinon poulet salé + filet d'huile, au four à 200° (300° pour préchauffage)

Couper les légumes séparément en tronçons

Mettre les oignons dans le jus de la viande dans cocotte

Ajouter céleri, poivrons, pois chiches, épices et sel

Recouvrir d'eau mettre 1 c concentré de tomate

Fermer et cuire au moins 40'

Mettre la semoule dans le couscoussier quand l'eau bout, faire un cône

Quand la vapeur sort du cône de graines cuire 20'

Puis recommencer le mélange au fouet (c'est chaud !) avec eau, sel, huile

Remettre à cuire 20' à la vapeur

Mouliner ail et coriandre

Ouvrir la cocotte minute et ajouter par étape les légumes d'abord les carottes 20' puis ouvrir

ajouter les courgettes 10'