



TABOULE A MA FAÇON

A savoir : vous pouvez le préparer le soir pour le lendemain. Il se conserve 2 jours au réfrigérateur.



Ingrédients pour 4 personnes : 150gr de boulghour (petits grains), 10 tomates cerise, 50gr de persil plat, le zeste râpé d'un demi citron, le jus d'un citron, 100ml d'huile d'olive vierge extra, 150ml d'eau, une poignée de raisins secs blonds, sel fin.

Lavez le persil, essorez-le, éliminez les tiges et hachez-le finement. Coupez les tomates en deux, puis mélangez tous les ingrédients. Couvrez et réservez au réfrigérateur pendant au moins 6 heures. Avant de servir, mélangez bien et dégustez.

<http://thatsamore.canalblog.com/>

2007-2014 ©That's Amore! Tous droits réservés.