

Boulgour à la sauce tomate piquante



Ingrédients :

- 1 verre de boulgour
- 2,5 verres d'eau
- 200 ml de coulis de tomate
- 1 boîte de champignons
- 1 cuillère à soupe de sauce piquante
- Thym
- Sel, poivre

Préparation :

Faites bouillir l'eau avec une pincée de sel. Ajoutez l'eau et laissez cuire 8 minutes. Une fois que le boulgour a absorbé pratiquement toute l'eau, retirez-le du feu et laissez-le encore gonfler 5 minutes.

Pendant ce temps, préparez la sauce tomate.

Faites chauffer le coulis de tomates et la sauce piquante dans une petite casserole. Au premier bouillon, ajoutez les champignons, le thym, salez et poivrez. Mélangez bien.

Ajoutez la sauce au boulgour et mélangez bien. Servez immédiatement !