

Ingrédients

1 tasse de jus d'orange
1 tasse de couscous
½ c. à thé de cumin
1 c. à table d'huile d'olive
1 avocat en dés
2 oranges pelées à vif en morceaux
12 tomates cerises coupées en deux
1 poivron rouge en coupé en dés
1 oignon rouge haché finement

Vinaigrette

½ tasse de jus d'orange
1 c. à table de graines de pavot
Sel et poivre
2 c. à table de vinaigre de vin
2 c. à table d'huile d'olive

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 5 minutes

Nombre de portion : 6

Préparation

Porter le jus d'orange à ébullition. Saupoudrer le couscous.

Ajouter le sel, le poivre, le cumin et l'huile. Mélanger.

Retirer du feu, couvrir et laisser gonfler de 2 à 3 minutes.

Déposer le couscous, l'avocat, les tomates, le poivron et l'oignon dans un grand bol à salade.

Mélanger tous les ingrédients de la vinaigrette.

Verser la vinaigrette sur le couscous et mélanger.



Couscous à l'orange

VAL MONT

Depuis 1958