



1. Mettez le safran dans un grand saladier. Versez dessus 1 l d'eau bouillante, couvrez et laissez infuser pendant 10 minutes.
2. Nettoyez les légumes et coupez-les en gros morceaux.
3. Pelez et émincez l'ail et le gingembre. Placez-les dans une grande casserole sur feu moyen avec 2 c. à soupe d'huile, le cumin, la cannelle et le ras-el-hanout. Ajoutez la pâte de tomates. Faites revenir quelques minutes en remuant, puis versez l'eau parfumée au safran.
4. Ajoutez tous les légumes ainsi que les pois chiches avec leur eau, les abricots coupés grossièrement, le citron confit coupé en quatre et épépiné, du sel et du poivre. Mélangez. Portez à ébullition, couvrez, baissez le feu et laissez mijoter pendant 45 mn, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que tous les légumes soient tendres.
5. Effeuiliez l'aneth, la menthe et le persil et hachez-les grossièrement.
6. Dans une poêle, torréfiez les amandes quelques minutes.
7. Quand les légumes sont quasiment cuits, préparez la semoule en suivant les indications figurant sur l'emballage. Une fois prête, égrenez et aérez bien la semoule avec une fourchette.
8. Dressez la semoule dans des assiettes creuses, disposez les légumes dessus, les amandes et les herbes. Servez avec l'harissa en accompagnement.

💡 Si vous ne trouvez pas de pâte de tomates séchées dans le commerce, faites votre pâte vous-même en mixant des tomates séchées avec un peu d'huile d'olive.

Assez simple
1h00 de préparation
50 mn de cuisson
Assez cher
Veggie

Ingrédients pour 6 pers. :

- 2,5 kg de légumes au choix : aubergines, courgettes, carottes, tomates cerises, oignons rouges, courge Butternut, poivrons de plusieurs couleurs
- 1 boîte de pois chiches (400 g)
- 100 g d'abricots secs
- 1 citron confit
- 300 g de semoule de couscous
- 1 dizaine de branches d'aneth
- 1 dizaine de branches de menthe
- 1 dizaine de branches de persil plat
- 20 g d'amandes effilées
- 1 pincée de safran
- 1 c. à café de cumin
- ½ c. à café de cannelle
- ½ c. à café de ras-el-hanout
- 1 c. à soupe de pâte de tomates séchées
- 4 gousses d'ail
- 4 cm de gingembre
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre du moulin

De l'harissa en accompagnement

Variantes :

Vous pouvez accompagner ce plat de viandes ou de volailles, adaptez selon vos goûts.

Essayez de trouver toutes les épices et les herbes aromatiques pour un maximum de saveurs.



