



# SALADE DE COUSCOUS AUX TOMATES

## POUR 4 PERSONNES

100 g de couscous  
 ¼ de c. c. de sel  
 ½ dl d'eau, bouillante

500 g de tomates cerises  
 1 c. s. d'huile d'olive  
 1 c. s. de miel liquide  
 ½ c. c. de sel  
 un peu de poivre

3 c. s. de vinaigre aux herbes  
 2 c. s. d'huile d'olive  
 ¼ de c. c. de sel  
 un peu de poivre

En collaboration avec

**Betty Bossi**

## VOICI COMMENT FAIRE

**1. Couscous:** mettre le couscous et le sel dans un grand bol, arroser d'eau bouillante, laisser gonfler env. 5 min à couvert. Aérer le couscous avec une fourchette.

**2. Tomates:** couper les tomates en deux. Bien faire chauffer l'huile dans une poêle antiadhésive. Faire revenir les tomates env. 1 min, incorporer le miel, saler, poivrer. Mélanger les tomates au couscous.

**3. Sauce:** mélanger le vinaigre et l'huile, saler, poivrer. Incorporer la sauce au couscous et aux tomates.

**4. Servir avec:** roquette.

Mise en place et préparation:  
 env. 15 min

Valeur nutritionnelle: portion (1/4):  
 212 kcal / lip 10 g / glu 24 g / pro 4 g  
 végétarien, sans lactose

## Liste de courses

Ces ingrédients sont disponibles  
 dans votre Coop Pronto.

