

Couscous



Plat **Facile**

Pour : 8 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 90 mn

Ingrédients

- 6 courgettes
- 2 aubergines
- 500 g de carottes
- 500 g d'haricots plats
- 1 botte de céleri
- 10 navets
- 4 oignons
- 1 boîte de tomates pelées
- 1 boîte de concentré de tomate
- 2 cc de paprika
- 2 cs de ras el hanout
- 1 boîte de pois chiches
- 8 morceaux d'agneau
- 1 kg de bœuf à bouillir
- 8 morceaux de poulet
- 8 merguez
- 1 kg de semoule moyenne
- huile d'olive
- sel
- poivre

Préparation

- 1 Faire revenir tous les morceaux de viande dans un gros faitout à l'huile d'olive,
- 2 Couvrir d'eau, saler, poivrer. Ajouter le concentré de tomate, les tomates pelées, le paprika et le ras el hanout.
- 3 Eplucher tous les légumes et les oignons, les couper en cubes et les faire revenir.
- 4 Plonger dans le faitout tous les légumes.
- 5 Laisser cuire 1h30.
- 6 Préparer la semoule et servir le couscous.

Proposé par



coppamozzacity

Grande passionnée de cuisine, et collectionneuse dans l'ame j'aime découvrir et partager !!!!!

<http://coppamozzacity.blogduvillage.com>

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

