

Poêlée de couscous aux épices douces et boulettes de viande



Plat **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 15 mn

J'ai trouvé une recette qui me plaisait bien sur un paquet de couscous aux épices douces de chez Tipiak. Théoriquement, elle devait être réalisée avec des cuisses de poulet mais j'ai pensé que ce serait aussi très bon avec des boulettes de viande

Ingrédients

- 1 sachet de couscous parfumé aux épices douces - de chez tipiak
- 1 boîte d'12 boulettes - ou 4 cuisses de poulet
- 1 boîte de légumes pour couscous
- 2 cc de ras el hanout
- 3 oignons
- 1 cube de bouillon de volaille
- 40 g de raisins secs
- 60 g d'amandes émondées
- huile d'olive
- sel et poivre du moulin
- 1 noix de beurre

Préparation

- 1 Faire dorer les boulettes dans une sauteuse avec un peu d'huile d'olive. Quand toutes les faces sont bien dorées, les réserver.
- 2 Emincer finement les oignons. Les faire revenir dans la sauteuse en ajoutant un peu d'huile d'olive. Puis ajouter les 2 cuillérées de ras el hanout et bien mélanger.
- 3 Dans la sauteuse, verser la boîte de légumes pour couscous avec le jus et ajouter le cube de volaille. Bien mélanger et ajouter les boulettes de viande rôties, les raisins secs, les amandes émondées. Laisser mijoter à petit feu.
- 4 Pendant ce temps, préparer le couscous parfumé aux épices douces. Verser le sachet de graines dans le plat. Ajouter 350ml d'eau bouillante et une noix de beurre. Couvrir et laisser gonfler 5 minutes. Puis égrainer à la fourchette. Servir sans attendre.

Proposé par



La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "**LA GUILLAUMETTE**". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

