

Verrine Taboulé fraîcheur



Ingrédients pour 4/6 verrines:

150g de semoule de blé dur
75ml environ de jus de citron
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
1/2 concombre
1 tomate
100g de petits pois frais ou surgelés

8 bâtonnets de surimi
quelques branches de menthe fraîche
6 queues de crevettes
1 citron vert
6 rondelles de concombre

Préparation:

- Verser la semoule dans un saladier avec 1 verre d'eau tiède, l'huile d'olive et le jus de citron. Mélanger avec une fourchette et laisser reposer 30 minutes.
- Cuire les petits pois à l'anglaise: porter à ébullition une casserole d'eau salée puis y verser les petits pois et faire cuire 10 minutes avant de les égoutter.
- Détailler le concombre et la tomate épépinée en petits dés. Ciseler la menthe en réservant quelques feuilles pour la déco. Couper les bâtonnets de surimi en petits morceaux.
- Égrener la semoule à l'aide d'une fourchette puis la mélanger avec le concombre, la tomate, le surimi, la menthe et les petits pois. Saler, poivrer et rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Réserver 4 heures au réfrigérateur au minimum.
- Répartir dans les verrines et décorer d'une queue de crevette, d'une rondelle de concombre, d'un quartier de citron vert et d'une feuille de menthe. Servir bien frais.