



Couscous tunisino

[Del 31/07/2004 | Sezione: [Primi piatti](#) | Categoria: [Polente & cuscus](#)]

Ingredienti: 6 persone: 1 kg di carne di agnello tritata, 4 cipolle grandi, 1/2 tazza di olio di oliva, 180 g di passata di pomodoro, 2 pomodori grandi tagliati a pezzettini, 1 pizzico di cumino, 1 cucchiaino di pepe nero, 1 cucchiaino di curry in polvere, 1 cucchiaino di pepe di cayenna, 5 spicchi di aglio, sale per condire, 1 noce di burro, 4 cime di rapa, 4 carote medie, 3 peperoni, 550 g di cipolle medie tritate, 500 g di patate, 2 tazze di couscous cotto, 3 ramoscelli di prezzemolo tritato, 2 limoni.

In una larga pentola mettete a soffriggere la carne e la prima quantità di cipolle indicata. Aggiungete la passata di pomodoro e fate cuocere per 5 minuti girando continuamente. Aggiungete i pomodori, le spezie, e continuate a far cuocere fino ad ebollizione. Dopo 15 minuti, aggiungete le verdure e abbastanza acqua fino a coprirle. Fate cuocere finchè la carne e le verdure diventano tenere. Servite su piatti insieme al couscous. Guarnite con prezzemolo e limoni.

[[Versione PDF](#) | [Versione per la stampa](#) | [Segnala ad un amico](#)]