



Cous-cous con prezzemolo

[Del 06/12/2008 | Sezione: [Primi piatti](#) | Categoria: [Polente & cuscus](#)]

Ingredienti: per 4 persone: 110 g di cous cous, 300 g di foglie di prezzemolo sminuzzate grossolanamente, 5 grossi pomodori maturi tritati, 2 cipolle medie tritate, 2 scalogni verdi tritati finemente, 180 ml di olio extravergine di oliva, 180 ml di succo di limone appena spremuto.

Mettete il cous cous in un colapasta, sciacquatelo, dopodichè immergetelo in una pentola piena d'acqua fredda e lasciatelo a bagno per 15 minuti, quindi scolatelo bene per eliminare tutta l'acqua possibile. Versate quindi il cous cous, che avete ammorbidito, in una capiente insalatiera. Qualora non fosse sufficientemente tenero, gettatelo nell'acqua bollente e fatelo scottare per pochissimi minuti. Scolatelo bene nuovamente, servendovi di un mestolo forato. Incorporate ora nell'insalatiera il prezzemolo sminuzzato con le mani, i pomodori a tocchetti, le cipolle e gli scalogni tritati. Condite con l'olio ed il succo di limone e mescolate delicatamente con posate da insalata per amalgamare bene gli ingredienti, quindi portate in tavola.

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