



# Le couscous d'hiver

*du livre : "Plenty" de Yotan Ottolenghi*

Oubliez la salade de couscous et un plat tout aussi fade au supermarché ; c'est la vraie chose - chaudement épicee et débordante de saveurs sucrées et astringentes. La liste des ingrédients peut sembler longue, mais il y a en fait peu d'efforts impliqués ici. Servez-le chaud à quatre personnes très affamées.

Pour 10 personnes

---

## INGRÉDIENTS

4 carottes moyennes, pelées et coupées en morceaux de 2 cm  
4 panais moyens, pelés et coupés en morceaux de 2 cm  
12 Échalotes, pelées  
4 bâtons de cannelle  
8 Anis étoilé  
6 feuilles de laurier  
10 c. à s. huile d'olive  
2 c. à c. gingembre moulues  
1 c. à c. curcuma moulue  
1/2 c. à c. paprika  
1/4 c. à c. flocons de piment  
300 g citrouille ou courge musquée, pelée et coupée en morceaux de 2 cm

150 g abricots séchés, grossièrement hachés  
400 g pois chiches (en conserve ou fraîchement cuits)  
700 ml liquide de cuisson de pois chiches et/ou eau  
500 g couscous ou maftoul grande pincée de fils de safran  
500 ml bouillon de légumes bouillant  
50 g beurre, cassés en morceaux  
50 g pâte de harissa  
50 g zeste de citron conservé, finement haché  
60 g feuilles de coriandre  
Sel

## PRÉPARATION

- Préchauffez le four à 190°C/Gaz Mark 5. Placez les carottes, les panais et les échalotes dans un grand plat allant au four. Ajoutez les bâtons de cannelle, l'anis étoilé, les feuilles de laurier, 4 cuillères à soupe d'huile,  $\frac{3}{4}$  cuillère à café de sel et toutes les autres épices et mélangez bien. Mettez au four et faites cuire pendant 15 minutes.
- Ajoutez la citrouille, remuez et remettez au four. Continuez à cuire pendant environ 35 minutes, auquel cas les légumes devraient avoir ramolli tout en conservant une bouchée. Ajoutez maintenant les abricots séchés et les pois chiches avec leur liquide de cuisson et/ou leur eau. Remettez au four et faites cuire pendant 10 minutes supplémentaires, ou jusqu'à ce qu'il soit chaud.
- Environ 15 minutes avant que les légumes ne soient prêts, mettez le couscous dans un grand bol résistant à la chaleur avec la cuillère à soupe d'huile d'olive restante, le safran et  $\frac{1}{2}$  cuillère à café de sel. Versez le bouillon bouillant sur le couscous. Couvrez le bol d'un film alimentaire et laissez reposer pendant environ 10 minutes. Ajoutez ensuite le beurre et gonflez le couscous avec une fourchette jusqu'à ce que le beurre fonde. Couvrez à nouveau et laissez-le dans un endroit chaud.
- Pour servir, versez le couscous dans une assiette ou un bol profond. Incorporer le harissa et le citron conservé dans les légumes ; goûter et ajouter du sel si nécessaire. Versez les légumes au centre du couscous. Terminez avec beaucoup de feuilles de coriandre.