# COUSCOUS MERGUEZ FACILE

**Pour 6 personnes préparation 30mn Cuisson env.35mn**

|  |  |
| --- | --- |
| 8 pilons de poulet ou du blanc | 3 belles tomates |
| 12 merguez | 10 petits navets |
| 2 boîtes de concentrée de tomates | 5 belles carottes |
| 3 c. à soupe d’épices à couscous | 2 courgettes |
| 1 c. à café d’harissa | 1 boîte de pois chiches |
| 2 cubes de bouillon de bœuf | Huile d’olive |

1. Lavez et épluchez les carottes, les navets et les tomates et les couper en cubes.   
  
2. Dans un autocuiseur, versez 3 cuillères à soupe d'huile d'olive. Mettez à chauffer et faites-y dorer les pilons de poulet.

3. Quand ils sont dorés, versez l'équivalent d'1 litre d'eau et ajouter les cubes de bouillon de bœuf, le concentré de tomate, les carottes, navets et tomates, les épices à couscous et la harissa.



4. Fermez votre autocuiseur et compter 25 mn de cuisson une fois que celui-ci est monté en pression.

5. En attendant, lavez et coupez les courgettes en cubes et égouttez les pois chiches.

6. Une fois les 25 mn écoulées, évacuez la vapeur de votre autocuiseur, ouvrez et rajouter les courgettes et les pois chiches.   
  
7. Remettez au feu : comptez 10 mn de cuisson une fois votre autocuiseur sous pression.   
  
8. Faites cuire vos merguez sur un grill ou à la poêle, mais pas avec les légumes.   
  
Servez accompagné d'une semoule fine