

# *Le Taboulé Libanais*

## *Ingrédients*

1 grosse tomate d'été bien mûre  
1 poivron  
1/2 concombre  
1 petit avocat  
1/2 oignon doux  
1/2 citron  
Huile d'olive  
Herbes aromatiques fraîches : menthe (indispensable), coriandre, basilic, persil  
Semoule  
Raisins secs

## *Préparation*

1. Couper la tomate, le poivron, le concombre et l'avocat en petits dés et les mettre dans un saladier.
2. Ajouter l'oignon haché très fin, et le jus du citron.
3. Saler, ajouter un filet d'huile d'olive et les herbes aromatiques hachées. Mélanger.
4. Couvrir d'un film plastique et laisser reposer quelques heures au frigo.
5. Préparer la semoule : mettre la quantité désirée dans un saladier, ajouter un filet d'huile d'olive et du sel, quelques raisins secs et mélanger à la fourchette puis verser de l'eau bouillante jusqu'à bien recouvrir (1/2 cm au-dessus du niveau de la semoule).
6. Laisser reposer quelques minutes puis égrener la semoule à la fourchette.
7. Servir les légumes frais et la semoule à part : chacun fait son dosage dans son assiette.

## *Accompagnement*

Le taboulé peut être le plat unique d'un dîner d'été. Dans ce cas, on peut servir à côté du jambon cru, de la Burrata ou tout autre ajout pour varier les plaisirs et nourrir les plus gros appétits.