

Couscous (pour 10 personnes)

1 Kg. 500 de graine de couscous (fine de préférence)
1 Kg de carottes - 7 ou 8 navets - 2 gros oignons -
Ail - Pois chiches - 350 g. de raisins secs - 1 Kg. 5 courgettes
Huile et ^{200g} Beurre - Concentré de tomate -

Facultativement - Aubergines
10 cœurs d'artichauts - 1 Kg de citrouille rouge

Parfums: patates douces (à cuire peu de temps) - Aubergines

Thym - Laurier - persil - céleri

Raz-el-hamout - Cumin en poudre - Coriandre
gingembre - 8 clous de girofle - Safran (1 à 2 g)

Paprika - Curcuma -

Vianades:

Mouton: baticol ou collier pour le bouillon

Agneau: côtes premières à manche à griller

Merques } facultativement
Boulettes }

Le bouillon

Faire revenir à l'huile (olive et arachide ou tournesol) les morceaux de viande, l'oignon l'ail, le concentré de tomate.

Couvrir largement d'eau.
Ajouter sel, poivre, bouquet garni, parfums.

Laisser cuire doucement jusqu'à ce que la viande soit tendre.

Ajouter les légumes en tenant compte de leur temps respectif de cuisson.

La graine

Mouiller le couscous à l'eau froide et l'étaler aussitôt sur un grand torchon en effritant les boulettes qui se forment. Laisser un moment la graine absorber l'eau.

1^{ère} cuisson:

Dans le bas du couscoussier, mettre $\frac{1}{3}$ de bouillon et $\frac{2}{3}$ d'eau.

Dans le haut, mettre la graine humide.

Dans un récipient mélanger de l'eau avec de la farine, y tremper un torchon, le serrer. Au niveau de la jointure des deux parties du couscoussier, placer le torchon serré de façon à empêcher la vapeur de passer.

Couvrir le couscoussier de son couvercle.

Chauffer fortement. Quand la vapeur passe à travers la graine, laisser cuire 20 minutes.

Puis étaler sur un torchon en effritant la graine en boules. Arroser d'eau tiède salée (1 grosse cuillerée ~~d'eau~~ ^{à café} tiède sel fin pour 1 verre d'eau tiède par Kilog de couscous)

2^{ème} cuisson:

Comme la 1^{ère} - Étaler - Effriter

3^{ème} cuisson

Comme les autres. Dans un récipient faire absorber le beurre rapidement par la graine.

Servi -

Les raisins secs.

Les faire mijoter dans du bouillon allongé d'eau pendant 2 h.

Les pois chiches.

Soit blanchis, soit en boîte, les faire mijoter pendant 2 h dans du bouillon allongé d'eau.

La sauce.

En avoir à peu près 1 dl. Faire mijoter du bouillon avec de la harissa délayée pendant $\frac{1}{2}$ h. environ.

Servir

Bouillon - Sauce - Graine - Légumes - Viande bouillie. Viandes grillées - Pois chiches - raisins secs séparément.

M^{me} Bigot

Couscous

Quantité pour
8 à 10 pers.

Rouler la semoule

- Prendre la semoule moyenne
- Pour 250 g, $1\frac{3}{4}$ l d'eau à
température ambiante, salée (bien salée)

- Dans un plat rond (10 cm de
haut, 40 cm de diamètre) placer $\frac{1}{3}$
de paquet de semoule (chaque paquet
contenant 1 livre) et travailler à la
main en aspergeant petit à petit,
environ $\frac{1}{2}$ louche d'eau salée. Défaire
les grumeaux au feu et à mesure.

① - Mettre cette graine roulée dans
le Neskes et placer celui-ci, au dessus
d'une marmite contenant environ 4 cm
de hauteur d'eau bouillante. Maintenir
l'ébullition et surveiller la hauteur
d'eau et la vapeur, quand celle-ci
passe à travers la graine, attendez
pendant 10 min.

② - Enlever la graine du Nestlé et la séparer en 2 parties de manière à placer ensuite dans la partie inférieure des Nestlés la partie supérieure de la graine de la sève cuistor.

- Dans le plat de roulage, mettre ^{chaque fois} environ 2 grosses écumeuses de graine et défaire les grumeaux. Rouler en aspergeant d'eau salée. Faire absorber à peu près le double de volume d'eau que dans la s^e opération. Jeter l'eau par petites quantités et rouler pour défaire les grumeaux - (Mettre le dessus de la graine, ^{dessus} dessous)

- Remettre sur le feu et attendre que la vapeur traverse la graine. Alors, laisser cuire 15 mn environ.

③ même procédé que précédemment en faisant absorber au moins autant d'eau salée.

- Remettre sur le feu (le dessus de la graine venant dessous comme au n^o 2) Attendre que la vapeur traverse la graine, Laisser cuire 15 mn - Beurrer.