

Egypte - Koshari Abu Gibba – revisité

Plat de lentilles, riz, macaronis, tomates – Le plat du peuple.



Ingrédients – Convives : 4 – Préparation : 30 min – Cuisson : 30 min



1 gros oignon
ciselé



1 boîte de 400 ml
de tomates pelées



125g de macaroni



1/2 verre de
lentilles



1/2 verre de riz
long



2 ails ciselés fins



1 càs de cumin



1 càc de piments



2 càc de vinaigre



3 càs d'H. d'olive

Préparation

1. Emincer un gros oignon et 2 gousses d'ail. Piler l'ail. Réserver.
2. Dans une poêle avec 3 càs d'huile d'olive, faire blondir l'oignon 5 min.
3. Rajouter l'ail et faire cuire le tout 5 min de plus. Réserver.
4. Faire cuire 125g de macaronis dans un grand volume d'eau bouillante, avec un cube Or.
5. Au bout de 15 min, les égoutter et garder 1/2 verre du bouillon (méthode Italienne !)
6. Rajouter 1 càs d'huile d'olive dans les pâtes, remuer, réserver.
7. Laver l'équivalent d'1/2 tasse de lentilles brunes, puis les tremper pendant 10 min.
8. Mettre 6 verres d'eau à bouillir, rajouter les lentilles, les cuire 5 min à ébullition.
9. Ajouter le 1/2 verre de riz, assaisonner avec 1 cuillère à café de cumin.
10. Couvrir et cuire à feu doux pendant 10 min, puis égoutter à avoir les légumes visibles.
11. Ajouter l'ail et l'oignon frits et 2 cuillères à soupe de vinaigre.
12. Rajouter une boîte de tomates concassées et un peu de piments (d'Espelette).
13. Ajouter les macaronis, bien remuer le tout, et laisser à petit feu au moins 10 min.
14. Option : On peut aussi rajouter une poignée de pois chiches cuits. Servir chaud.

* * * 02 mars 2021 * * *