



Recette de  
**Moulinex**

# Couscous

★★★★☆ 4.3/5 - [1421 Avis](#)

TEMPS TOTAL

## 20min



PRÉPARATION

**10min**



CUISSON

**10min**



REPOS

**0min**

## Ingrédients

2 personnes

**2** Pignons de poulet

**100 g** Carottes en tronçons

**80 g** Pois chiches en boîte

**200 g** Courgettes en demi-tronçons

**1** Bouillon aux épices MAGGI

**50 g** Oignon émincé

**15 cl** Eau

**1 càs** Concentré de tomate

**1 càs** Huile d'olive

## Préparation

**Etape 1 /8**

**Préparer les ingrédients.**

**Etape 2 /8**

**Émincer les oignons.**

**Etape 3 /8**

**Couper les carottes en tronçons.**

**Etape 4 /8**

**Verser l'huile dans la cuve.**

**Etape 5 /8**

**Faire dorer l'oignon et les pilons 5 minutes.**

---



Dorage

**Etape 6 /8**

**Ajouter tous les ingrédients sauf les pois chiches et poivrer.**

**Etape 7 /8**

**Cuisson sous pression**

---



Cuisson haute pression



10 min

**Etape 8 /8**

**Ajouter les pois chiches. Servir avec de la semoule à la cannelle. Bon appétit !**

---



Maintien au chaud