

# Taboule por Julius Bienert



## Ingredientes

**Aceite de oliva virgen extra:** c/n

**Cuscús precocinado:** 100 Gramos

**Tomates cherry:** 8 Unidades

**Pepino:** 1/2 unidad

**Pimiento amarillo:** 1/2 unidad

**Sal:** c/n

**Cebolla roja:** 1/2 unidad

**Hojas de Menta fresca:** c/n

**Naranja:** 1 unidad

**Pimiento verde:** 1/2 unidad

**Pimiento rojo:** 1/2 unidad

**Semillas de sésamo negro y blanco:** c/n

## Preparación de la Receta

- Mezclar el cuscús con  $\frac{1}{2}$  vaso de agua caliente y reservar durante 5 minutos.
- Mezclar con un chorro de aceite.
- Picar en *brunoise* los pimientos y la *cebolla*.
- *Saltear* en una sartén con aceite.
- *Sazonar* y añadir al cuscús.
- Incorporar también el pepino picado, los tomatitos, un poco de ralladura de *naranja*, *menta* fresca picada y semillas de *sésamo*.
- Servir.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/taboule-por-julius-bienert>