

Ratatouille végétalienne



1kg de tomate, 1kg d'aubergine, 1kg de courgette, 1-2 oignons, 3 gousses d'ail, thym

Coupez en petits morceaux des courgettes, tomates, poivrons, oignons, aubergines, ajoutez un peu d'huile, du sel et un peu d'eau. Faites cuire le tout à la vapeur.

Préparez à part de la semoule de blé dur : mettre dans un saladier la semoule et ajouter de l'eau bouillante salée (1 litre d'eau bouillante pour 1 kilo de semoule), couvrir et attendre quelques minutes.

Servez la semoule et la ratatouille dans les assiettes. La ratatouille peut aussi accompagner du riz et des lentilles. On peut aussi mélanger la semoule refroidie avec des légumes frais coupés en petits morceaux (tomates, oignons concombres, persil, etc....) et un peu d'huile, on obtient ainsi du taboulé végétalien.