

Calamars et chorizo, couscous à la grecque

Les ingrédients pour 4 personnes :

Couscous :

4 tiges de ciboule

100 g de pousses d'épinards

1 bouquet de menthe fraîche

300 g de couscous moyen

Le jus d'1/2 citron

Calamars et chorizo :

400 g de calamars vidés et nettoyés

80 g de chorizo

2 poivrons de couleurs différentes (j'ai mis jaune et rouge)

1 c à s de miel liquide

Vinaigre de xérès

2 gousses d'ail

à 10 olives noires

50 g de feta

2 c à s d'huile d'olive

Sel et poivre du moulin

Pour accompagner :

1 c à c bombée de harissa

4 c à s de yaourt nature

1 citron

Mixer la ciboule nettoyée avec les épinards, la majorité des feuilles de menthe et une pincée de sel et poivre. Mettre dans un saladier avec la semoule de couscous et ajouter 2 tasses d'eau bouillante ainsi que sel et poivre. Couvrir et laisser gonfler la semoule.

Émincer les calamars en rondelles de 1 cm d'épaisseur et tailler les tentacules (je ne les ai pas mis et ai mis 400 g de rondelles de calamars).

Émincer le chorizo et le faire revenir à la poêle avec l'huile. Épépiner et émincer les poivrons et les ajouter dans la poêle et au bout de 4 mn mettre les calamars, le miel et un trait de vinaigre. Ajouter l'ail haché et les olives dénoyautées. Cuire encore quelques minutes en remuant de temps en temps.

Aérer le couscous à la fourchette et l'arroser avec le jus de citron.

Mettre le couscous dans un plat et disposer dessus les calamars, les poivrons et le chorizo. Émietter la feta sur le tout et décorer des feuilles de menthe restantes.

Dans un petit saladier mettre le yaourt et ajouter l'harissa en dessinant des marbrures. Servir le tout avec des quartiers de citron.

Vous pouvez faire un peu plus de sauce yaourt. Quand à la semoule pour ma part je la prépare en 2 étapes, je mets 2/3 de l'eau bouillante salée et poivrée puis je couvre et laisse gonfler, je mélange la semoule à la fourchette et ensuite je rajoute le dernier tiers et laisse gonfler. Enfin j'aère la semoule à la fourchette. Je compte 35 cl d'eau pour 250 g de semoule.

Péché de gourmandise <http://pechedegourmand.canalblog.com>