

BLE CONCASSE A LA CORIANDRE



400g. de boulgour cuit
4 carottes râpées
1 bouquet de coriandre
Zest d'un citron vert
Jus d'un citron vert + 1/2 citron jaune
1c à c. de ras el amout
1,5c à c. de sel
125g. de cacahuètes
50g de sésame grillé

Mélanger le tout et mettre au frais.

Rajouter éventuellement quelques cuillerées d'eau avant de servir pour le mouiller.