

# Recettes de cuisine internationale

## *Boulgour à la tomate ou « domatesli bulgur pivali »*

### Ingrédient pour 2 personnes

- 80 gr de boulgour
- 2 belles tomates bien mûres
- 2 gousses d'ail
- 30 cl d'eau
- 1 cube de bouillon de légumes
- 1 oignon
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Sel
- Poivre
- Cannelle en poudre
- Cumin

Budget : €

Difficulté : très facile

Préparation : 10 mn

Cuisson : 20 mn

Emincer l'oignon et les gousses d'ail.

Couper les tomates en petits dés.

Dans une grande poêle, faire revenir l'oignon et l'ail dans une cuillère à soupe d'huile d'olive.

Ajouter les tomates en dés.

Assaisonner avec du sel, du poivre, un peu de cannelle en poudre et de cumin.

Laisser cuire à feu doux pendant 5 mn.

Laver le boulgour sous le robinet d'eau froide et le verser sur les tomates.

Bien mélanger.

Dissoudre le cube de légumes dans l'eau.

Couvrir la préparation du bouillon de légumes.

Compléter avec de l'eau si nécessaire.

Laisser cuire à feu doux jusqu'à évaporation complète du liquide.

Servir bien chaud.