TABOULE DE CHOU-FLEUR A L'ANCHOIADE

Préparation : 30 minutes

Pas de cuisson

Réfrigération : 1 heure

Pour 6 personnes :

1 petit chou-fleur, 1 poivron vert, 1 poivron jaune, 3 tomates, 4 oignons nouveaux, 1 citron,

1 bouquet de menthe, 1 bouquet de persil plat, ½ gousse d'ail, 2 filets d'anchois à l'huile,

15 cl d'huile d'olive, sel, poivre.

- 1** Eliminez le trognon du chou-fleur et détaillez-le en petits bouquets. Rincez puis égouttez-les soigneusement. Passez-les au mixeur pour les réduire en semoule.
- 2** Ebouillantez 10 secondes les tomates pour les peler facilement. Epépinez-les et détaillez-les en petits dés. Coupez les poivrons en deux pour retirer les graines, détaillez la chair en petits dés. Pelez les oignons et émincez-les finement. Effeuillez et ciselez la menthe et le persil. Réunissez tous ces ingrédients dans un saladier.
- 3** Pressez le citron, pelez et hachez l'ail dans un bol. Ecrasez les anchois égouttés à la fourchette avec le jus de citron et l'ail haché.
- 4** Versez cette anchoïade dans le saladier des légumes ainsi que la semoule de chou-fleur. Salez peu, poivrez. Mélangez le tout délicatement et laissez mariner au frais pendant au moins une heure.
- 5** Au moment de servir, versez l'huile d'olive dans le saladier et mélangez à nouveau.

Variante du 4 : réservez le bol d'anchoïade sans le verser dans le saladier et présentez-le au moment du service pour que chacun en fasse l'usage qui lui convient.

Le bon accord : un rosé du Languedoc, des Corbières ou de Provence.

Recette d'un lecteur de la revue « Cuisine et Vins de France » n° 163 avril-mai 2015.