

Détour par le Liban



Edenstudio.fr © Marc Vallemoz

Recettes proposées par **Leïla et Sam**
du restaurant **Divan d'Antioche** à Aix-en-Provence

Détour par le Liban

Taboulé libanais & Aïche Saraya



20 et 30 MINUTES



-



4 PERSONNES

Ingédients

Taboulé libanais

- 1 kg de persil plat
- 200 g de menthe fraîche
- 1 kg de tomates
- Cœur de Bœuf mûres
- 250 g de boulgour fin
- 6 cs d'huile d'olive
- 6 cs de jus de citron jaune
- 3 cc de sel
- 2 oignons

Aïche Saraya

- 20 cl d'eau
- 3 cs de fleur d'oranger
- 55 g de sucre
- 40 cl de lait
- 35 g de Maizena®
- 2 poignées de pistaches concassées non salées
- 1 sachet de sucre vanillé
- 17 biscottes

Taboulé libanais : Rincer et laisser gonfler le boulgour dans un saladier 10 à 15 mn.

• **Laver** et faire sécher les bouquets d'herbes fraîches puis les couper à la main (*surtout pas au mixeur*). Laver puis couper les tomates en petits dés. Hacher les oignons.

• **Mélanger** l'ensemble, saler, poivrer, arroser du jus de citron et d'huile d'olive. Servir frais.

Aïche Saraya : Verser l'eau dans une casserole puis ajouter 25 g de sucre et 1 cs de fleur d'oranger. Faire chauffer en remuant au fouet jusqu'à ce que le sirop prenne.

• **Disposer** les biscottes les unes à côté des autres au fond d'un plat et verser le sirop par-dessus.

• **Verser** le lait froid dans une casserole, puis ajouter la Maizena®, 30 g de sucre, 2 cs de fleur d'oranger et le sachet de sucre vanillé. Faire chauffer sans cesser de remuer au fouet jusqu'à ce que le mélange épaississe. Verser cette préparation sur les biscottes imbibées du sirop.

• **Broyer** les pistaches au mixeur et en saupoudrer le flan.

• **Laisser refroidir** le flan au moins 2 heures avant de le mettre au réfrigérateur pour encore 2 heures.