COUS-COUS MAR i TERRA

Ingredients per 2 persones:

- ½ tassa de cous-cous
- 1 tassa d'aigua
- Espinacs
- Menta fresca
- Cibulet (cebollino)
- Vinagre balsàmic
- Mel
- Sal
- Oli
- Xoriç, ½ pebre vermell , 1 pebre verd, ½ pebre groc, 2 alls
- 1 calamar gros

Pica els espinacs, la menta i el cibulet i posa-ho a un bol amb el cous-cous i un poc de sal. Afegeix-hi l'aigua ben calenta i deixa-ho reposar uns 10-12 minuts. Quan el cous-cous estigui cuit, mescla-ho tot.

A una paella posa el xoriç tallat a rodanxes amb un poc d'oli i quan comenci a treure el suc afegeix-hi els pebres tallats en juliana, els alls picats i un poc de sal. Quan el pebre estigui *al dente* afegeix el calamar tallat en tires (després de marcar-lo amb unes ratlles amb un ganivet) i sofregeix uns 3 minuts. Per últim, fica-hi un dollet de vinagre balsàmic i un poc de mel. Mescla-ho tot i col·loca-ho per damunt del cous-cous.