Cuisine : Quelle est la différence entre la graine de couscous et la semoule ?

Bibliothèque de l'Institut du monde arabe – notre réponse du 13/09/2016.

By Khonsali [CC BY-SA 3.0], via Wikimedia Commons

Il y a bien une différence entre la semoule et le couscous, bien que les termes de semoule et de couscous soient souvent confondus à cause du plat de couscous.

Le couscous et la semoule sont tous les deux des grains de blé dur.
La différence c'est la taille des grains : le plus souvent grains moyens pour le couscous et semoule fine pour les plats et desserts.
Mais le grain présent dans le plat de couscous peut également être fin (c'est meilleur !), et de ce fait certaines personnes utilisent parfois le terme de couscous pour désigner un grain de semoule fin.

La semoule : elle ressemble beaucoup à de la farine, en plus granuleux. Elle est issue du blé dur qui est alors humidifié puis moulu pour en obtenir des grains plus ou moins gros. Avec, on peut préparer des desserts, comme des makrouts, du kalb el louz, du gâteau de semoule. Au contact de l'eau, elle s'agglomère, comme la farine. Elle se vend en épicerie ou au supermarché sous l'appellation « Semoule de blé dur moyenne/fine/extra fine ».

Le couscous : (ou plutôt graine de couscous) Il est fait à partir de la semoule. On mouille la semoule petit à petit, en faisant des mouvements de rotation, pour faire grossir les

grains un à un. Puis, on la fait sécher et on la cuit.
Avec, on peut faire du couscous, du taboulé… Cette graine n’est pas faite pour la pâtisserie, puisque quand on la mouille, elle ne s’agglomère pas, elle reste en grains. Elle est toujours vendue dans des paquets d’emballage marqués « Couscous », « Couscous de blé dur » ou « Graine de couscous ».

Livres de recettes de coucous

Les mondes du couscous : 100 recettes anciennes et nouvelles du Maghreb et d’ailleurs transmises de mère en fille
Nadia Hamam, Coco Jobard, Encre d’Orient éditions, 2010.

Le coucous : le Plat du partage
Leila Boukli, Musk, 2002.

Eurêkoi – Bibliothèque de l’Institut du monde arabe