

POIVRONS AUX TOMATES

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

Facile	Coût faible
Préparation : 15 minutes	Cuisson : 10 minutes
Pour 4 personnes	1 récipient, 1 sauteuse

Ingrédients :

2 poivrons
4 tomates
3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
3 gousses d'ail
poivre rouge ou piment d'Espelette
sel

Préparation :

- 1 - Griller les poivrons dans un four très chaud.
- 2 - Disposer dans un récipient et couvrir.
- 3 - Couper les tomates en petits morceaux après les avoir épluchées et épépinées.
- 4 - Peler ensuite les poivrons et les couper en petits morceaux après les avoir épépinées.
- 5 - Faire revenir dans une sauteuse à petit feu l'ail dans l'huile d'olive.
- 6 - Ajouter les tomates, le poivre ou le piment et le sel.
- 7 - A mi-cuisson des tomates, ajouter les poivrons.
- 8 - Laissez cuire à feu doux tout en remuant de temps en temps, jusqu'à réduction de la sauce.
- 9 - Servir avec du riz.