

Accompagnement

Préparation:

15 min

Cuisson: 30 min

Niveau: 

Ingrédients:

Pour 4 personnes:

- 4 poivrons de n'importe quelle couleur
- 3 gousses d'ail
- vinaigre de vin, huile d'olive
- Fleur de sel, poivre, thym, romarin, laurier

Suggestion

Vous pouvez servir cette préparation comme un tapas avec un morceau de pain, comme accompagnement d'une viande ou d'un poisson. Elle peut également être utilisée au sein d'une salade méditerranéenne.

Poivrons confits au four

- Faites chauffer votre four à 80 degrés
- Couper les poivrons en 2 dans le sens de la longueur épépinez-les et disposez-les sur la plaque du four ou dans la lèchefrites.
- Enfournez votre plaque sous le grill du four, une bonne quarantaine de minutes. La peau des poivrons doit se décoller sous forme de cloques éventuellement noires.
- Enfermez les poivrons grillés dans un saladier recouvert d'un film plastique et laissez-les refroidir suffisamment pour pouvoir les manipuler à mains nues.
- Préparez pendant ce temps une vinaigrette à base de vinaigre, huile, ail écrasé, sel poivre et aromates.
- Lorsque les poivrons ont tiédi, enlevez la peau qui doit se détacher facilement avec les doigts.
- Découpez les poivrons épluchés, disposez-les dans un plat en alternant couches de poivrons et assaisonnement avec la vinaigrette.
- Laissez mariner quelques heures au frigo.



Suggestion de présentation

the
peas
green food