

123 poivrons !

Les ingrédients

- 2/3 beaux poivrons bio
- du sel et du poivre
- du curry en poudre
- 1 oignon bio de belle taille
- de l'huile d'olive
- 1 cube de bouillon de légumes
- 3/4 litre d'eau, l'eau doit affleurer les ingrédients dans la casserole





Simplissime comme le jeu de notre enfance ...

On coupe tout, on dore poivrons bio, oignons bio à l'huile d'olive, dans la casserole. On couvre d'eau à la limite des ingrédients, on ajoute le cube de bouillon de légumes. Un saupoudrage de curry, une pincée de sel et de poivre.

Quand le mélange commence à bouillir, on réduit la puissance et on laisse cuire 10 minutes.

« 123 Soleil... » la partie reprend, on mixe le tout et on se régale chaud ou froid selon la saison.

