

Anneaux de poivrons farcis aux épices et à la viande hachée

En France, si on doit farcir un légume, on pense en priorité à la tomate, voire la pomme de terre ou même la courgette. Pourtant un autre légume du soleil est lui aussi délicieux lorsqu'il est garni : le poivron. Et cette recette va probablement vous convaincre de vous laissez tenter par une nouvelle expérience culinaire délicieuse.



Sur le plan de travail (pour 4 personnes) :

- 2 poivrons
- 400 g de viande hachée (1 livre)
- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de poivre
- 1 cuillère à café de piment de Cayenne
- 1 gousse d'ail hachée
- 1 cuillère à soupe de paprika
- 1 cuillère à café de chapelure
- 60 g de parmesan
- De l'huile végétale
- 100 g de sauce tomate (1/2 de tasse)
- 100 g de fromage râpé (1 tasse)

Aux fourneaux !

1. Faites chauffer le four à 150°C.

2. Nettoyez les poivrons et coupez la tête et la base que vous émincez. Coupez chacun d'eux en deux anneaux épais. Retirez ensuite les graines.
3. Dans un saladier, mélangez la viande hachée avec les épices, la gousse d'ail et le parmesan. Remplissez ensuite les anneaux de poivrons avec cette préparation en pressant bien.
4. Faites chauffer une poêle avec un peu d'huile et déposez-y délicatement les poivrons farcis. Faites-les cuire des deux côtés en les retournant avec précaution.
5. Déposez maintenant vos anneaux de poivrons sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et ajoutez une portion de sauce tomate sur chacun d'un. Saupoudrez de fromage râpé et enfournez pendant 30 minutes.

Voilà une idée simple mais originale qui s'accompagne volontiers d'une salade et va changer des traditionnelles tomates farcies. Bon Ap' !