

TCHOUTCHOUKA



Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 60 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 5 ou 6 gros poivrons rouges
- 7 ou 8 grosses tomates
- 1 gousse d'ail
- 1/2 morceau de sucre
- 1 poignée d'olives vertes dénoyautées
- un peu d'huile de tournesol

Préparation de la recette :

Faire griller les poivrons au barbecue (moi j'utilise un barbecue électrique) ou au four. Les mettre directement sur la grille et faire noircir toute la peau des poivrons.

Une fois noircis, les mettre un par un dans du papier journal ou dans un sac plastique hermétique jusqu'à ce qu'ils tiédissent.

Une fois les poivrons tièdes, en retirer la peau (qui devrait partir facilement), les graines, puis les couper en lamelles d'environ 1cm de large. Couper les tomates en dés.

Dans un faitout anti-adhésif, mettre un peu d'huile, les poivrons et les tomates, ainsi que l'ail haché, le morceau de sucre et les olives vertes (bien égoutées et coupées en deux).

Faire cuire à grand feu pendant une vingtaine de minutes puis à petit ou moyen feu jusqu'à ce que la préparation commence à accrocher. Il ne doit plus y avoir d'eau.