

TCHOUTCHOUKA RAPIDOS MIAMOSS

INGREDIENTS :

3 poivrons rouges
3 gousses d'ail
3/4 brique de tomates en purée
(environ 350 g)
sel poivre



PREPARATION :

Couper en quatre les poivrons dans le sens de la longueur
Les vider et les éplucher avec l'épluche légume spécial qui épluche tout !!
Mixer les poivrons mais pas trop pour pas que ce soit une purée mais des petits morceaux.
Faire revenir 15 mn les poivrons dans un peu d'huile d'olive
Rajouter la purée de tomates
Rajouter les gousses d'ail écrasées
Saler poivrer
Laisser mijoter encore 20mn environ
Présenter dans des verrines ou en saladier



<http://katarinetta.canalblog.com/>