

FICHE DE RECETTE

Poivrons farcis tout en un
Pohling Zelf Cooking

Claude

Type de recette	
Nombre de portions	10
Temps de préparation	25 min
Temps de cuisson	
Temps de refroidissement	
Coût matières total (HT) :	
Coefficient multiplicateur :	
Prix / Portion (HT) :	

INGRÉDIENTS

PRODUIT	UNITÉ	QUANTITÉ	PUHT	PTHT
poivrons rouges	kg	1,5	4	6,00
oignons	kg	500 grs	3	1,50
tomates passata	1	1	4	4,00
échalotes	kg	200 grs	4	1,50
ail	tête	1 demi	3	1,50
riz	kg	500	8	4,00
haché porc veau	kg	1	10,5	10,50
huile d'olive	l	0,25	8	2,00
thym	botte	Une demi	4	2,00
persil	botte	une demi	2	1,00
œufs	1	2		
TOTAL				

DESCRIPTION DE LA RECETTE

Hacher les oignons, ajouter l'ail et faire tomber à l'huile. Mouiller avec la passata et même quantité d'eau. Faire bouillir avec le thym. Couper les poivrons en deux, épépiner. Faire suer les échalotes. Les ajouter au haché, et le riz, mélanger, assaisonner sel, poivre, muscade, éventuellement paprika. Farcir les demis poivrons et cuire à couvert dans la sauce tomate environ 40 minutes. Servir avec le persil haché et une petite salade de concombre au yoghourt.