

Poivron rouge mariné

Les poivrons donnent de la couleur aux aliments. Le rouge vif, en particulier, stimule à la fois l'œil et l'appétit.

Non seulement il est délicieux, mais il nous apporte également de nombreuses vitamines et minéraux. Délicieusement mariné, il est délicieux en accompagnement de nombreux plats ou simplement en collation avec du pain.

À Majorque, la paella finie est souvent décorée de "pimiento asado".

Temps de préparation: 60 min. · Niveau de difficulté: facile · vegan

Portions

Ingrédients pour 2 portions.

Ingrédients

- 1 pièce Gros poivron rouge
- 1 pièce Gousses d'ail épluchées
- 3 c.à.s. Jus d'un citron naturel
- 1 c.à.c Persil, frais ou séché
- 2 c.à.s. Huile d'olive vierge extra
- 1 c.à.c Sel et poivre (au goût)

Préparation

Lavez les poivrons et frottez-les avec quelques gouttes d'huile d'olive.

Faites cuire sur une plaque recouverte de papier sulfurisé au four à environ 180-200 °C pendant 20-30 minutes. Dès que la peau du poivron se boursoufle et présente des taches grillées, il est cuit.

Retirer du four, laisser "transpirer" dans le papier sulfurisé pendant un court instant.

Une fois qu'il a un peu refroidi, la peau peut être facilement retirée. Retirer les graines, la tige et l'eau du fruit, couper le poivron dans le sens de la longueur en filets, le placer dans un bol, le mélanger avec de l'ail finement haché, du persil, un peu de jus de citron et d'huile d'olive et le faire mariner brièvement.

Assaisonnez à votre goût avec du sel et du poivre.