



Poivrons pointus farcis de tofu et olives

Temps de préparation

< 30 min

Difficulté

Facile



Ingrediënten

2 poivrons pointus
huile d'olive
1 oignon (émincés)
1 gousse d'ail (émincé)
1 paquet de tofu (coupé en blocs)
1 poignée d'olives dénoyautées (émincées)
sel et poivre

Bereidingswijze

- 1.** Coupez les poivrons pointus en 2 dans le sens de la longueur et supprimez les graines et les filaments blancs. Arrosez-les avec de l'huile d'olive.
- 2.** Faites revenir l'oignon et l'ail dans une poêle. Ajoutez le tofu et laissez mijoter quelques instants. Mélangez avec les olives, le poivre et le sel.
- 3.** Farcissez les poivrons pointus de ce mélange et mettez le tout au four préchauffé à 180 °C pendant 25 minutes.