



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Poivrons farcis à la dinde .



© Manou / cuisine-plaisirs

Ingrédients :

- 1 gros oignon
- 1 œuf
- 2 gousses d'ail
- 2 poivrons rouges
- 2 tranches de pain de mie
- 200 g de cœur de filet de dinde
- 3 lamelles de poivrons grillés
- 3 tomates entières pelées
- 6 c.à.s de lait
- Cumin, paprika doux, piment de Cayenne
- Herbes de Provence, aneth, 1 feuille d'aneth
- Parmesan, sel, poivre gris

- Hacher finement l'oignon et les gousses d'ail
- Faire cuire à la poêle le filet de dinde avec l'oignon, épicer avec du cumin
- Égoutter sur du papier absorbant le filet de dinde et l'oignon
- Une fois le filet de dinde refroidi, le mixer finement
- Couper le poivron à 1 cm du haut du pédoncule
- Retirer et nettoyer tout l'intérieur du poivron, retourner le poivron pour l'égoutter
- Préchauffer le four à 180°C th 6
- Mettre le poivron et son pédoncule sur un plat au four, pour l'assécher le temps du préchauffage
- Imbibler 2 tranches de pain de mie avec le lait
- Dans un saladier, casser l'œuf, le battre en omelette, saler, poivrer
- Dans un autre saladier, malaxer la dinde mixée, l'ail et l'oignon mixés et les épices
- A la fourchette émietter les tranches de pain de mie et les incorporer à la préparation de dinde
- Rajouter les tomates préalablement écrabouillées sur la préparation de dinde
- Bien malaxer le tout, puis rajouter la base d'œuf par-dessus cette préparation
- Toujours bien malaxer pour former des boules compactes
- Déposer la farce à l'intérieur du poivron refroidi
- Placer le poivron dans un plat allant au four avec un peu d'eau au fond
- Faire cuire à 180°C pendant 25 minutes avec le pédoncule posé sur le poivron
- Retirer le pédoncule au bout des 25 minutes (car il aura tendance à griller), continuer la cuisson 30 minutes
- Au bout de ces 30 minutes (soit au terme de 55 minutes de cuisson) rajouter le pédoncule
- Laisser finir de cuire 5 minutes



© Manou / cuisine-plaisirs



© Manou / cuisine-plaisirs



© Manou / cuisine-plaisirs