

LA RECETTE du LUNDI



poivrons rôtis, stracciatella, niora & graines de nigelle

entrée / apéro



INGRÉDIENTS

Produits du Comptoir

- 1 c. à café de **Niora** du Comptoir : piment doux espagnol, très aromatique avec un petit goût de tomate, donc parfait avec le poivron.
- 1 c. à café de **graines de nigelle** du Comptoir : légèrement poivrées et citronnées.
- 2 c. à soupe d'**huile de noisette** toastée du Comptoir : pour apporter le côté rond, grillé et gourmand sans ressortir encore l'huile d'olive habituelle.
- 1 c. à soupe de **vinaigre de tomate au basilic** du Comptoir : il est justement pensé pour les recettes méditerranéennes et les légumes/tomates.
- 1 petite pincée de **sel noir d'Hawaï** du Comptoir, uniquement à la fin : légèrement fumé et surtout très joli visuellement.
- 20 g de **graines de tournesol** du Comptoir, pour le croquant plutôt que de repartir sur les éternelles pistaches/pignons.

Autres produits :

- 3 poivrons rouges
- 2 poivrons jaunes ou orange
- 250 g de stracciatella



Pour 4 personnes / 35 min



PRÉPARATION :



1. Les poivrons

Préchauffe le four à 200 °C.

Coupe les poivrons en grosses lanières, retire les graines et dispose-les sur une plaque.

Mélange-les avec :

1 c. à soupe d'huile de noisette

½ c. à café de Niora

Enfourne 25 à 30 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient bien fondants et légèrement grillés sur les bords.

Pas besoin d'enlever la peau : on veut une recette simple.

2. La petite vinaigrette

Mélange :

1 c. à soupe d'huile de noisette

1 c. à soupe de vinaigre tomate-basilic

½ c. à café de Niora

Ça te donne une vinaigrette légèrement acidulée, très parfumée, avec le goût du poivron qui reste dominant.

3. Le croquant

Fais torréfier à sec dans une petite poêle :

les graines de tournesol

les graines de nigelle

À peine 2 minutes, juste pour réveiller les arômes.

4. Dressage

Dans chaque assiette :

stracciatella bien crémeuse → poivrons rôtis encore tièdes → vinaigrette tomate-basilic/Niora → mélange tournesol/nigelle → quelques cristaux de sel noir d'Hawaï en finition.

Valeurs nutritionnelles estimées – par personne

Énergie : ~340 kcal / 1 420 kJ

Matières grasses : ~27 g

dont acides gras saturés : ~11 g

Glucides : ~14 g

dont sucres : ~8 g

Fibres : ~4,5 g

Protéines : ~10 g

Sel : ~1 g, selon la stracciatella et la quantité de sel noir ajoutée

