POIVRONS FARCIS D'HALLOWEEN AU SENSATIONAL MINCE

6 PORTIONS | 30 MIN | MOYENNE

INGRÉDIENTS

1 paquet de Sensational Mince Garden Gourmet

6 poivrons, couleur au choix

1 oignon blanc

1 ail

400 g de haricots rouges en conserve

400 g de cubes de tomates en conserve

1 poivron rouge

100 g de riz

Persil, pour finir

Poivre et sel

Découvre cette recette d'Halloween avec notre Sensational Mince Garden Gourmet !

PRÉPARATION

1. Cuis le riz
Fais cuire le riz selon les instructions sur l'emballage et laisse égoutter le riz.

2. Hache les légumes
Hache finement l'oignon blanc, l'ail et le poivron rouge.

3. Cuis l'oignon et l'ail
Fais cuire l'oignon et l'ail environ 3 minutes.

4. Cuis au four le sensational haché
Ajoute la viande hachée et cuire au four quelques minutes, jusqu'à ce qu'elle soit dorée.

5. Ajoute les haricots, les tomates et assaisonne
Ajoute les haricots rouges et les cubes de tomates, assaisonne de poivre et de sel et laisse mijoter 15 minutes.

6. Préchauffe le four
Préchauffe le four à 200 degrés.

7. Coupe le capuchon des poivrons et vide-le
Coupe le capuchon des poivrons et vide-le.

8. Ajoute la créativité dans les poivrons
Avec tes enfants, fais de tes poivrons des visages effrayants. Yeux, nez, bouche, laisse ton imagination te guider!

9. Incorpore le riz dans la sauce
Incorpore le riz dans la sauce et mélange doucement avec la sauce.

10. Verse le mélange dans les poivrons
Verse le riz avec la sauce tomate dans les poivrons. Ton petit peut t'aider dans cette étape avec une cuillère.

11. Cuis au four les poivrons
Place les poivrons farcis au centre du four pendant environ 15 minutes, jusqu'à ce que les poivrons soient bien cuits.

12. Profitez et savourez un délicieux Halloween !
Termine avec du persil et sers immédiatement.

RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR GARDENGOURMET.BE/FR