

Tartinade de poivrons



PERS.



Difficulté

Ingrédients

1? Lavez et coupez l'oignon et les poivrons en morceaux.

2? Faites les cuire à la poêle dans un fond d'huile jusqu'à ce que les poivrons soient tendres.

3? Mixez le tout en ajoutant de l'huile d'olive jusqu'à obtenir une consistance crémeuse.

4? Enfin ajoutez les graines de tournesol et salez à votre goût.

A servir frais, en tartine pour l'apéritif, en sauce avec des pâtes ou au fond d'une pizza!

Petite astuce pour en profiter cet hiver: stérilisez vos pots en 10 minutes sous pression dans votre cocotte-minute!

Recette pour un pot de 350ml

