

< Surprise d'Orient >

1. Hachez l'oignon et faites-le revenir à l'huile d'olive 5 minutes sur feu doux.

2. Dans une jatte, laissez gonfler la semoule dans 5 cl d'eau.

3. Enlevez le pédoncule, les pépins, les membranes intérieures et rincez les poivrons.

4. Hachez l'agneau avec l'œuf, le cumin, le piment de Cayenne et assaisonnez. Incorporez l'oignon et la semoule. Garnissez les poivrons et fermez avec les chapeaux.

5. Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Placez les poivrons huilés dans un plat, ajoutez 10 cl d'eau chaude et faites cuire au four 40 minutes.

Suggestion

Ces poivrons à l'orientale se dégustent accompagnés de semoule parfumée à l'huile d'olive.

Pour 4 personnes
Préparation : 25 minutes
Cuisson : 40 minutes

Votre marché

- > 4 poivrons
- > 300 g d'épaule d'agneau
- > 1 œuf
- > 100 g d'oignons
- > 50 g de semoule moyenne
- > 1 cuillère à café de cumin en poudre
- > 1/4 de cuillère à café de piment de Cayenne
- > Huile d'olive