

Ingrédients

ÉMINCÉ VÉGÉTAL FAÇON BASQUAISE

200 g	Émincé végétal Proteinel
165 g	Oignons
235 g	Poivron rouge
12 g	Ail en poudre
235 g	Poivron vert
9	branches Thym
3	feuilles Laurier
1250 g	Bouillon de légumes
800 g	Sauce tomate
2	bouquet Piment Espelette
5	cc Sucre
q/s*	Sel
q/s*	Poivre 5 baies
42 g	Huile d'olive

ACCOMPAGNEMENT

600 g	Riz parfumé de Camargue IGP (60g par personne)
-------	---

*q/s = quantité suffisante.


Déglacer avec
du vin blanc

Émincé végétal Façon basquaise

Mise en œuvre

- Nettoyer les légumes et les éplucher
- Ouvrir les poivrons en 2, retirer la partie blanche
- Emincer les oignons, les poivrons rouges et verts.

ÉMINCÉ VÉGÉTAL FAÇON BASQUAISE

- Faire revenir les oignons dans l'huile avec le thym et le laurier
- Ajouter les poivrons
- **Rissoler** l'émincé végétal dans la préparation
- Ajouter la sauce tomate, l'ail et le piment d'Espelette
- Ajouter le bouillon de légumes et **cuire à feu doux environ 15 min.**
- Assaisonner avec du sel et du poivre
- Réserver.

ACCOMPAGNEMENT

Cuisson du riz en sauteuse : Plongez le riz dans l'eau bouillante pendant 12 min, égouttez, ajoutez un peu d'huile et laissez poser 10 min.

200g
Émincé
végétal

10
fourchette
couteau

