

🍴 4 portions · ⌚ prep. 10m · 🕒 cuisson 25m

🥚 œufs

Des œufs pochés dans une sauce tomate épicée aux poivrons. Un plat complet et rapide, inspiré de la cuisine du Moyen-Orient.

Maghreb / Tunisie

INGRÉDIENTS

☐ oignons, émincés	2	☐ paprika	1 càc
☐ poivrons, en dés	2	☐ tomates concassées	800 g
☐ huile	2 càs	☐ œufs	8
☐ ail, en purée	3 gousses	☐ sel	
☐ piment	1 càc	☐ poivre	
☐ cumin	1 càc		

PRÉPARATION

1. Faire revenir les *oignons* et les *poivrons* dans *huile*.
2. Ajouter l'*ail*, le *piment*, le *cumin* et le *paprika*.
3. Ajouter les *tomates concassées*. Laisser mijoter 15 min.
4. Faire des creux dans la sauce et y casser les *œufs*.
5. Couvrir et laisser cuire 5 min, jusqu'à ce que les blancs soient pris et les jaunes encore coulants.
6. Assaisonner de *sel* et *poivre* et servir directement dans la poêle.

resilience