

AUTOUR DE MA TABLE

aimer la cuisine

c'est aussi la partager

Terrine de poivrons aux p'tits boudins

Ingrédients pour 3 moules à cakes:

- 1 petit poivron rouge
- 1 petit poivron jaune
- 3 œufs
- 12 à 13 mini boudins (no gaspi)
ou lardons ou dés de chorizo ou dés de poulet
- 240 ml de crème liquide entière
- 2 c.à.s de persil + ail haché (2 x 15 ml)
- 2 c.à.s de farine de gruau (2 x 15 ml)
- 1 échalote ciselée
- 2 doses de sel antillais



Préparation :

Disposez la grille BBQ au fond du plat (protection de votre plat de cuisson).

Posez les moules à cakes. Cassez les œufs dans un saladier. Ajoutez la crème liquide. Ajoutez la farine puis le sel antillais, le persil +ail, l'échalote, les poivrons et le fromage râpé et mélangez. Coupez les boudins (ou autres) en morceaux et ajoutez à l'appareil à quiche. Répartissez dans les 3 moules à cakes sans beurre ni autres matières grasses. Versez 1 cm d'eau dans le plat de cuisson. Fermez le grill et démarrez le préchauffage à 230°C. Au bip, faites cuire entre 15 à 18 minutes au bain marie. Démoulez et servez chaud.

Astuces/Conseils :

Peut se manger froid également.



Bon Appétit