

Pomme de terre cuite dans la braise et salsa de poivron rouge

durée totale **60 min.** 10 min. temps de préparation 50 min. temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):
1.420 kJ / 340 kcal

Matières grasses: **14 g** Protéines: **9 g**
Glucides: **42 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

400 g de pommes de terre
30 ml d'huile de colza
2 poivrons rouges
2 gousses d'ail hachées
20 ml Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
10 ml de jus de citron
120 g de pois chiches cuits
Quelques feuilles de coriandre ou de persil (entières)

PRÉPARATION

Étape 1

400 g de pommes de terre - **30 ml** d'huile de colza
Arroser les pommes de terre d'huile de colza, les envelopper dans du papier aluminium et les enfouir dans les braises du feu de camp pendant environ 40 minutes.

Étape 2

2 poivrons rouges
Faire griller les poivrons au feu, puis les placer dans un bol, les couvrir hermétiquement et laisser reposer pendant 10 minutes avant de les peler.

Étape 3

2 gousses d'ail hachées - **20 ml** Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman - **10 ml** de jus de citron - **120 g** de pois chiches cuits - Quelques feuilles de coriandre ou de persil (entières)
Couper les poivrons grillés en petits dés et les mélanger avec l'ail haché, la sauce soja Kikkoman et le jus de citron. Ajouter les pois chiches et écraser légèrement le tout à la fourchette. Couper les pommes de terre cuites en deux, écraser légèrement la chair et garnir de salsa. Décorer avec les feuilles de coriandre ou de persil.