



HOT DOG VÉGÉ AUX CRUDITÉS ET AUX LÉGUMES GRILLÉS

Rendez-vous sur lesfruitsetlegumesfrais.com

Soutenu par



Soutient



ANNÉE INTERNATIONALE DES
FRUITS ET DES LÉGUMES
2021

POUR 6 PERSONNES - PRÉPARATION : 20 MINUTES
CUISSON : 30 MINUTES - MARINADE : 30 MINUTES MINIMUM

LES INGRÉDIENTS

- 4 pains à hot dog
- 2 poivrons (jaune et vert)
- 1 aubergine
- 1 gousse d'ail
- Huile d'olive
- 100 g de fromage frais
- 4 radis roses
- 2 tomates
- 2 belles feuilles de salade

1. Préchauffer le four à 180°C (th.6)
2. Laver et essuyer les poivrons et l'aubergine. Couper l'aubergine en tranches dans la longueur et l'arroser d'un filet d'huile.
3. Déposer les légumes sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Les enfourner pendant 25 à 30 minutes jusqu'à ce que la peau des poivrons noircisse et que les tranches d'aubergine soient tendres et légèrement grillées.
4. Sortir les légumes et déposer les poivrons dans un sac en plastique bien hermétique. Laisser refroidir, les retirer du sac, les peler et les épépiner. Les tailler en lanières.
5. Déposer les lanières de poivrons et les tranches d'aubergine dans un bol. Arroser d'huile d'olive, presser l'ail et laisser mariner au frais pendant au moins 30 minutes.
6. Laver et couper les radis en tranches fines.
7. Laver et tailler les tomates en rondelles.
8. Emincer finement les feuilles de salade.
9. Ouvrir les pains à hot dog et répartir le fromage frais.
10. Garnir les pains de rondelles de tomates, de poivrons et d'aubergines grillés.

AJOUTER QUELQUES RONDELLES DE RADIS ET UN PEU DE SALADE ET DÉGUSTER SANS PLUS ATTENDRE !

© Amélie Roche/Interfel

POUR DÉCOUVRIR D'AUTRES RECETTES, SUIVEZ NOUS SUR

