

Plato de Verduras



Ingrédients pour 4 personnes:

400 g de Pommes de terre.
4 cuil à café d'Huile d'Olive Extra Vierge *Oliflix*.
200 g d'Echalotes.
5 gousses d'Ail.
2 Poivrons rouges.
2 Aubergines.
500 g de Tomates de pleine terre.
60 g d'Olive Empeltre noires *blai PERI*.
Le jus de 2 Citrons BIO.
1 cuil à café de sucre Stévia.
du Basilic frais.
Sel, poivre.

Préparation:

- Éplucher les pommes de terre puis couper-les en quatre, les mettre sur une plaque de four, arroser d'huile d'olive, et assaisonner de sel et de poivre.
- Enfourner pendant 15 minutes à 180°C.
- Pendant ce temps éplucher les échalotes et les gousses d'ail puis les couper en quatre ensuite ajouter-les au pommes de terre et enfourner pendant 10 minutes.
- Couper les poivrons et les aubergines en lamelles puis ajouter sur la plaque et enfourner 15 minutes.
- Monder les tomates puis couper-les en morceaux, ensuite les ajouter sur la plaque avec les olives noires, verser le jus de citron et enfourner 20 minutes.
- En fin de cuisson assaisonner de sel, de poivre et de sucre puis saupoudrer le basilic ciselé et servir.