Poivrons fondants

27/11/2018 à 10h53

Par Laurence Benedetti

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 6 min

Pour 2 personne(s)

Ingrédients :

- 2 gros poivrons rouges
- 2 cuil à soupe d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail
- Sel et poivre

Préparation :

- Coupez les poivrons en deux et épépinez les, puis mettez-les dans un plat allant au micro-onde, recouvert d'un film transparent que vous percez;
- Faites cuire à puissance maximale pendant 7 mn au micro-ondes;
- Enlevez la peau puis coupez les poivrons en lamelles;
- Salez, poivrez. Parsemez l'ail haché fin sur les poivrons puis recouvrez-les d'un filet d'huile d'olive.