



Poivrons farcis avec mélange de haricots du jardin

Temps de préparation : 60 Portions : 25

Ingrédients

- 800 g (7 tasses) de mélange de riz Pilaf Arctic Gardens®
- 1 sac (2 kg) de mélange de haricots du jardin Arctic Gardens®
- 25 poivrons, coupés en deux et épépinés
- 2,5 L (10 tasses) de sauce salsa
- 125 ml (½ tasse) de levure nutritive
- 30 ml (2 c. à soupe) de poudre de cumin
- 30 ml (2 c. à soupe) de poudre d'ail
- 30 ml (2 c. à soupe) de poudre de chili
- 2,5 L (10 tasses) de cheddar fort, râpé

Préparation

- Mélanger le riz pilaf et le mélange de haricots du jardin. Cuire à la vapeur pendant 5 minutes et réserver.
- Préchauffer le four à 375 °F (190 °C).
- Dans un bol, mélanger le riz pilaf et le mélange de haricots du jardin avec la moitié de la salsa, la levure nutritionnelle et les épices. Ajuster l'assaisonnement au goût.
- Remplir généreusement les poivrons du mélange et les déposer sur une plaque à pâtisserie.
- Verser le reste de la salsa sur les poivrons et garnir de cheddar râpé.
- Cuire au four pendant 45 minutes.

Cette recette végétarienne de poivrons farcis est facile, satisfaisante et débordante d'ingrédients nutritifs et délicieux.