

Chou pointu aux raisins et poivrons

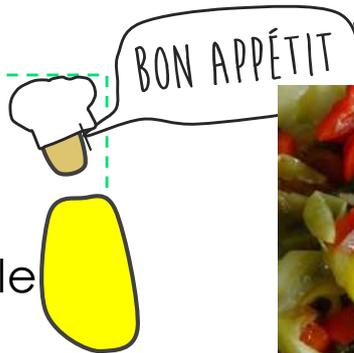


10' préparation
30' cuisson

Niveau
FACILE

Ingrédients

- 1 chou pointu
- 1 poivron rouge
- 1 oignon moyen
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 50 g de raisins secs (blonds de préférence)
- Sel



- 1** Laver, ôter le pédoncule et les graines du poivron rouge et le couper en lanières puis en petits dés.
- 2** Couper l'oignon en petit morceaux. Le faire revenir à la poêle avec le poivron quelques minutes dans un filet d'huile d'olive à feu assez vif, remuer souvent le temps de préparer le chou.
- 3** Laver le chou pointu puis le couper en lanière dans la largeur (ou utiliser du chou blanc, mais moins tendre). L'ajouter au mélange poivron-oignon.
- 4** Ajouter les raisins secs. Couvrir, ajouter une cuillère à soupe d'eau et laisser cuire à feu ultra doux pour que les légumes cuisent dans l'eau de leur propre végétation. Remuer de temps en temps. Laisser cuire 30 minutes, saler à votre convenance et servir.
- 5** Accompagner de riz ou de pâtes avec de la crème fraîche, de viande ou autre à votre goût ! Régalez-vous !