

MARINE-STYLE CRISPY FILET CUIT AU FOUR FAÇON MÉDITERRANÉENNE

INGRÉDIENTS

1 paquet de Marine-Style Crispy Filet Garden Gourmet

200g de pomme de terre

1 courgette de taille moyenne

250 g de tomates (mélange de couleurs)

1 oignon rouge

6 olives noires (calamata) et vertes

100 ml de lait végétal

1 petit bouquet d'origan frais

1 cuillère à soupe d'huile d'olive extra vierge

sel et poivre

 2 PORTIONS

 40 MIN

 FACILE

Envie de goûter à la Méditerranée ? Voici une délicieuse option mettant en vedette notre Marine-Style Crispy Filet.

PRÉPARATION

1. Cuisson des pommes de terres

Préchauffe le four à 200°. Épluche et fais bouillir les pommes de terre pendant environ 20 minutes jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Égoutte-les et laisse-les s'évaporer un moment.

2. Préparation de la purée de pommes de terre

Porte le lait à ébullition et incorpore-le tiède aux pommes de terre à l'aide d'un fouet, puis remue vivement pour obtenir une purée mousseuse. Tout en fouettant, ajoute l'huile d'olive. Assaisonne avec du sel et du poivre selon votre goût.

3. Préparation des légumes

Pendant ce temps, coupe la courgette en morceaux, l'oignon en quartiers et coupe les tomates en deux. Répartis avec les olives sur une plaque à pâtisserie, ajoute un peu d'huile d'olive et assaisonne de sel, de poivre et d'origan grossièrement haché. Rôtis les légumes au four environ 20 min en les retournant une fois.

4. Cuisson du Marine-Style Crispy Filet

Fais cuire le Marine-Style Crispy Filet dans le four selon les instructions sur le paquet, place-le sur les légumes, décore d'origan et de citron. Sers avec la purée de pommes de terre.

**DÉCOUVRE D'AUTRES RECETTES SUR
GARDENGOURMET.CH/FR**