

Poivrons farcis au thon



45 min



2 pers.

Ingédients

- 1 boîte de thon au naturel
- 2 poivrons
- 1 petite échalote
- 2 cuillères à soupe de fromage frais
- Quelques brins de persil
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre

Réalisée avec



Préparation

- Préchauffez votre four à 180°C.
- Coupez 2 poivrons en deux dans la longueur et retirez les graines.
- Faites revenir 1 petite échalote émincée dans un filet d'huile d'olive jusqu'à ce qu'elle soit fondante.
- Dans un saladier, mélangez une boîte de thon au naturel Les Mouettes d'Arvor égouttée avec l'échalote, 2 cuillères à soupe de fromage frais, un peu de persil haché, du sel et du poivre.
- Garnissez les demi-poivrons avec la préparation au thon.
- Ajoutez un filet d'huile d'olive et enfournez pendant 25 à 30 minutes, jusqu'à ce que les poivrons soient bien tendres.
- Servez chaud, accompagné d'une salade.