

# POIVRONS CONFITS ET TANAISIE



## Ingrédients pour 12 personnes

Ingrédient	Quantité
poivrons	4 pcs
jeunes feuilles de tanaïsie	3 pcs
oignon jaune	1 pc
Piment d'espelette	
Sel, poivre	

## Préparation

1. Lavez et pelez à l'économe les poivrons. Les couper en 4 et retirer les pépins.  
\_\_\_\_\_
2. Coupez les poivrons en lanières.  
\_\_\_\_\_
3. Pelez et émincez l'oignon.  
\_\_\_\_\_
4. Lavez, séchez et ciselez finement la tanaïsie. Réserver.  
\_\_\_\_\_
5. Faire revenir dans de l'huile d'olive l'oignon, puis ajouter les lanières de poivron. Les faire confire à feu doux après les avoir épicés (sel, poivre, paprika, piment d'Espelette,...) pendant environ 10 minutes.  
\_\_\_\_\_
6. En fin de cuisson, ajouter la tanaïsie hachée en plusieurs fois, et en gouttant à chaque fois, pour obtenir le juste dosage de tanaïsie et éviter trop d'amertume.  
\_\_\_\_\_
7. Servez chaud ou froid. Par exemple en accompagnement d'un toast d'houmous à la tanaïsie.

---

---