



« Pisto Manchego »

Ingrédients :

- 1kg de tomates mures
- 1kg de poivrons rouges
- 500g de poivrons verts
- 2 ails
- 1 petite cuillère de sucre
- Sel huile d'olive extra vierge

- 1 œuf en option

Préparation :

- Blanchir les tomates à l'eau bouillante,
- Peler et couper l'ail en petits morceaux,
- Couper les poivrons en petits morceaux (1 à 2cm environ), enlever les pépins,
- Peler les tomates, et les couper en morceaux,

- A la poêle, dorer l'ail dans l'huile d'olive,
- Saler, puis ajouter les poivrons, laisser mijoter quelques minutes, puis
- Ajouter les tomates,
- Ajouter une petite cuillère de sucre,
- Laisser mijoter à feu doux pendant 20 minutes,
- Gouter et saler selon votre envie,

- Le Pisto Manchego est très souvent accompagné d'un œuf sur le plat,
- On peut associer le Pisto à une « ensalada rusa » ou toute autre salade

