

Tchakchouka

Temps de préparation: 20 minutes

Temps de cuisson: 35 minutes

Pour une personne

Ingrédients :

- 1 poivron de taille moyenne
- 1 grosse tomate
- 1 gousse d'ail
- 1 petit bouquet de persil et de coriandre
- 1 cuillère à café de paprika
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 pincée de gingembre
- 1 pincée de curcuma
- 1 pincée de piment fort
- 1 pincée de sel

Préparation:

Pelez une grosse tomate, épépinez-la et coupez-la en petits morceaux. De même coupez le poivron en petits morceaux en prenant bien soin d'ôter les pépins. Hachez finement une gousse d'ail ainsi petit bouquet de persil et de coriandre.

Placez les légumes dans une poêle puis ajoutez les épices : une pincée de sel, de gingembre, de curcuma, le paprika, le piment fort (si vous aimez), l'ail, le persil et la coriandre hachée. Versez deux cuillères à soupe d'huile d'olive et mélangez bien le tout.

Mettez la poêle sur feu doux et laissez réduire environ 35 minutes en remuant de temps à autre. La salade doit cuire jusqu'à ce que les morceaux de tomate forment une purée et jusqu'à ce que l'ensemble du jus se soit évaporé.

Une fois la préparation cuite, éteignez le feu puis saupoudrez d'une cuillère à café de cumin moulu. Bien mélanger.

Le tchakchouka est une salade qui peut se déguster tiède ou froide.

Bon appétit !