

POIVRONS FARCIS DE SEMOULE



Pour 4 personnes :

**2 poivrons rouges
2 poivrons jaunes
200g de semoule de couscous précuite
20g de beurre
40g d'olives noires
4 tomates
100g de feta
15cl de bouillon de volaille
4CS d'huile d'olive**

**Coupez les poivrons en 2.
Retirez les graines et les cloisons.
Posez-les sur la plaque du four et arrosez d'huile d'olive.
Enfournez pour 15 min à 200°C.
Sortez-les puis salez et poivrez l'intérieur.
Faites gonfler 15 min la semoule avec 20cl d'eau bouillante salée.
Egrenez la semoule en incorporant 20g de beurre.
Mélangez-la avec les olives noires coupées en 4, les tomates coupées en dés et la feta en cubes.
Remplissez de cette farce les demi-poivrons et arrosez-la de bouillon de volaille.
Faites cuire 10 min dans le four.
Se déguste à la sortie du four...
Ou
Préparez-les à l'avance...
Laissez-les refroidir et réservez-les au frais...
également très bon !**