

Recette de janvier
Sans viande



Prête en
45 minutes



2506 kJ
600 kcal p. p.

Gnocchi de semoule à la sauce aux poivrons



VE-1/W 01-05/09

 Mix
SQ5-COC-21279
© 1996 FSC

coop

Pour moi et pour toi.

Ingrédients pour 2 personnes

2 dl de bouillon de légumes

1½ dl de lait

75 g de semoule de blé dur

80 g de Sbrinz râpé

1 cs d'huile d'olive

1 gousse d'ail

1 pot de peperonata (env. 290 g)

2 cs de purée de tomates

1 dl d'eau

Sel et poivre

½ bouquet de basilic effeuillé



1

Faire bouillir le bouillon et le lait. Y verser la semoule en pluie et la faire cuire à petit feu tout en remuant env. 3 min. Retirer la casserole du feu, couvrir et laisser gonfler env. 5 min., incorporer la moitié du Sbrinz.



2

Verser la semoule sur une plaque chemisée de papier sulfurisé et la lisser sur env. 1 cm. La découper en losanges et en garnir 2 petits moules à four graissés, parsemer du restant de fromage. Cuisson: env. 25 min. au four préchauffé à 220 °C.



3

Chauffer l'huile dans une casserole, y faire suer l'ail écrasé. Ajouter la peperonata hachée et mélangée à la purée de tomates et à l'eau, faire bouillir, assaisonner, ajouter le basilic et napper les gnocchi de sauce.

LISTE DES COURSES



Ail



*Peperonata Saclà,
290 g



Sbrinz râpé
Coop, 120 g



Semoule de blé
dur Coop, 500 g



Bouillon
de légumes Maggi
8 cubes, 80 g



Chianti Classico
DOCG
Villa Franchi
Triacca

Le conseil du sommelier:

📍 **Provenance:**
Italie (Toscane)

🍷 **Cépages:**
Sangiovese,
Canaïolo

🍷 **Caractéristiques:**
robe pourpre
lumineuse, bouquet
raffiné avec des
arômes de violettes
et de baies rouges,
délicates notes de
clous de girofle, frais
et fruité au palais
avec une structure
vive et des arômes
de fût de bois bien
présents, belle
structure, tannins
encore un peu
jeunes

Coop ne vend pas
d'alcool aux jeunes
de moins de 18 ans.

*En vente dans les grands supermarchés Coop.

Il vous faut aussi: ■ lait ■ huile d'olive ■ purée de tomates ■ sel
■ poivre ■ basilic

Les produits photographiés sont des suggestions. Si l'un d'entre eux n'est pas disponible, vous en trouverez certainement un autre dans votre Coop qui fera aussi l'affaire.



PEPERONATA SACLÀ...

Saclà s'est inspiré de la cuisine du nord de l'Italie pour préparer sa peperonata: une recette à base de poivrons, de tomates et d'oignons. Les poivrons et les tomates pelés, épépinés et coupés en morceaux et les oignons hachés sont mis à mijoter dans

une cocotte avec du beurre et de l'huile d'olive, puis assaisonnés avec du sel, du poivre, du vinaigre de vin et de l'ail. La peperonata est prête lorsque tous les ingrédients sont cuits et que le liquide est presque entièrement évaporé. Elle se mange chaude ou froide.