









Ingrédients

3 grosses pommes de terre





F

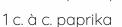
5 petits oignons





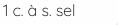


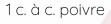


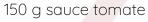


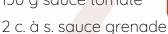


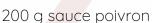














350 g riz

7 c. à s. huile d'olive



Matériel

Saladier Marmite Coûteau

Presse-agrumes Cuillère à café et à soupe Planche à découper

Recette

- 1. Hacher finement le persil et la coriandre
- 2. Mélanger avec le riz cru
- 3. Trancher finement les pommes de terre et disposer les tranches dans la marmite avec un fond d'huile
- 4. Farcir les feuilles de vigne avec le mélange riz-herbes et les disposer sur les tranches de pommes de terre
- 5. Recouvrir le tout avec le mélange sauce tomate - sauce poivron - sauce grenade paprika - jus de citron - 3 c. à s. d'huile d'olive et de l'eau
- 6. Cuire à feu doux pendant 40 minutes



Avec le soutien de :







