

Oeufs pochés poivrons, tomates, quinoa



INGREDIENTS

- 2 oeufs
- 1 trio de poivrons congelé
- 80g de quinoa
- 1 boîte de tomates entières
- sel, poivre

PRÉPARATION:

Mettre de l'eau à bouillir puis y plonger le quinoa après l'avoir rincé. Pendant ce temps-là, faire cuire les poivrons puis ajouter les tomates. Une fois la préparation cuite, faire 2 petits puits et y déposer les œufs pour les pocher.

Lorsque les œufs sont cuits, vous n'avez plus qu'à déguster accompagné du quinoa, salé et poivré à votre convenance. Temps de préparation : 15 mn

Une recette simple et excellente!!

Vous nous en direz des nouvelles!!