

# Oeufs pochés poivrons, tomates, quinoa



Pour 1 personne

Préparation: 15mn

Cuisson: 10mn



## INGRÉDIENTS

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

## PRÉPARATION:

1. Mettre de l'eau à bouillir puis y plonger le quinoa après l'avoir rincé.
2. Faire cuire les poivrons puis ajouter les tomates.
3. Une fois la préparation cuite, faire 2 petits puits et y déposer les œufs pour les pocher.
4. Lorsque les œufs sont cuits, vous n'avez plus qu'à déguster accompagné du quinoa, salé et poivré à votre convenance.

*Une recette simple et excellente!!*

*Vous nous en direz des nouvelles!!*