

Coquillettes aux petit légumes



Ingrédients (pour 4 personnes):

250 g de coquillettes au blé complet (cru)
2 aubergines
2 courgettes
2 poivrons rouges
1 c. à soupe d'huile d'olive

Préparation :

Dans une sauteuse, mettre l'huile d'olive, y faire griller les poivrons. Enlever la peau des poivrons et les couper en dés. Couper les aubergines et les courgettes en dés et les mettre dans la sauteuse. Ajouter les poivrons. Couvrir et laisser mijoter. Faire cuire les coquillettes dans de l'eau à ébullition (cf temps indiqué sur le paquet), égoutter et ajouter dans la sauteuse avec les petits légumes cuits. Laisser mijoter 10 mn et assaisonner selon les goûts.

A accompagner d'une viande blanche (poulet ou poisson) grillée ou cuite au four.