

recette écomiam

KEBAB SAUCE VERTE



4 pers.



20 min



20 min

Ingrédients

Surgelés écomiam

- 4 pains kebab décongelés
- 250g de carottes en rondelles surgelées
- 200g d'oignons rouges émincés surgelés
- 500g de lamelles kebab surgelées
- 10g de persil surgelé
- 100g d'épinards en branches en portions surgelés

Épicerie / Marché

- 1 càc de paprika
- 1 càc de cumin
- 2,5cl d'huile d'olive
- 30g de beurre

Préparation

- Dans une casserole d'eau bouillante, plongez les épinards branches pendant 1min. Égouttez-les.
- Dans un mixeur, ajoutez les épinards, le persil et l'huile d'olive. Salez, mixez et réservez.
- Dans une poêle, faites fondre le beurre, ajoutez les carottes et laissez revenir 5 min.
- Ajoutez les oignons rouges et les lamelles kebab, puis le paprika et le cumin. Faites cuire 5 min.
- Sur une plaque recouverte de papier cuisson, placez les pains kebab. Faites cuire au four à 200°C pendant 8 min.
- Ouvrez les pains kebab en deux, tartinez de sauce «chlorophylle» et ajoutez la viande kebab.

Bon appétit !