

Fabuleuse légumeuse façon paëlla

Pour 10 personnes

Ingrédients :

- Riz long bio 1 kg
- Haricots rouges 400 g
- Lentilles Blondes 400 g
- Pois chiches 250 g
- Chorizo fort 200 g
- Poisson fumé 200 g
- Oignons 200 g
- Poivrons Rouges 100 g
- Tomates Concassées 400 g
- Crevettes 10 (1 par personne)
- Huile d'olives
- Ail

. Faire tremper les légumes secs la veille

. Mettre à cuire séparément les légumes secs.

. Mettre le riz à cuire façon pilaf

. Découper le chorizo et le poisson fumé en petits cubes

. Faire revenir dans un poêlon, le chorizo, le poisson fumé, les poivrons, les oignons et l'ail.

. Réserver

. Mettre ensuite les tomates concassées et laisser mijoter

. Réserver

. Dans un bocal, mettre le riz cuit, le mélange de légumes secs bien cuits

. Sur le dessus, en 3ème couche, mettre le mélange de chorizo, de poisson fumé et de poivrons

. Finir en y mettant la compotée de tomates et la crevette

. Finir de remplir le bocal, le fermer et réchauffer au four : thermostat 4 pendant 30 mn au bain-marie.