

Les dolmas

FONDATION



RIZ DE
SAINT-VINCENT

- ✓ Plat Principal
- ✓ Facile
- ✓ Bon marché

- Temps de préparation : 1 heure 30 min
- Temps de cuisson : 30 minutes



Ingrédients (pour 15 parts) :

- Riz
- Tomates
- Chou
- Viande de bœuf hachée

Préparation de la recette :

1. Découper les feuilles de chou puis les ébouillanter 5 min.
2. Les tremper dans de l'eau froide puis les poser sur du papier absorbant.
3. Faire cuire le riz.
4. Emitter la viande puis la faire cuire dans un Wok avec de l'huile d'olive.
5. Couper les tomates fraîches et celles en boite, puis mélanger le tout avec le coulis de tomates à la viande hachée.
6. Reprendre la feuille de chou, l'étaler sur du papier cellophane, mettre une grosse cuillère à soupe de farce, rouler et c'est prêt !

Bon appétit !