



Petit Pois Au Poulet Au Four

Fırında Tavuklu Bezelye



1 kg de petits pois frais
½ kg de viande de poulet
2 oignons
2 pommes de terre
3 morceaux de poivron vert
1 carotte
1 cuillère à soupe de pâte de tomate
1 tasse d'huile végétale
1 cuillère à café de sel
2 tasses de bouillon de poulet
Pour la surface :
1 tasse de fromage râpé
2-3 tomates

Faites cuire l'oignon dans l'huile, puis rajoutez des carottes coupé en demi rond puis laissez cuire pendant 5 minutes.

Puis rajoutez la viande de poulet et laissez cuire jusqu'à qu'il blanchissent. Rajoutez des petit pois. Tournez pendant 10 minutes puis rajoutez de la pâte de tomate, des piments coupés en gros, de pommes de terre coupé en petit et du sel.

Rajoutez enfin du bouillon de poulet ou de l'eau. Fermez la cocotte-minute. Quand il est au point de bouillir, diminuez la température et laissez cuire pendant 7-8 minutes.

Versez le mélange dans un plat capable de résister à haute température. Saupoudrez du fromage dessus puis des tranches de tomates coupés en rond.

Placez au four préchauffé à 190 degrés. Faites cuire jusqu'à que les tomates de détendent.

Servez chaud.

N-B; Il faut faire moins cuire dans la cocotte-minute car le plat va cuire dans le four aussi.