



Elvea, L'Italie chez vous

Arrabiata boulgour a l'aubergine, halloumi, yaourt a la menthe & feta



Ingrédients pour 4 Personnes

400 g de	boulgour
200 g de	halloumi
2	aubergines
200 g de	tomates cerises
1 bocal de	ELVEA sauce pour pâtes Arrabiata
2 gousses d'	ail
80 g de	feta
1 cuillère à café de	origan séché
0,50 cuillères à café de	poudre de poivron

Pour la sauce au yaourt

200 g de	yaourt grec
1	mini-concombre râpé
12,50 ml de	jus de citron vert
poignée de	poignée de menthe finement hachée
	poivre
	sel

Préparation

1. Coupez l'halloumi en tranches et faites-les cuire jusqu'à ce qu'elles soient croquantes. Réservez.
2. Entre-temps, faites cuire le boulgour.
3. Coupez les aubergines en cubes et faites-les revenir dans un filet d'huile. Coupez les tomates-cerises en 2 et émincez l'ail. Ajoutez-les et assaisonnez ensuite de poudre de paprika, d'origan séché, de poivre et de sel.
4. Mélangez bien le tout et déglacez avec la sauce arrabiata. Laissez mijoter pendant quelques minutes.
5. Pendant ce temps, préparez la sauce au yaourt en mélangeant tous les ingrédients.
6. Incorporez le boulgour cuit dans la sauce. Répartissez dans les assiettes et finalisez avec l'halloumi, la feta émiettée et la sauce au yaourt.





Elvea, L'Italie chez vous

Info recette: Chloé Kookt

