

Goulash de cervelas façon Tilsit

Conseil: À servir avec du pain croustillant.



Pour 4 personnes
Préparation: env. 40 minutes
Difficulté: facile

1. Faire revenir les cervelas de tous les côtés sans ajouter de matière grasse pendant environ 5 minutes, retirer.
2. Chauffer le beurre à rôtir dans la même poêle, faire revenir l'oignon, les pommes de terre et les poivrons pendant environ 3 minutes. Ajouter l'ail, la purée de tomates et le piment en poudre, cuire 2 minutes supplémentaires.
3. Verser le bouillon, porter à ébullition. Réduire la température, cuire à couvert et à feu doux pendant environ 15 minutes. Ajouter les cervelas, laisser mijoter 2 minutes supplémentaires, assaisonner.
4. Ajouter le TILSIT, couvrir la poêle et laisser fondre le fromage. Parsemer de ciboulette.

Ingrédients

- 4 cervelas, sans la peau, en bâtonnets de 5 cm env.
- Un peu de beurre à rôtir
- 1 oignon, en fins quartiers
- 500 g de pommes de terre fermes à la cuisson, en quartiers
- 2 poivrons rouges, en morceaux
- 2 gousses d'ail, hachées
- 2 cc de purée de tomates
- 1 cs de piment en poudre ou de paprika
- 3 ½ dl de bouillon de viande
- Sel, piment en poudre, selon votre goût
- 250 g de TILSIT VERT, en dés
- 2 cs de ciboulette, finement hachée

Valeurs nutritives par portion

627
kcal

43g
lipides

23g
glucides

33g
protéines



Vidéo de la recette
www.tilsiter.ch/rec5

