

Kasha au sarrasin avec bacon et maïs

Vous êtes à court de temps? Cette recette de kasha est très rapide à effectuer et vous offre un excellent mélange de saveurs et d'éléments nutritifs!

Ingrédients:

70 g (2½ oz) de bacon, 4 tranches, coupées en carrés de ½ po

85 g (3 oz) de maïs en grain surgelé

½ petit oignon, haché

3 gousses d'ail, hachées

60 g (¼ tasse) de poivrons rouges, en dés

60 g (¼ tasse) de poivrons verts, en dés

2 tomates moyennes, hachées

4 brins de thym frais, feuilles retirées de la tige (ou 1 c. à thé de thym sec)

62 ml (¼ tasse) de persil, haché

Jus de citron de ½ citron

225 g (1 tasse), de Kasha (grau de sarrasin)

500 ml (2 tasses) de bouillon de poulet

Sel, au goût

1 ml (¼ c. à thé) de poivre noir

Préparation :

1. Étendre le bacon dans le fond du panier du cuiseur de riz. Déposer les huit ingrédients suivants sur le dessus. Déposer le panier dans le cuiseur de riz, sélectionner le réglage de cuisson à la vapeur (Steam), régler la minuterie à 10 minutes, puis appuyer sur la touche de mise en marche (Start).
2. Après le signal sonore, appuyer sur OFF, déposer les autres ingrédients dans le panier, sélectionner la cuisson rapide (Quick Cook), puis appuyer sur la touche de mise en marche (Start).
3. Après le signal sonore, retirer le kasha du panier.