

SOUVLÁKI VÉGAN



Par

Fabrice Mignot

Dans

Ep.02 - La Grèce, les souvláki et le tzatziki

INGRÉDIENTS :


- 1 aubergine
- 1 oignon rouge
- 2 poivrons rouges
- 2 poivrons verts
- 8 champignons de Paris
- 8 tomates cerises
- POUR LA MARINADE
- 10 g d'origan frais
- 2 citrons jaunes
- 2 grosses gousses d'ail
- 8 cl d'huile d'olive

RECETTE :


Notez cette recette !

1. Enlevez le pied des champignons. Taillez l'oignon en quartiers, les poivrons et l'aubergine en cubes. Laissez les tomates cerises entières.
2. **Dans un saladier préparez la marinade** des [souvláki](#). Faites-y mariner tous les légumes 20 min.
3. Montez les brochettes en alternant les légumes.
4. Faites griller les brochettes dans une poêle légèrement huilée ou sur le barbecue. Dégustez avec la [sauce tzatziki](#)

PRÉPARATION :

 30 minutes

 10 minutes

 4 personnes

 Facile