

PILAF DE MILLET À LA PROVENÇALE

*100g de millet
½ verre de coulis de tomates
2 oignons rouges en rondelles
1 carotte en petits dés
5 olives vertes coupées en lamelles
1 poivron vert coupé en petits dés
1 gousse d'ail hachée
sel - poivre - paprika
1 c. à s. d'herbes de Provence
1 c. à s. d'huile d'olive
un bouquet de persil haché*

Dans l'huile d'olive, faire rissoler l'oignon, la carotte et le poivron. Assaisonner de sel, de poivre, de paprika et d'herbes de Provence. Ajouter l'ail et les olives et laisser suer quelques minutes. Incorporer le millet, et recouvrir le tout du coulis de tomates et de 200ml d'eau. Porter à ébullition puis baisser le feu et laisser mijoter un bon quart d'heure. La cuisson est terminée quand toute l'eau a été absorbée. Servir en accompagnement, avec des galettes par exemple, garni de persil haché.