

## Riz aux courgettes



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 10 mn

**Cuisson** : 40 mn

*Même en hiver, les envies de légumes sont les plus fortes ! Aujourd'hui, nous vous proposons un plat simple, complet et savoureux : le riz aux courgettes.*

### Ingrédients

- 300 g de tomates pelées
- 2 courgettes
- 200 g de riz
- 1 bouillon cube
- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- huile d'olive
- sel, poivre

### Préparation

- 1 Pelez, lavez et hachez finement l'oignon et l'ail. Coupez grossièrement les tomates pelées. Faites revenir ces légumes dans une sauteuse avec un filet d'huile d'olive pendant 3 minutes.
- 2 Lavez, épépinez et coupez les courgettes. Ajoutez-les dans la sauteuse. Salez, poivrez. Laissez mijoter 15 minutes à feu doux à couvert.
- 3 Au bout de ce temps ajoutez le riz ainsi que 25cl de bouillon de volaille. Couvrez et laissez cuire à feu doux 20 minutes.
- 4 Bon appétit!

Proposé par



**lesbonsrestaurants**

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

