

# metro



## Sandwich Sloppy Joe

Évaluer cette recette ★ ★ ☆ ☆ ☆ 2 Votes

4	0:15	0:30	0:45
PORTIONS	PRÉPARATION	CUISSON	TEMPS TOTAL

### Ingrédients

15-30 ml Huile d'olive  
(1-2 c. à soupe)

1/2 Oignon moyen, haché

125 ml Poivron rouge, coupé en dés  
(1/2 tasse)

125 ml Poivron vert, coupé en dés  
(1/2 tasse)

2 Gousses d'ail hachées fin

500 ml Sauce tomate  
(2 tasses)

80 ml Ketchup

### Préparation

Dans un poêlon, faire chauffer l'huile et y faire sauter l'oignon, les poivrons et l'ail pendant 5-6 min.

Ajouter la sauce tomate, le ketchup, la sauce Worcestershire (facultatif), le basilic, l'origan, le sel et le poivre. Réduire le feu à moyen et poursuivre la cuisson, à découvert, pendant 10 min.

Incorporer le sans-viande hachée italien émietté. Bien mélanger et poursuivre la cuisson pendant 1-2 min.

Couper les pains en deux et les disposer, ouverts, dans les assiettes. Garnir de la préparation Sloppy Joe et de fromage râpé (facultatif).

Source : Veggie Cuisine

### Accords vins et mets



#### Aromatique et souple

Ces vins mi-corsés se distinguent par des tannins souples apportant habituellement une certaine rondeur. Ils sont souvent dominés par des parfums

(1/3 tasse)

---

**15 ml** Sauce Worcestershire (facultatif)  
(1 c. à soupe)

---

**5 ml** Basilic séché  
(1 c. à thé)

---

**3 ml** Origan séché  
(1/2 c. à thé)

---

**1 ml** Sel  
(1/4 c. à thé)

---

**1 ml** Poivre noir concassé  
(1/4 c. à thé)

---

**1** Paquet de sans-viande hachée italien

---

**4** Petits pains

---

**125 ml** Fromage cheddar à faible teneur en gras, râpé  
(1/2 tasse) (facultatif)

---

de fruits mûrs ou des notes boisées  
(pain grillé, café ou vanille).  
Catégorie de produits : vin rouge.

© Société des alcools du Québec, 2007

---

## Mentions légales

**Metro Richelieu inc.**, ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.

---