



Cuisine et
dépendances

Topinambours glacés au miel



Grâce au mon panier bio, je (re)découvre les légumes de saison et automne ne rime plus avec monotone - pour peu qu'on s'intéresse à ces légumes oubliés. Cette fois, c'est une recette de topinambours qui conviendra j'espère à ceux (et celles) qui me réclamaient une recette à base de ces tubercules. Leur petit goût d'artichaud est vraiment exquis, à faire oublier la corvée d'épluchage !

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 400 g de carottes
- 400 g de topinambours
- 1 cuil à soupe d'huile
- 2 gousses d'ail
- 1 grosse cuil à soupe de miel
- 2 cuil à soupe de vinaigre de cidre
- 1 cuillère à café de gingembre en poudre
- 1 cuillère à café de curcuma
- 1 cuillère à café de cumin
- sel et poivre

Préparation :

Peler les carottes et les topinambours; couper tous les légumes en morceaux réguliers et dégermer l'ail.

Faire chauffer l'huile d'olive dans une poêle. Faire revenir l'ail émincé, les carottes et les topinambours. Saupoudrer d'épices, de sel et poivre et laisser mijoter à couvert 10 min environ.

Déglacer ensuite au vinaigre, ajouter le miel et laisser dorer quelques minutes.

Servir aussitôt, en accompagnement d'une volaille.

Le 06 Novembre 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/11/06/index.html>