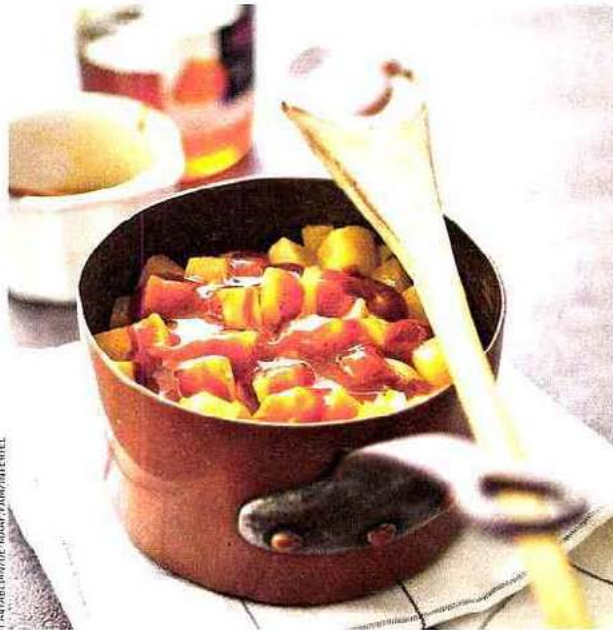




Navets laqués au caramel



Préparation : 5 min

Cuisson : 10 min env.

Pour 4 personnes :

- 2 navets de calibre moyen • 30 cl de jus de carotte (ou 5 carottes passées à la centrifugeuse) • 20 g de beurre • 2 cuill. à soupe de miel.

Préparation

- ▶ Lavez, pelez et taillez les navets en petits dés bien réguliers.
- ▶ Dans une sauteuse antiadhésive, déposez les cubes de navets. Ajoutez le beurre, le miel et couvrez à mi-hauteur avec le jus de carotte. Laissez cuire environ 7 à 8 min.
- ▶ Retirez les navets de la sauteuse et réservez-les. Faites réduire le liquide restant jusqu'à caramélisation.
- ▶ Enrobez les navets avec le caramel obtenu.

SHOPPING



1 - Carottes et tomates s'associent pour un ketchup naturel au goût fumé. Aix&Terra (220 g), 7,50 € env.

2 - Élégant, ce huilier en cristal passe à table. Avec bouchon ou pipette. Nude, Olea, 30 € env.

3 - À infuser, ce bouillon parfumé est réalisé avec des ingrédients naturels. Ariaké (5 sachets), 4 € env.

4 - Au pesto, cette moutarde est idéale pour relever les légumes grillés. Clovis (200 g), 2 € env.

5 - En fonte émaillée, cette cocotte préserve la saveur des légumes. Le Creuset, Bleu riviera, 160 € env.

6 - Résistant aux chocs thermiques, ce bol a 2 grands bords verseurs. Pyrex, Vintage (2,5 l), 10 € env.

7 - Ce mortier en bambou s'utilise pour broyer de nombreux ingrédients. Déglon (avec pilon), 31 € env.

8 - Sûre à utiliser, cette mandoline se règle précisément en hauteur. Tom press, 76 € env.

9 - En céramique, ces assiettes originales portent des motifs potagers. Sema (6 assiettes), 30 € env.