

Plat principal

Préparation :

20 min

Cuisson: 15 min

Niveau: 

Ingrédients:

Pour 2 personnes:

- 250 gr de topinambour
- 250 gr de carotte jaune
- 2 petits navets jaune (ou violet)
- 1 carotte orange
- 1 pied de poireau
- 1 oignon rouge
- 1 barquette de lardons (fumés)
- huile d'olive

Suggestion

- les lardons donnant le goût salé au plat, il est inutile d'ajouter du sel, du poivre, de cette manière, les ingrédients gardent leurs goûts intacts, et vous découvrirez de nouvelles saveurs! Servez avec un bon verre de rouge sans sulfite comme le "polychinel"

Boêlée de saison aux petits lardons

- épeluchez les topinambours avec un économome puis coupez-les en tranches assez fine.
- après avoir épeluché les carottes jaunes et orange,, coupez la carotte jaune en tranche et l'orange en lamelles
- faites en de même avec les navets et découpez les en petits cubes
- ensuite coupez le poireau en rondelle de même que l'oignon rouge..
- une fois les légumes prêts,, versez un peu d'huile d'olive dans un woket versez-y tous les légumes (sauf les poireaux) et recouvrez.
- après quelques minutes (5-6), mettez-y les lardons par dessus avec le poireau et laissez cuire à feu doux.
- quelques minutes plus tard (5-6), lorsque les lardons sont cuits, servez chaud!
- c'est prêt ... bon appétit



Suggestion de présentation