

RECETTE

Gratin de navets

(pour 4 personnes)

Préparation : 30 mn Cuisson : 25 mn

Ingrédients :

- 600g de navets
- 110g de beurre
- 50g de farine
- 100g de tome de vache râpée
- 1/2 L de lait
- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche d'Unifermé
- sel et poivre

Préparation:

1- Eplucher les navets. Les couper en rondelles et les plonger pendant 4 minutes dans de l'eau bouillante salée avant de les égoutter.

2- Mettre 40 g de beurre à fondre dans une cocotte, ajouter les navets, saler et faire étuver (avec couvercle) pendant 20 minutes à feu doux.

3- Beurrer largement un plat à gratin. Préchauffer le four à 240°C.

4- Pendant ce temp, dans une casserole sur feu doux, faire fondre le beurre. Ajouter la farine. A l'aide d'une spatule en bois, mélanger afin d'avoir un mélange bien homogène. Continuer à mélanger jusqu'à ce que ça s'épaississe légèrement. Ajouter le lait froid. Saler et poivrer. Continuer à mélanger sur feu doux jusqu'à épaississement de la sauce. Dans une jatte, mélanger les jaunes d'œuf avec la crème fraîche Hors du feu, ajouter ce mélange à la sauce en fouettant vivement. Remettre sur feu doux et ajouter la Tome râpée.

5- Disposer les navets dans le plat à gratin. Couvrir de sauce.

6- Passer le plat au grill jusqu'à ce que le dessus soit bien doré.



RECETTE

Tarte aux navets

(pour 6 personnes)

Préparation : 30 mn Cuisson : 55 mn

Ingrédients :

- 1 pâte brisée
- 1kg de navets
- 150g de lardons
- 4 cuillères à soupe de crème fraîche
- 2 œufs + 1 jaune
- persil
- Sel, Poivre



Préparation:

1-Eplucher et rincer les navets, coupez-les en fines rondelles. Faire revenir dans une sauteuse les lardons et les navets. Saler, poivrer, ajouter 2 verres d'eau. Laisser étuver à feu doux 15 mn. Faire évaporer l'eau de cuisson à découvert.

2- Préchauffer le four à 180°C.

3- Étaler la pâte dans un moule beurré, piquer le fond, faites cuire à blanc pendant 10 mn.

5- Mélanger œufs et crème, poivrer, saler.

6- Sortir le fond de pâte, disposer les navets et les lardons, verser le mélange œufs-crème.

7-Remettre la tarte au four et laisser cuire 30-35 mn.



RECETTE

Galettes de pommes de terre et navets

(pour 6 personnes)

Préparation : 25 mn Cuisson : 10 mn

Ingrédients :

- 600g pommes de terre
- 600 g de navet
- huile d'olive
- 2 oignon
- 2 œufs
- 4 cuillères à soupe de farine
- persil
- Poivre et Sel



Préparation:

- 1- Râper les pommes de terre et les navets.
- 2- Hacher l'oignon et le persil avant de les ajouter aux légumes râpés.
- 3- Ajouter les œufs et la farine et bien mélanger le tout. Puis saler et poivrer la préparation.
- 4- Faire chauffer de l'huile d'olive dans une poêle avant de déposer 4 cuillères de préparation. Faire bien dorer les galettes d'un côté, les retourner et laisser dorer sur l'autre face. Une fois cuite les déposer sur un papier absorbant. Faire cela jusqu'à épuisement de la pâte.

Servir bien chaud en accompagnement d'un rôti de bœuf ou de porc.



RECETTE

Poulet aux navets et au miel

(pour 6 personnes)

Préparation : 15 mn Cuisson : 20 mn

Ingrédients :

- 15 navets (taille moyenne)
- 3 filets de poulet
- 2 oignons
- Huile d'olive
- 6 cuillères de miel
- 3 cuillères à café de gingembre
- 3 Cuillères à café de cumin
- Sel et Poivre

Préparation:

- 1- Peler les navets, les couper en rondelles et les faire cuire 10 min à la vapeur.
- 2- Découper les oignons en rondelles et les faire revenir quelques secondes dans l'huile d'olive.
- 3- Ajouter le poulet coupé en cubes et faire dorer.
- 4- Ajouter du sel, le gingembre et le cumin, mélanger.
- 5- Ajouter les navets, mélanger et laisser mijoter sur feu doux 5 min.
- 6- Ajouter le miel, bien mélanger et laisser de nouveau mijoter à feu doux 5 à 10 min.

