

POTÉE DE CHOU ET RUTABAGA

Cuisson : 40 à 50 min



Ingrédients :

- 2 oignons
- 3 carottes
- 6 petites pommes de terre
- 1 rutabaga
- 1 chou vert
- 1 c à s de thym
- 1 c à s de romarin
- 1 c à c de mélange 4 épices
- 1 c à c de curcuma
- 2 c à s d'huile d'olive
- Sel et poivre

Emincer les oignons et les faire blondir avec l'huile d'olive dans un faitout.

Couper les carottes en rondelles et les ajouter aux oignons ainsi que le thym, le romarin, le curcuma, le 4 épices le poivre et le sel.

Couvrir d'eau et cuire à couvert 10 min à feu doux

Couper le chou en gros morceaux, le rutabaga et les pommes de terre en gros cubes et les ajouter dans le faitout.

Poursuivre la cuisson 30/40min. Les légumes doivent être fondants en fin de cuisson

Servir bien chaud.

Source recette : Magazine « Esprit Veggie » - Hiver 2018