

LES PETITS LEGUMES DE PRINTEMPS CUIITS ET CRUS

Pour 4 personnes

Quatre petits artichauts

Deux/trois pommes de terre nouvelles

Quatre petits oignons blancs nouveaux

Quatre jolies carottes et navets nouveaux

Quelques asperges

Quelques petits radis roses

Deux têtes d'asperges



Bien laver tous les légumes, gratter les pommes de terre, les carottes et les navets, enlever la première feuille aux oignons et les premières feuilles d'artichauts.

Laisser 3/4 centimètres de tige aux oignons et garder un peu de tige des carottes et navets.

Réserver deux radis roses et les couper à la mandoline en fines lamelles dans le sens de la longueur.

Tailler de même deux têtes d'asperge en fins copeaux.

Mettre tous les légumes dans une cocotte chauffée avec 2/3 cuillères à soupe d'huile d'olive, saler.

Laisser cuire environ 5 minutes en remuant.

Ajouter environ 10cl d'eau ou de bouillon de volaille, cuire encore quelques minutes à couvert.

Poivrer et ajouter un filet d'huile d'olive.

Poser par dessus les lamelles de radis et d'asperges crus marinés quelques minutes dans un peu d'huile d'olive et de fleur de sel.

Bonne dégustation !