



MANGEONS
de saison

LÉGUMES ANCIENS RÔTIS AU MIEL ET AUX ÉPICES DE NOËL

[d'après le site emma.cuisine.over-blog.com]

6 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN

CUISSON : 1 H

INGRÉDIENTS

3 PANAIS

4 RUTABAGAS

20 TOPINAMBOURS

25 G DE BEURRE

15 CL D'EAU

UNE BRANCHE DE ROMARIN

4 CS DE MIEL

2 BADIANES (ANIS ÉTOILÉ)

3 CARDAMOMES

3 CS D'ÉPICES SAVEUR

PAIN D'ÉPICES OU 3 CS

DE CANNELLE

SEL, POIVRE

Laver les légumes et éplucher les légumes avec un économe

Couper les panais en 2 dans le sens de la longueur, les rutabagas en quartiers et les topinambours en 2 s'ils sont gros.

Disposer les légumes dans un plat à gratin

Arroser avec l'eau, ajouter le miel, les épices, le romarin puis assaisonner avec le sel et le poivre. Ajouter le beurre coupé en petits morceaux sur les légumes.

Enfourner pendant 60 minutes à 180°C en veillant à arroser régulièrement les légumes rôtis avec le jus au miel et aux épices de Noël.

Servir chaud.



BOURGES