

QUE FAIRE AVEC...

... 1 botte de Navet ?



Gratin de navets

- ✿ Laver et émincer 1 botte de navets avec les fanes et couper les en rondelles pas trop fines. Cuire à l'étouffée avec très peu d'eau pendant 15 mn. Egoutter et placer dans un plat à gratin.
- ✿ Chauffer **20 g de beurre** ou d'huile d'olive dans une casserole. Ajouter **20 g de farine de blé** d'un seul coup et bien remuer. Ajouter **15 cl de lait de soja**, petit à petit tout en remuant bien. La sauce doit être plutôt épaisse. Saler. Verser sur les navets.
- ✿ Mélanger **40 g de pain grillé** mixé (ou chapelure) avec **20 g de comté râpé**. Parsemer sur le gratin.
- ✿ Enfourner pour 15 mn à 180 °C.

* * *

Tatin de navets et poireaux aux quatre épices

- ✿ Eplucher les navets, et les couper en rondelles assez fines. Faire fondre **20 g de beurre** dans une poêle pour y faire revenir les navets. Lorsqu'ils sont dorés, verser **2 cuillères à soupe de miel** par-dessus, et laisser caraméliser. Couvrir d'eau à mi-hauteur et laisser confire 10 min à feu doux.
- ✿ Nettoyer **2 ou 3 poireaux**, réserver la partie vert foncé pour une autre recette (ex : soupe), et couper le reste en rondelles. Dans une casserole, couvrir d'eau salée à mi-hauteur et laisser cuire 8 à 10 min. Faire caraméliser les poireaux avec **20 g de sucre**.
- ✿ Mélanger **1 cuillère à soupe de miel** et **1 cuillère à café de quatre épices** (poivre, noix de muscade, cannelle et clou de girofle), en chauffant légèrement si nécessaire. Beurrer un moule à manquer, et y verser le mélange.
- ✿ Ranger les navets confits et les poireaux caramélisés dans le fond du moule en les serrant bien. Saler. Dérouler **une pâte feuilletée** sur les légumes en rentrant bien les bords sur les côtés du moule. Piquer la pâte à la fourchette.
- ✿ Enfourner 20 min à 200°C. Laisser refroidir la tarte Tatin avant de la démouler.

* * *

Roulé de feuilles de navet au jambon (4 personnes)

- ✿ Trier et laver les feuilles des navets, sans conserver le bas de la tige sans feuilles, parfois filandreux. Plonger dans l'eau bouillante pendant 10 min. Egoutter et hacher.
- ✿ Dans un saladier, battre **3 œufs**. Ajouter les fanes de navet, saler et poivrer. Mélanger. Etaler cette omelette sur une plaque recouverte de papier cuisson. Faire cuire 15 min dans le four préalablement chauffé à 210°C.
- ✿ Démouler et étaler **150 g de fromage** sur l'omelette cuite. Disposer **4 tranches de jambon cuit** sur le fromage. Rouler et serrer dans un film étirable. Mettre au réfrigérateur pendant 2h minimum.
- ✿ Couper en tranche au moment de servir.

* * *

Navets nouveaux confits au miel et la sauce soja

- ✿ Couper les fanes des navets nouveaux en conservant un demi-centimètre de vert (réserver les fanes pour la recette ci-après !).
- ✿ Brosser les navets et les rincer. Ne pas les éplucher car la peau est très fine. Les couper en 2 s'ils sont un peu gros pour une cuisson homogène.
- ✿ Faire chauffer doucement **20 g de beurre** dans la sauteuse puis ajouter les navets, **1 cuillère à café de miel**, **2 cuillères à café de sauce soja** et **½ verre d'eau**. Mélanger.
- ✿ Couvrir et faire cuire jusqu'à l'évaporation de l'eau. Poivrer. Ce n'est pas la peine de saler grâce à la sauce soja.
- ✿ En fin de cuisson, faire rouler les navets avec une cuillère pour les enrober de la sauce sirupeuse.

* * *

Tatin de navets confits au magret de canard

- ✿ Nettoyer et peler (facultatif) les navets, les couper en rondelles et faire cuire 5 min à feu doux à couvert avec un peu de sel et de l'eau à hauteur, puis égoutter.
- ✿ Dans une casserole, faire réduire **30 cl de vin blanc** de moitié (à feu vif).
- ✿ Caraméliser **50 g de sucre en poudre** dans une sauteuse avec une goutte d'eau. Ajouter **une noix de beurre** quand le sucre est dissout. Hors du feu, ajouter **2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique** et **2 cuillères à soupe de jus d'orange**. Remuer vivement.
- ✿ Remettre la préparation sur le feu, ajouter le vin, **50 g de beurre**, du sel et du poivre.
- ✿ Plonger les navets dans ce sirop, couvrir au $\frac{3}{4}$, puis laisser cuire en les retournant fréquemment jusqu'à ce qu'ils soient tendres et enrobés d'une couche sirupeuse (10 min environ).
- ✿ Tapisser le fond d'un plat à tarte avec du **papier sulfurisé**, et y aligner les navets.
- ✿ Poser **une pâte feuilletée** piquée avec une fourchette, en faisant glisser les bords contre le moule.
- ✿ Enfourner 25 min à 200°C. A la fin de la cuisson, laisser la tarte tiédir 5 min, puis la retourner dans un plat. Décorer de lamelles de **magret de canard fumé**.

* * *

Quiche aux fanes de navet

- ✿ Séparer les fanes des navets (réserver les racines pour une autre préparation). Laver les fanes et les faire cuire à la vapeur pendant 10 min. Egoutter et couper en petits morceaux, en particulier les tiges les plus fibreuses.
- ✿ Faire revenir **200 g de lardons** dans une poêle.
- ✿ Dans un saladier, mélanger **4 œufs**, **15 cl de crème fraîche** et une pincée de sel. Ajouter **50 g d'emmental râpé**, les lardons et les fanes, puis mélanger.
- ✿ Etaler la préparation sur **une pâte brisée** et parsemer avec **50 g d'emmental râpé**.
- ✿ Enfourner 20 à 25 min dans un four à 180°C

* * *

Salade de navets nouveaux

- ✿ Laver sans éplucher les navets nouveaux et les couper en tranches fines de 2 mm.
- ✿ Dans un saladier, mettre **15 cl d'huile d'olive** mélangée avec $\frac{1}{4}$ de **gousse d'ail** hachée fin et **une cuillère à soupe de vinaigre de vin rouge** ou balsamique, sel et poivre.
- ✿ Mélanger cet assaisonnement avec les navets, et laisser mariner une nuit au réfrigérateur en couvrant.
- ✿ Servir en entrée ou en apéritif.

* * *

Navets glacés

- ✿ Peler les navets s'ils sont de taille moyenne (s'ils sont très petits, c'est inutile – ôter seulement la base des feuilles). Les couper en cubes.
- ✿ Faire fondre 30 g de **beurre** dans un poêle. Ajouter les navets et les faire sauter à feu doux.
- ✿ Quand ils deviennent un peu transparents, ajouter 2 cuillères à soupe de **sucre** et remuer.
- ✿ Ajouter un peu d'eau pour déglacer. Couvrir et les laisser cuire 20 à 30 mn.
- ✿ A la fin de la cuisson, ajouter une cuillère à soupe de **vinaigre de vin** et saler légèrement.
- ✿ Servir en accompagnement d'une viande (bœuf ou ...magret de canard) ou au milieu d'un plat de spaghetti.