

# QUE FAIRE AVEC...

## ... 600 g de Navet ?



### Purée de navets

- ✿ Eplucher les navets, **80 g de carottes** et **60 g de pomme de terre**, puis les couper en gros cubes.
- ✿ Dans une cocotte, les faire revenir quelques instants dans **2 cuillères à soupe d'huile d'olive** chaude. Couvrir d'eau. Saler. Porter à ébullition, puis baisser le feu et faire cuire à feu doux, au minimum 45 min.
- ✿ Quand les légumes sont bien tendres, les sortir de l'eau. Réserver l'eau de cuisson pour ajuster la consistance de la purée. Poivrer et mixer. Vérifier l'assaisonnement et la consistance.
- ✿ Servir la purée décorée de **quelques feuilles de persil**.

\* \* \*

### Velouté de carottes, navets au curry et gingembre (4 personnes)

- ✿ Laver, éplucher et émincer grossièrement **1 kg de carottes**, les navets, **2 échalotes** (ou un oignon), **2 gousses d'ail**, et **1 branche de céleri**.
- ✿ Les faire revenir avec de **l'huile d'olive** dans un faitout ou le fond d'une cocotte minute.
- ✿ Saler, poivrer, ajouter une **petite boîte de maïs** et **1 litre de bouillon** (miso ou autre)
- ✿ Faire cuire à couvert 25 min (ou 10 min après le sifflement de la cocotte minute). Vérifier que carottes et navets sont bien tendres et mixer le tout.
- ✿ Ajouter **1 cm de gingembre râpé**, **1 cuillère à soupe de curry** et **4 cuillères à soupe de lait de coco** (ou plus selon les goûts).
- ✿ On peut décorer avec des feuilles de **coriandre émincées**.

\* \* \*

### 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.