

LES

RECETTES DU MARCHÉ

11 MAI 2019

PRINTANIÈRE DE LÉGUMES DU MARCHÉ
POUR 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS :

200G DE CAROTTES

150G DE CÉLERI - RAVE

1 COURGETTE

1 PETIT CHOU-FLEUR OU AUTRES LÉGUMES DU MOMENT...

BOUILLON DE LÉGUMES.

PRÉPARATION :

1. EPLUCHER CHAQUE LÉGUME ET LES TAILLER SELON SA NATURE EN BÂTONNETS OU EN PETITS BOUQUETS.

2. LES CUIRE SÉPARÉMENT DANS UN PEU DE BOUILLON DE LÉGUMES

3. LES AJOUTER AU DERNIER MOMENT DANS LA SAUCE AVANT DE DRESSER LE PLAT.

