Poireaux rôtis

Bien être / plat

Par Qookster

Détail de la recette



Difficulté	Couverts	Prix	Préparation	Cuisson
Facile	4	$	10min	15min

Simplicité... efficacité...

Bonjour! Je te propose aujourd'hui une recette d'une simplicité enfantine mais que j'adore: les poireaux rôtis! C'est un accompagnement idéal aussi bien pour une pièce de viande qu'un poisson ou encore pour compléter un repas végétarien. L'assaisonnement que je te propose est très basique: huile d'olive, piment , sel et poivre; mais tu pourras le faire évoluer à ta guise.

Liste des ingrédients

2 poireaux de bonne taille

2 cs d'huile d'olive

1 cc. de fleur de sel

1/2 cc. de poivre grossièrement concassé

1/2 cc. de flocon de piment

Étapes de préparation

1

Porte un grand volume salée à ébullition. Pare les poireaux de leurs racines et coupe juste le haut du vert.



2

Fais-les blanchir dans l'eau environ 5 minutes, puis égoutte-les et coupe-les en deux dans la longueur.



3

Chemise une plaque de four de papier cuisson, dispose les poireaux face coupée en dessous sur la plaque. Badigeonne avec l'huile d'olive et assaisonne avec le sel, le poivre et le piment.



4

Fais-les cuire 10 minutes dans un four préchauffé à 180°c.
Laisse refroidir légèrement et régale-toi! Bon app'

