

Compotée de NAVETS aux 4 épices

Pour 4 personnes

Ingrédients

- 6 navets
- 2 pommes
- 1 cuillère à soupe de sucre de canne
- Sel, Poivre
- 4 épices : cannelle, gingembre, muscade, girofle
- sel poivre



Préparation

Laver, éplucher et couper en gros dés les navets et les pommes. Dans un plat en fonte de préférence, faire fondre une noix de beurre et y ajouter les navets et les pommes saupoudré de sucre (ou miel). A feu vif, laisser caraméliser légèrement quelques minutes tout en remuant. Ajouter un demi-verre d'eau, sel poivre, les 4 épices et couvrir. Laisser mijoter 30 min à feu doux en remuant régulièrement (ajoutez de l'eau si nécessaire). Corriger l'assaisonnement.

Servir cette compotée en accompagnement d'une viande rouge ou d'un gibier.