

Poêlée de NAVETS caramélisés au miel et au gingembre



Ingrédients

- 10 navets
- 1 morceau de racine de gingembre de 5 cm
- 1 c.s de miel
- 4 feuilles de sauge
- 3 brins de thym
- 2 c.s d'huile d'olive
- Sel, poivre

Préparation

Laver, peler et couper les navets en quatre. Dans une casserole avec un petit peu d'eau, faites cuire les navets 15 à 20 minutes pour qu'ils soient tendres et que l'eau de cuisson se soit évaporée.

Peler et émincer le gingembre. Dans une poêle, faire revenir les navets à feu vif dans de l'huile d'olive, avec le gingembre et le miel. Remuer régulièrement jusqu'à ce que le navet commence à caraméliser. Saler et poivrer légèrement.

Ciseler la sauge, effeuiller le thym et les ajouter à la préparation. Déglacer avec $\frac{1}{2}$ demi/verre d'eau, mélanger bien et servir !

Source : Femina.fr