

## PANAIS au four

### Ingrédients

- 1 kg de panais
- 10 cl huile olive
- 10 cl miel
- 1 pincée de romarin
- 2 Cuillères à soupe de graines de sésame



### Préparation

Eplucher les panais, les frotter avec le citron, et les couper en frites.

Dans un saladier mélanger huile + miel + romarin + graines de sésame, ajouter les panais et remuer.

Mettre au four 30 min et penser à aller de temps en temps.

Les légumes doivent être dorés;

Servir avec une salade.