

Poêlée topinambours et carottes



20' Temps de préparation

20' Temps de cuisson

Niveau

FACILE

Ingrédients

- 600 g de Topinambour
- 600 g de carottes
- 4 gousses d'ail
- Huile d'olive, curcuma et cumin

en option : coriandre et gingembre (frais ou en poudre)



1 Eplucher et couper en morceaux les carottes, les topinambour et l'ail.

2 Mettre de l'huile dans une poêle et faire revenir pendant 1 à 2 minutes l'ail. Ensuite ajouter dans la poêle les carottes et les topinambours. Laisser cuire 5 minutes en remuant.

Ajouter les épices : curcuma, cumin, sel et poivre (en option gingembre).

3 Ajouter un grand verre d'eau, baissez le feu et laissez mijoter 15 minutes (vérifié après 10 minutes s'il reste de l'eau, s'il n'y en a plus, rajouter en un peu).

A la fin de la cuisson rajouter de la coriandre fraîche si vous en avez!

