



# Côtes de blettes à la tomate

## INGRÉDIENTS

- 1 kg de blettes
- 2 tomates
- 1 oignon
- Crème
- 1 pincée de sel
- Huile d'olive

## PRÉPARATION

Pour commencer laver les côtes de bettes, couper les extrémités et garder seulement les feuilles vertes en bon état.

Ensuite couper les côtes de bettes en petits dés et les feuilles vertes en lamelles.

Porter de l'eau salée à ébullition et blanchir les côtes de bettes pendant 5 min.

Retirer et égoutter. Garder de côté.

Dans la même casserole mettre à fondre l'oignon que vous aurez émincé dans un peu d'huile d'olives.

Couper les tomates en dés et ajouter, ainsi que les lamelles de feuilles vertes.

Ensuite mettre les côtes de bettes avec les tomates et l'oignon et cuire 5 min.

En fin de cuisson ajouter un peu de crème.

**Temps de préparation : 10mn**

**Temps de cuisson : 20mn**

**Temps total : 30mn**