



NAVETS À L'ORIENTALE

INGRÉDIENTS

- 8 navets moyens
- 3 oignons moyens
- Huile d'olive
- 1 bouillon cube de volaille
- Cumin en poudre et / ou en graines
- Curry en poudre
- 100 g d'amandes effilées
- une poignée de raisins secs
- 2 c-à-s rase de maïzena

TEMPS DE PRÉPARATION : 20MN

TEMPS DE CUISSON : 1H

TEMPS TOTAL : 1H20MN

PRÉPARATION

Éplucher les navets et les couper en quartiers. S'ils sont trop gros, les recouper en deux.

Éplucher les oignons et les émincer.

Faire chauffer 1 litre d'eau avec le bouillon cube et mettre de côté.

Mettre un filet d'huile d'olive dans une sauteuse et y faire revenir les oignons jusqu'à suintement. Quand ils sont translucides, verser 4 à 5 cuil. à soupe de bouillon et ajouter les navets.

Couvrir et laisser mijoter 5 min.

Saupoudrer ensuite avec le cumin et le curry en poudre. Ajouter encore 3 à 4 cuil. à soupe de bouillon et mélanger le tout. Laisser imprégner 1 ou 2 min.

Ajouter les raisins secs, le bouillon restant et quelques graines de cumin.

Laisser mijoter à feu très doux pendant 40 min. 10 min avant la fin de la cuisson, délayer la maïzena avec très peu d'eau et verser dans la sauteuse.

Parsemer le tout avec les amandes effilées et finir de mijoter.