POÊLÉE DE LÉGUMES PRIMEURS

INGRÉDIENTS

- 250g de carottes
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 500g de pommes de terre nouvelles
- Sel, poivre et curcuma
- Ail frais

TEMPS DE PRÉPARATION: 10MN
TEMPS DE CUISSON : 15MN
TEMPS TOTAL :25MN

PRÉPARATION

Dans une poêle, faire chauffer l'huile sur feu vif pendant 1 minute.
Mettre les carottes et les faire sauter en mélangeant pendant 1 minute, puis les mouiller avec 5 cl d'eau.

Baisser le feu et laisser réduire pendant 3 minutes environ à découvert ou jusqu'à complète évaporation du liquide.

Ajouter les pommes de terre et 5 cl d'eau. Couvrir et faire cuire pendant 15 minutes, jusqu'à ce que l'eau soit absorbée et que les légumes soient tendres.

Ajouter, en fin de cuisson, de l'ail frais haché ou coupé finement

Saler, assaisonner de curcuma, poivrer et servir chaud.