



Salsifis frais à l'étuvé

- Par vision-plaisir

Les salsifis ou scorsonères. Ce légume mal aimé des enfants.

Ingrédients :

- 1.2 kg a 1.5 kg de salsifis frais
- 100 g de beurre doux
- sel fin et poivre du moulin
- 1/2 litre d'eau froide

Pour 4 personnes



Réalisation de la recette :

Bien laver **vos scorsonères** en les frottant pour ôter le maximum **de terre**. Éplucher vos scorsonères et les couper en petits morceaux. Les mettre dans **un sautoir** avec le beurre en petit morceaux. **Assaisonner de sel fin et poivre du moulin** et verser l'eau froide. Porter à l'ébullition et couvrir avec **une feuille de cuisson**.

Laisser cuire doucement environ 50 minutes. Au bout du temps écoulé, **ôter la feuille de cuisson** et laisser sur un feu doux pour **évaporer quasiment toute l'eau**. Remuer de temps en temps pour éviter qu'ils attachent au fond du sautoir. **Vérifier la cuisson et l'assaisonnement. Servir chaud.**