

Navets à l'oriental



Pour 4 personnes :

8 navets moyens (+/- selon l'appétit)

3 oignons

100 g d'amandes effilées

30 g de raisins secs

2 CS rase de maïzena (*fac*)

Huile d'olive

1 bouillon cube de volaille dégraissé

Cumin en poudre et/ou en graines

Curry en poudre

- Éplucher les navets et les couper en quartiers. Les recouper en deux si besoin.
- Éplucher les oignons et les émincer.
- Faire bouillir 1 litre d'eau avec le bouillon cube et réserver.
- Dans une sauteuse, mettre un filet d'huile d'olive et faire revenir les oignons émincés. Quand ils deviennent translucides, ajouter 4 à 5 CS de bouillon et les navets. Couvrir et laisser mijoter 5 minutes.
- Saupoudrer ensuite avec le cumin en poudre et le curry. Rajouter encore un peu de bouillon (3 à 4 CS) et mélanger le tout. Laisser imprégner 1 à 2 minutes.
- Ajouter les raisins secs, le reste du bouillon et éventuellement, les graines de cumin. Laisser mijoter à feu très doux pendant 40 minutes.
- 10 minutes avant la fin de la cuisson, si on souhaite une sauce plus épaisse, délayer la maïzena dans un peu d'eau et verser le tout dans la sauteuse.
- Bien mélanger pour éviter les grumeaux et terminer le mijotage.
- Saupoudrer avec les amandes effilées, préalablement grillées à sec et servir aussitôt.

