



Navets boule d'or farcis



Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 8 navets boule d'or
- 40 g de chapelure
- 1 petite boîte de concentré de tomates (30g)
- 2 gousses d'ail
- 1 cuil à soupe de parmesan râpé
- sel et poivre
- 1/2 l de bouillon de volaille

Préparation :

Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Laver et éplucher les navets. Enlever les extrémités (tige et racine).

Faire cuire les navets 15 min dans le bouillon de volaille. Egoutter (récupérer le bouillon) et laisser tiédir.

Creuser les navets avec une cuillère pour pouvoir ensuite les farcir.

Mixer la chair des navets, les gousses d'ail pelées, le concentré de tomate, le parmesan, le sel et le poivre.

Disposer les navets dans un plat à four. Verser dessus le bouillon de volaille.

Enfourner le plat et laisser cuire 20 à 30 min jusqu'à ce que les légumes soient fondants. Servir chaud

Le 2 Mars 2011 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2011/03/02/index.html>