

CRUMBLE DE CHOU VERT CAMELISE

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

| | |
|--------------------------|---|
| Moyen | Coût faible |
| Préparation : 10 minutes | Cuisson : 35 minutes |
| Pour 4 personnes | 1 cocotte, 1 sauteuse, 1 saladier, 1 plat |

Ingrédients :

1 chou vert
20 cl de caramel
300 gr de farine
130 gr de beurre
Sel, poivre

Préparation :

- 1 - Faire cuire le chou émincé dans de l'eau salée.
- 2 - Egoutter et faire revenir dans 20 gr de beurre.
- 3 - Ajouter le caramel et laisser caraméliser à feu doux.
- 4 - Pendant ce temps, mélanger à la main le reste du beurre et de farine. Saler et poivrer.
- 6 - Dans un plat, déposer au fond le chou caramélisé. Recouvrir avec le mélange de farine et de beurre.
- 7 - Enfourner dans un four préchauffé à 200° pendant 20 minutes et laisser dorer. Servir chaud.