

Recettes de cuisine

de Mamie Vera

[📄 Télécharger la recette](#)

Préparation 15 minutes
Cuisson environ 45 minutes

Préparation

Enlevez les premières feuilles des endives, coupez leur base et évidez le cône central pour enlever l'amertume. Nul besoin de les laver, si nécessaire passez les très rapidement sous l'eau et essuyez-les. Mettre le beurre ou l'huile dans une cocotte, ajoutez les endives et les laisser cuire à feu vif quelques minutes, saupoudrez de sucre en poudre pour les caraméliser, en les retournant régulièrement. Lorsque celles-ci auront pris une belle couleur dorée, salez et poivrez, ajoutez un peu d'eau si nécessaire, mais attention, car les endives dégagent leur propre jus. Pour ma part je remplace l'eau par un jus d'orange. Laissez cuire sur feu doux environ 45 minutes (selon la grosseur des endives). Piquez-les avec la pointe du couteau, elles doivent être tendres. Servir très chaud, en accompagnement d'une viande.

Commentaires

Vous pouvez ajouter un filet de citron en début de cuisson pour éviter que les endives noircissent, pour ma part je n'en ai pas ajouté.

Ajouter un commentaire



ENDIVES BRAISEES

CAMELISEES



ingrédients

2 à 3 endives moyennes par personne
beurre ou huile
sucre
1 orange
sel/poivre

