



Recette

Tranches de chicorée pain de sucre braisées

Soul food haut de gamme

15 Min.

Temps de préparation



40 Min.

Temps total



Ingrédients pour 4 personnes

QUANTITES

- 2 cs de pâte de miso
- 1 cs d'huile de sésame
- 2 cs d'huile d'olive
- 80 g de dattes, dénoyautées, hachées grossièrement
- 2 chicorées pain de sucre, en tranches
- 2 dl de bouillon de légumes
- 1 dl de yogourt nature
- sésame pour garnir

Voici comment faire

1 de 2

PRÉPARATION Réduire en purée la pâte de miso avec l'huile de sésame et l'huile d'olive et badigeonner les tranches de chicorée pain de sucre avec et garnir avec les dattes. Placer dans le moule et ajouter le bouillon.

2 de 2

CUISSON AU FOUR Faire cuire pendant 20 à 25 minutes au milieu du four préchauffé à 200 °C jusqu'à ce que les tranches deviennent tendres. Verser le yogourt dessus et garnir de sésame.