

LES ENDIVES BRAISÉES À L'ORANGE

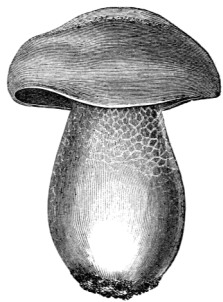
Pour 4 personnes

Préparation: 10min

Temps de cuisson: 30min

INGREDIENTS

- 4 endives Witloof
- Le zeste et le jus d'une orange bio
- 25g de beurre
- 2 cuillers à soupe de sucre en poudre
- 1 cube de bouillon de volaille
- Le jus d'un demi citron
- Sel, poivre du moulin



MATERIEL NECESSAIRE:

- 1 casserole
- 1 grande poêle creuse
- 1 cuiller en bois
- Plusieurs feuilles de papier essuie-tout



1. Faites bouillir 1 casserole d'eau salée et citronnée
2. Ajoutez le cube de bouillon de volaille
3. Jetez les endives dans l'eau bouillante et laissez-les cuire pendant 10 min. Si les endives sont grosses, coupez les en deux dans le sens de la longueur et ficelez-les 2 par 2, face contre face.
4. Pressez et égouttez les endives; réservez sur plusieurs feuilles de papier essuie-tout
5. Prélevez le zeste et le jus d'une orange bio
6. Mettez le beurre à fondre dans une grande poêle
7. Une fois le beurre liquéfié, ajoutez le sucre en poudre
8. Mélangez et surveillez les premiers signes de caramélisation
9. À ce moment-là, versez le jus et le zeste dans la poêle
10. Déposez les endives dans la poêle (face contre le fond si elles sont coupée en deux), baissez le feu et laissez mijoter 20min
11. Donnez un coup de moulin à poivre avant de servir.

NOTRE SUGGESTION: les endives braisées à l'orange accompagnent très bien les volailles comme le canard, les mets tels que le boudin blanc et les poissons à chair blanche.

Préférez un vin blanc pour ce plat, notamment un Gewürztraminer.

Tous ces ingrédients sont disponibles chez Pimlico.