

Jardinière de légumes de printemps

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 botte de carottes nouvelles bio
- 1 botte d'oignons nouveaux
- 500 g de petits pois frais
- 400 g de pommes de terre nouvelles bio
- 2 cs d'huile d'olive
- 2 feuilles de laurier et 1 branche de thym

Préparation :

1. S'agissant de légumes bio, vous pouvez conserver la peau. Vous devrez juste brosser les carottes et les pommes de terre à l'aide d'une petite brosse à légumes.
2. Préparation des légumes : nettoyez et coupez les légumes en morceaux. Pour les oignons, conservez la partie verte pour la fin de la recette.
3. Ecossez les petits pois.
4. Dans une poêle, faites chauffer l'huile d'olive.
5. Disposez les légumes et faites revenir quelques instants. Ajoutez 20 cl d'eau, le laurier et le thym, assaisonnez et couvrez pour une cuisson pendant 20 minutes à feu moyen.
6. En fin de cuisson, ajoutez la partie verte des oignons que vous aurez ciselée.

Il ne vous reste plus qu'à savourer ce plat, seul ou avec une volaille par exemple.

