

LÉGUMES CHAMPÊTRES

croustade noisettes



De: Coop La Manne

Pour :

Temps de préparation :

Temps de cuisson : 30 minutes

Instructions

1:

Chauffer le four à 400F.

2:

Mélanger les patates douces, les carottes, le chou-fleur et la courge avec 1 cuillère à table d'huile d'olive, le thym, le sel et le poivre.

Étendre le mélange sur une grande plaque à pâtisserie tapissée de papier parchemin. Faire griller les légumes au four jusqu'à ce qu'ils soient tendres et dorés, soit environ 25 minutes.

3:

Faire chauffer 1 cuillère à thé d'huile dans une poêle à feu moyen.

Ajouter les oignons et faire cuire jusqu'à tendreté, soit environ 3 minutes.

Ajouter le bouillon et porter à ébullition. Laisser bouillir pendant 2 minutes.

Retirer du feu et ajouter le fromage en fouettant jusqu'à ce qu'il soit fondu.

Ajouter les légumes à la sauce au fromage et transférer le tout à une casserole huilée.

4:

Mélanger l'avoine, les noisettes, la farine et le reste d'huile.

Garnir les légumes du mélange et cuire au four jusqu'à ce que le dessus soit doré, soit environ 30 minutes.

Ingrédients

2

Patates douces pelées et coupées en tranches minces

1 livre

Carottes coupées grossièrement

1

Courge butternut en cubes

1

Chou-fleur en petits bouquets

1

Oignon en cubes

3 cuillères à table

Huile d'olive première pression à froid

1 cuillère à thé

Thym

Sel, poivre au goût

2 tasses

Bouillon de poulet végété

1/2 tasse

Fromage cheddar doux râpé

2/3 tasse

Avoine à cuisson rapide

1/4 tasse

Noisettes broyées

2 cuillères à table

Farine tout usage