



60 rue de la république – 67720 HOERDT – Tél : 03 88 68 14 75

www.ferme-riedinger.com

SALSIFIS A LA CRÈME D'AIL

Ingrédients :

- 500g de salsifis frais
- crème fraîche liquide (on peut utiliser de la crème allégée)
- 1 gousse d'ail, persil et thym
- sel, poivre

Eplucher les salsifis avec un éplucheur (pour carotte).

Coupez-les en tronçons (2 à 3 cm), les rincer minutieusement à l'eau courante.

Faire cuire les salsifis dans un grand volume d'eau salé pendant 15 à 20 mn.

Après avoir vérifié que les salsifis sont bien tendres : éliminer l'eau de cuisson et parsemer les salsifis avec de l'ail et du persil haché, ajouter la crème fraîche (environ 10cl) et faire cuire à feu doux. Avant de servir décorer les légumes avec le thym effeuillé.

BON APPETIT