

Voici une recette respectueuse de l'environnement de la série
«**Recettes pour le climat**» de Greenpeace Suisse et de tibits.

CHOUX DE BRUXELLES RÔTIS AUX POIRES



INGRÉDIENTS

3 cc de sel

900 g de choux de Bruxelles
(**750 g** après préparation)

2 ou 3 poires bien fermes
(environ **300 g**)

50 g de gingembre frais

4 cs de vinaigre balsamique
rouge

4 cs d'huile d'olive

Sel et poivre du moulin

PRÉPARATION

Préchauffer le four à 180°C.

Porter à ébullition une casserole d'eau salée
Laver les choux de Bruxelles, les blanchir 1 minu-
te dans l'eau salée, puis les égoutter. Pendant
ce temps, laver les poires, les fendre en deux, reti-
rer le trognon et les couper encore en deux.
Peler le gingembre, le découper en fines tranches
ou le hacher menu.

Bien mélanger tous les ingrédients dans un sala-
dier, puis les disposer sur une plaque recouverte
de papier sulfurisé. Cuire au four préchauffé
pendant 20 à 25 minutes. Assaisonner avec sel et
poivre selon goût.

Astuce :

On peut utiliser des choux de Bruxelles surgelés,
les plonger dans l'eau bouillante, les laisser
encore 1 minute après que l'eau ait recommencé
à bouillir, et les égoutter.