

## *Salsifis rôtis au jus de viande*

### **INGRÉDIENTS:**

---

- 1kg de salsifis
- 1 branche de thym
- 1gousse d'ail
- Vinaigre balsamique
- 3dl de fond brun de volaille ou de jus de rôti  
( *La veille préparer un rôti ou un poulet rôti. Dégraisser puis déglacer la plaque de cuisson avec un peu d'eau. Réduire et conserver le jus ainsi obtenu*)
- sel

### **PRÉPARATION:**

---

Laver et brosser les salsifis. Les éplucher soigneusement et les plonger dans un bac d'eau citronnée pour éviter qu'ils noircissent. Les détailler ensuite en petits bâtonnets puis les faire dorer dans un filet d'huile de pépins de raisin. Ajouter la gousse d'ail et le thym, saler légèrement. Déglacer une petite goutte de vinaigre balsamique, puis mouiller avec le jus de rôti, couvrir et cuire à feu doux pendant 15 minutes environ.

*Idéal pour accompagner une viande rôtie ou en sauce (rôti, braisé, ragoût, civet, etc...)*