Navetsotto à l’orange

Bonjour à toutes et tous

Depuis que je tiens ce blog, trouver de nouvelles recettes aux légumes est devenu un « loisir » pour moi. Cela peut paraître idiot et inutile, mais croyez moi, c’est relativement « fun » : Prendre e légume que soi ou ses proches n’apprécient pas, chercher les saveurs qui vont supprimer le « mauvais goût », les formes qui vont l’atténuer, les formes qui le rendent gourmand.. On a plein de leviers d’actions et de transformation.. sans pour autant se prendre pour un top chef.

Dernièrement, je m’étais lancé un défi : me faire apprécier le navet. Il n’est clairement pas ma tasse de thé avec sa saveur si particulière. C’est devant l’étal du maraîcher que le « tilt » a eu lieu : Il proposait de monstrueux navets boule d’or, quasi de la taille d’une boule de céleri rave, ce qui m’a fait penser au ***célerisotto*** (**recette ici**) et m’a mis sur la piste d’un « navetsotto » avec un navet transformé « grains de légumes ».. Un peu de carotte pour le sucré, de l’orange pour la saveur. Allons-y donc. Le résultat est vraiment très très sympa. On retrouve la forme ludique du « risotto », une assiette colorée, et des saveurs des parfumées. Accompagné de pois chiches, cela fonctionne très (très) bien.

Je voulais partager cette idée recette de « *navetsotto* » ou « *risotto navet* » avec vous, au cas où vous cherchiez des recettes qui changent, ou avez des navets dans votre panier de légume sans trop savoir quoi en faire. J’espère que cela vous plaira. Bonne journée

- «Navetsotto» à l'orange -
© Au Fil du Thym

Recette : Navetsotto à l’orange

Saison de la recette : Novembre à Avril

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 600 g de navets boule d’or
- 250 g de carottes (environ)
- 1 gros oignon
- 1 orange (jus d’une orange, zestes de la moitié)
- 1 à 3 cuillérée à soupe d’huile d’olive
- 2 feuilles de laurier
- sel, poivre

Réalisation

- Lavez vos légumes et pelez les. Hachez les au robot ou manuellement de manière à disposer d’une taille « brunoise » (ou proche taille grains de riz)
- Épluchez et hachez l’oignon.
- Faites chauffer l’huile d’olive dans une poêle puis une

fois celle-ci chaude, ajoutez l’ensemble es légumes. Faites revenir jusqu’à ce que les oignons soient translucides.
- Récupérez les zestes de la moitié de l’orange, le jus de l’orange entière puis ajoutez au légumes. Ajoutez également un verre d’eau et les feuilles de laurier.
- Couvrez puis faites cuire à feu moyen pendant 30 minutes, jusqu’à ce que les légumes soient fondants. Vérifiez de temps en temps qu’il y a toujours un peu de jus dans la poêle.
- Salez et poivrez avant de servir

Servez ce navetsotto (ou risotto navet) bien chaud.

Astuces :

- *Accompagnement de* : J’utilise ce navet sotto soit en élément d’assiette végétarienne, garniture de céréales, ou alors de viande blanche. Je trouve que cela se marie particulièrement bien avec les pois chiches.
- *Variante* : Si vous appréciez les navets, vous pouvez tenter cette recette avec des navets classiques (au goût plus prononcé)