

Endives braisées caramélisées

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Ingrédients (pour 1 personne) :

- 1 à 2 endives par personne
- sucre en poudre

Préparation de la recette :

Laver les endives et à l'aide d'un couteau, creuser le fond de chaque endive pour que celle-ci soit moins amère.

Couper les en deux dans le sens de la longueur si celles-ci sont trop grosses.

Dans un autocuiseur, mettre un peu d'huile, ajouter les endives et les laisser cuire à feu vif quelques minutes, sans le couvercle.

Saupoudrer généreusement de sucre en poudre (2 à 3 cuillères à soupe selon les goûts).

Laisser caraméliser en retournant les endives régulièrement.

Lorsque celles-ci ont pris une belle couleur ajouter 1/2 l d'eau environ, saler, poivrer et fermer l'autocuiseur.

Laisser cuire 20 mn environ à partir de la rotation de la soupape.