

LÉGUMES SAUTÉS

Un classique pour cuisiner tout type de légume, quelle que soit la saison.



Ingrédients

Pour 8 personnes

- 1 kg de légumes de saison (courgettes, tomates, carottes...)
- 2 oignons
- Épices au choix (curry, cumin...)
- Herbes de Provence
- Sel, poivre

Temps

- ✓ 10 minutes de préparation et 20 minutes de cuisson

Préparation

- Couper les oignons en dés, les légumes en cubes et éplucher l'ail
- Faire revenir l'oignon et l'ail dans de l'huile d'olive
- Une fois les oignons translucides, ajouter le reste des légumes, puis les épices et les herbes
- Laisser mijoter 20 min en remuant souvent
- Servir bien chaud

Matériel



1 poêle

Recette écrite par :