

Cuisiner les endives

Salade d'endives aux pommes et noix

Ingrédients pour 4 personnes

5 endives
2 pommes Gala
100 g de cerneaux de noix fraîches
50 g de Comté
1 petite échalote
5 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à soupe d'huile de noisette
1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
le jus de 1/2 citron
2 cuillères à café de ciboulette hachée
sel et poivre

1) Laver, effeuiller, sécher les endives en ôtant à l'extrémité le "trognon" responsable de l'amertume des endives.

Peler et couper les pommes en petits cubes. Couper le Comté en petits cubes.

2) Dans un saladier, disposer les feuilles d'endive, les cubes de pommes et de Comté, ainsi que les cerneaux de noix.

3) Peler et hacher l'échalote, et le placer dans un bol.

Ajouter les huiles, le jus d' 1/2 citron, le vinaigre balsamique, saler, poivrer, ajouter la ciboulette et verser cette vinaigrette sur la salade.

Endives braisées



Ingrédients pour 4 personnes:

6 Endives
40g de Beurre
Sel
Poivre
1 c à s de sucre

1) ôter l'extrémité des endives (le trognon) et les couper en deux dans la longueur.

2) Faire chauffer le beurre dans une sauteuse et placer les demi-endives. Les colorer sur chaque face, saler, poivrer et couvrir (à feu doux). Les retourner régulièrement.
éventuellement, ajouter un peu d'eau.

3) Après 15 à 20 mn de cuisson, saupoudrer les endives de sucre (1 c à S). Bien mélanger et laisser caraméliser.

Servir ces endives avec une viande grillée ou une volaille.

Velouté d'endives

Ingrédients pour 4 personnes:

3 endives
3 pommes de terre petites
1 échalote
1 cube de volaille
Un peu de crème liquide
sel et poivre
Huile et beurre

1) Enlever l'extrémité des endives (le trognon) et les découper grossièrement en tronçons

2) Peler, laver et couper les pommes de terre en petits morceaux

3) Dans une cocotte, faire revenir dans un mélange huile beurre l'échalote ciselée, sans coloration, puis ajouter les cubes de pommes de terre, les endives et parsemer du cube de bouillon, ajouter un peu de sel et mouiller à hauteur d'eau.

4) laisser mijoter 40mn en cocotte ou 15 mn en autocuisur.

5) Mixer la soupe et ajouter de la crème liquide juste avant de servir.

Gratin d'endives au jambon

Ingrédients pour 4 personnes:

6 endives
4 tranches de jambon blanc
150 gr de gruyère râpé
3 à 4 cuillères à soupe de farine pour la sauce
La valeur de 5 c à soupe de Beurre
40 cl de lait plus un peu d'eau si nécessaire
Sel et poivre du moulin

1) Laver les endives la tête en bas pour qu'elles ne se gorgent pas d'eau et ôter l'extrémité responsable de l'amertume "le trognon"

2) Placer les endives dans le panier d'un autocuisur et les cuire environ 20 mn . Bien les égoutter après cuisson.

3) Préchauffer le four à 200° et préparer la béchamel:

Faire fondre dans une sauteuse 40 gr de beurre, lorsqu'il est fondu, ajouter en une seule fois 40 gr de farine. Bien mélanger et ajouter petit à petit le lait. Remettre du lait dès que la farine a absorbé le liquide. Ajouter du liquide (lait ou eau) jusqu'à consistance souhaitée de la sauce puis ajouter la moitié du gruyère râpé et laisser

fondre à feu doux tout en remuant. Ajouter sel et poivre du moulin.

4) Réserver la béchamel en plaçant dessus un film alimentaire pour éviter qu'elle ne "croûte" avant de l'utiliser.

5) Placer une endive sur chaque tranche de jambon. **MON PETIT PLUS:** Couper chaque endive en 2 ou 3 dans le sens de la longueur et ajouter une cuillère de béchamel sur l'endive avant de la rouler dans le jambon.

6) Déposer les tranches de jambon roulés aux endives sur un plat allant au four. Verser dessus le reste de béchamel, parsemer de gruyère râpé et de copeaux de beurre.

7) Mettre au four environ 20 mn. Terminer éventuellement la cuisson par quelques minutes au grill. Le dessus doit être bien doré.

Accompagner de... Frites bien sûr!!