

TRIO GAGNANT!

En marche vers le drapeau de la victoire! Fidèle à la devise «Trois valent mieux qu'un», cette recette réunit un trio de choux-fleurs colorés et seulement quelques ingrédients pour offrir un plat hors du commun!

Ingédients

- 3 têtes de chou-fleur (blanc, jaune, violet)
- 50 g de noix du Brésil
- 1 gousse d'ail écrasée
- 2 branches de thym
- 4 feuilles de sauge
- Sel et poivre du moulin
- Huile d'olive
- Un peu de beurre
- Moutarde de Dijon THOMY



40 minutes



4 personnes

C'est parti

1. Nettoyer le chou-fleur et le couper en bouquets. Blanchir ensuite pendant 2-3 minutes dans de l'eau bouillante salée. Égoutter et rincer à l'eau froide.
2. Faire mariner le chou-fleur avec de la moutarde de Dijon. Faire chauffer un filet d'huile d'olive et de beurre dans une poêle. Ajouter la gousse d'ail, le thym et les feuilles de sauge et y faire frire légèrement le chou-fleur. Saler et poivrer.
3. Hacher grossièrement les noix du Brésil et les ajouter au chou-fleur.
4. Disposer le chou-fleur. L'accompagner de purée de pommes de terre fraîches et de moutarde de Dijon THOMY.

Tu as reçu un tonnerre d'applaudissements avec cette recette? Alors poste une photo de ta préparation avec #LOVEthomy sur Facebook ou Instagram.

