Fiche recette





Spaetzle poêlés à l'orange et légumes étuvés

INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes

Spaetzle: 400 g Oranges: 2

Carottes julienne: 200 g Courgettes julienne : 200 g Céleri julienne : 100 g Gingembre frais râpé: 30 g Fond blanc de volaille : 500 g

Beurre: 50 g + 75 g

PRÉPARATION

Asstaiscairreerestesteir da associatione les juliennes de légumes puis les déglacer avec le jus des 2 oranges.

- 2. Ajouter le gingembre frais râpé puis mouiller au ¾ avec le fond de volaille. Cuire jusqu'à évaporation du liquide.
- 3. Poêler les spaetzle au beurre jusqu'à légère coloration.
- 4. Ajouter les légumes puis le reste du fond blanc. Assaisonner et servir aussitôt.

Bon Appétit!