



Pour 4 personnes:

Temps de préparation: 10 à 20 min

Temps de cuisson: 20 à 30 min

1. Préchauffer le four à 200°C.

2. Peler tous les légumes et les tailler en rondelles ou en bâtonnets, puis citronner les topinambours pour qu'ils ne noircissent pas. Déposer les légumes dans une cocotte (ou une grande sauteuse) et les couvrir d'eau.

3. Ajouter le beurre et le miel. Saler, poivrer.

4. Découper une feuille de papier sulfurisé à la taille de la cocotte et pratiquer un petit trou au centre (afin de maintenir un bon taux d'humidité sans bloquer complètement la sortie de la vapeur d'eau, pour assurer une cuisson harmonieuse). Laisser cuire à feu doux environ 15 min.

5. Pendant ce temps, baisser la température du four à 180°C.

6. Tailler le citron restant en quartiers et les gousses d'ail en deux. Farcir chaque caille d'un quartier de citron et d'une demi-gousse d'ail.

7. Arroser d'un trait d'huile d'olive. Poudrer d'un voile de paprika (ou de piment doux). Saler, poivrer. Déposer les cailles dans un plat à gratin puis les faire rôtir au four 25 à 30 min.

8. Servir les légumes glacés avec les cailles rôties dès la sortie du four.

Ingrédients

- 2 panais
- 4 topinambours
- 3 carottes de couleur (violette, jaune et/ou blanche)
- 1 gros oignon
- 2 citrons
- 3 c à s de miel
- 30 g de beurre
- 4 cailles
- 2 gousses d'ail
- 1 c à c de paprika (ou piment doux)
- 1 c à s d'huile d'olive
- Sel et poivre

Équipement

- Une cocotte (ou une grande sauteuse)
- Un four