

FEUILLES DE PISSENLIT BRAISÉES

Ingrédients pour 2 personnes

200 g de feuilles de pissenlit
1 oignon
2 gousses d'ail
Huile d'olive
Sauce soja
Sel, poivre
400 g de patates douces
Ciboulette
Sésame grillé



Préparation

Laver et essorer le pissenlit. Le couper en tronçons de 3-4 centimètres. Couper l'oignon en rondelles et hacher les gousses d'ail. Chauffer de l'huile d'olive dans une poêle. Quand elle est bien chaude, jeter l'oignon, le pissenlit et l'ail. Baisser le feu. Faire revenir 5 minutes en remuant régulièrement. Couvrir avec un couvercle et laisser braiser à feu doux pendant 15 minutes. Remuer de temps en temps en cours de route et si les feuilles accrochent ajouter un peu d'eau et ou de sauce soja selon votre goût. Saler, poivrer et servir avec les patates douces cuites à la vapeur. Parsemer de ciboulette fraîche et éventuellement de sésame grillé.