

# Navets boule d'or



Navet jaune boule d'or est un légume ancien. De saveur sucrée il est de bonne conservation. Sa chair cuit rapidement. Il peut se consommer en ragoût, soupe, sauté. Les feuilles peuvent également être cuites comme un légume ou en soupe.

## Navets boule d'or farcis aux champignons

3 navets boules d'or de 10 cm de diamètre  
150g de champignons de Paris  
1 oignon de taille moyenne,  
1 brique de crème fleurette ou de soja (200 ml)  
1 c à s de maïzena  
Un peu de fromage pour saupoudrer  
Romarin, Noix de muscade, sel, poivre

Éplucher les navets, couper les en deux et cuire à l'eau bouillante salée 5-10 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient mi-cuits. Égoutter et laisser un peu refroidir. En même temps, couper finement l'oignon et couper en lamelles les champignons. Faire revenir les deux à la poêle dans un peu d'huile. Vider les navets à l'aide d'une cuillère à un centimètre de bord. Couper la chair ainsi obtenue en petites cubes et rajouter aux champignons. Mettre la maïzena dans les champignons-navets et mélanger pour qu'elle les enveloppe. Puis verser la crème de soja, laisser épaissir légèrement, saler, poivrer, mettre les épices. Farcir les "bols" de navets de cette farce, saupoudrer de fromage et laisser gratiner un quart d'heure dans un four préchauffé à 180°.



## Navets boule d'or glacés au miel

6 navets jaunes  
30 g de beurre  
1 cuillère(s) à soupe de miel de châtaignes  
1 cuillère(s) à café de vinaigre de xérès

Faites-les cuire 5 à 10 mn dans une casserole d'eau bouillante salée ou le temps qu'ils soient cuits mais fermes à cœur. Egouttez-les et passez-les sous l'eau froide. Faites fondre le beurre dans une poêle, ajoutez les navets et le miel. Faites-les revenir sur feu moyen en les remuant 5 mn, ajoutez le vinaigre et laissez colorer encore 5 mn. Salez, poivrez. Servez aussitôt.

