



### **Endives braisées à l'argousier**

Rendement : 4 portions

#### **Au marché :**

4 endives

15 ml (1 cuill. à soupe) d'huile d'olive vierge

125 ml (1 tasse) de jus d'argousier

15 ml (1 cuill. à soupe) de miel

Au goût de sel et poivre

#### **En cuisine :**

- Couper les endives en deux sur la longueur.
- Chauffer l'huile dans une poêle, y saisir les endives des deux côtés puis ajouter le jus d'argousier et le miel, assaisonner.
- Porter à ébullition, puis cuire à feu doux pendant 10 minutes à couvert.
- Retirer le couvercle en fin de cuisson, laisser évaporer le jus pour obtenir un jus sirupeux.

***Chef Christopher Alary***

***Enseignement à l'École Hotellière de la Capitale***