

NAVETS ET CAROTTES À LA CRÈME

300 g de navets
300 g de carottes
25 cl de crème fraîche épaisse
1 gousses d'ail hachée
1 bouquet de persil haché
Sauce soja (ou sel)
Poivre

Couper les navets et les carottes en petits morceaux dans une casserole, ajouter l'ail, le persil, la sauce soja et le poivre puis couvrir d'eau à ras.

Faire cuire à petits bouillons.

Une fois la quasi-totalité de l'eau évaporée, ajouter la crème et laisser épaissir doucement.

On peut accélérer la cadence en ajoutant en fin de cuisson une cuillerée de fécule diluée dans un peu d'eau.