

PANAIS AUX NOIX DE CAJOU ou aux noisettes

500 g de panais

100 g de noix de cajou mixées (ou noisettes)

25 cl de lait de coco

1 oignon haché

1 gousses d'ail hachée

1 cuillerée de gingembre moulu

Sauce soja sucrée (ou sel + 1 cuillerée à soupe de sucre)

Couper les panais en petits morceaux et les cuire à la vapeur (ou à l'eau)

Les mettre dans un wok (ou casserole) avec tout le reste et faire cuire doucement pour atteindre la texture désirée.