

Légumes d'Hiver Grillés au Four



Qui peut résister à un bon plat chaud et réconfortant quand le mercure est à la baisse? Les légumes d'hiver grillés au four accompagnent merveilleusement bien le poulet ou le rôti de porc. Vous pouvez même les servir seuls, comme plat de résistance.

Temps de cuisson : 45 minutes

Donne 4 portions

Ingrédients :

4	carottes	4
2	patates douces (environ 750 g / 1 ½ lb)	2
2	panais	2
5	brindilles de thym frais	5
3	gousses d'ail, pelées	3
1	oignon rouge, pelé et coupé en 8 parts	1
1	citron, coupé en 8 parts	1
1 c. à soupe	d'huile d'olive extra vierge	15 ml
½ tasse	d'arachides blanchies salées	125 ml

Préparation :

1. Préchauffer le four à 200 oC (400 oF).
2. Peler les carottes, les patates douces et les panais. Couper les légumes en morceaux de 1 cm (½ po) et les mettre sur une tôle à biscuits munie d'un rebord. Ajouter le thym, l'ail, l'oignon et le citron. Verser l'huile d'olive et mélanger pour bien recouvrir le tout.
3. Faire cuire au centre du four pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
4. Retirer le thym, ajouter les arachides et bien mélanger. Faire griller pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que les arachides soient dorées. Saupoudrer de persil frais haché si désiré et servir tiède ou à la température ambiante.