

Topinambours rôtis, ricotta, câpres

Une recette toute simple à réaliser, pour varier un peu les menus.

Des topinambours croustillants bien gourmands !

Prenez soin de bien cuire les topinambours, sinon votre corps se manifesterá 😊.



Pour 4 personnes :

- 1 kg de topinambours bio
- Thym
- Huile d'olive
- jus de 1/2 citron
- Sel, poivre
- 250g ricotta
- 125g yaourt à la grecque
- 1 c.à.s. de persil
- 1 c.à.s. de câpres

1. Laver les topinambours (les peler s'ils ne sont pas bio).
2. Les couper en 2 dans le sens de la longueur, les mettre dans une casserole et les couvrir d'eau. Les cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendre, les égoutter.
3. Préchauffer le four à 200°C.
4. Transférer les topinambours sur une toile ou une feuille de cuisson. Les positionner sans qu'ils se touchent, face coupée en bas. Les aplatir avec une fourchette. Les badigeonner d'huile et ajouter un peu de thym effeuillé, du sel. Il faut suffisamment d'huile pour que les légumes soient bien cuits, bien croustillants.
5. Les cuire jusqu'à ce qu'ils soient croustillants (environ 30 minutes suivant le four, les retourner régulièrement, toutes les 10 minutes environ).
6. Mélanger ricotta, yaourt, sel, poivre, un filet d'huile d'olive et de citron. Répartir ce mélange au fond des assiettes, puis disposer les topinambours. Ajouter ensuite les câpres, sel, poivre, persil ciselé.