

Recette réalisée avec le four LG DuoChef

Légumes de printemps rôtis au four

Pour 4 personnes

1 botte d'asperges vertes
8 gros champignons de Paris
3 grappes de tomates cerises
3 courgettes
4 gousses d'ail
huile d'olive
1 citron non traité
quelques pluches de thym frais
8 brins de romarin frais
sel, poivre du moulin

Pour accompagner : 8 tranches de jambon de Parme, des copeaux de parmesan

Préparation.

Laver les légumes. Détailler les courgettes en tagliatelles avec un économiseur.
Peler légèrement le bas des asperges et couper le pied. Enlever la terre et couper le pied des champignons.

Les couper en 2 ou en 4 si ils sont trop gros. Écraser les gousses d'ail avec la peau.
Disposer l'ensemble des légumes sur la lèche-frite. Répartir les gousses d'ail, le romarin et le thym.
Râper le zeste du citron et en parsemer les légumes. Saler et poivrer. Asperger les légumes d'un généreux filet d'huile d'olive.

Cuisson et service.

Glisser la lèche-frite dans le four préchauffé à 210°C pendant une vingtaine de minutes. C'est prêt lorsque les légumes sont légèrement grillés. Servir avec des tranches de jambon de Parme et des copeaux de parmesan.



Recette réalisée par Sophie Mullens - <http://danslacuisinedesophie.blogspot.com/>