



Recettes à 4 mains

Tentations Gourmandes & La Provinciale

Naan maison aux
légumes de saison



Légumes



2 personnes

Ingredients

- **Pour la pâte à naan :**
- 250 g de farine
- 50 g de yaourt
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 10 cl d'eau chaude
- 1 pincée de levure chimique
- 5 g de levure de boulanger
- **Garniture :**
- 1 carotte
- 1 petit navet jaune
- 1 betterave
- 1 artichaut violet
- 2 œufs
- 1 petit verre de yaourt
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à soupe de graines de courge
- Jeunes pousses et herbes pour la décoration

Naan aux légumes de saison

Préparation

Dans un récipient, mélangez tous les ingrédients de la pâte à naan 15 minutes jusqu'à obtenir une boule lisse. Laissez reposer pendant 1 heure à température ambiante.

Formez de petites boules avec la pâte et étalez-les au rouleau. Cuisez ensuite le naan dans une poêle sans huile pendant 2 minutes de chaque côté.

Coupez les légumes, à l'exception de l'artichaut, en tranches de taille moyenne, mélangez-les bien ensemble avec du sel, du poivre et de l'huile d'olive et faites-les cuire au four à 190 °C pendant 20 minutes.

Pelez l'artichaut, faites-le cuire dans de l'eau salée pendant 10 minutes et laissez-le refroidir.

Dans un bol, mélangez le yaourt avec la gousse d'ail émincée, le sel et le poivre.

Placez le naan sur une assiette, tartinez-le de yaourt et garnissez de légumes passés au four et d'un œuf sur le plat. Décorez de pousses et aspergez d'un fin filet d'huile d'olive.