

*Una Deleziosa Quotidienne*

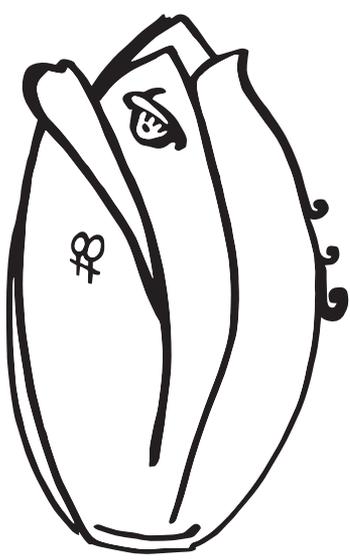
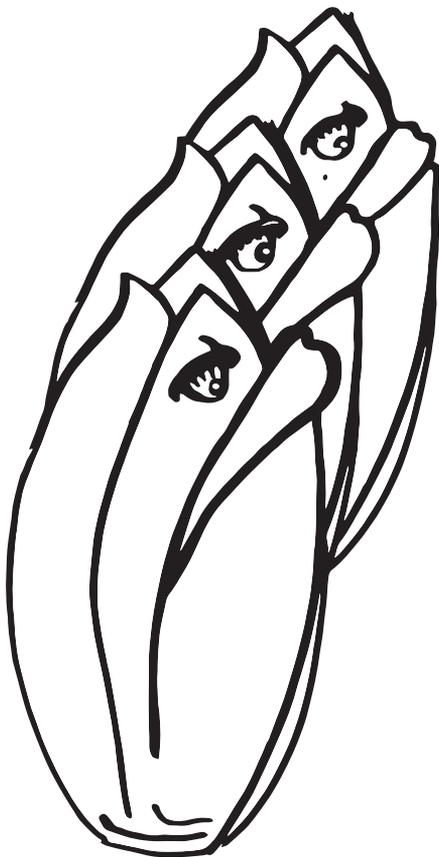
*de Dykitcher*

≈ 17

# ENJUVES DU CHICONNES



CHAUDES COMME  
LA BRASSE



DE

3A

3A

6AYA

LA MOUSSE

*Una Deleziosa Quotidienne  
de Dykitchen*



# INGREDIENTES

Qui a dit que les endives  
c'était pas sexy?

≈ 17

Du jus, de l'amertume, du  
croquant, du mou, du doux,  
du mouillé.



POUR UNE PERSONNE  
(À ADAPTER EN FONCTION DE VOTRE VIE,  
PAS D'INJONCTION À LA SOCIABILITÉ)

- 2 ENDIVES (GROSSE, PETITE, VIEILLE,  
FLÉTRIE OU BIEN FERME,  
PAS DE DISCRIMINATION)
- 1 DEMI CITRON
- HUILE D'OLIVE
- SEL
- EAU
- UNE PINCÉE DE SUCRE DE CANNE

**ENDIVES OU CHICONNES CHAUDES  
COMME LA BRAÏSE DE BABAGAYA**

WAGNONS

Una Deliziosa Quotidienne  
de Dykitcher



Dans une poêle,  
faire chauffer  
l'huile. Couper <sup>≈ 17</sup>  
les endives en deux  
dans la longueur.



Les poser dans  
l'huile chaude,  
face contre terre.

Saler et saupou-  
drer un peu de  
sucre au fond de  
la poêle, ça va ca-  
raméliser un peu.

ENDIVES OU CHICONNES CHAUDES  
COMME LA BRAÏSE DE BABAGYR

LA NOUVE

Una Deliziosa Quotidiana  
de Dykitcher



Quand la face qui  
touche l'huile  
est bien dorée,  $\approx 17$   
mouiller avec l'eau  
et le jus de  
citron. (Combien  
de mouille?



Disons qu'il  
faut qu'elles  
baignent mais plus  
en mode patau-  
geoire qu'océan  
donc un bon fond).

ENDIVES OU CHICONNES CHAUDES  
COMME LA BRASSE DE BABAGYR



**Couvrir et laisser cuire quelques minutes.**

**Avec la lame d'un couteau, transpercer délicatement une endive. Elle doit être tendre mais pas molle. ferme mais pas revêche.**

≈ 17



**En gros c'est cet équilibre de fondance et de tenue qui fait le secret d'une cuisson réussie.**

**ENDIVES OU CHICONNES CHAUDES  
COMME LA BRAÏSE DE BABAGYF**

LA NOUVE

Une Délicieuse Quotidienne  
de Dykitcher



Quand la texture  
souhaitée est  
atteinte, c'est prêt. 17

Ça se déguste bien  
sûr avec le jus,  
accompagnée par  
exemple d'une bonne  
crème de carotte  
riche et douce et d'un  
riz noir cuisiné aux  
épinards.



ENDIVES OU CHICONNES CHAUDES  
COMME LA BRAÏSE DE BABAGYR

LA MONTAGNE

Une Délicieuse Quotidienne  
de Dykitcher



Voulez-vous de l'ail? J'en ai de belles gousses.