



• • • Légumes braisés au barbecue

pomme de terre, patate douce, chou chou, (banane plantain)

L'été approche et avec lui ses fameux barbecues.

Comme mon chéri est un fan de ce type de cuisson au « vrai » bois, on accompagne toujours la viande cuite avec des pommes de terre. Voici aussi quelques autres légumes pour varier les plaisirs...

Ingrédients (pour 4-5 personnes) :

- * 6 pommes de terre
 - * 1 patate douce rose
 - * 1 banane plantain
 - * 1 chayotte (ou chou chou ou christophine)
- Facultatif : beurre, rhum, piment, ail, romarin



Préparation :

Laver les différents légumes mais garder la peau de chacun.

Placer chaque légume dans un grand carré de papier aluminium.

Fermer le papier aluminium. Réserver jusqu'au moment de la cuisson.

Faire un petit monticule avec les braises (sans flamme), placer les légumes emballés tout autour.

Pour savoir si c'est cuit, planter un couteau dedans : si c'est tendre, c'est cuit !

Le temps de cuisson est différent pour chaque légume :

- * 20 à 30 minutes pour la pomme de terre
- * 40 à 50 minutes pour la patate douce, le chou chou et la banane

A mi-cuisson, tourner les légumes pour qu'ils cuisent de tous côtés.

Déballer et manger immédiatement soit nature, soit avec une petite sauce type crème-ciboulette.

Attention, pour la banane plantain c'était très pâteux, il faudrait donc fendre la banane crue et y insérer dedans un mélange de beurre-rhum-piment.

Pour le chou chou, on pourrait le fendre en deux et placer au milieu de l'ail écrasé et une branche de romarin avant la cuisson.

Astuces :

On peut utiliser une aiguille à tricoter en métal pour tester la cuisson, cela évite de se brûler !

On peut aussi couper les légumes crus en 2, mettre du piment, du curry ou une autre épice au milieu, refermer et emballer dans du papier alu...