



**Partager | S'inspirer | Découvrir**

## Inspiration pour utiliser les rutabagas



Il faut bien l'avouer, un gros rutabaga... c'est un peu intimidant! Plusieurs se demandent peut-être comment utiliser ce beau légume généreux, dont le goût se trouve entre le chou frisé et le navet. La bonne nouvelle, c'est que le rutabaga est un légume plus que polyvalent.

### **PISTE 1 Frites de rutabaga**

Rutabaga en juliennes qu'on enrobe d'huile et d'épices à notre goût avant de les mettre au four sur une plaque (420F).

(Mon goût : Sel d'ail – Poivre – Paprika fumé – Sel)

### **PISTE 2 Potage au rutabaga**

Une base de poireaux tranchés, d'oignons et d'ail revenus dans l'huile ou un peu de beurre. Un bon bouillon de légumes ou de volaille. Des cubes de rutabaga. Et au choix : des carottes, des pommes de terre, des panais ou même des pommes. On réduit le tout en purée, on ajoute une petite touche de crème ou de lait, et on assaisonne au goût.

(Mon petit truc : j'ajoute un peu de sirop d'érable avant de réduire les légumes en purée, pour neutraliser l'amertume du rutabaga)

### **PISTE 3 Purée de rutabaga**

Cubes de rutabaga cuits dans l'eau bouillante ou au four auxquels on ajoute du lait, du beurre et des assaisonnements au goût. Pour passer au niveau supérieur on peut aussi intégrer à la recette une part de pommes de terre, de patate douce ou de carottes, du cheddar, des oignons caramélisés ou de la purée d'ail.

### **PISTE 4 Gratin gourmand de rutabaga**

Rutabaga et pommes de terre en tranches d'environ 0,5 cm que l'on fait cuire séparément dans l'eau bouillante ou à la vapeur (le rutabaga cuit plus lentement) jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Dans un plat qui va au four avec sel et poivre, et avec sur le dessus un mélange de crème et de cheddar fort. On fait gratiner et on déguste avec une petite salade verte bien fraîche et croquante.

(Selon notre gourmandise, on y ajoute des poireaux sautés ou encore des lardons bien dorés!)

### **PISTE 5 Tajine de légumes et de rutabaga**

Cubes de rutabaga, un oignon ou un poireau, trois carottes en cubes, une cuillère à soupe de gingembre haché, une cuillère à thé de cumin moulu, une cuillère à thé de coriandre moulue, une demi-cuillère à thé cannelle moulue (intégrez le mélange d'épices marocaines qui vous plaît). Chauffer les épices dans un peu d'huile d'olive, ajouter les légumes et dorer. Couvrir de bouillon de légumes ou de volaille et laisser réduire à feu doux. Ajouter une boîte de pois chiches égouttés et ajuster l'assaisonnement. Délicieux sur un couscous bien léger...