

ENDIVES BRAISÉES

Mars 2004 (Actualisé en janvier 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 6 endives
- ★ 60 g de beurre (40 + 20)
- ★ 2 échalotes
- ★ 2 morceaux de sucre
- ★ 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin
- ★ 1 cuillère à café de fond de veau déshydraté
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : 2 casseroles, Poêle

Préparation : 15 mn

Cuisson : 25 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 2,30 € (soit 0,58 € par personne)



Recette :

Peler les échalotes et les hacher finement. Dans une casserole porter à frémissement 10 cl d'eau, couper le feu, ajouter le fond de veau, homogénéiser. Parer les endives (éliminer les feuilles tachées et éviter le talon souvent amer), les rincer et les égoutter tête en bas. Les couper en deux dans le sens de la longueur. Dans une grande poêle, faire fondre 40 g de beurre et cuire à feu moyen les endives, côté bombé vers le fond de la poêle, saler, poivrer; les retourner régulièrement et cuire 10 minutes.

Dans une casserole, faire fondre le reste de beurre à feu doux, ajouter les échalotes et les faire suer 3 minutes, saler, poivrer, ajouter le vinaigre et le sucre et cuire 2 minutes en mélangeant. Verser le fond de veau et laisser réduire d'un tiers. Recouvrir les endives avec cette sauce et poursuivre la cuisson durant 15 minutes à feu très doux. Les endives doivent être colorées et légèrement caramélisées. Servir en accompagnement de viandes en sauce : filet mignon de porc au miel d'acacia, lapin à la bière, rôti de porc à la bière, ...

 Dans le Nord de la France et en Belgique, les **endives** sont appelées des *chicons* et accompagnent souvent les plats cuisinés avec de la bière.