

Panais

Panais sautés miel et menthe

Ingrédients : 2 panais en rondelles
 1-2 c. à tb miel
 2 c. à tb menthe fraîche hachée
 2 c. à thé beurre
 poivre du moulin

Méthode :

- Cuire les panais dans l'eau salée. Égoutter.
- Dans une poêle, faire chauffer le beurre, le miel, la menthe, le poivre et y faire revenir les panais.
- Servir chaud comme accompagnements.

Panais

Potage panais et pommes

Ingrédients :

	beurre
4-5	panais en cubes
1	oignon en dés
1	grosse pomme en dés
1 litre	bouillon de poulet
	crème 15% ou lait au goût
	sel et poivre

Méthode :

- Faire fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez l'oignon, les panais et la pomme. Laissez cuire 5-10 minutes.
- Ajoutez le bouillon, cuire à feu moyen env. 20 minutes ou jusqu'à ce que le panais soit cuit.
- Ajoutez la crème et passez au pied mélangeur. Saler et poivrer. Server.