

QUATRE QUART DE LEGUMES

Pour 1 personne (0.5 pt par personne pour les WWeuses)

1 courgette

1 navet

1 branche de céleri

1 carotte

1/2 oignon

1/2 kubor (quand je fais pour plus d'une personne, comme souvent, je mets un kubor entier, jamais plus)



Eplucher les légumes et les couper en petits bâtonnets.

Tout mettre dans une sauteuse et faire mijoter à feu tout doux une quinzaine de minutes.

Quand les courgettes rendent un peu d'eau y mettre le kub, puis attendre qu'il n'y ait plus de liquide.

Transvaser dans un plat à gratin.

Saupoudrer d'un peu de parmesan et gruyère râpés.

Enfourner une vingtaine de minutes.



<http://lamarmiteamalice.over-blog.com/>