

La recette

Ocas du Pérou caramélisés

ACCOMPAGNEMENT • FACILE

Pour 4 personnes
Préparation : 10 min
Cuisson : 25 min



DES HALLES
ET DES
GOURMETS



Ingrédients

- 10 ocas du Pérou
- 40g de beurre
- 1 cuillère de miel toutes fleurs



Le petit vin
qui va bien



Patrick Caviste



Préparation

Couper les ocas du Pérou en deux dans le sens de la longueur

Faire fondre le beurre dans une sauteuse

Déposer les ocas face coupée dessous

Faire dorer à feu moyen pendant 5 minutes tout en remuant bien

Couvrir la sauteuse et faire cuire à feux doux, tout en remuant régulièrement, pendant 15 minutes environ

Ajouter le miel, remuer les ocas, et laisser caraméliser 5 minutes : les ocas doivent être légèrement caramélisés dessous, et cuits à cœur : la pointe du couteau pénètre facilement.

Servir chaud, en accompagnement d'une viande de porc, d'un boudin blanc, d'un chapon ou d'un canard.

VdF blanc « Primo Senso » du Clos des Grillons (Gard-30)
50% viognier 50% grenache blanc