

# Fenouil à l'orientale



Préparation : 5 mn  
Cuisson : 5 mn

## Ingrédients

(pour 4 personnes)

- 3 beaux bulbes de fenouil
- 3-4 carottes
- 1 oignon
- huile d'olive
- cumin
- ras el hanout
- gingembre moulu
- sel et poivre

## La recette

Coupez vos carottes en tagliatelles.

Émincez votre oignon.

Coupez vos bulbes de fenouil en anneaux.

Dans une poêle, versez un fond d'huile d'olive, faites chauffer à feu vif.

Jetez votre oignon dans l'huile, dès qu'il blanchit, versez votre fenouil et vos carottes.

Dès que le fenouil commence à blanchir, diminuez le feu de moitié, versez vos épices.

Laissez mijoter quelques minutes, les légumes doivent être légèrement croquants.

Cet accompagnement est idéal avec un poisson blanc et des pâtes fraîches.

---

🔄Révision #2

★Créé 28 septembre 2024 07:12:14 par Marc Leroi

✍Mis à jour 28 septembre 2024 07:13:51 par Marc Leroi