

Comment préparer du chou romanesco

Pour 1 romanesco, il vous faut :

- 1 chou romanesco
- 1 cuillère à soupe de vinaigre blanc

Poids total de ces ingrédients : 715 grammes



Durée : 28 min.

- Commencez par éplucher le chou et prélever les sommités, comme montré sur cette vidéo.
- Lavez les en les faisant tremper dans un grand récipient d'eau froide avec 1 cuillère à soupe de vinaigre blanc.
- Faites bouillir une grande casserole d'eau salée, et plongez y les morceaux de chou pour 2 à 3 minutes de cuisson, ils doivent rester légèrement croquants.
- Sortez les de l'eau bouillante, avec une araignée et plongez les dans de l'eau bien froide pour stopper la cuisson.
- Égouttez les et passez les à l'essoreuse pour bien les sécher.
- Votre chou romanesco est prêt à être utilisé dans votre recette.