

Endibias a la plancha



Ingrédients pour 4 personnes:

4 grosses Endives.
1/2 l de Lait.
3 gousses d'Ail hachées.
10 ml d'Huile d'Olive Extra Vierge *Oliflix*.
1 Oignon finement haché.
1 cuil à soupe de Vinaigre Balsamique *Cal Menescal*.
1 cuil à café de Paprika.
1 petit bouquet de Persil plat haché.
Sel et poivre.

Préparation:

- Ôter les feuilles basses des endives et laver-les.
- Les fendre en deux, dans le sens de la longueur.
- Les faire tremper dans le lait pendant 1 heure.
- Préparer la sauce : mélanger l'oignon haché avec la moitié de l'huile d'olive, le vinaigre, le paprika, du sel et du poivre.
- Préchauffer la plancha à feu vif.
- Egoutter et sécher bien les endives.
- Assaisonner avec l'ail haché, la moitié de l'huile d'olive restante, du sel et du poivre.
- Griller les endives à la plancha, des deux côtés.
- Arroser les endives avec la sauce.
- Saupoudrer de persil haché.