

4 pers.

10 min

ACHARD DE LÉGUMES

Ingrédients



1,5 kg de légumes de saison (chou, carotte, betterave...)



4 gousses d'ail



1 oignon



3 cm de gingembre



Sel et poivre



Epices (1 c. à café de curcuma, 1 c. à soupe de cumin, 1 c. à soupe de graines de coriandre)



4 c. à soupe de vinaigre



5 à 6 c. à soupe d'huile



2 piments (facultatif)

Préparation

1

Tailler les légumes en fines lamelles. Couper l'oignon, l'ail et le gingembre.



2

Cuire les oignons, puis ajouter l'ail et le gingembre. Ajouter les légumes dans la casserole puis mettre le vinaigre.



3

Bien remuer. Assaisonner avec les épices, le sel et le poivre. Laisser refroidir à couvert.



Attention! La cuisson doit être courte: on veut des légumes croquants