



Les Saveurs du Bois du Roc



Fenouil au Pineau

Pour 2-3 personnes Temps de préparation 30 min Cuisson 40 min

Ingrédients :

- 4 fenouils
- 30g de margarine végétale
- 70g de crème fraîche
- 20 cl de Pineau des Charentes
- Sel & poivre

1. Laver et couper les fenouils en deux dans le sens de la longueur,
2. Faire fondre la margarine dans une grande cocotte,
3. Y disposer les fenouils, les assaisonner,
4. Les laisser dorer puis mouiller avec le pineau,
5. Couvrir la cocotte et cuire 40mn à feu doux,
6. Disposer les fenouils sur un plat, les tenir au chaud, verser la crème fraîche dans le jus de cuisson et donner un bref tour de bouillon,
7. Napper les fenouils avec cette sauce et servir.

Bon appétit !