

Choux de Bruxelles caramélisés aux pommes

 2 PERSONNES



 10 MIN.

 40 MINUTES



500g de choux de Bruxelles
 1 ou 2 pommes
 1 oignon
 2 c. à soupe de sirop d'érable
 2 c. à soupe huile d'olive
 1 c. à soupe de sauce soja

- Émincez l'oignon.
- Retirez le pieds et quelques feuilles abîmées des choux de Bruxelles, découpez-les en deux.
- Découpez la pomme en dés.
- Disposez les légumes dans un plat allant au four.
- Versez le sirop d'érable, l'huile d'olive et la sauce soja.
- Mélangez bien.
- Enfournez 40 minutes à 180°C en remuant à mi-cuisson.

