

# Choux-raves poêlés aux graines de sésames:

## Pour 4 personnes:

- 2 choux-raves
- 1 oignon
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 belle pincée de graines de sésames
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- Sel, poivre

## Préparation:

Laver les choux-raves puis les éplucher.

Couper les choux-raves en fines tranches puis en lamelles de même épaisseur.

Éplucher l'oignon et le couper en fines lanières.

Faire chauffer l'huile dans une poêle et faire revenir l'oignon.

Puis ajouter les choux-raves. Après quelques minutes de cuisson, ajouter la sauce soja et un fond d'eau et le poivre. Couvrir et laisser cuire pendant 20 minutes environ.

Retirer le couvercle et faire cuire à feu vif pour éliminer l'humidité.

Avant de servir saupoudrer de graines de sésame.

Bonne dégustation!