

Légumes festifs rôtis



Ingrédients:

- 1 courge (tout type)
- 2 à 3 betteraves, selon leur taille
- 1 tête de brocoli ou 2 à 3 tasses de choux de Bruxelles
- 1 à 2 oignons moyens (facultatif)
- 1 cuillère à soupe d'huile (canola, olive ou toute autre huile liquide)
- Sel et poivre

Instructions:

1. Préchauffez le four à 375 °F.
2. Lavez et épluchez la courge, puis coupez-la en cubes.
3. Lavez et épluchez les betteraves, puis coupez-les en cubes.
4. Lavez et coupez le brocoli en gros morceaux ou les choux de Bruxelles en deux.
5. Si vous les utilisez, épluchez les oignons, lavez-les, coupez-les en deux, puis, avec le côté plat vers le bas, coupez chaque moitié en 3 morceaux.
6. Placez tous vos légumes sur une plaque de cuisson, en gardant les oignons en morceaux. Arrosez-les d'huile, de sel et de poivre.
7. Mélangez délicatement avec vos mains, en gardant les oignons en morceaux pour qu'ils ne brûlent pas.
8. Faites cuire jusqu'à ce que les légumes soient tendres et un peu caramélisés, soit 40 à 50 minutes. Remuez à mi-cuisson.



Remarques

Coupez vos légumes en morceaux de taille similaire afin qu'ils rôtissent uniformément.

Ajoutez des assaisonnements tels que du thym, du romarin, de l'ail en poudre ou un filet de sirop d'érable si vous le souhaitez.