

FANES DE BETTERAVE SAUTEES

Ingrédients

Pour 4 à 6 personnes :

- 200 g de fanes de betteraves
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- sel
- poivre



Les étapes

Rincez et égouttez les feuilles. Couper les tiges en morceaux de 3cm. Réservez les feuilles. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et faire revenir l'ail à feu doux. Ajoutez les tiges et faites revenir pendant 2 minutes. Ajoutez les feuilles et faire revenir quelques minutes en remuant de temps en temps.

Lorsque les feuilles sont tendres, salez, poivrez et servir.