

## **Colrave pané :**

### **Ingrédients :**

colraves  
sel, poivre  
farine  
panure  
huile d'olive

### **Préparation :**

Peler les colraves, les couper en rondelles d'environ un cm d'épaisseur. Saler chaque tranche et laisser dégorger 15 minutes. Bien sécher les rondelles avec un linge ou du papier ménage. Les passer dans de la farine diluée dans de l'eau avec du sel et du poivre (environ 2 à 3 cs de farine pour un dl d'eau), puis les passer dans la panure.

Chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle et faire revenir des deux côtés pour que les tranches prennent une couleur dorée, assez longtemps pour que le légume soit tendre à l'intérieur (environ 7 à 10 minutes de chaque côté).

Selon l'envie du moment, vous pouvez servir le colrave pané avec un coulis de tomate ou une mayonnaise.