

→ RÉUSSIR LES ← LÉGUMES AU FOUR

1. Préchauffez le four à 210°C (chaleur tournante)
2. Coupez les légumes en morceaux de 5 cm
3. Mélangez les légumes avec de l'huile d'olive
4. Étalez les légumes sur du papier cuisson



Courgettes
Champignons
Asperges
Brocolis



10 À 20 MINUTES



Choux de Bruxelles
Tomates



15 À 20 MINUTES



Poivrons
Oignons
Aubergines
Carottes
Chou-fleur



20 À 30 MINUTES

 *comment-
economiser.fr*



Patates douces
Courges butternut
Pommes de terre



30 À 40 MINUTES



Betteraves



60 MINUTES