

Rhubarbe rôtie au miel et yogourt

 4 portions

INGRÉDIENTS

4 tasses (1 litre – 500g) de tronçons de rhubarbe de 1po (coupés sur la longueur si les tiges sont grosses)
½ tasse (125 ml) de miel de fleurs sauvages ou d'été
½ c. à thé (2,5 ml) de sirop de rose sauvage (facultatif – voir Variante)
2 tasses (500 ml) de yogourt fermier nature (à haut % de gras si possible)
Oseille fraîche, émincée finement (facultatif – voir Variantes)

NOTE

Pour emporter ce dessert en pique-nique, préparez-le dans des pots Mason.

ASTUCE

Le sirop rhubarbe-miel est excellent comme base de limonade locale ou dans une préparation de mocktail ou de cocktail printanier.

VARIANTE

Option de troquer le yogourt par de la crème glacée locale. Vous pourriez aussi remplacer le sirop de rose sauvage facultatif par des pétales de rose sauvage séchés réduits en poudre. Il est également possible de varier l'oseille par du basilic, de la menthe, de la mélisse ou de l'estragon.



PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 200°C (400°F) et tapisser une plaque ou un grand pyrex de papier parchemin.
2. Dans un cul de poule, mélanger la rhubarbe avec le miel.
3. Transférer sur la plaque et bien étaler en une couche.
4. Cuire environ 15 min.
5. Transférer la rhubarbe et le liquide dans un tamis déposé sur un bol afin de récupérer le sirop rhubarbe-miel (voir Astuce). Laisser égoutter 5-10 minutes.
6. Dans un bol, mélanger délicatement les tronçons de rhubarbe compotés avec 1 c. à soupe (15 ml) du sirop rhubarbe-miel obtenu à l'étape 5 (et le sirop de rose facultatif si vous l'utilisez). Réserver au réfrigérateur. Réserver également au frais le sirop rhubarbe-miel restant.
7. Au moment de servir, mélanger le yogourt nature avec du sirop rhubarbe-miel (au goût) et le répartir dans de petits bols. Répartir la rhubarbe rôtie sur le dessus et garnir d'oseille fraîche.