



# Brochettes de choux de Bruxelles sucrés



**Temps de préparation**

30 min à 1h



**Difficulté**

Facile



## Ingrédients

500 grammes de choux de bruxelles

1 noisette de beurre

sel et poivre

2 cuillères à soupe de sirop d'érable (ou de miel)

## Méthode de préparation

- 1.** Coupez les choux de Bruxelles en deux.
- 2.** Faites fondre le beurre dans une grande poêle. Faites-y cuire les choux de Bruxelles, en remuant constamment. Salez et poivrez à votre goût.
- 3.** Versez un filet d'eau dans la poêle et recouvrez d'un couvercle. Attendez cinq minutes.
- 4.** Retirez ensuite les choux de Bruxelles de la casserole et laissez-les refroidir. Enfilez-les sur des pics à brochettes et disposez-les sur une plaque de cuisson juste avant de servir.
- 5.** Arrosez de sirop d'érable ou de miel.
- 6.** Faites cuire 12 minutes dans un four préchauffé à 200 °C. Servez immédiatement.