

PRESSE DE LEGUMES CRUMBLE AU SARRASIN

Pour 8 personnes
Fait par : Aleksandr Aubry
Le : 7/03/2017



1. ELEMENTS DE BASE

500 g carotte,
500 de navets longs
500 g de potiron
250 g d'épinards
4 gousses d'ail
50 g de beurre
Gros sel
Muscade moulue

Eplucher, laver tous les légumes.
Emincer à la mandoline les légumes sur la longueur.
Détailler en cercle ou rectangle suivant le moule choisi et la taille du légume
Cuire séparément les légumes à l'anglaise
Sauter à cru les épinards avec ail et muscade
Réaliser un montage comme un mille feuilles en alternant les couches de légumes. Bien presser.
Réserver au frais

2. ELEMENT DE LA SAUCE :

20 g de moutarde à l'ancienne ou savora *
100 g de citron jaune
200 g de fromage blanc ou faisselle
½ botte de ciboulette.
Sel fin
Poivre moulu, tabasco, épices divers (*)

Zester et presser le jus de citron,
Ciseler finement la ciboulette
Réaliser la sauce en mélangeant tous les ingrédients.
Ajuster l'assaisonnement

3. CRUMBLE SARRASIN

45 g de farine de sarrasin
45 g de farine de riz
30 g de féculé de pomme de terre
80 g d'amandes en poudre
70 g d'huile d'olive
30 g blanc d'oeuf
Zestes d'un ou deux citrons
Sel PM

Mélanger les ingrédients secs. Ajouter l'huile d'olive. Incorporer pour finir les zestes et le blanc d'œuf sans le fouetter. La pâte doit avoir une texture sablée.

Disposer sur plaque. Cuire 15 minutes à 160°C sur une plaque du four recouverte de papier cuisson.

Emietter au fur et à mesure de la cuisson

4. FINITION-DRESSAGE

50 g de mesclun
10 cl d'huile d'olive
5 cl de vinaigre de cidre

Trier, le mesclun
Préparer les pluches d'aneth
Réaliser la vinaigrette

Réaliser un cercle de sauce au fond de l'assiette.

Disposer le crumble sur le pressé à l'envoi
Poser et décercler le pressé. Ajouter le mesclun.

La moutarde Savora contient de la farine de blé. A éviter en cas d'allergie au gluten.

() Epices contenus dans la SAVORA : Curcuma de Madras, cannelle de Ceylan, muscade d'Indonésie, piment de Cayenne girofle, ail, estragon, miel "mille fleurs", graines de moutarde du Canada, céleri*