

EMINCÉ VEGIC AUX POIREAUX & LENTILLES BELUGA AVEC UNE SAUCE CRÈME, ACCOMPAGNÉ DE STROZZAPRETI ET DE CHOUX DE BRUXELLES

ALTERNATIVE VÉGÉTARIENNE | PÂTES | VÉGAN | TRADITIONELLE

10 portions | Hôtellerie, restauration & traiteur | Secteur social

INGRÉDIENTS

- HILCONA IT'S VEGIC Émincé, surgelé, 1,2 kg
- Huile de colza, 60 ml
- Thym séché, 6 g
- Estragon séché, 6 g
- Marjolaine séchée & émiettée, 6 g
- Noix de muscade moulue, 6 g
- Lentilles Beluga, 160 g
- Feuilles de laurier moulues, 2 g
- Huile de colza, 50 ml
- Poireau, coupé en deux, 30 mm, 400 g
- Vin de cuisson blanc, 100 ml
- Eau du robinet, 400 ml
- Crème de cuisson bio à l'avoine, 400 ml
- Sel de table, 20 g
- Jus de citron, 60 g
- HILCONA Strozzapreti, TK, 1,5 kg
- Choux de Bruxelles «nature», 1 kg
- Persil haché, 20 g

PRÉPARATION

1. Mélanger l'huile de colza avec du thym, de l'estragon et de la marjolaine, puis laisser mariner les morceaux de viande dans la marinade pendant au moins 20 minutes.
2. Faire cuire les lentilles Beluga avec la feuille de laurier pendant environ 20 minutes al dente et égoutter. Préparer les choux de Bruxelles.
3. Dans une grande cocotte, faire chauffer l'huile de colza et y faire revenir le poireau à feu vif.
4. Dès que le poireau commence à s'affaisser, ajoutez les lentilles et retirez la casserole du feu.
5. Dans une poêle à frire ou une poêle à rôtir, faire dorer la viande émincée dans l'huile de colza en la retournant de tous côtés.
6. Déglacer avec du vin blanc et ajouter les lentilles poireaux.
7. Ajouter la crème d'avoine, le sel et l'eau, puis réduire jusqu'à obtenir une sauce onctueuse. Affiner avec du jus de citron.
8. Faire chauffer les choux de Bruxelles et les parfumer avec du persil.
9. Entre-temps, faire cuire les strozzapreti frais à 95°C et 100 % de vapeur pendant 3 minutes.
10. Tous les ingrédients doivent être disposés sur des assiettes préchauffées.

TIPP! Strozzapreti ? Le curé-étrangleur, ils sont si fins que le curé en a mangé tellement qu'il a failli s'étrangler avec.