

BOUCHÉES AU LIERRE TERRESTRE - TAPENADE DE BETTERAVES, OEUFS MIMOSA ET BILLES DE CHÈVRE FRAIS



Ingrédients pour 5 personnes

Ingrédient	Quantité
Fromage de chèvre frais	1 (nature)
Lierre terrestre (feuilles)	1 poignée (hachées fin)
Olives vertes	(de préférence dénoyautées !)
Oeufs	2 (durs)
crème de soja	38 mL
Puree d'amandes	20 g
Moutarde	0.50 cuillère à café
Huile de colza	8 cuillères à soupe (Ou autre huile neutre (raisin, tournesol))
Lierre terrestre (feuilles)	1 poignée (environ 20g)
betteraves rouges	300 g (crues)
Noix de cajou	30 g (nature)
Poivre et sel	
Huile de colza	(Ou autre huile (olive, raisin, tournesol))
Lierre terrestre (feuilles)	1 grosse poignée
petites piques en bois pour la décoration	(1/personne)

Préparation

Bouchées au lierre terrestre tapenade de betteraves, œufs mimosa en bille de chèvre

frais - révision 0

<https://cuisinesauvage.org/recipe/bouchees-au-lierre-terrestre-tapenade-de-betteraves-oeuf-mimo-sa-et-billes-de-chevre-frais/>

Page 1 / 4
CC BY SA Cuisine Sauvage ASBL,

2015-2026

tapenade - pas de soucis, ça se garde très bien au frais quelques jours pour agrémenter d'autres préparations !

POUR LES OEUFS MIMOSA

1. PRÉPARER LA MAYONNAISE (ci-dessous)

2. Mettre dans le bol du mixeur (idéal avec un plongeur) : crème soja + purée amandes + moutarde + 1 pincée de sel - mixer 1 minute.

3. Ajouter 9g de lierre terrestre et 1 cuillérée à soupe d'huile - mixer 30 secondes

4. Ajouter encore 1 cs d'huile et mixer 30secondes

5. Répéter jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'huile

6. Ajouter la fin du lierre, haché, et mixer encore 1 minute

7. Laisser poser au frais 1h

8. POUR LES OEUFS MIMOSA (ci-dessous)

9. Couper les oeufs durs en 2, enlever les jaunes et les mettre dans un bol. Réserver les blancs

10. Sortir la mayonnaise du réfrigérateur.

11. Peser les jaunes d'oeufs et mettre dans le bol le même poids de mayonnaise (ou un peu plus par gourmandise)

vous en reste

13. C'est prêt pour le service !
-
-

POUR LA TAPENADE DE BETTERAVE

1. Couper les betteraves (alternative gourmande : vous pouvez au préalable rôtir les betteraves : en tranches dans une poêle avec un peu d'huile, les oublier 30 à 40 minutes)
-
-

2. Mettre dans le bol du mixeur : betteraves, noix de cajou, sel, poivre, la moitié du lierre terrestre
-
-

3. Mixer grossièrement
-
-

4. Ajouter la fin du lierre terrestre avec un petit peu d'huile pour mouiller (selon la texture souhaitée)
-
-

5. Mixer une dernière fois (selon les goûts ou les besoins de la présentation, plus ou moins finement pour garder ou non le croquant des noix)
-
-

6. Réserver au frais avant de servir
-
-

POUR LES BILLES DE CHEVRE FRAIS

1. Hacher très fin les feuilles de lierre terrestre
-
-

2. Ecraser le fromage de chèvre dans un bol, et ajouter le lierre terrestre. Saler, poivrer
-
-

3. Prendre une olive et à la main ou avec une cuillère, l'enrober du mélange chèvre-lierre. Former une bille avec les mains
-
-

4. Planter une pique au milieu, disposer sur une assiette

5. Peut être servi immédiatement ou patienter au frais quelques heures