

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

 CUISINE SAUVAGE

## Ingrédients pour 5 personnes

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

## Préparation

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 cuillère 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

---

---