

CHAUSSENS AU PLANTAIN LANCÉOLÉ



Ingrédients pour 5 personnes

Ingrédient	Quantité
de feuilles de plantain lanceolé	60 gr
maquée bio	130 gr
Beurre de ferme bio	20 gr
d'oeuf	1 jaune
farine	1 càs
pomme de terre moyenne	1
de salade	qq feuilles
Vinaigrette au miel	2 càs
de pâte feuilletée	1 rouleau

Préparation

1. Préchauffer le four à 200 degrés

2. Laver le plantain et la salade, laver et éplucher la pomme de terre.

3. Garder 15 jeunes feuilles de plantains pour la salade.

4. ciseler 40 grammes de plantain environs et les faire un peu suer avec la moitié du beurre. Réserver cette préparation pour les chaussons.

5. Tailler et blanchir le reste du plantain pour enlever l'amertume. Réserver pour la sauce.

Réalisation des chaussons :

1. Mélanger les plantains (qui ont sué) avec la maquée, saler poivrer. Cela constitue la farce

2. Dérouler la pate feuilletée, la saupoudrer de farine et l'étaler de manière à savoir découper 5 cercle de 13 cm de diamètre. (Cela permet également d'avoir une pate plus fine)

3. Déposer 1/5 de la farce sur 1/2 de chaque disque en laissant 2 cm de bord. Humecter avec de l'eau les bords, refermer les chaussons en pinçant bien les bords. dorer avec le jaune d'œuf battu avec un peu d'eau.

4. Cuire les chaussons environs 20 minutes.

Réalisation de la purée liquide qui servira de sauce

1. Couper en petit morceau la pomme de terre y ajouter les plantains blanchis et recouvrir à peine d'eau.

2. Quand c'est cuit, ajouter le restant du beurre, saler poivrer, au goût et mixer.

3. Garder au chaud.

Présentation de l'assiette

1. Tailler grossièrement la salade et les jeunes feuilles de plantain les répartir dans les assiettes. Si vous avez trouvé des boutons de plantain, les faire griller sur une poele et les répartir sur la salade.(on peut aussi les utiliser crus mais les griller accentuera leur saveur de champignon).

2. Mettre un peu de vinaigrette et laisser le reste à disposition

3. Déposer ensuite, le chausson à coté de la salade et la sauce.

