

# POIRES FARCIES À LA CRÈME DE NOISETTES, CARAMEL DE VIN ROUGE À LA BENOÎTE (VEGAN)

 CUISINE SAUVAGE

## Ingrédients pour 12 personnes

| Ingrédient                       | Quantité                                 |
|----------------------------------|--|
| Noisettes                        | 125 gr                                   |
| Noix de cajou                    | 125 gr                                   |
| Jus de citron                    | 1 c. à s.                                |
| ail en poudre ou une demi gousse | 1 c. à c.                                |
| sel marin                        | 1 c. à c. bombée                         |
| eau filtrée                      | 200 ml                                   |
| Vin rouge                        | 300 ml                                   |
| benoîte urbaine                  | 6 racines                                |
| Poires bio                       | 6 pcs                                    |
| Noisettes                        | 1 poignée (concassées, pour garnir)      |
| panais ou persil tubéreux        | 3 pcs (ou même carottes selon vos goûts) |
| sel marin                        | 1 c. à c.                                |
| Huile d'olive                    | 0 (Quantité souhaitée)                   |
| paprika et/ou ail fumé           | 0 (Quantité souhaitée)                   |

## Préparation

1. Mixer tous les ingrédients (fruits secs, citron, ail, sel, eau - lis la suite!). Dans une cuve avec mixeur-plongeur, commencer avec juste assez d'eau pour couvrir les 'noix'. Un peu plus d'eau peut aider à fluidifier le mixage, mais attendre et observer avant de mettre toute l'eau. Arrêter le mixeur pour racler les côtés (spatule en caoutchouc, ou avec une cuillère). Mixer de nouveau, jusqu'à obtenir une crème homogène/crémeuse. Ca peut prendre 3 à 6 minutes de temps pour mixer.

## Caramel de vin rouge à la benoîte

1. Nettoyer les racines de benoîte\* (brosser) et les hacher grossièrement. Faire chauffer le vin rouge avec la benoîte jusqu'à ce qu'il soit bien parfumé (commencer avec les poires pendant cette infusion). Filtrer, ajouter la cassonade et laisser réduire jusqu'à obtenir un sirop pas trop épais.  

---

---
2. \*Ce sont les petites radicelles qui parfument le vin, donc ne les jeter pas au nettoyage, et pas besoin de la grosse racine principale.  

---

---

## Les poires

1. Couper les poires en deux et enlever les graines en creusant une demie sphère au centre. Remplir le trou d'une bonne cuillère à soupe de crème aux noisettes. Concasser les noisettes pour le topping.  

---

---
2. Napper le fond d'un plat allant au four avec la réduction de vin à la benoîte. Y déposer les poires. Parsemer voire tapisser de noisettes concassées. Passer au four pendant 15-30 minutes, jusqu'à ce que la poire soit fondante.  

---

---

## Rosette de panais/persil tubéreux

1. Laver et brosser (ne pas peler) les légumes racines bio. Couper à la mandoline en longueur (du haut en bas). Déposer sur une plaque tapissée de papier cuisson. Badigeonner d'huile (qui a infusé dans un bol avec les épices - le sel, ail, paprika fumé). Enfourner pendant 10 minutes à 175°C. Une fois cuites, rouler en rosette et soit dresser les poires à la sortie du four, soit pour retourner au four pendant les dernière 10 minutes de cuisson avec les rosettes pour griller un peu (si elles ne sont pas déjà trop cuites).  

---

---

## Dressage

1. Servir les poires avec un nappage de réduction au vin. Garnir avec une rosette de panais.  

---

---

## Variante

1. On peut substituer des amandes pour les noisettes et/ou les noix de cajou. Si possible, faire tremper plusieurs heures, les peler et jeter l'eau de trempage.  

---

---