VERRINE DE LENTILLES CORAIL AU CURRY, TRUITE FUMÉE ET CHÂTAIGNE, COULIS D'ORTIES ET CAKE AU POTIMARRON ET NOIX X CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 8 verrines

Ingrédient	Quantité
lentilles corail germées 1 jour	350 gr (cuites à la vapeur et mixées)
Jus de citron	0.50
huile d'olives	3 càs
d'eau	(suivant consistance)
Curry	1 càs
Tamari	1 càs
Truite fumée	2 filets
persil	1 petite feuille (pour décoration)
Châtaignes	1 tasse (cuites et concassées)
d'orties	2 poignées (plongées 2 min dans l'eau bouillante)
huile d'olives	2 càs
sel	
poivre	
potimarron cuit	300 gr (tout ce qui suit constitue les ingrédients pour le cake)
Oeufs	2
huile d'olives	1 càs
sel	0.50 càc
Vinaigre de cidre	1 càc (non pasteurisé)
purée de sésame	1 càc

Verri**Battasèn**tilles corail au curry, **Trougt**e fumée et châtaigne, coulis d'orties et cake au potimarron et noix - révision 0

Page 1 / 2

Ingrédient	Quantité
farine pois chiche	50 gr
Fécule de pomme de terre	25 gr
Bicarbonate de soude	1 càc (ou poudre à lever)
olives noires	50 gr (ou prunelles façon olives)
Comté	50 gr (coupés en petits dés)
Persil haché	1 poignée
cerneaux de noix et noisettes concassées	1 petite tasse

Préparation

1.	Pour la préparation du cake au potimarron, olives noires et noix : Mélanger tous les ingrédients (dans la liste ci-dessus, c'est à partir de 300 gr de potimarron)
2.	Mettre dans une forme à cake et +/- 20 min dans four à 180°C.
3.	Pour le coulis d'orties : Mixer les 2 poignées d'orties plongées 2 min dans l'eau bouillante et les 2 càs d'huile d'olives. Ajouter le sel et le poivre.
4.	Cuire 15 min les châtaignes débarrassées de leur enveloppe et tan. Ensuite les concasser. Couper en petits morceaux les filets de truite fumée.
5.	Présentation : A l'aide d'une douille, remplir 1 verrine au 1/3 de lentilles corail mixées. Déposer par- dessus 1 càs de coulis d'orties. Déposer ensuite 1 càs de truite fumée, suivi de châtaignes concassées. Garniture : 1 tranche de cake aux potimarron et noix coupée en 2 et 1 feuille de persil.
6.	Bonne dégustation !