

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

 CUISINE SAUVAGE

## Ingrédients pour 8 verrines

| Ingrédient                      | Quantité                                                         |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| lentilles corail germées 1 jour | 350 gr (cuites à la vapeur et mixées)                            |
| Jus de citron                   | 1/2                                                              |
| huile d'olives                  | 3 càs                                                            |
| d'eau                           | un peu (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                             | 1/2 càc                                                          |
| Vinaigre de cidre               | 1 càc (non pasteurisé)                                           |
| purée de sésame                 | 1 càc                                                            |

| 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 concassés | 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 !  

---

---