

Quenelles de maïs gratinées, tomate-mozza

RECETTE



20 minutes



30 minutes



4 personnes

INGRÉDIENTS

- 200 g de semoule de maïs locale de Jean-Marc Vincent
- 70 cl de bouillon de légumes (70 cl d'eau + 1 c à s rase de poudre de bouillon de légumes)
- 80 g de fromage râpé*
- 2 œufs*
- 1 pincée de noix de muscade râpée
- 1 bocal de chair de tomates Biocoop
- 3 c à s d'huile d'olive
- 1 c à c d'épices « Bolognaise » Epi'c Bio
- 200 g de shiitakés de la Champiculture Val'Lentin
- 2 échalotes
- 1 gousse d'ail
- 1 paquet de mozzarella râpée*

*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. Dans une casserole, faire bouillir l'eau et y incorporer la poudre de bouillon de légumes.
2. Verser la semoule en pluie sans cesser de remuer, baisser le feu et cuire 5 à 7 minutes en mélangeant continuellement.
3. Retirer du feu, ajouter les jaunes d'œuf, le fromage râpé, la noix de muscade et mélanger. Réserver les blancs d'œufs au réfrigérateur pour une autre préparation (comme une mousse au chocolat !).
4. Former des quenelles à l'aide de deux cuillères à soupe en faisant glisser la semoule d'une cuillère à l'autre et les déposer dans un plat à four, puis réserver.
5. Emincer les échalotes, l'ail et les shiitakés.
6. Dans une sauteuse, faire revenir les épices dans l'huile d'olive, puis ajouter les légumes émincés et la chair de tomates, et cuire pendant 10 minutes.
7. Napper les quenelles avec cette sauce, parsemer de mozzarella râpée et enfourner 20 minutes à 180°C. Déguster chaud !

Sargé | ZAC de la Pointe, Sargé
Université | 22 bd Louis Leprince-Ringuet
République | 1 b rue Gambetta, Le Mans

Atlantides | 4 avenue d'Haouza, Le Mans
Antarès | Giratoire de César, Le Mans
Allonnes | Rue de la Raterie, Allonnes

 www.cuisine-moi-un-fenouil.fr