

Courge et Chèvre, vinaigrette épinards

1. Le Potimarron

- 250g de potimarron
- 100g d'eau de cuisson
- 25g d'huile d olive
- 15g de Easy-Base+
- Sel et poivre

Éplucher le potimarron, prélever les graines et vider l'intérieur. Laver, sécher et griller les graines, c'est délicieux sur une salade et c'est plein de protéines. Couper le potimarron en lune puis en cube, faire cuire dans de l'eau. Une fois cuit, mettre le potimarron dans le robot chauffant, avec l'eau de cuisson. Assaisonner. Ajouter l'huile et le Easy-Base+ et mixer le tout à 95°C. Une fois prête, vérifier votre préparation avec le test de la cuillère. Rectifier l'assaisonnement au besoin, puis verser dans votre moule. Refroidir à 4-5°C.

2. Le Chèvre

- 150g de chèvre
- 150g de lait de vachette
- 15g de Easy-Base+
- Sel et poivre

Mettre tous les éléments dans le mixeur chauffant et monter jusqu'à 95°C. Une fois la préparation prête et le test de la cuillère effectué, Verser la masse dans vos moules. Refroidir à 4-5°C.

3. Les Noix

- 50g de noix
- 250g de lait
- 15g de Easy-Base +
- Sel et poivre

Mettre tous les éléments dans le mixeur chauffant et monter en température jusque 95°C. Faire le test de la cuillère. Verser votre préparation dans les moules, puis refroidir jusque 4-5°C.

4. La Vinaigrette

- 50g d'épinards
- 20g d'huile de votre choix (olive ou noix, par exemple)
- 10g de vinaigre
- 20g d'eau
- 1 pointe de couteau de xantacorn

Mettre tous les ingrédients sauf le Xantacorn dans un pot et les mixer ensemble. Adapter la texture avec le Xantacorn et mixer. Réserver.

5. Le Dressage

Démouler et découper le potimarron. Démouler et cendrer le chèvre. Démouler et découper les noix. Dans votre assiette, placer les différents éléments, puis ajouter la vinaigrette.

Bon appétit !