

Ingrédients

FARCE

- 250 g Égrainé végétal Protéinel
- 100 g Oignons
- 50 g Échalotes
- 20 g Ail en poudre
- 120 g Carottes
- 100 g Concentré de tomate
- 800 g Bouillon de légumes
- 170 g Sauce tomate
- 1 bouquet Persil plat
- 1 g Sucre
- q/s Sel / Poivre 5 baies
- 18 g Huile d'olive

PURÉE MOUSSELINE

- 312,5 g Purée en flocons
- 1500 g Lait
- 500 g Eau
- Beurre / Sel

GARNITURE

Beurre / Chapelure

*q/s = quantité suffisante.

hachis parmentier végétal

Mise en œuvre

Nettoyer les légumes et les éplucher. Ciseler les oignons et les échalotes. Tailler en fine brunoise les carottes. Équeuter et hacher le persil.

FARCE Cuisson 15 min.

Faire rissoler les oignons, les échalotes puis les carottes dans l'huile d'olive. Ajouter le concentré de tomate. **Faire rissoler** l'égrainé végétal et **cuire 15 min. Hors du feu**, après un léger refroidissement, ajouter la sauce tomate, l'ail et en une fois le bouillon de légumes, mélanger. Ajouter l'ail, le sucre, le sel, le poivre 5 baies, le persil et rectifier l'assaisonnement. Réserver.

PURÉE MOUSSELINE

Porter à ébullition le lait et l'eau. Ajouter en pluie la purée en flocons. Ajouter le beurre et du sel.

DRESSAGE

Beurrer un plat à gratin. Mettre la farce. Coucher à la poche à douille la purée. Couvrir de chapelure. Parsemer quelques noisettes de beurre. **Gratiner au four à 180°C pendant 15 min.**

250g
Égrainé
végétal

10
fourchette
couteau

15min
PEU Doux

15min
180°C

Remplacer la
chapelure par
du gruyère

