



ARizel

Athénée Royal Izel G/G



Les cantinades

LE CONCOURS DU GREEN DEAL CANTINES DURABLES

RÔTI DE DINDE MARINÉ ET PURÉE DE BETTERAVES ROUGE

Avec une sauce crème pesto d'estragon



LES PLUS DE DURABILITÉ



Le rôti de dinde (Transformateur : Boucherie Istace) et les pommes de terre (Producteur : Mazy Frères) sont des produits locaux achetés en circuit court.



Les betteraves rouges sont bio, commandées auprès d'un grossiste en fruits/légumes de proximité.



Les fanes de betteraves sont réutilisées (anti-gaspi) pour la marinade.

FICHE DE RECETTE



Portions : 4



Temps de préparation : 24h pour la marinade et 30 min pour finaliser la recette.



Temps de cuisson : 35 min.



Ingédients

PRODUIT	ÉTAT	QUANTITÉ	TOTAL	ALLERGÈNE
Rôti de dinde de la boucherie Istace	Frais	115g	460g	
PDT bintje purée ferme Mazy Offagne	Frais	200g	800g	
Betteraves rouge bio (pour purée) Bodson Primeur Bertrix	Frais	25g	100g	
Lait (pour purée)	Bouteille/carton	5cl	20cl	
Echalottes (pour purée)	Frais	4g	16g	
Ail (pour purée)	Sec	4g	16g	
Persil (pour purée)	Frais	5g	20g	
Crème culinaire (pour sauce)	Bouteille/carton	7,5cl	30cl	
Estragon pour pesto (pour sauce)	Frais	30g	120g	
Echalottes (pour sauce)	Frais	5g	20g	
Huile d'olive pour pesto (pour sauce)	Bouteille/carton	6,25g	25g	
Fanes de betteraves rouge (pour marinade)	Frais	30g	120g	
Huile d'olive pour pesto (pour marinade)	Bouteille/carton	6,25g	25g	
Ail (pour marinade)	Sec	5g	20g	
Sel/poivre/maizena/baie de poivre rose/vin blanc				

RÔTI DE DINDE MARINÉ ET PURÉE DE BETTERAVES ROUGE Avec une sauce crème pesto d'estragon



DESCRIPTION DE LA RECETTE



Préparation des produits

- 24h avant : faire le pesto pour marinade viande / coupez et lavez les fanes de betteraves rouge, mixez avec huile d'huile, ail, sel et poivre.
- Dans un gastronome, mélangez le rôti de dinde avec le pesto marinade fait avec les fanes de betteraves rouge. Mettre sous-vide. Gardez 24h.
- Faire le pesto pour sauce crème / Coupez et lavez l'estragon. Mixez avec l'huile d'olive, échalottes, sel et poivre.
- Purée : Epluchez et cuire les pdt bintje dans de l'eau salée. Epluchez et cuire les betteraves rouge dans l'eau. Les mettre dans un récipient avec lait, échalottes, ail et mixez comme un potage et ajoutez le persil. Dans un mélangeur mettre les pdt cuites : écrasez et mélangez puis ajoutez l'appareil de betteraves rouges. Rectifiez l'assaisonnement.
- Cuire le rôti avec la marinade, sel, poivre : 65 degrés à coeur.
- Déglaçez avec le vin blanc et crème + ajoutez le pesto pour la sauce, quelques baies de poivre rose. Rectifiez l'assaisonnement et épaissir à la maizena.
- Dressez la purée rose (avec une poche à douilles ou une pince à glace), la sauce, le rôti et un peu d'amandes effilées cuites au four avec du sucre impalpable.

BON APPÉTIT !



ASTUCE ANTI-GASPI

RÉUTILISER LES FANES DE BETTERAVES POUR LE PESTO DE LA MARINADE (VIANDE)