

FICHE DE RECETTE

Crème de champignons "beurre à l'ail" aux noisettes torréfiées

Type de recette	
Nombre de portions	10
Temps de préparation	30MIN + 30 MIN
Prix / Portion (HT) :	0,71

INGREDIENTS

PRODUIT	UNITÉ	QUANTITÉ
Purée de potimarron		
Champignons de Paris bio	kg	0,8
Oignons bio	kg	0,2
Vert poireau bio	kg	0,5
sel	pm	
eau	l	2
crème fraîche bio	l	0,1
huile de tournesol bio	l	0,1
Noisettes bio	kg	0,1
Ail frais bio	Kg	0,01

Nettoyer et couper les légumes - conserver les graines de potimarron

Faire suer les légumes et ajouter l'eau - porter à frémissement (cuisson 30 min)

Faire torréfier les graines à sec ou avec un filet d'huile

Mixer le potage

Battre la crème au 1/3,

Au dressage, décorer d'un filet de crème en toile d'araignée et de graines torréfiées

Les "+++ " pour la durabilité

Utilisation de l'ensemble du légume (peau, graines), utilisation des verts de poireau

Apport en légumes locaux et bio

Cette recette peut être réalisée avec des butternuts, carottes, autres courges, ...

3,56	0,2848
2,54	0,0508
2,82	0,141
	0
	0
6,76	0,0676
5,56	0,0556
10,125	0,10125
10,6	0,0106
	0
	0