

# FICHE DE RECETTE

## Sandwich américain sans viande

Claude Pohlig

Légumes de saison - focus sandwiches 25/06/2025

Type de recette	
Nombre de portions	pour 20 personnes
Temps de préparation	30 minutes de préparation et ½ h de cuisson
Prix / Portion (HT) :	

### INGRÉDIENTS

PRODUIT	QUANTITÉ	UNITÉ
Carottes	3	kg
Jaunes d'œufs	3	pce
Caprons	300	gr
Câpres / au sel ou vinaigrées mais rincées	300	gr
Huile d'olive	30	ml
Echalotes hachées	6	pce
Sel (moins si vous avez pris des câpres au sel)	2	càc
Sauce anglaise ou sohyu	3	càs
Moutarde forte	3	càs

### DESCRIPTION DE LA RECETTE

#### Préparation des carottes

Brosser et laver les carottes. Si elles sont trop vieilles, les éplucher.

#### Cuisson

Cuire les deux tiers des carottes :

Soit à la vapeur,

Soit en les faisant suer à l'huile d'olive, puis en ajoutant un peu d'eau pour finir la cuisson.

#### Préparation de la base crue

Râper le tiers restant des carottes en filaments fins.

Ajouter :

Câpres

Jaunes d'œufs

Moutarde

Sauce anglaise (Worcestershire)

Échalotes finement ciselées

→ Mélanger et réserver au frais.

#### Mixage

Une fois les carottes cuites refroidies, les mixer avec un filet d'huile d'olive.

Laisser complètement refroidir.

#### Assemblage

Mélanger vigoureusement la purée de carottes cuites avec la préparation crue.

#### Finition

Débarrasser en plaque filmée ou en bac gastro.

Réserver au frais.

#### Dressage

Décorer avec des caprons avant service.



