

L'ÉLÉGANCE CULINAIRE DEPUIS 1962

Royans®



RESTAURATION COLLECTIVE

Quenelles nature, ÉPINARDS,

clou de girofle et graines de courges

Une recette originale de Christophe Aribert, *Chef Etoilé aux Terrasses d'Uriage*

CALCULÉE POUR 8 PORTIONS

Coût / portion : accessible

Intérêt nutritionnel : plat complet riche en légumes, végétarien.

Temps de mise en œuvre : 1h30

INGRÉDIENTS

- 8 quenelles 120 g natures Royans
- 1 kg d'épinards en branche
- 1L de lait
- 100 g de pommes de terre
- 100 g de beurre ½ sel
- 50 g de graines de courge torréfiées
- Noix de muscade
- Clou de girofle

1. Crème de pommes de terre

- ▶ Couper en gros morceaux les pommes de terre sans les peler
- ▶ Ajouter le lait, 3 g de noix de muscade et 3 g de clou de girofle
- ▶ A la première ébullition, changer de casserole
- ▶ Cuire 45 minutes à feu très doux
- ▶ Mixer l'ensemble et assaisonner de poivre du moulin et sel de Guérande
- ▶ Ajouter 50 g de beurre ½ sel

2. Epinards

- ▶ Mettre le reste de beurre à fondre dans un plat à gratin avec les épinards triés, équeutés et lavés
- ▶ Enfourner 1 minute à 170°C

3. Quenelles

- ▶ Ajouter la crème de pommes de terre et les quenelles
- ▶ Enfourner à 170°C pendant 35 minutes

MONTAGE ET FINITION

- ▶ À la sortie du four, rajouter les graines de courges torréfiées