

L'ÉLÉGANCE CULINAIRE DEPUIS 1962

Royans®



RESTAURATION COMMERCIALE

Quenelles, CHOU FLEUR & AMANDE

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

CALCULÉE POUR 4 PORTIONS

Coût / portion : accessible

Temps de préparation : 45 min

INGRÉDIENTS

- **8 quenelles natures Royans 40g**
- 1 chou-fleur
- 1L de lait
- Curry Madras
- 20 amandes coques
- Huile d'olive
- ½ L de bouillon de légumes

1. Crème Chou-Fleur

- ▶ Laver et trier en gros bouquets 1 chou-fleur et garder 4 bouquets.
- ▶ Mettre le chou-fleur dans une casserole en inox, mouiller de lait à hauteur et porter à ébullition.
- ▶ Changer la casserole et cuire 15 minutes à feu doux.
- ▶ Mixer au thermomix le chou-fleur, avec une pointe de couteau de curry madras, égoutter avec 2 pochons de lait cuisson.
- ▶ Vérifier l'assaisonnement et réserver dans un cul de poule sur glace.

2. Les Amandes

- ▶ Préparer 20 amandes coques, monder, refroidir, enlever la peau, tailler dans la longueur et torréfier au four à 180°C pendant 8 à 10 minutes.

3. Chou-fleur

- ▶ Tailler le chou-fleur à cru à la mandoline.

4. Cuisson des quenelles

- ▶ Pocher les quenelles dans l'eau bouillante salée pendant 20 minutes.
- ▶ Les sortir de cuisson et les dresser dans un plat à gratin avec la crème de chou-fleur au-dessus et enfourner 10 minutes.
- ▶ Dresser avec le chou-fleur cru, amande et poivre blanc du moulin.