

Crêpe parmentière aux légumes bretons



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 10 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
153164	Galette de sarrasin au sel de Guérande nature 60 g	10 Pièce
98929	Paleron de boeuf 2/3,5 kg	1 Kilo
237481	Purée de potiron CE2 2,5 kg Bonduelle	1 Kilo
100443	Poêlée bretonne 2,5 kg Paysan Breton	600 Gramme
3595	Brunoise de légumes 2,5 kg Bonduelle	500 Gramme
	Flocons de pomme de terre	150 Gramme
	Thym et laurier	PM
	Sel et grains de poivre	PM

Etapas de préparation

- 1 Mettre en décongélation les galettes de sarrasin en chambre froide positive à 0+3°C pendant 24h
- 2 Faire cuire, environ 2 à 3h, le paleron de bœuf, sans décongélation, avec de l'eau, la brunoise de légumes, le thym et le laurier. Rectifier l'assaisonnement. Réserver
- 3 Remonter la purée en température. Ajouter les flocons de pomme de terre pour l'épaissir. Puis incorporer la poêlée de légumes à l'état surgelé pour la refroidir. Bien mélanger
- 4 Trancher le paleron. Pour le montage : mettre la crêpe bien à plat. Ajouter une cuillère du mélange de légumes. Puis déposer une tranche de paleron. Finir avec une cuillère de garniture. Fermer la crêpe
- 5 La déposer sur une plaque à pâtisserie. Cuire au four à 175°C pendant 15 minutes. Servir avec une salade croquante

Crêpe parmentière aux légumes bretons

L'astuce du chef



Utiliser le bœuf braisé cuit, la viande est cuite à basse température (gouteuse et fondante) pour un gain de temps et pas de perte

Laurent Lapierre, conseiller culinaire PassionFroid