

Tortilla de maïs végétal



Ingrédients (pour 4 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
0.1	Corn Flakes en sachet 500 g KELLOGG'S	0060060
0.1	Eau	~
0.02	Huile	~
0.002	Sel	~
0.08	Concombre	~
0.025	Radis	~
0.02	Salade mesclun	~
0.04	Mayonnaise chipotle	~
0.065	Oignon pickles	~
0.5 PCE	Avocat	~
0.5 PCE	Citron vert	~

Étapes de préparation

- 1 Mixer les corn flakes jusqu'à obtenir une poudre, passer la poudre au tamis puis débarrasser dans un saladier.
- 2 Ajouter l'eau, l'huile et le sel puis mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène
- 3 Former 8 boules de 15 grammes puis les aplatir en formant des cercles de 10 à 12 cm
- 4 Cuire sur une poêle chaude environ 2 minutes de chaque côté.
- 5 Préparation de l'accompagnement

- 6 Couper le concombre en tronçon puis retirer les pépins à l'aide d'une cuillère. Couper des bâtonnets.
- 7 Couper des rondelles de radis et garder les au frais dans de l'eau.
- 8 Réaliser la mayonnaise chipotle: utiliser de la sauce chipotle puis la mélanger à la mayonnaise.
- 9 Réaliser les pickles d'oignon: couper l'oignon en segment. Préparer dans une casserole le sucre, le sel, l'eau et le vinaigre ajouter les oignons et porter à ébullition. Garder vos oignons dans le jus et conserver au frais.
- 10 Couper l'avocat en deux puis en quatre, trancher des tranches (4 tranches dans chaque quart d'avocat) ajouter un jus de citron sur les tranches pour éviter qu'elle noircissent.
- 11 Montage de la tortilla
- 12 Mettre les tortillas sur une planche, ajouter un trait de sauce. Disposer la salade, les deux bâtonnets, la tranche d'avocat , les deux rondelles de radis, et sur le dessus un segment d'oignon pickles . Ajouter sur le dessus un trait de sauce à l'aide d'un pique si cela est nécessaire.

Astuce du chef

Vous pouvez varier l'accompagnement de la tortilla par d'autres légumes ou bien même faire une recette à base de volaille