



Croquant végétal, herbes folles, vinaigrette, émulsion de choux-fleurs soja/coco



Budget :



Ingrédients pour 1 Couverts

Réf.	Libellé	Quantité
135051	Boulette de soja à la tomate 12,5 g Sojasun	160 Gramme
231447	Boisson nature au soja sans sucre UHT 1 L Sojasun	10 Centilitre
160253	Purée de patates douces 2,5 kg	10 Gramme
173982	Semoule de choux-fleurs 2,5 kg Paysan Breton	40 Gramme
	Huile de café	10 Centilitre
	Moutarde violette	10 Gramme
	Vinaigre de sureau	2 Centilitre
	Oignons rouges	30 Gramme

Recette

1. Passer au four l'égrené végétal jusqu'à légère croustillance
2. Réaliser l'émulsion de choux-fleurs en mixant les têtes de chou-fleur et le lait de coco soja
3. Préparer une vinaigrette (huile de café, purée de patates douces et moutarde violette). Assaisonner avec un vinaigre de sureau et de l'huile de café
4. Tailler en petits cubes le tofu puis l'assaisonner avec la vinaigrette et des oignons rouges finement ciselés