

Autour de la galette ...

Pour 6 galettes	Galettes de quinoa aux carottes et poireaux
100 g quinoa 1 carotte 1 poireau 1 œuf 30 g emmenthal ou comté 1 c à soupe de sauce soja 1 à 2 c à soupe de farine 2 c à s d'huile olive Sel-poivre Du persil ou coriandre 10 cl eau	1 - Versez le quinoa dans un verre mesureur puis mesurez 2 fois son volume d'eau. Versez l'eau dans une casserole et quand elle arrive à frémissement ajoutez le quinoa. Salez – faites cuire pendant 20 mn à feu moyen (jusqu'à absorption de l'eau) puis laissez tiédir. 2 - Epluchez et lavez les légumes. Emincez finement le poireau et râpez les carottes. 3 - Dans une poêle faites chauffer 1 c à soupe d'huile puis ajoutez les légumes. Faites revenir quelques minutes et ajoutez 10 cl eau, sel, poivre. Faites cuire 10 mn à couvert puis 5/6 mn à découvert. Laissez tiédir. 4 - Dans un petit saladier, battez les oeufs , ajoutez les légumes, le quinoa et le fromage râpé , la farine , la sauce soja , le persil ou coriandre . Mélangez et laissez reposer peu. 5 - Versez dans des empreintes (6/7 cm de diamètre) (ou faites des petits tas et faites cuire à la poêle tout doucement 4 à 5 mn - Retournez lorsque vous les voyez bien dorées d'un côté. (attention ce n'est pas très facile à retourner , Cuire à nouveau 3/4 mn 6 - Mangez chaud avec la sauce pomme-poireau.
Accompagnement	Sauce pomme-poireau (12 p) Cuisson : 10 mn
1 pomme 1 blanc de poireau 5 cl Jus de pomme 2 c à s sauce soja 10 cl bouillon de légumes Crème végétale	<ul style="list-style-type: none"> - Epluchez la pomme et coupez-la en dés. - Lavez et émincez finement le poireau - Dans une casserole portez à ébullition 10 cl bouillon de légumes avec 5 cl de jus de pomme et 2 cuillers à soupe de sauce soja. - Ajoutez le blanc du poireau émincé et les morceaux de pommes. - Faites cuire environ 10 mn. Mixez le tout en purée. - Ajoutez la crème végétale jusqu'à la consistance souhaitée pour une sauce. Servir chaud avec les galettes.

Galette des rois à la patate douce, rhum, raisins

2 pâtes feuilletées

garniture

400 g de chair de patate douce cuite
80 g de sucre de canne
50 g de beurre mou
100 g d'amandes en poudre
2 oeufs
1 c à c épices pain d'épices
50 g de raisins secs
1 bouchon de rhum (ou +)
(mettre les raisins à tremper dans le rhum)

1 oeuf pour dorer

1 fève

- *Si on veut, faire tremper les raisins secs dans le rhum le temps de la préparation.*

Epluchez les patates douces, les couper en petits morceaux et les cuire à la vapeur (environ 15 à 20 mn)

- Dans le bol d'un blender mettez les patates douces cuites, ajoutez- le reste des ingrédients de la garniture sauf les raisins secs et mixez pour obtenir une purée.

- Versez dans un saladier, incorporez les raisins secs avec le rhum et mélangez.

- Placez un disque de pâte sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier cuisson. Étalez la préparation sur la pâte en laissant 3 cm de bords libres. C'est le moment de placer la fève...

- Badigeonnez au pinceau le pourtour libre avec un peu d'eau.

Couvrez avec le second disque de pâte. Appuyez sur les bords pour bien souder la galette, et chiquetez (aplatir avec une fourchette).

- Appliquer au pinceau l'oeuf préalablement battu sur le dessus de la galette. Dessiner des croisillons à l'aide de la pointe d'un couteau.

Préchauffer le four à 210°.

- Enfourner 10 mn puis baisser la température à **180°.**

- Cuire pour environ 30 minutes. Le dessous de la galette doit être bien cuit.

- Laisser refroidir sur une grille au terme de la cuisson.