



VELOUTÉ AU FROMAGE ET TOPPING AUX NOIX

POUR 4 PERSONNES

- 150 g de mélange de noix (p. ex. Cashew-Cranberry Mix)
- 2 oignons
- 1 c. s. d'huile d'olive
- 3 c. s. de maïzena
- 2 dl de vin blanc (p. ex. Rueda Riscal)
- 8 dl d'eau
- 1¼ c. c. de sel
- un peu de poivre
- 3,3 dl de crème
- 240 g de fromage à la crème Luzerner sel, poivre, selon goût

VOICI COMMENT FAIRE

- Topping aux noix:** hacher grossièrement le mélange de noix, faire griller env. 5 min à sec dans une poêle.
- Velouté:** peler les oignons et les couper en morceaux égaux. Faire chauffer l'huile dans une casserole. Faire revenir les oignons env. 5 minutes. Délayer la maïzena avec le vin, ajouter avec l'eau, porter à ébullition, saler, poivrer. Baisser le feu, laisser bouillonner env. 10 min à couvert. Ajouter env. 2 dl de crème, mixer.
- Dressage:** râper grossièrement le fromage, l'ajouter, faire fondre en remuant, rectifier l'assaisonnement. Dresser le velouté, battre légèrement le reste de la crème, dresser sur le velouté avec le topping aux noix.
- Suggestion:** effeuiller 2 brins de thym, répartir sur le velouté.

Mise en place et préparation:

env. 25 min

Pour env. 1,3 litre

Valeur nutritionnelle: portion (1/4):
778 kcal / lip 61 g / glu 32 g / pro 19 g
végétarien, sans gluten

Liste de courses

Ces ingrédients sont disponibles dans votre Coop Pronto



En collaboration avec

Betty Bossi