

Re-  
Set!

# BLANQUETTE DE LÉGUMES BUTTERNUTS CHÂTAIGNES



POUR 4 PERSONNES

## INGRÉDIENTS

320G DE CHAMPIGNONS DE PARIS  
80G DE CHAMPIGNONS SHIITAKE  
80G DE CAROTTES  
80G DE CAROTTES JAUNES  
200G DE BUTTERNUT  
80G DE POIREAU  
160G DE MARRONS ENTIERS  
1,5 OIGNON JAUNE  
200ML DE CRÈME LIQUIDE LÉGÈRE 18%  
LE JUS D'1/2 CITRON  
2 JAUNES D'ŒUF  
20ML DE VIN BLANC DE TABLE  
20G DE MAÏZENA  
40ML D'HUILE DE TOURNESOL  
40G DE POUSSÉS D'ÉPINARD  
20G DE BEURRE DOUX  
1 CUBE DE BOUILLON DE LÉGUMES BIO  
500ML D'EAU  
SEL ET POIVRE

### RIZ THAI

270G DE RIZ THAÏ OU BASMATI  
HUILE DE TOURNESOL  
1 CC DE GROS SEL  
EAU

### LENTILLES VERTES

65G DE LENTILLES VERTES  
¼ DE CAROTTE  
QUELQUES ÉMINCÉS  
D'OIGNON JAUNE  
1 GOUSSE D'AIL  
LAURIER  
GROS SEL  
EAU



## PRÉPARATION

Laver les champignons, carottes, butternut et poireaux.  
Faire cuire les lentilles et le riz.  
Mélanger.  
Réaliser le bouillon de légume en faisant fondre le cube dans l'eau. Maintenir au chaud.  
Tailler les poireaux en tronçons de 1 cm et les carottes en gros sifflets.  
Éplucher et émincer l'oignon.  
Couper les champignons en deux ou en quatre selon leur grosseur.  
Faire suer les oignons dans un peu d'huile, ajouter les carottes et les poireaux.  
Laisser cuire 5 minutes à feu moyen puis déglacer avec le vin blanc.  
Mélanger et mouiller avec le bouillon de légumes.  
Couvrir et laisser cuire environ 20 à 30 minutes.  
Ajouter les champignons et laisser cuire encore quelques minutes. Vérifier la liaison.  
Ajouter la Maïzena, remuer et rectifier l'assaisonnement.  
Mélanger la crème, le jaune d'œuf, le jus de citron et ajouter le tout à la blanquette.  
Éteindre le feu.  
Éplucher le butternut et le tailler en quartiers puis les faire rôtir au four à 180° pendant 15 à 20 minutes.  
Passer les marrons à la vapeur pendant 10 minutes puis les faire sauter à la poêle.  
Faire sauter les Shiitake. Ajouter les marrons.  
Finir au beurre puis en fin de cuisson, mélanger l'ensemble au butternut et réserver au chaud.  
Émincer grossièrement les épinards puis mélanger à la blanquette au moment de servir.

### DRESSAGE

Dans un bol ou une assiette creuse, verser du mélange riz-lentilles. Ajouter les légumes, le mélange courge-marrons-shiitake.