Pannacotta de sarrasin et coulis de potimarron

Imprimer
Commenter

Préparation: **15 min**

Ingrédients
Pour 3 verrines

- 50 g de sarrasin
- 200 ml de crème végétale pour la cuisine
- 200 ml de dashi (bouillon de kombu et de shiitakés) ou de bouillon de légumes
- 1 grosse c. à s. de champignons déshydratés
- Poivre du moulin
- 1 c. à c. de sel

Coulis

- 150 g de potimarron coupé en dés
- 1 belle c. à s. de miso blanc
- 150 ml de dashi ou de bouillon de légumes
- 1 filet de jus de citron
- 1 c. à s. d'huile d'olive
- 20 tours d'un bon poivre noir

Décoration

- Baies roses broyées
- Quelques cacahuètes concassées

1. Faites tremper le sarrasin dans un grand volume d'eau au moins 6 heures avant la réalisation de la recette. Rincez et égouttez le sarrasin.Mixez finement tous les ingrédients ensemble.
2. Remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition. Versez la préparation dans la soupière ou un saladier, déposé sur le tamis, et faites épaissir en remuant fréquemment pendant 20 minutes.
3. Répartissez dans des verrines en laissant un peu d'espace pour le coulis. Une fois à température ambiante, placez au réfrigérateur pour au moins 3 heures.
4. Pour le coulis, remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition. Déposez les morceaux de potimarron sur le tamis et faites cuire pendant 15 à 20 minutes.Mixez tous les ingrédients finement.
5. Versez le coulis de potimarron à température ambiante sur les pannacottas. Déposez quelques baies broyées et quelques cacahuètes concassées.

Cette recette de Félicie Toczé est issue du magazine 95°#11

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises