Faux gras de Cajou

"NOIX GRAS DE CAJOU" ALTERNATIVE VEGETALE AU FOIE GRAS

30 minutes (+2h de trempage) Pour 8

Ingrédients

200gr	Noix de cajou crues
100gr	Huile de coco Bio désodorisée
4 cs	levure maltée
5gr (1,5cc)	Arrow Root
5gr (0,5cc)	Concentré de tomate
60ml	Vin blanc sec
3gr (1cc)	Mélange 4 épices
4 ou 5	tours de moulin Poivre 5 baies
3 pincées	Sel
50ml	Eau



Commencer par faire tremper les noix de Cajou **pendant 2 heures dans de l'eau froide**.
Au bout de 2 heures, rincer et tremper les noix de Cajou dans l'eau bouillante pendant 2 minutes.
Egoutter les noix et les laisser refroidir complètement.



Placer les noix de Cajou dans le mixeur avec le reste des ingrédients (sauf l'eau et le vin blanc) et mixer longuement.

Porter l'eau et l'alcool à ébullition, puis verser immédiatement dans le mixeur et mixer puissance maximum jusqu'à l'obtention d'une préparation bien lisse.



Verser la pâte obtenue dans un cercle à pâtisserie ou dans un récipient. Tapoter le fond pour remonter les bulles d'air, lisser la surface à l'aide d'un couteau.



Placer au frais au moins 8 heures, mais c'est bien meilleur 2 ou 3 jours après.

Rillettes lentilles noix/noisettes

Ingrédients : (on peut X2 ou X3 les quantités et congeler le surplus)



35g de lentilles vertes crues ou 110g cuites
40g de noix ou noisettes ou …
½ oignon
1 cc huile d'olive
1 ou 2 cs sauce soja
1cs jus de citron (environ d'un demi petit citron)
sel poivre paprika
50g eau si pas d'eau de cuisson des lentilles (à voir au mixage)
Si c'est trop liquide on peut ajouter des flocons d'avoine et/ou des graines de chia.



Recette :

Cuire les lentilles 15 à 20 mn pour les lentilles vertes – 60 mn pour les lentilles blondes (cf. détail plus bas)

Faire revenir l'oignon, laisser refroidir.

Mixer tous les ingrédients jusqu'à une texture crémeuse (bol mixer vitesse 3/6)

Disposer dans des bocaux et conserver au frigo.

Le lendemain c'est encore meilleur.



Attention : Si vous congelez des bocaux ne les remplissez pas trop

Détail de cuisson des lentilles

Pour faire cuire vos lentilles, il est impératif de **débuter à l'eau froide** pour obtenir une cuisson uniforme de ces légumes secs. **Ne salez pas l'eau** car le sel rend la peau des légumineuses plus fermes. Dans une grande casserole, déposez donc les lentilles et **couvrez avec 3 fois leur volume d'eau froide non salée**. Parfumez votre bouillon avec des aromates comme de l'oignon, des carottes, des feuilles de laurier, du thym ou encore des clous de girofle et des épices. Portez à ébullition et couvrez la casserole. Vous devrez compter 20 à 25 minutes de temps de cuisson pour des lentilles vertes, 10 à 15 minutes pour des lentilles corail et enfin 35 minutes pour les blondes à la peau plus épaisse. Remuez régulièrement pour une cuisson homogène.



Jus de pomme chaud aux épices

Ingrédients (6 personnes)

- 1 L de jus de pomme
- 25 cL d'eau
- 2 cuillères à soupe de gingembre épluché et coupé en dés
- 1,5 cuillère à café de cannelle
- 6 étoiles de badiane
- 1/2 citron (jus)

Préparation

- Verser tous les ingrédients dans une casserole et porter à feu vif, mais sans aller à ébullition.
- Cuire 5 minutes à feu moyen en remuant régulièrement.
- Filtrer.

Servez les boissons bien chaudes.



Vin chaud

Ingrédients :

- vin rouge 75cL
- sucre 120g
- cannelle 2 bâtons (ou poudre)
- clous de girofle 3
- poivre noir (10 grains)
- anis étoilée ou badiane moulue
- orange bio ou non traitée (lavée et séchée)

1. Faire chauffer le vin + sucre + épices et laisser frémir pendant 15 minutes.

2. Ajouter l'orange coupée en demi-rondelles très fines et laisser cuire encore 5 minutes.

3. Filtrez si vous le souhaitez avant de servir bien chaud.