



CROQUETTES DE PATATE DOUCE & CRÈME D'AVOCAT

INGRÉDIENTS POUR 10 CROQUETTES

Pour les croquettes :

- 100g de patate douce crue
- 100g de pois-chiches cuits et égouttés
- 1/2 oignon
- 1 gousse d'ail
- Sel, poivre
- 1càs d'huile d'olive
- 45g de farine de blé (t45 à t110)
- Un peu d'huile de cuisson



Pour la crème d'avocat :

- 1 petit avocat mûr à point
- 60g de fromage frais
- Le jus d'un demi-citron
- Sel et poivre



CROQUETTES DE PATATE DOUCE & CRÈME D'AVOCAT

PRÉPARATION

La crème de chèvre :

- Coupez la bûche de chèvre en morceaux et mixez-la avec le Philadelphia jusqu'à obtenir une crème lisse et homogène.
- Salez, poivrez, ajoutez un filet d'huile d'olive et les herbes hachées. (Vous pouvez colorer la crème avec un peu de jus de betterave rouge.)
- Mettez la crème dans une poche à douille et réservez-la au frais.

Le garnissage :

- Épluchez les betteraves jaunes, évidez la pomme verte et coupez-les en tranches fines (de préférence avec une mandoline ou un couteau bien aiguisé).
- Faites de même avec les betteraves rouges cuites.

Le dressage :

- Dans les cercles, disposez une tranche de betterave rouge.
- Ajoutez un peu de crème de chèvre à la poche à douille.
- Disposez une tranche de betterave jaune et une tranche de pomme verte.
- Recouvrez avec la crème de chèvre et terminez avec une tranche de betterave rouge.
- Emincez en julienne fine les tranches de betteraves et de pommes restantes.
- Taillez les radis en lamelles.
- S'il vous reste un peu de crème, disposez-en une cuillère sur les mille-feuilles.
- Décorez avec la julienne de pomme et de betteraves, les jeunes pousses et les lamelles de radis.
- Réservez au frais dans les cercles jusqu'au moment de servir.

Pour les croquettes :

- Eplucher et couper grossièrement la pâte douce. La déposer (crue) dans un mixeur et mixer jusqu'à l'obtention de petits morceaux (comme hachés).
- Ajouter les pois-chiches, le demi oignon et la gousse d'ail préalablement épluchés. Mixer de nouveau jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.
- Saler, poivrer et ajouter l'huile d'olive ainsi que la farine. Mélanger le tout à l'aide des mains.
- Former une dizaine de petites galettes.
- Chauffer une poêle à feu doux avec un peu d'huile de cuisson (environ 5 càs). Une fois chaude, déposer les croquettes et les laisser cuire environ 2-3 minutes de chaque côté jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

Pour la crème d'avocat :

- Eplucher, dénoyauter l'avocat puis le déposer dans un petit mixeur avec le fromage frais, le jus du demi citron, le sel et le poivre.
- Mixer jusqu'à obtention d'une consistance homogène.