



GÂTEAU DE QUINOÏA AUX LÉGUMES

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 100g Petits pois frais écosés
- 100g Haricots verts extrafins
- 100g Pois gourmands
- 2 Carottes fanes
- 2 Navets fanes
- 100g Céleri-rave
- 100g Fèves
- 2 échalotes nouvelles
- 3 gousses Ail nouveau
- 6 cuil. à soupe Quinoa
- 1 Bouquet de basilic
- 1 Bouquet de persil plat
- 1 Chèvre frais (type Petit Billy)
- 0,5 cuil. à café Miel liquide
- 0,5 cuil. à café Moutarde de Dijon
- 1 cuil. à soupe Vinaigre de cidre
- 3 cuil. à soupe Huile de pépins de courge

PRÉPARATION

- Pelez et coupez le céleri en petits cubes.
 - Ecossez et pelez les fèves.
 - Pelez et coupez les carottes en bâtonnets.
 - Lavez et coupez les navets en quartiers.
- Faites cuire les navets et le céleri ensemble 6 min à la vapeur.
 - Faites cuire les fèves, les pois gourmands et les petits pois 3 min dans l'eau bouillante salée.
 - Faites cuire les haricots verts 6 min dans l'eau bouillante salée.
 - Faites cuire le quinoa 5 min de plus qu'indiqué sur le paquet et avec 10 % d'eau en plus.
- Montez les gâteaux à l'aide d'un cercle en commençant par une couche de quinoa, tapissez de petits pois, fèves et céleri, appuyez pour les enfoncer dans le quinoa.
 - Etalez une couche de chèvre frais, puis les carottes avec les échalotes pelées et émincées, une couche de chèvre, les navets, terminez par du chèvre surmonté de pois gourmands.
- Mélangez le miel, la moutarde, le vinaigre et l'huile avec le persil haché.
 - Retirez le cercle autour des gâteaux et servez accompagné de la vinaigrette.

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 35 MIN
TEMPS TOTAL : 50 MIN

