

Modèle de recette

L'ASSIETTE D'AUTOMNE DES VALLONS DU LYONNAIS

Recette de Louise COLCOMBET & Renan BESSEYAY

Si utilisation d'un four,
indiquer le préchauffage ou
la température de cuisson

Préchauffer le four à 160°C

La soupe

Écrire les quantités en chiffre
et non en lettres

1. Éplucher puis émincer les 6 oignons.
2. Faire chauffer le beurre dans la casserole.
3. Faire revenir les oignons dans le beurre.
4. Ajouter la farine et mélanger.
5. Verser 1 litre d'eau et ajouter le cube de bouillon.
6. Laisser cuire à feu doux pendant 45 min.

Détailler les étapes
de réalisation

Compotée de chou

7. Nettoyer, couper et émincer finement (ou au mixeur) le chou rouge, le chou frisé, le céleri.
8. Éplucher puis émincer les échalotes.

La sauce

9. Dans un saladier, verser l'huile de colza et ajouter la moutarde puis mélanger.
10. Dans un pilon, concasser les noix, les noisettes et les amandes.

11. Ajouter le résultat à la sauce dans le saladier et mélanger.

12. Ajouter les légumes préparés précédemment, mélanger, et assaisonner avec du sel et du poivre si nécessaire.

Préparation de la tartine directement dans l'assiette de présentation

13. Préparer la tranche de pain à droite de l'assiette.

14. Râper le comté.

15. Faire cuire les œufs au plat.

16. Cuire à 160° pendant 30 min

Le symbole de la
minute est : min
(sans point)

Dressage

Si possible, indiquer
des conseils de
dressage

17. Dresser comme suit : le pain, puis la couche de compotée, puis le comté et enfin déposer délicatement l'œuf.

18. Verser la soupe dans un bol et disposer le dans l'assiette à gauche.

Abréviation de litre :
«l» minuscule

Abréviation de gramme :
«g» minuscule

INGRÉDIENTS

- 6 oignons
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 l d'eau
- 1 cube court bouillon
- 100 g de comté
- 1/2 chou rouge
- 1/2 chou frisé
- 2 petites branches de céleri
- 2 échalotes
- 2 cuillères à soupe de moutarde
- 2 cuillères à soupe d'huile de colza
- 6 noix, 6 noisettes, 6 amandes
- 6 grandes tranches de pain de seigle
- 6 œufs
- 50 g de beurre
- sel et poivre

Bien mettre le «de»
pour toutes les
quantités