

Tartelettes de Chou-Fleur gratinées au Cheddar

ULTRABLADE



MOULE A SAVARIN

Silikomart

Ø 65mm Hteur 21mm
Capacité : 50ml

<https://amzn.to/34oBKCO>



Nombre

12 tartelettes

Préparation

20 minutes

Cuisson

20 minutes



Version avec le robot Companion



COOKING By Cath

COOKING By Cath

Entrée ou Plat

INGREDIENTS :

- 250g chou-fleur cuit
- 120g farine
- 2 œufs
- 200ml lait
- 1 tsp levure chimique
- 1/8 tsp curry (0.62ml)
- Sel, poivre
- 50g Cheddar râpé
- Persil pour la déco (facultatif)

Cuisson du Chou-Fleur dans le panier vapeur interne = Steam P1 - 30mn

ETAPE N°1

- Préchauffer le four à 180°C.

ETAPE N°2

Accessoires :

Ultrablade

Paramètres :

Vit.10/--/15s

- Positionner l'Ultrablade dans la cuve.
- Ajouter le chou-fleur préalablement cuit.
- Lancer le robot : Vitesse 10 pendant 15 secondes.

ETAPE N°3

Accessoires :

Ultrablade

Paramètres :

Vit.6/--/1mn

- Rassembler la purée de chou-fleur.
- Ajouter les œufs, le lait, le curry, saler et poivrer.
- Lancer le robot : Vitesse 6 pendant 1 minute.

ETAPE N°4

Accessoires :

Ultrablade

Paramètres :

Vit.6/--/1mn

- Mélanger soigneusement la levure avec la farine.
- Ajouter ce mélange dans la cuve et rassembler la purée au centre de celle-ci.
- Refermer le couvercle et relancer le robot Vitesse 6 pendant 1 minute.

ETAPE N°5

- Verser la préparation dans les moules en les remplissant à ras bord.
- Enfourner à 180°C pendant 30 minutes

ETAPE N°6

- Laisser tiédir légèrement avant de démouler.



- Préchauffer le grill du four.
- Démouler et retourner les gâteaux ainsi obtenus afin qu'ils deviennent les fonds de vos tartelettes.
- Les placer sur une plaque à four recouverte d'une feuille de papier sulfurisé.
- Garnir le centre de cheddar râpé ou coupé en très petits dés ou lamelles. Parsemer de persil.
- Enfourner sous le grill du four pendant 5 à 8 minutes (surveiller la cuisson et stopper dès que le fromage est fondu et légèrement gratiné)

- Servir aussitôt.
- A servir en entrée ou en repas complet, accompagnée d'une salade.
- Peut également être dégusté tiède, voire froid, les saveurs en seront légèrement différentes mais tout aussi bonnes



Companion Cooking
& Conservation By Cath



passionsbycath.fr
ME SUIVRE



PassionsByCath



COOKING By Cath



© Copyright : Reproduction interdite sans accord préalable