



- LA RECETTE DE BENOIT MARTIN -



## ENCORNETS FARCIS AUX LÉGUMES, EXTRAIT DE ROQUETTE ET POIREAUX SAISIS



### Comment procéder

**1. Encornets :** tailler tous les légumes en fine brunoise. Saisir les encornets à l'huile d'olive, déglacer au vin blanc et ajouter le concentré de tomates. Ajouter les herbes hachées finement, cuire jusqu'à évaporation du liquide. Réserver.

**2. Poireaux :** tailler les poireaux en biseaux. Déposer dans une casserole, recouvrir juste à hauteur avec du bouillon de légumes et une noix de beurre. Cuire à feu doux.

**3. Extrait de roquette :** blanchir la roquette, égoutter et mixer avec de l'huile d'olive. Filtrer.

**4. Finition :** farcir les encornets avec les légumes compotés en utilisant une poche à douille. Fermer en piquant avec un cure-dents.

Chauffer une poêle avec de l'huile d'olive et une noix de beurre, saisir les encornets à feu vif tout en les arrosant de matière grasse chaude de la poêle sur toute les surfaces.

Dresser harmonieusement avec le poireaux et l'extrait de roquette.

### INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 4 encornets
  - 50 g de courgette
  - 50 g d'aubergine
  - 50 g de poivron
  - 3 oignons
  - 1 gousse d'ail
  - 10 g de concentré de tomate
  - 40 g de vin blanc
  - persil, ciboulette et cerfeuil
- 
- 2 mini-poireaux
  - bouillon de légumes
  - beurre
- 
- roquette
- 
- huile d'olive
  - beurre

### La suggestion d'accompagnement :

FRANZ TÜRK  
AUTRICHE

Grüner Veltliner 2021

Structure acide, élégante et fine.  
Minéralité et salinité marquée  
apportant une jolie longueur en  
bouche.

Ce vin vif et travaillé accompagnera  
à la perfection poissons, crustacés  
et légumes sautés.

A découvrir chez :

**Paratte vins  
Sàrl**

Grand-Rue 15  
2720 Tramelan  
032 487 43 22 / info@parattevins.ch

