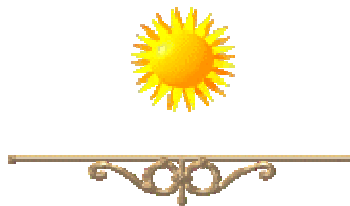


Fiche recette 33

Fondue de Poireaux en Vol au Vent.

(Plat végétarien). Préparation : 20 minutes - Cuisson : 15 minutes



Ingrédients pour 4 personnes.

4 poireaux, 2 carottes, un peu d'huile, 4 cuillères à soupe de crème fraîche, 4 bouchées feuilletées, sel & poivre.

Préparation & Cuisson.

Laver les poireaux et peler les carottes. Mettre les poireaux coupés en tronçons dans une sauteuse avec un peu d'huile et les carottes émincées. Ajouter un peu d'eau et à cuire à feu doux avec un couvercle. Laissez mijoter en remuant de temps en temps. Préchauffer les croûtes de bouchées. Quand les poireaux sont bien réduits et les carottes bien cuites, salez, poivrez et ajoutez la crème fraîche. Retirez du feu. Remplissez les bouchées préchauffées avec le mélange précédent. Servir chaud.