



GAUFRES AUX LÉGUMES À LA CRÈME



QimiQ AVANTAGES

- No content maintained
- No content maintained



15



INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

POUR LES LÉGUMES À LA CRÈME

250 g QimiQ Base crème, réfrigéré
80 ml Huile d'olive
120 g Oignon(s) rouge(s) , pelée
120 g Lauch, in Streifen geschnitten
160 g Brokkoli, blanchiert
160 g Courgette(s), coupé en dés
100 g Champignons, émincées
100 g Jungspinat
Sel
Poivre noir, fraîchement moulu

1 Liter Vin blanc

0.5 bouquet(s) Persil, finement hachées

POUR LES GAUFRES

250 g QimiQ Base crème, non réfrigéré
60 g Beurre,
3 Jaune(s) d'œuf
2 cs Huile d'olive
1 pincée Sel
Poivre blanc
1 pincée Noix de muscade, moulues
3 Blanc(s) d'œuf
100 g Dinkelvollkornmehl

PRÉPARATION

1. Pour les légumes à la crème, faire chauffer l'huile dans une poêle et y cuire les légumes. Assaisonner, déglacer au vin blanc et faire réduire un peu.
2. Affiner avec le QimiQ Classic réfrigéré, ajouter le persil et rectifier l'assaisonnement.
3. Pour les gaufres, fouetter le QimiQ Classic non réfrigéré jusqu'à l'obtention d'une masse lisse. Ajouter le beurre, les jaunes d'œufs, l'huile d'olive et les épices et bien mélanger.
4. Battre les blancs d'œufs avec le sel en neige.
5. Incorporer la farine complète d'épeautre à la masse, en alternant avec les blancs battus en neige.
6. Verser une louche de pâte dans le gaufrier préchauffé et faire cuire pendant environ 2 minutes.
7. Servir avec les légumes à la crème.