



≡ RECETTE SALÉE ≡

RÔTI DE LENTILLES AUX MARRONS ET CHAMPIGNONS

⌚ 30 MINUTES

🕒 45 MINUTES

👥 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

Pour le rôti

270 grammes de champignons
200 grammes de marrons cuits
150 grammes de lentilles blondes
150 grammes de carotte
1 oignon
2 gousses d'ail
50 grammes de graines de lin
50 grammes de noix
30 grammes de purée de tomate
5 branches de thym frais
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
Sel et poivre

Pour la sauce aux girolles

10 grammes de morilles déshydratées
1 oignon
1 gousse d'ail
80 ml de vinaigre balsamique
100 ml d'eau
2 cuillères à soupe de purée de tomate
2 cuillères à soupe de sirop d'érable
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
Sel et poivre

PRÉPARATION

Commencer par cuire les lentilles. Porter une casserole d'eau à ébullition et y plonger les lentilles préalablement rincées. Cuire à couvert durant 20 minutes. Lorsque le temps de cuisson est écoulé, égoutter et rincer les lentilles. Réserver.

Eplucher et émincer finement l'oignon ainsi que les gousses d'ail. Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive sur feu moyen. Lorsque l'huile est bien chaude, faire dorer l'oignon et l'ail émincés durant 5 minutes.

Laver et couper les champignons en tranches. Couper les carottes en petits dés. Les incorporer dans la poêle et poursuivre la cuisson une dizaine de minutes, en mélangeant régulièrement. Saler et poivrer en fin de cuisson.

Moudre les graines de lin afin d'obtenir une farine. Concasser grossièrement les noix. Ecraser les marrons cuits.

Préchauffer le four à 180°C.

Dans un saladier, réunir les lentilles égouttées, la poêlée de champignons et de carottes. Mélanger puis incorporer la sauce tomate et les branches de thym frais préalablement ciselées. Finalement, ajouter les graines de lin moulues, les noix concassées et les marrons écrasés. Mélanger à nouveau, saler, poivrer et répartir la préparation dans un moule à cake ou dans un plat à gratin préalablement huilé. Aplatir le tout pour former un rôti en bonne et due forme.

Enfourner pour 40 minutes.

Pendant que le rôti cuit, préparer la sauce. Eplucher et émincer l'oignon et l'ail. Dans une casserole, faire chauffer l'huile d'olive sur feu moyen. Déposer l'oignon et l'ail émincés et cuire 3 minutes. Ajouter les girolles déshydratées, le vinaigre balsamique, l'eau et la purée de tomate dans la casserole. Porter à ébullition puis baisser le feu et poursuivre la cuisson durant 20 minutes à feu doux. Lorsque le temps de cuisson est écoulé, retirer du feu. Incorporer le sirop d'érable, saler, poivrer et bien mélanger.

Placer la préparation dans le bol d'un blender et mixer jusqu'à obtention d'une sauce liquide et parfaitement homogène. Réserver au chaud.

Lorsque le rôti est cuit, le laisser légèrement tiédir avant de le démouler. Couper ensuite en tranches et servir accompagné de sa sauce brune aux girolles.

