



Topinambour

Quelques façons simples de le cuisiner :

Brossez les aspérités et circonvolutions du légume. Les mettre dans une grande casserole d'eau froide salée et porter à ébullition lente (sinon le topinambour explose, prend l'eau et termine à la poubelle navrant ..) Piquer le légume il doit rester un peu **ferme** . Ensuite le passer à l'eau froide et peler... Les choses deviennent plus simples!

- Une fois cuits et épluchés, détailler les topinambours en gros cubes ou grosses rondelles, sautez au beurre ou à la graisse d'oie, salez, poivrez au moulin et saupoudrez de cerfeuil frais.
- Ou bouillir quelques c à soupe de crème fraîche, et plonger les cubes de topinambours préalablement cuits à l'eau et maintenus fermes. Servir avec des herbes fraîchement ciselées.
- Ou cuire et éplucher les tubercules et les réduire en purée avec quelques pommes de terre (3/4 topis et 1/4 pommes de terre). Salez, poivrez et liez au beurre ou à la crème. Formez des quenelles à l'aide de 2 cuillers à soupe et servir en garniture de viande ou de poisson.

Etc....

Velouté de topinambour

Préparation : 45 min

Cuisson : 25 min

Difficulté: Facile

Coût: Bon marché

Ingrédients (pour 2 personnes)

400 g de topinambours

2 pommes de terre moyennes (facultatif)

40 cl de lait

15 cl de crème liquide

quelques cerneaux de noix(facultatif)

Préparation

- Éplucher les topinambours ainsi que les pommes de terre.
- Pré-cuire les topinambours 15 min dans 40 cl d'eau bouillante, puis rajouter les pommes de terre et laisser cuire encore 20-25 min.
- Une fois les légumes cuits (vérifier avec la pointe du couteau si les légumes sont fondants), les mixer. Ajouter la crème, suivant la texture souhaitée, et décorer avec les cerneaux de noix.

Bon Appétit!

Millefeuille d'andouille de Vire aux topinambours

Préparation : 30 min

Cuisson: 20 min

Difficulté: Difficile

Coût: Moyen

Ingrédients (4 personnes)

Topinambours

20 tranches de véritable Andouille de Vire de 3 mm

3 c à soupe de vinaigre de Cidre

1 c à soupe de crème fraîche de Normandie

1 échalote hachée

100 g de beurre doux

1 c à café de moutarde

1 c à café d'huile d'olive

1 bouquet de persil simple

4 petites brochettes en bois (ou cure dent)

Sel et poivre



Préparation

- Ôter la peau des tranches d'andouille et les conserver.
- Éplucher les topinambours, les couper en rondelles et les cuire à l'eau avec la peau de 10 tranches d'andouilles, les queues de persil et l'huile d'olive. Égoutter.
- Monter les millefeuilles, soit 5 tranches d'andouille et 6 rondelles de racines par personne, et les maintenir avec une pique en bois. Réchauffer le tout au four quelques minutes.
- Pendant ce temps, dans une petite casserole, mettre ensemble les 10 autres peaux d'andouilles hachées, le vinaigre de cidre, l'échalote hachée et la moitié du persil haché. Réduire le vinaigre presque à sec, puis mettre la crème, faire bouillir 30 s et ajouter le beurre.
- Passer la sauce, ajouter la moutarde, napper chaque millefeuille et décorer de persil.

A servir en entrée !

