

Pain de chou-fleur



Recette notée

★★★★☆ 4.3/5

Selon nos informations, cette recette est compatible avec les régimes suivants : végétarien, sans gluten



Ingrédients

- 200 g de chou-fleur
- 65 g de crème fraîche
- 1 tomate
- 2 cuillères à soupe de coriandre et ciboulette ciselées
- 2 oeufs
- 5 g de beurre pour le moule
- Poivre
- Sel

Préparation

Temps Total : 1h05

Préparation : 20 min

Cuisson : 45 min

- 1 Préchauffer le four à 200°C (thermostat 6-7).
- 2 Détailler le chou-fleur en bouquets et le faire cuire 15 minutes à l'eau bouillante salée.
- 3 Egoutter et réduire en purée.
- 4 Beurrer un moule à charlotte ou une couronne.
- 5 Recouvrir le fond de dés de tomates et de fines herbes.

- 6 Battre légèrement les oeufs avec la crème, le sel et le poivre. Incorporer la purée de chou et bien mélanger le tout de façon à obtenir un mélange homogène.
- 7 Verser la préparation dans le moule puis le placer dans un bain-marie.
- 8 Enfourner à four chaud et laisser cuire 45 à 50 minutes.
- 9 Sortir du four et laisser refroidir à température ambiante.
- 10 Réserver 1 heure au réfrigérateur avant de servir puis démouler le gâteau sur un plat de service.

Note de l'auteur

“ Servir avec une sauce épicée. ”



J'ajoute mon grain de sel