



Pain de poisson aux Céréales Gourmandes Bio

POUR 40 PERSONNES

- 1 kg de Céréales Gourmandes Bio
- 400 g de saumon
- 400 g de poisson blanc
- 2 litres de crème épaisse
- 20 œufs entiers
- Persil frais
- Estragon frais
- Sel, poivre

Réhydrater les Céréales Gourmandes Bio à l'eau froide pendant 1 heure. Tailler les morceaux de poissons en gros cubes, ciseler les herbes fraîches.

Battre les œufs entiers avec la crème fraîche et assaisonner. Dans un moule à cake, mettre la moitié des Céréales Gourmandes Bio dans le fond du moule, ajouter les cubes de poissons et les herbes fraîches ciselées, ajouter le reste des Céréales Gourmandes Bio, tasser légèrement l'ensemble et verser l'appareil d'œufs et de crème.

Cuire au four à 170°C pendant 45 min.

Refroidir, accompagner la terrine d'une mayonnaise aux herbes ou d'une sauce à la crème aux herbes.

Déguster en entrée ou en plat principal.

Nos recettes

Bio

Brochettes miel/moutarde et Couscous complet Bio

POUR 30 PERSONNES

- 1.2 kg Couscous Complet Bio
- 2 kg de filet mignon de porc
- 1 kg de filet de dinde
- 500 g de cubes d'ananas
- 200 g de moutarde à l'ancienne
- 20 cl de miel
- 10 cl d'huile d'olive



Parer l'ananas et le couper en cubes de taille moyenne. Détailler les filets et alterner sur les brochettes, le porc, l'ananas et la dinde. Dans un cul de poule associer miel, huile d'olive, moutarde à l'ancienne.

Badigeonner les brochettes et cuire 10 min en sauteuse.

Maintenir au four à couvert (150°C) jusqu'au service.

Graisser le Couscous Complet Bio et ajouter 10 minutes avant le service, l'eau bouillante salée. Servez, dégustez !

L'astuce Tipiak !

<< Pour plus de gourmandise, ajouter les sucs de cuisson des brochettes au Couscous Complet Bio ! >>

Cookies au Quinoa Gourmand Bio

POUR 20 PERSONNES

- 200 g de Quinoa Gourmand Bio
- 340 g de sucre
- 340 g de beurre
- 16 g de levure chimique
- 4 œufs
- 400 g de farine
- 200 g de pépites de chocolat

Cuire le Quinoa Gourmand Bio dans de l'eau non salée pendant une quinzaine de minutes. Egoutter, refroidir.

Mélanger le sucre, la farine, la levure, les œufs, les pépites de chocolat et le beurre pommade.

Ajouter le Quinoa Gourmand Bio.

Former les cookies au Quinoa Gourmand Bio sur une plaque (sans les aplatir) et cuire au four à 180°C pendant 15 min.

Idéal pour accompagner un café gourmand.

