

Snacking



Mini Banh Bao aux Céréales à l'Asiatique, Canard, Mangue

POUR 60 MINI BANH BAO (15-20 pers)

- 300 g Céréales à l'Asiatique
- 800 g de farine Banh bao (levure incluse dans les sachets)
- 40 cl de lait
- 100 g de sucre
- 30 g huile de tournesol
- 80 g de mangues
- 200 g aiguillettes de canard
- Coriandre fraîche ciselée

Pour la farce : détailler finement les mangues, les aiguillettes de canard et ciseler la coriandre. Y associer les $\frac{3}{4}$ des Céréales à l'Asiatique préalablement réhydratées.

Au batteur, incorporer levure, lait, sucre. Ajouter la farine et pétrir 10 min avant d'y verser le $\frac{1}{4}$ restant des Céréales à l'Asiatique et l'huile. Homogénéiser et laisser reposer 1 h.

Fariner le plan de travail et abaisser la pâte à 3 mm.

La scinder en deux.

Déposer tous les 3 cm la farce en petits tas et recouvrir avec la seconde abaisse de pâte.

A l'aide d'un emporte pièce rond, mouler. Terminer le façonnage à la main pour resserrer les futures brioches.

Au four vapeur cuire 15 min dans des demi-bacs gastro perforés.

Laisser refroidir 1 min avant dégustation.

L'astuce Tipiak ! « En restauration commerciale servir dans des traditionnels paniers vapeurs. »

Tacos au Délice de Quinoa Sol Brocolis, Noisettes



POUR 30 TACOS

- 900 g de Délice de Quinoa Sol
- 30 galettes
- 800 g de filets de poulet
- 600 g de noisettes concassées
- 150 g d'oignons rouges
- 1 brocoli frais
- Salade de jeunes pousses
- 1,5 kg de fromage blanc de brebis
- 2 bouquets de ciboulette
- 40 g miel liquide
- 1 citron vert
- Sel

Préparer la sauce : Dans un cul de poule, associer au fromage blanc, la ciboulette ciselée, le miel et le jus de citron vert.

Saler légèrement.

Détailler en petites pièces les filets de poulet puis les cuire en sauteuse.

Emincer finement les oignons rouges. Préparer quelques fines fleurs de chou brocoli à l'aide d'une mandoline. Préparer selon le mode d'emploi le Délice de Quinoa Sol.

Y ajouter les oignons, le poulet, les noisettes concassées, un peu de ciboulette et bien mélanger.

Dans un taco, déposer quelques feuilles de salade, la garniture de Délice de Quinoa Sol et le brocoli. Servir avec la sauce fromage blanc !

POUR 15 PERSONNES

- 120 g de Céréales Méditerranéennes
- 280 g de farine de blé T45
- 300 g d'eau
- 120 g de feta
- Persil plat ciselé
- Sel au céleri

Croustis de Céréales Méditerranéennes

Réhydrater les Céréales Méditerranéennes à froid.

Au batteur, associer farine, eau, persil plat finement ciselé et feta.

Une fois la pâte bien homogénéisée, ajouter les Céréales Méditerranéennes réhydratées.

Déposer la pâte dans une poche à douille et réaliser une ouverture de 3mm.

En friteuse, doser par pression de 2 secondes sur la poche.

Laisser cuire et récupérer les croustis une fois remontés en surface. Saler au sel de céleri et servir en remplacement des gâteaux apéritifs !



Snacking

Bagel de Céréales à l'Indienne au Poulet

POUR 15 BAGELS

- 500 g de Céréales à l'Indienne
- 700 g de blancs de poulet
- 200 g d'échalotes
- 200 g de courgettes
- Huile de tournesol
- Salade verte
- Sel, poivre

Réhydrater les Céréales à l'Indienne à froid. Détailler les blancs de poulet en petits morceaux et les poêler dans un peu d'huile. Tailler les échalotes et les courgettes en rondelles très fines. Toaster le bagel coupé en deux dans une poêle.

Disposer les Céréales à l'Indienne, les morceaux de poulet, les rondelles d'échalotes et de courgettes crues et quelques feuilles de salade. Agrémenter avec une sauce fromage blanc ou yaourt.



Wrap au Taboulé Menthe-Citron et Chorizo

POUR 20 WRAPS

- 1 kg de Taboulé Menthe-Citron
- 400 g de chorizos (fort ou doux)
- 10 galettes de maïs pour wrap
- 200 g d'oignons rouges
- 400 g de poivrons jaunes
- Sel, poivre

Réhydrater le Taboulé Menthe-Citron à froid. Tailler les poivrons jaunes et le chorizo en lanières, les oignons rouges en fines tranches. Disposer les différentes garnitures par couche au bord d'une galette, agrémentez d'une sauce à la tomate ou au pesto. Rouler le wrap. Couper le wrap au milieu pour en faire deux morceaux.



Burger au Couscous Parfumé aux Épices du Monde

POUR 30 BURGERS

- 1 kg de Couscous Parfumé aux Épices du Monde
- 400 g de crème fraîche
- 5 œufs entiers
- 30 tranches fines de poitrine fumée
- 30 tranches de fromage pour burger
- Mesclun

Réhydrater le Couscous Parfumé, crémier la préparation, ajouter les œufs. Façonner des galettes de la taille des burgers et les cuire à couvert au four à 80°C pendant 30 minutes. Passer au four les tranches de poitrine fumée à 180°C pendant 15 minutes. Monter les burgers avec les galettes de Couscous Parfumé, le fromage pour burger, les tranches de poitrine fumée cuites. Passer au four. Avant de servir, ajouter quelques feuilles de mesclun.

