

Vertines de haricot Barangeonnien fromage frais, parmesan, chorizo



Les jeunes réveillent LES TRÉSORS VIVANTS

5^{ème} édition des rencontres
culinaires de l'école inclusive



**ACADÉMIE
D'ORLÉANS-TOURS**
Liberté
Égalité
Fraternité

www.tresorsvivantsducentre.com

RECETTE DES 3^{ÈME} SEGPA
DU COLLÈGE DEBUSSY
À LA GUERCHE

CRÉDIT PHOTO : JULIE BÉAL



Verrines de haricot Barangeonnier fromage frais, parmesan, chorizo



- 300 g de haricots Barangeonnier
- 150 g de lentilles corail
- 20 cl de crème fraîche 30% MG
- 1 petit fromage frais
- 100 g de parmesan
- chorizo
- Ciboulette
- 2 gousses d'ail
- Piment d'Espelette
- Huile d'olive
- 1 feuille de laurier

Déposez les haricots barangeonnier dans une cocotte, recouvrez-les d'eau froide. Ajoutez les deux gousses d'ail épluchées et la feuille de laurier. Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez cuire 1h45 à 2h.

Après la cuisson, égouttez-les, ajoutez de l'huile d'olive, du sel et du piment d'Espelette puis mixez les haricots afin d'obtenir une crème. Ajoutez de la crème liquide afin de donner de l'onctuosité.

Cuisez les lentilles corail dans une casserole 10 à 15 minutes après ébullition. Egouttez-les, salez et poivrez. Ajoutez de l'huile d'olive.

Dans un bol, mélangez la crème fraîche, le fromage frais et la ciboulette ciselée.

Préchauffez le four à 200°C pour les tuiles parmesan et le chorizo. Pour les tuiles, formez des petits tas de parmesan râpé sur du papier cuisson et aplatissez-les avec le dos d'une cuillère. Enfouissez 3 mn à four chaud. Pour le chorizo, placez des tranches (1 à 2 par verrine) sur du papier cuisson et enfouissez quelques minutes.

Dans les verrines, déposez une couche de lentilles corail puis une couche de crème de haricots, et pour finir une couche de fromage frais. Ajoutez quelques fines herbes, la tuile de parmesan, le chorizo et quelques haricots entiers en décoration.