



Plat au millet

Recette de V-ZUG SA



Préparation	20 min
Temps de cuisson	25 min
Portions	4
Appareil	Combair-Steam SE à partir de 2015

Préparation

- 250 g de millet
- 250 ml de jus de tomate
- 250 ml d'eau
- 1 cc de sel
- Poivre
- 300 g de tomates cerises

Mettre le millet, le jus de tomate, l'eau, le sel, le poivre et les tomates cerises coupées en deux dans le moule en porcelaine. Placer le moule sur la grille dans l'espace de cuisson froid. Cuire à la vapeur.

Cuire à la vapeur 100 °C pendant 25 min

- 40 g de pignons
- 50 g d'olives noires
- 1 cs d'origan
- 1 bouquet de persil plat
- 2 cs d'huile d'olive

Torréfier les pignons dans une poêle sans ajout de graisse. Dénoyer les olives et les couper en deux. Ciseler finement le persil et l'origan. Une fois la cuisson à la vapeur terminée, incorporer les pignons, les olives, les herbes aromatiques et l'huile d'olive au millet.

Accessoires

- Moule en porcelaine ½ GN, hauteur 65 mm
- Grille

Informations complémentaires

Créée le 11.12.2019

