



Polenta crémeuse aux légumes



Recette de V-Kitchen



Préparation	20 min
Temps de cuisson	45 min
Portions	4
Appareil	CombiSteamer V4000 38 à partir de 2021

Polenta aux légumes, cuite à la vapeur et délicatement assaisonnée. Un repas végétarien simple et sans complications.

Polenta

- 200 g de polenta à gros grains
- 100 g de carottes, en petits cubes
- 100 g de céleri-rave, en petits cubes
- 100 g de poireau, coupé en quartiers, en fines lamelles
- 200 ml de bouillon de légumes
- 200 ml de lait
- 200 ml de demi-crème
- un peu de noix de muscade moulue
- un peu de poivre
- 2 c.s. de beurre

Polenta

Mélangez la polenta et les légumes dans le plat allant au four. Mélangez le bouillon, le lait et la crème entière. Assaisonner avec de la muscade et du poivre. Versez le liquide sur la polenta et les légumes. Placez le plat sur la grille et insérez-le dans l'espace de cuisson. Cuire à la vapeur à 100 °C pendant environ 45 minutes. Retirez le plat et incorporez le beurre.

Cuire à la vapeur 100 °C pendant 45 min





Conseils

Parsemez de cerfeuil haché ou d'autres fines herbes après la cuisson.

Accessoires

1 plat allant au four d'environ 2 litres

Grille métallique

