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. Dénoyauter 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