Pizokel au beurre de sauge

Recette de V-ZUG SA



Préparation	20 min
Temps de repos	30 min
Temps de cuisson	20 min
Portions	4

Pizokel des Grisons servis avec un beurre de sauge et du fromage d'alpage. Un plat aux notes de noisette, aromatique, rustique et facile à préparer.

Pâte

300 g de fromage blanc maigre

3 œufs

50 ml de lait

200 g de farine de sarrasin

100 g de farine blanche

1 c.c. sel

1 pincée de noix de muscade moulue

Pizokel

eau

sel, pour l'eau de cuisson

Beurre à la sauge

50 g de beurre

1 oignon, finement haché

3 branches de sauge, feuilles finement hachées

50 g de fromage des montagnes des Grisons, grossièrement râpé

un peu de de ciboulette, finement haché

un peu d'oignons frits
croustillants

Pâte

Mélangez du séré maigre, des œufs et du lait dans un bol. Ajoutez la farine de sarrasin, la farine blanche , du sel et de la noix de muscade, puis mélangez avec une cuillère en bois pour obtenir une pâte lisse. Couvrez et laissez reposer la pâte pendant environ 30 minutes.

Pizokel

Portez l'eau à ébullition dans une casserole à feu vif (niveau P) et ajoutez du sel. Réduisez la chaleur (niveau 7). Placez une grille métallique au-dessus du plat. Remplissez une poche à douille avec la pâte, et coupez la pointe pour créer une ouverture d'environ 1,5 cm. Pochez la pâte en longs brins sur la grille métallique, une portion à la fois, et appuyez-la soigneusement dans l'eau à l'aide d'une spatule plate. Faites mijoter les pizokels jusqu'à ce qu'ils remontent à la surface, retirez-les avec une écumoire, égouttez-les et gardez-les au chaud. Répétez jusqu'à ce que toute la pâte soit utilisée.

Dressage

Faites chauffer le beurre dans une poêle antiadhésive à feu vif (niveau 7). Ajoutez l'oignon et faites-le cuire pendant environ 3 minutes jusqu'à ce qu'il soit doré. Ajoutez de la sauge et faites revenir pendant 2 minutes supplémentaires. Ajouter les pizokels et mélanger. Dressez les pizokels dans les assiettes et parsemez de fromage d'alpage, de ciboulette et d'oignons croquants.

Accessoires

Bol à pâte

poêle antiadhésive (28 cm ø)

Informations complémentaires

Créée le	07.04.2026