

Mac'Cuchaule



Pour 1 Person

Préparation : 15-20 min

Cuisson : A réchauffer au four si désiré, sinon déguster froid min

Zutaten

Ingrédients pour 1 burger:

- Une petite cuchaule AOP
- Un mélange de moutardes de votre choix avec une bonne dose de moutarde de Bénichon
- Des oignons rouges marinés
- Du jambon de la Borne ou pour un burger sans viande, remplacer le jambon par une tranche de tofu fumé (swissoja)
- Une ou deux feuilles de chou croquant du jardin, (cru, cuit, déhydraté...Selon vos goûts)
- Quelques plantes comestibles du terroir (vitamines, minéraux et fraîcheur garantie)

Zubereitung

Comme pour tous Burger traditionnellement élaborés, entre la cuchaule coupée en deux, disposez les ingrédients les uns après les autres. Pour la garniture, le Mac'Cuchaule étant déjà assez riche, Valérie Véron vous conseille de le déguster alors avec des chips de légumes et quelques pommes de terre cuites au four.

Sauce:

La préparation d'un "Bortch" convient parfaitement à ce genre de met. Il s'agit d'une sauce à base d'oignons, de carotte rouge, d'haricots borlotti et de condiments.

Conseils, astuces:

Choisissez votre chou selon la saison (blanc, frisé, kale). Ajouter quelques herbes aromatiques de saison et des environs pour apporter fraîcheur et vitamines à votre burger et à tous vos autres mets!

Source:

Il s'agit d'une recette inventée et imaginée par Valérie Véron - Edène Saveurs Essentielles - edene.ch

