

QUORN CON SALSA AI PORRI E LATTE DI COCCO



Categoria: Piatti vegetariani

Data: 09.02.2018

Commento:

Ingredienti per 4 Porzioni al 100% (quantità netta)

0,48 kg	Quorn naturale (scaloppine)
200 g	Porro
50 g	Carote
30 g	Sedano stanga
20 cl	Vino bianco da cucina
1,5 dl	Latte di cocco
1,5 dl	Brodo di verdura
20 g	Erba cipollina
430 g	Fecola di patate
1 x	Condire (sale, pepe)
2 g	Cardamomo macinato
0,5 dl	Olio d'oliva extra vergine

Mise en place

- Lavare le verdure e tagliare a brunoise le carote, il sedano e il verde del porro.
- Tagliare il bianco del porro a fettine

Preparazione

- Bollire la brunoise e raffreddarla
- Stufare il bianco del porro, bagnare con il vino bianco, aggiungere il fondo di verdure. Mixare bene, aggiungere il latte di cocco e passare al chinoise grosso. Ev. legare con fecola e finire di gusto, tenere in caldo
- Saltare il quorn. Coprire le fettine con la salsa ai porri
- Scaldare la brunoise di verdure e sistemarle sulla salsa
- Cospargere di erba cipollina

Osservazioni

- Servire con il contorno del menu, per esempio: riso basmati e giardiniera di verdure