



Respirez,  
on vous  
inspire !

## INGRÉDIENTS

- 200 g de polenta
- 2 carottes
- 1 poireau
- 1 oignon
- 100 g de champignons de Paris
- 1cc de farine
- 1 cs d'huile d'olive
- 1 cc d'herbes de Provence
- 50 g de parmesan de râpé.

biocoop

# GÂTEAU DE POLENTA AUX LÉGUMES D'HIVER

Pour 4 personnes  
Préparation : 15 min - Cuisson : 35 min

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Faire revenir les champignons coupés en quatre avec de l'huile d'olive dans une poêle pendant environ 3 minutes. En fin de cuisson, baisser le feu et saupoudrer de farine, mélanger et cuire encore quelques instants puis réserver hors du feu.
3. Dans la même poêle, faire revenir l'oignon émincé, les carottes, le poireau coupés en rondelles et les herbes de Provence. Ajouter un peu d'huile d'olive si besoin. Laisser cuire une dizaine de minutes. Réserver.
4. Porter à ébullition 1 litre d'eau avec le bouillon de cube puis ajouter la polenta en pluie fine et laisser cuire 5 min. Verser la polenta dans un plat allant au four, recouvrir avec les légumes et saupoudrer le tout de parmesan râpé. Enfourner pendant 20 min.
5. Servir immédiatement accompagné d'une salade.

biocoop

Coquelicot