

SUPLI DE RIZ ROND, FONDUE DE POUSSÉS D'ÉPINARDS



PORTIONS : 4

HUILES : PERFORMANCE/
GOURMET

• **INGRÉDIENTS** •

Riz rond 130 g
Poussés d'épinards 100 g
Tomates épépinées en dés
200 g
Oignon tendre ½ pièce
Viande de bœuf hachée

130 g
Boule de mozzarella des
Corbières 1 pièce
Œuf 1 pièce
Chapelure PM
Amphora Gourmet PM
Amphora Performance PM

1. Cuire le riz rond à l'eau bouillante salée jusqu'à obtenir un riz peu collant.
2. Confectionner la sauce avec l'oignon ciselé sué à l'huile Gourmet. Ajouter les tomates en dés ainsi que la viande et assaisonner. Cuire une vingtaine de minutes. Réserver.
3. Égoutter la mozzarella puis la couper en dés réguliers de 1.5cm x 1.5cm. Mélanger la viande et le riz. Faire des boules en ajoutant au centre un dé de mozzarella.
4. Pour la panure, rouler les boules dans la farine, puis dans l'œuf battu et enfin dans la chapelure.
5. Frire à 160°C à l'huile Performance.
6. Tomber les feuilles d'épinards à l'huile Gourmet. Égoutter.
7. Déposer les poussés d'épinards au centre de l'assiette et les suppli dessus.

LE PLUS DU CHEF

J'adore rajouter une sauce vierge d'agrumes confits.



AMPHORA

• LE SPÉCIALISTE DES HUILES PROFESSIONNELLES •