

Fondue de Poireau au chèvre

Entrée



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :10 min

Temps de cuisson/repos :35 min

Calories par portion : 290.5 Kcal

Charge glycémique par portion: 0.36

Les ingrédients

- 120.0 gr Crottin chèvre
- 400.0 gr Poireau (blanc)
- 10.0 gr Beurre
- 20.0 cl Creme liquide 30pc
- 1.0 p Coriandre
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre

Préparation des poireaux

Fendez les poireaux, puis coupez les en tronçon. Lavez les abondamment dans une passoire.

Cuisson

Préchauffer le four au th 7.

Dans une casserole, faire fondre le beurre. Puis y mettre les poireaux pour les faire suer pendant 5 minutes à feu vif. Ajoutez la crème fraîche et laissez cuire pendant 20 minutes à feu doux. Assaisonnez à votre convenance et ajoutez quelques graines de coriandre.

Répartir cette préparation dans des ramequins individuels. Coupez les crottins de chèvre en deux dans leur hauteur. Puis les répartir sur la surface des ramequins.

Enfournez 10 minutes et faites gratiner.

Présentation

A servir aussitôt avec quelques tranches de pain au noix.