

recette écomiam

CRUMBLE DU SOLEIL



4 pers.



10 min



30 min

Ingrédients

Surgelés écomiam

- 600g de poêlée de légumes du soleil surgelée
- 4 brochettes de dinde à la Barcelone décongelées
- 200g de sauce béarnaise surgelée

Épicerie / Marché

- 80g de farine
- 50g de poudre de noisettes
- 40g de parmesan
- 60g de beurre fondu

Préparation

- Dans un saladier, versez la farine, la poudre de noisettes et le parmesan.
- Ajoutez le beurre fondu, mélangez du bout des doigts jusqu'à obtenir une pâte sableuse. Réservez.
- Dans une poêle, faites cuire à feu moyen la poêlée de légumes du soleil pendant 10 min.
- Dans des petites cocottes, répartissez les légumes, ajoutez un peu de jus de cuisson.
- Recouvrez de crumble, cuire au four à 180°C pendant 15 min.
- Pour la sauce béarnaise : dans une casserole, réchauffez la sauce à feu doux.
- Pour les brochettes : sur un grill chaud et graissé, faites-les cuire 15 min en les retournant de temps en temps.

Bon appétit !