

alimentarium



Menu historique

Menu historique

Galette de blé noir et pois chiche et sa sauce moretum

Recette pour 12 personnes



Ingrédients

600 g d'épeautre en grain

120 g de farine pois chiche

480 ml d'eau

24 g de sel

60 ml d'huile d'olives

12 g d'herbettes du jardin

Sauce moretum

360 g de fromage frais type ricotta

120 ml d'huile d'olives

12 g d'herbettes du jardin

12 g de garum (nuoc mam)

12 g d'ail

Réalisation

- Mettre les grains dans le moulin et les moudre.
- Mélanger la farine d'épeautre et de pois chiche, le sel, les herbes et l'eau.
- Laisser reposer la pâte 10 mn.
- Diviser le pâton en 4
- Façonner des galettes à la main.
- Disposer sur une plaque.
- Badigeonner d'un peu d'huile d'olives et parsemer d'herbes.
- Cuire 8 mn à 180°C.

Sauce moretum:

- Mettre tous les ingrédients dans le mortier et piler.

Boulettes de viande d'agneau et son jus

Recette pour 12 personnes



Ingrédients

600 g de viande hâchée de boeuf

600 g de viande hâchée d'agneau

141 g d'oignon

12 g de cumin en poudre

60 g de garum (nuoc mam)

36 g de miel

12 g de sel et de poivre

240 ml d'eau

60 ml d'huile d'olives

Réalisation

- Emincer l'oignon finement.
- Mélanger les deux viandes avec le nuoc mam, le cumin, le sel, le miel, l'oignon.
- Diviser la masse en 6 et former des boulettes.
- Faire chauffer l'huile dans une poêle et y cuire les boulettes.
- A la fin de cuisson verser l'eau pour récupérer les sucs.

Menu historique

Fromage frais au miel et fruits secs

Recette pour 12 personnes



Ingrédients

360 g de fromage frais type ricotta

120 g de miel

120 g de fruits secs (datte, figue, raisin...)

120 g de fruits à coque

30 g de grenade fraiche ou autre fruit

Réalisation

- Mélanger le miel et le fromage frais, mettre dans un petit ramequin.
- Disposer les fruits secs autour et déguster.

Pastinaca sauté

Recette pour 12 personnes



Ingrédients

667 g de panais

120 ml d'huile d'olives

12 g de sel

Réalisation

- Peler et parer le panais.
- Le couper en forme de frite.
- Chauffer l'huile dans une poêle et y mettre les panais, saler.
- Mettre un couvercle et surveiller la cuisson.