

*Salade de Petit Epeautre du Velay 10 minutes , tomate cerise, pomme,
feta*

Pour 5 kg de salade (250 pers dégustation)

Ingrédient :

2.5kg de petit épeautre du Velay

400 gr Tomate cerise.

6 pommes Granny Smith

4 oignons

300g de feta

200g Graines de courge

Vinaigrette (2/4 huile d'olive, 1/4 moutarde, 1/4 vinaigre de cidre, sel, poivre)

Préparation :

Faites cuire le petit épeautre du Velay dans une eau frémissante pendant 10 min.

Coupez la pomme, la betterave et la feta en petits cubes (mettre du jus de citron sur les cubes de pomme pour éviter qu'ils noircissent). Ciselez finement l'oignon. Ajoutez des graines de courge coupées grossièrement.

Réalisez la vinaigrette et assaisonner votre salade selon vos goûts.

Salade de Perles de couscous tricolores, concombre, grenade

Pour 2 kg de salade (200 pers dégustation)

Ingrédient :

2 kg perles de couscous

2 concombres

200 gr de tomate confite

200 gr graines de courge

3 oignons rouges

1 botte de persil

Vinaigrette (2/4 huile d'olive, ¼ moutarde, ¼ vinaigre de mangue, sel, poivre)

Préparation :

Faire cuire les perles de couscous dans un bouillon de légumes pendant 9 min et laisser refroidir.

Ciseler les oignons rouges et couper grossièrement les graines de courge.

Ciseler la botte de persil.

Mélanger tous les ingrédients et préparer la vinaigrette.

Riz bambou au lait ananas rôti au miel et griotte.
(200 pers dégustation)

Ingrédient :

2 l de lait

200grs riz bambou

2gousses de vanille

8 cuillères à soupe de sucre poudre

8 tranches d'ananas frais

100gr Miel liquide

Préparation :

Faites bouillir le lait avec le sucre en poudre et les gousses de vanille pelées. Dès l'ébullition, incorporer doucement le riz, baissez le feu puis laissez cuire doucement 20 min environ. Versez dans des verrines ou dans un grand bol et laissez refroidir.

Dans un poêle porter à ébullition le miel et faites rôtir les tranches d'ananas pendant 5minutes à feu doux.

Conserver le sirop obtenu lors de la cuisson

Laissez refroidir le tout 1 h

Servez une couche de riz au lait, disposez l'ananas tranche rôti dessus arrosez de jus cuisson le tout.