

Triangles moelleux à la courgette et à La Vache qui rit

Ingrédients :

Préparation de la pâte à moelleux

- 30 g de beurre demi-sel
- 160 g de lait entier
- 110 g de vin blanc ou bouillon de poule ou légumes
- 110 g de cheddar (fromage)
- 65 g de farine de gruau t45 (gruau d'or)
- 8 tours moulin à poivre 5 baies
- 3 gros œufs (63 g)
- 160 g de courgette non épluchée

Pour la garniture et la cuisson

- 12 portions de fromage "la vache qui rit"



Préparation :

Préparation de la pâte à moelleux

Préchauffer le four à 210-220°C.

Placer les empreintes TRIANGLES sur la plaque alu perforée. Dans le bol, mettre le beurre, verser le lait, le vin blanc (ou bouillon de légumes) et le cheddar coupé en petits morceaux. Cuire 5 minutes - 100°C - vitesse 5. Retirer le verre doseur au bout de 2 minutes. Ajouter la farine, les tours de moulin à poivre 5 baies. Mélanger 1 minute - vitesse progressive de 3 à 5. (sans verre doseur). Casser les œufs dans un récipient. Mettre en route 1 minute - vitesse 5. Verser et incorporer les œufs.(sans verre doseur). Ouvrir le couvercle et racler les bords à la spatule.

Suggestion :

Remplacer le vin blanc par du bouillon de légumes ou de poule pour les enfants.

Faire descendre les projections de fromage. Replacer le couvercle et le verre doseur. Lisser la masse par 2 tours - fonction Turbo. Ajouter la courgette non épluchée et coupée en petits cubes. Mélanger 35 secondes - vitesse 5. (s'aider de la spatule si besoin)

Pour la garniture et la cuisson

Répartir la pâte à moelleux dans les Triangles à l'aide de la spatule mélangeuse. Insérer 1 portion dans chaque empreinte. Enfoncer et recouvrir avec la masse. Enfourner 20 à 25 minutes au four à 210-220°C selon four. A la sortie du four, laisser reposer 5 minutes avant de démouler. Dresser à l'assiette.

Moule utilisé



Retrouvez la version Jambon ici :

[Moelleux cœur fondant, La Vache qui rit® et Kiri®](#)