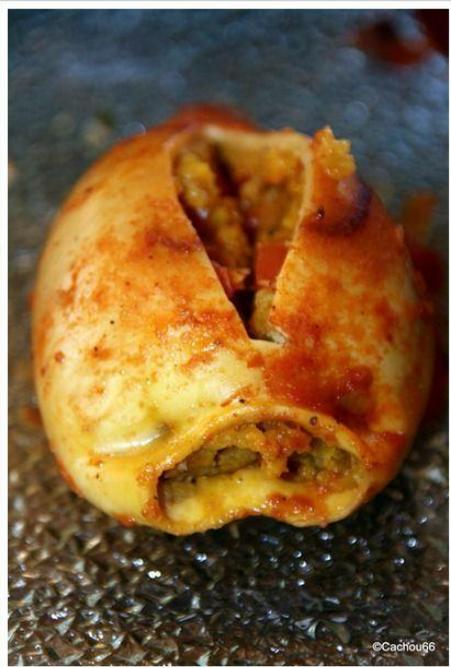


Encornets farcis aux légumes

Généralement on farcit les encornets de viande hachée mais j'ai volontairement choisi de les farcir avec du riz et des légumes nettement moins gras.



Ingrédients:

- 7 encornets

Pour la farce:

- 150 g de riz
- 500 g d'eau
- 1 cuillère à café de colorant pour paëlla
- 1 pincée de sel de Guérande
- QS d'huile d'olives
- 2 oignons émincés
- 4 gousses d'ail haché
- 200 g de poivrons émincés
- 10 g de persil haché
- 2 cuillères à soupe d'épices paëlla
- 90 g de vin blanc

Pour la sauce:

- QS d'huile d'olives
- 1 oignon émincé
- 2 échalotes hachées
- 1/2 boîte de pulpe de tomates (400 g)
- 50 ml de cognac
- 100 ml de vin blanc
- 1 cuillère à café de sel de Guérande
- 6 à 7 tours de moulin à poivre

Dans le panier inox du Cook'in, cuire le riz dans l'eau avec le colorant 10 min/120°C/ vit 2.

Puis 5 min/vit 2 en ôtant le verre doseur.

Dans une sauteuse, faire revenir l'oignon émincé dans l'huile d'olives et les gousses d'ail hachées.

Ajouter les poivrons émincés et le persil haché. Ajouter le riz égoutté, les épices et le vin blanc.

Laisser mijoter à feu doux jusqu'à évaporation. Sortir du feu, laisser refroidir.

Garnir les encornets avec la farce tiède, fermer avec un cure-dents. Faire dorer dans la sauteuse des 2 côtés. Réserver.

La sauce:

Faire revenir l'oignon et les échalotes émincés. Ajouter la pulpe de tomates. Ajouter le vin blanc et le cognac. Assaisonner.

Remettre les encornets et laisser mijoter tout doucement, retourner de temps en temps.