Poireau, dés de haddock en vinaigrette – Gâteau au citron

gateau duo vitaliseur poireaux

Imprimer

Commenter

Préparation: **10 min**

Ingrédients

- Gâteau au citron*
- 1 œuf 30 g de miel liquide (toutes fleurs ou autre)
- 10 g d'huile d'olive
- 30 g de poudre d'amande
- 1 c. à s. rase de farine de riz complet
- 2 pincées de bicarbonate de sodium
- Le zeste de 1 citron finement râpé

- 1 filet de jus de citron

Poireau, dés de haddock en vinaigrette

- 1 poireau 100 g de haddock
- 1 c. à c. de moutarde à l'ancienne
- 1 à 2 c. à c. de vinaigre de Xérès ou de cidre
- 2 à 4 c. à s. d'huile d'olive
- QS sel gris de mer
- Herbes fraîches : estragon, menthe, coriandre, basilic, thym, fleurs de ciboulette, cerfeuil, etc.

1. Remplissez un quart de la cuve du Robinson et portez à ébullition.
2. Préparez la pâte en mélangeant dans un petit saladier les ingrédients du gâteau à l'aide d'un fouet. Huilez le ramequin du Robinson et versez la pâte.
3. Déposez le ramequin sur le tamis du Robinson, couvrez et faites cuire pendant 5 minutes.
4. Lavez et parez le poireau, puis taillez 2 beaux tronçons d'une quinzaine de centimètres environ (conservez le vert pour un autre usage).
5. Au bout de ces 5 minutes, ajoutez le poireau, couvrez et poursuivez la cuisson pendant 10 minutes.
6. Pendant le temps de cuisson, préparez la vinaigrette en mélangeant à la fourchette la moutarde, 1 pincée de sel, le vinaigre et l'huile. Découpez le haddock en dés et rincez les herbes fraîches.
7. Quand les poireaux et le gâteau sont cuits, réservez le gâteau pour le dessert ou le goûter et dressez les poireaux avec la vinaigrette, les dés de haddock et les herbes fraîches.

Ce repas a été réalisé avec le Petit Robinson et en une seule cuisson grâce au nouvel accessoire du Petit Vitaliseur : le Duo céramique. Le gâteau au citron est copieux pour 1 personne, mais le plat est léger. Cela dit, vous pourrez le déguster en deux fois suivant votre appétit.

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises