



A base de légumes

Terrine légère de poireaux, citron et pavot



1h20

TEMPS TOTAL

15 min

PRÉPARATION

1h05

CUISSON

0

REPOS

84

CALORIES

Ingrédients
pour **8** personnes

Ingrédients pour la terrine légère de poireaux, citron et pavot

4 Poireau

100 g Fromage blanc

4 unité(s) entière(s)

Oeuf(s) entier(s)

0.5 Oignon(s)

0.5 Citron(s)

1 c. à soupe Graines de pavot

1 Sel

1 Poivre

Étape 1

Préparation de la terrine légère de poireaux, citron et pavot

- 1 Préchauffer le four à 180 °C (Th.6).
- 2 Couper les extrémités des poireaux, garder la partie blanche. Les rincer puis les couper en lamelles. Eplucher et ciseler les oignons.
- 3 Mettre les poireaux et les oignons dans une casserole sur feu moyen. Ajouter un peu d'eau, assaisonner de sel et de poivre, couvrir.
- 4 Faire cuire pendant environ 20 min jusqu'à ce qu'ils deviennent fondants. Ajouter de l'eau en cours de cuisson si la préparation accroche.
- 5 Dans un saladier, battre les oeufs avec le fromage blanc.
- 6 Presser le jus du citron, le mélanger à la préparation.
- 7 Ajouter les graines de pavot, le sel et le poivre ainsi que les poireaux et les oignons.
- 8 Verser la préparation dans un moule à cake.
- 9 Faire cuire pendant 30 à 45 minutes au four.
- 10 Recouvrir le moule à cake d'une feuille de papier aluminium si le dessus de la terrine commence à brunir.
- 11 Démouler et couper en tranches. Servir tiède ou froid.