



A base de légumes

Pâté en croûte végétarien



6h30 **45 min** **45 min** **5h** **281**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour **8** personnes

Étape 1

Les étapes

- 1 Mettre les lentilles dans une casserole avec l'eau, la feuille de laurier et les grains de poivre. Les faire cuire à découvert jusqu'à ce que les lentilles deviennent tendres, 15 minutes environ. Égoutter, laisser tiédir et réserver.
- 2 Éplucher et hacher les oignons et l'ail. Nettoyer et couper grossièrement les cèpes.
- 3 Dans une poêle, faire chauffer le beurre et l'huile à feu moyen. Y ajouter les oignons, l'ail et les cèpes. Faire sauter 5 minutes environ à feu moyen.
- 4 Battre légèrement les œufs. Réserver. Faire dorer les amandes à sec dans une petite poêle. Réserver.
- 5 Mélanger les lentilles avec les cèpes, les œufs et les amandes grillées. Rectifier l'assaisonnement avec le sel, le poivre et le piment d'Espelette.
- 6 Faire chauffer le four à 220°C (Th.6-7).
- 7 Dérouler la pâte à pizza tout en la gardant sur le papier sur lequel elle est posée. Déposer l'ensemble dans le moule à cake de sorte que les bords dépassent à l'extérieur.
- 8 Verser le mélange des lentilles et les cèpes sur la pâte à

500 ml **Eau**
200 g **Lentilles corail**
200 g **Cèpe**
3 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
2 **Gousse(s) d'ail**
2 **Oignon(s) nouveau(x)**
1 feuille(s) **Laurier**
1 **Pâte(s) à pizza**
2 c. à soupe **Amande(s) effilée(s)**
1 c. à soupe **Beurre**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
2 c. à soupe **Crème allégée**
1 c. à soupe **Graines de pavot**
3 pincée(s) **Piment d'Espelette**
1 c. à soupe **Sel**
1 **Poivre noir**

pizza. Replier les bords de la pâte sur le mélange. A l'aide du pinceau, enduire la pâte de crème fraîche. Saupoudrer de grains de pavot.

- 9** Mettre le pâté au four et baisser la température à 180°C (Th.6). Faire cuire 45 minutes environ. Si la pâte se colore trop, la recouvrir de papier aluminium.
- 10** Sortir le pâté du four, le laisser refroidir à la température ambiante puis placer au réfrigérateur pendant 4 à 5 heures minimum.