



Bavarois de haricots verts



Une recette extraite des « Légumes crôquants » de Marie-laure Tombini

Ingrédients

Recette pour : 12 mini-muffins
Préparation : 20 minutes
+ 6 heures de repos
Cuisson : 20 minutes

~~~~~  
250 g de haricots verts  
1 oignon  
50 cl de bouillon de volaille  
4 feuilles de gélatine  
10 cl de crème fraîche  
7 brins de ciboulette  
Sel, poivre

### *Progression*

- 1 - Equeuter et laver les haricots. Porter à ébullition le bouillon de volaille dans une grande casserole. Plonger les haricots dans le bouillon avec l'oignon émincé et laisser cuire environ 20 minutes à feu moyen.
- 2 - Faire ramollir les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide pendant 15 minutes.
- 3 - Retirer la casserole du feu. Ajouter les feuilles de gélatine essorées, 5 brins de ciboulette et la crème. Mixer l'ensemble des ingrédients de façon à avoir une préparation lisse. Assaisonner.
- 4 - Répartir le velouté dans des moules à mini-muffins. Laisser refroidir puis placer au réfrigérateur pendant 4 à 6 heures.
- 5 - Au moment de servir, décorer avec de la ciboulette hachée.