BOULETTES VÉGÉTARIENNES AVEC SAUCE AUX CANNEBERGES

1 PORTION | 30 MIN | INTERMÉDIAIRE

INGRÉDIENTS

2 paquets de Boulettes végétariennes Garden Gourmet

125 ml de vin rouge

1 orange

200 ml de bouillon de champignons

2 cuillères à soupe de miel ou de sucre

225g canneberges fraîches

1 cuillère à café de fécule de pomme de terre

huile d'olive pour la friture

Thym pour garnir

ZUBEREITUNGSTIPPS

Très savoureux avec:

Une purée de patates douces aux noisettes et persil.

Des épinards sauvages sautés avec de l'oignon rouge, pignons de pin et raisins secs. ou des choux de Bruxelles rôtis au vinaigre balsamique, graines de grenade et pignons de pin.

Essaie cette recette d'hiver classique à base de sauce aux canneberges, mais cette fois en version végétarienne avec nos boulettes Garden Gourmet. Un succès garanti!

PRÉPARATION

1. Préparation de l'orange

Nettoie l'orange.
À l'aide d'un éplucheur à légumes, épluche le zeste de la moitié de l'orange.
Râpe l'autre moitié avec une râpe fine.
Coupe en deux et presse l'orange.

2. Préparation de la sauce

Porte à ébullition le vin, le bouillon, le jus d'orange, les zestes d'orange, les canneberges et le miel. Fais bouillir jusqu'à ce que les canneberges se ramollissent. Puis mixe la sauce.

3. Finalisation de la sauce

Pour lier la sauce, mélange la fécule de pomme de terre avec un peu d'eau.
Verse-le dans la sauce aux canneberges en remuant et laisse cuire un moment.

4. Préparation du sirop

Coupe la moitié de la peau d'orange en lanières très fines et porte à ébullition avec 100 ml d'eau et une cuillerée de sucre.
Fais bouillir pendant environ 5 minutes jusqu'à ce qu'elles soient ramollies dans le sirop et laisse refroidir.

5. Cuisson des boulettes

Fais cuire les boulettes végétariennes selon les instructions sur l'emballage.
Verse la sauce aux canneberges sur les boulettes et sers!
Décore avec le restant du zeste d'orange et le thym.

DÉCOUVRE D'AUTRES RECETTES SUR GARDENGOURMET.CH/FR