



Les plats principaux

Escalopes de dinde fourrées au crumble de noisettes et chou-fleur rôti

Pour 4 personnes.

Ingrédients

4 escalopes de dinde
400 grammes de pommes de terre (en dés)
1 chou-fleur (les rosettes)
1 poignée de rucola
4 cuillères à soupe de noisettes (hachées)
5 cuillères à soupe d'huile d'olive
3 cuillères à soupe de chapelure
8 tranches pancetta
2 cuillères à café de cumin en poudre
1 cuillère à café de poudre de cumin
1 cuillère à café de curcuma
2 cuillères à soupe de persil
beurre
sel
poivre

Méthode de préparation

Cuisez les dés de pommes de terre dans de l'eau légèrement salée.

Cuisez les rosettes de chou-fleur dans 2 cs d'huile d'olive et ajoutez le cumin et la coriandre en poudre ainsi que le curcuma. Salez et poivrez, mettez le couvercle sur la casserole et faites étuver 10 minutes. Ajoutez les dés de pommes de terre et faites cuire le tout encore 5 minutes. Saupoudrez avec le persil.

Mélangez les noix avec la chapelure et 3 cs d'huile d'olive puis salez et poivrez. Salez et poivrez les escalopes de dinde, remplissez chaque escalope avec le crumble de noisettes, déposez un peu de rucola par-dessus puis roulez les escalopes. Autour de chaque roulade de dinde enroulez 2 tranches de pancetta et fixez-les avec de la ficelle de cuisine. Faites fondre une noix de beurre et rôtissez-y les roulades bien dorées. Servez avec le chou-fleur rôti.

Astuce:

Le curcuma dote le plat d'une belle couleur jaune et d'une saveur chaude et profonde.

Ustensiles de cuisine

Ficelle de cuisine

