



Entrées froides au fromage

Verrines à la mousse de chèvre, jambon, carottes et courgettes poêlées



3h55 **50 min** **5 min** **3h** **252**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les légumes

150 g **Courgette**
100 g **Carotte(s)**
0.5 **Gousse(s) d'ail**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 pincée(s) **Thym**

Ingrédients pour la mousse de chèvre

200 g **Chèvre frais**
80 ml **Crème liquide (fleurette)**
1 pincée(s) **Paprika**
1 **Sel**
1 pincée(s) **Curry**
1 c. à café **Huile d'olive**

Ingrédients pour le dressage

80 g **Jambon cuit**

Étape 1

Préparation des légumes poêlés

- 1 Laver les courgettes et couper les extrémités.
- 2 Laver et éplucher les carottes, couper les extrémités.
- 3 Couper les courgettes et les carottes en julienne. Réserver.
- 4 Réaliser une julienne très fine ce qui permettra de réaliser une cuisson courte.
- 5 Éplucher l'ail puis le hacher finement à l'aide d'un couteau éminceur.
- 6 Faire chauffer une poêle avec l'huile. Ajouter l'ail et le faire revenir sur feu vif, puis ajouter la julienne de courgette et carotte.
- 7 Ajouter le sel et le thym. Faire cuire le tout pendant 5 à 10 minutes, en remuant.
- 8 Ôter la poêle du feu et laisser refroidir les légumes.

Étape 2

Préparation de la mousse de chèvre

- 1 Mettre le fromage dans le mixeur, ajouter le sel, le

paprika, le curry et l'huile d'olive. Mixer le tout.

- 2 Mettre la crème liquide bien froide dans le bol d'un batteur. La monter en chantilly.
- 3 Incorporer délicatement la crème chantilly à la préparation au fromage à l'aide d'une maryse.
- 4 Répartir la préparation obtenue dans les verrines. Les mettre au réfrigérateur et les laisser reposer pendant 3 heures, le temps que la mousse prenne.

Étape 3

Dressage et finition des verrines

- 1 Sortir les verrines du réfrigérateur.
- 2 Couper le jambon en lanières fines et les répartir dans chaque verrine, en réalisant une couche sur la surface de la mousse.
- 3 Terminer avec la julienne de courgette et carotte. Servir.
- 4 Une fois préparées, les verrines peuvent se garder au réfrigérateur jusqu'à 2 heures avant de les déguster.