

RAVIOLIS A LA BETTERAVE ET AU FROMAGE

INGRÉDIENTS 4 PERS PÂTE À NOUILLES

- 300G DE FARINE BLANCHE
- ½ DE CCDE SEL
- 1 ŒUF
- 70ML JUS DE BETTERAVE

FARCE

- 250G DE FROMAGE DE CHEVRE CRU
- 1 JAUNE D'ŒUF
- 130 GDE GRUYÈRE RÂPÉ
- 1 CSDE RAIFORT RÂPÉ EN BOCAL
- POIVRE

FAÇONNAGE

- UN PEU DE FARINE BLANCHE
- 1 BLANC D'ŒUF BATTU

RAVIOLIS

- 80G DE BEURRE COUPÉ EN MORCEAUX
- 4 BRINDE THYM
- ¼ DE CCDE SEL
- UN PEU DE POIVRE



PRÉPARATION

Pâte à nouilles

Mélanger la farine et le sel. Mixer l'œuf et le jus de betterave rouge . Ajouter le liquide à la farine, mélanger puis pétrir pendant env. 10 min. Former une boule, la placer dans un saladier passé sous l'eau chaude et la laisser reposer à température ambiante pendant env. 30 min.

Farce

Mélanger la ricotta et tous les ingrédients jusqu'au poivre compris.

Façonnage

Couper la pâte en quatre morceaux, les abaisser en décollant souvent la pâte du plan de travail. Partager la farce en 4 portions. Sur la moitié inférieure de chaque bande de pâte, déposer 7 petits tas de farce de la taille d'une noix. Badigeonner de blanc d'œuf, replier la pâte sur elle-même. Bien appuyer sur les bords en veillant à faire sortir l'air emprisonné, découper les raviolis, appuyer sur les bords avec une fourchette.

Raviolis

Faire cuire les raviolis en plusieurs portions dans l'eau salée frémissante pendant env. 5 min. Les sortir. Faire fondre le beurre et ajouter le thym jusqu'à ce que le beurre mousse et diffuse une légère odeur de noisette. Ajouter les raviolis, les faire chauffer, dresser.

Conseils diet et intérêts :

- recette végétariennes conférant un apport en calcium correct, a compléter avec des légumes et/ou fruits (grenades en déco)
- Qualité organoleptique intressantes
- Complémentation des apports protéiques avec les amandes effilés