

LE PÂTÉ VÉGÉTAL

Le pâté végétal est arrivé à l'auberge par le sud!

Elisabeth qui a pris le relais de l'auberge après Hugo et Rié, venant du Gard elle avait amené dans ces valises plusieurs kilos de farine de châtaigne et une recette de pâté végétal qui a participé à la renommée de l'auberge.

Je vous la confie.

125 gr	huile de tournesol
125 gr	huile d'olive
350 gr	pain complet (chante la vie)
150 gr	champignon de paris
250 gr	oignons
50 gr	persil
10 gr	ail
150 gr	levure maltee (priméal)
6 gr	sel

Thym, laurier, sarriette, romarin, muscade etc.....

- 1- Humidifier le pain et reposer 15 mn.
- 2- Faire revenir les oignons hachés et les herbes avec une partie de l'huile d'olive.
- 3- Ajouter les champignons hachés et cuire 5 mn.
- 4- Ajouter le reste de l'huile et incorporer le pain émietter et bien mélanger.
- 5- Ajouter la levure, le sel, le persil, l'ail haché, la muscade, cuire doucement sur le gaz 5 mn.
- 6- Passer au moulin à légume grosse grille ou non.

Laisser reposer le pâté une nuit au frigo peut se conserver 1 semaine et se congèle très bien.

A tartiner comme du pâté en entrée.