



LE REPAS TRADITIONNEL D'ONA MAIOCCO*

Une tartinade express pour l'apéritif : mixez du tofu fumé avec des marrons cuits, de l'huile d'olive à la truffe et un trait de cognac.

Une pièce montée de légumes rôtis, croustillant aux graines : placez des légumes racines sur une plaque. Arrosez-les d'huile d'olive, ajoutez sauge et romarin, enfournez 45 min à 180 °C (th. 6). Pour le croustillant, mélangez des graines de sarrasin et de lin avec très peu d'eau, du persil, de l'échalote et de la sauce soja. Étalez en fine couche entre deux plaques, et enfournez avec les légumes. Quand ils sont cuits, empilez-les sur un plat rond, parsemez de brisures de croustillant de graines. Servez avec de l'huile d'olive à la truffe.

Des truffes : mixez 120 g de haricots rouges cuits avec 80 g de chocolat noir à dessert fondu, 2 cuil. à soupe d'huile de coco et 1 trait de rhum ambré. Laissez prendre au frigo puis formez des truffes à la cuillère et roulez-les dans du cacao en poudre ou de la noix de coco râpée.

* Créatrice des ateliers de cuisine Super Naturelle.
super-naturelle.com

cuisine UN RÉVEILLON VEGAN

Ce n'est pas parce
que l'on ne mange
aucun produit
animal que
les repas de fête
doivent être
insipides.
La preuve par
ces trois
menus de pros.

LE CHRISTMAS REVISITÉ D'ALICE GREETHAM*

Un "faux gras" maison : mixez 240 g de tofu ferme, 120 g de tofu soyeux, 90 g de crème de soja, 60 g de miso d'orge, 50 g de purée d'amande, 30 g de poudre d'amande, 20 g d'huile d'olive, 200 ml de vin blanc, 4 gousses d'ail, origan, baies roses, cumin, 1 cuil. à café d'agar-agar. Salez, poivrez. Portez cette crème à ébullition, versez dans un moule à cake et placez au froid. Servez en tranches avec une salade et des tomates séchées.

Un risotto au safran, citron confit, butternut rôtie à la sauge, avec une poêlée de cèpes. En fin de cuisson, ajoutez levure maltée et huile d'olive à la truffe.

Une mousse chocolat-avocat : mixez 4 avocats mûrs avec 8 cuil. à soupe de crème d'amande, 8 cuil. à soupe de cacao en poudre, 4 cuil. à soupe de sirop d'agave, 2 cuil. à café de vanille liquide. Versez dans des ramequins. Placez au frais 2 h avant de servir.

* Créatrice culinaire et blogueuse. liliskitchen.com

LE MENU GOURMET DE DEBORAH PIVAIN*

Des tartelettes au caviar d'algues : sur une pâte brisée vegan cuite à blanc, étalez du caviar d'algues, recouvrez d'une crème de soja fouettée aux herbes et au citron.

Un baeckeoffe de seitan aux légumes anciens : la veille, faites mariner du seitan (Lima Seitan Gourmet Grill) dans du riesling, avec ail, oignons et laurier. Le jour même, faites rôtir 30 min des panais, des carottes, des pommes de terre et des oignons au four à 180 °C (th. 6). Dans une cocotte en fonte huilée, étalez une couche de seitan égoutté, puis une couche de légumes et répétez l'opération. Couvrez de marinade aux deux tiers et posez un poireau coupé en lanières sur le dessus. Fermez, enfournez 1h30 à 180 °C (th. 6).

Une tatin au fromage : sur une pâte feuilletée vegan, disposez des lamelles de pomme, du fromage vegan suisse Vegusto. Enfournez à 180 °C (th. 6) pour 15-20 min, servez avec une salade de mâche aux truffes.

* Propriétaire du Gentle Gourmet Café, Paris-12°.
gentlegourmetcafe.com

AMANDINE GROSSE