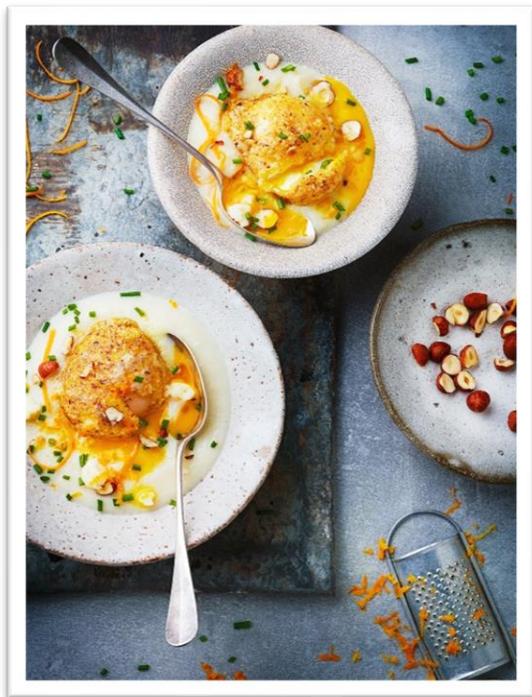


# ŒUFS PANES ET CREME DE CHOU-FLEUR A LA NOISETTE

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes



## Ingrédients

### Pour la crème de chou-fleur

15 g de beurre  
500 g de chou-fleur  
150 g de pomme de terre  
1 oignon  
1 orange non traitée  
1 c. à café de coriandre en poudre  
30 cl de lait  
Sel, poivre

### Pour les œufs panés

5 œufs ramenés à température ambiante  
3 c. à soupe de vinaigre de cidre  
20 g de farine  
50 g de noisette  
50 g de chapelure  
50 g de beurre  
Sel, poivre

Découpez le chou-fleur en morceaux et faites-les cuire 5 min. dans une casserole d'eau bouillante salée. Egouttez.

Epluchez et émincez l'oignon et la pomme de terre. Faites revenir l'oignon avec le beurre pendant 2 min., ajoutez la pomme de terre, le chou-fleur, du sel, du poivre, la coriandre en poudre et le zeste râpé de l'orange. Versez le lait et laissez cuire à frémissements pendant 20 min. Mixez pour obtenir une texture crémeuse.

Faites bouillir une petite casserole d'eau avec le vinaigre. Déposez délicatement 4 œufs dans l'eau bouillante et comptez 6 min. de cuisson.

Sortez les œufs et plongez-les dans un saladier d'eau froide pour arrêter la cuisson. Écalez-les délicatement. Mixez les noisettes en poudre fine et mélangez avec la chapelure. Roulez les œufs délicatement dans la farine. Trempez-les dans l'œuf restant battu avec du sel et du poivre puis roulez-les dans la chapelure à la noisette. Faites chauffer le beurre dans une petite poêle et faites-y dorer les œufs 1 à 2 min, en les arrosant de beurre en cours de cuisson.

Versez la crème de chou-fleur dans les assiettes, ajoutez les œufs et servez.

**Astuce :** parsemez les assiettes de noisettes concassées, de zeste d'orange et de ciboulette avant de servir.

Recette et stylisme : Annelise Chardon  
Crédit photo : Julie Mechali / Cniel