**PRZ VEGAN Gratin de légumes**

**(champignons, brocolis, carottes)**

pour 6-8 personnes

– 2 bouquets de brocolis  
– 3 grandes carottes  
– 300-350 g de champignons de Paris frais  
- huile  
– 60 cl de lait végétal froid  
– 40 g de maïzena  
– 2 cuillères de café de moutarde  
– 1 gousse d’ail écrasée  
– 2 cuillères à café de sel  
– 1 grosse pincée de poivre noir  
– 100-125 g de fauxmage râpé

Laver rapidement les bouquets de brocoli . Eplucher les carottes puis les couper en rondelles. Rincer les champignons à l’eau froide, les couper en fines tranches.  
  
Cuire les brocolis et carottes à la vapeur.

A la poêle, chauffer l’huile à feu moyen.

Ajouter les champignons, mélanger jusqu’à ce que les champignons aient rendu toutes leurs eaux, environ 8-10 mn.

Répartir ensuite champignons, carottes et brocolis dans un plat à four huilé.

Délayer la maïzena dans 10 cl de lait, puis ajouter le reste du lait (50 cl). Verser le lait dans une petite casserole, et faire cuire en remuant régulièrement sur feu moyen jusqu’à épaississement (env 8-10 mn).

Retirer la casserole du feu, puis y mélanger ail écrasé, sel, moutarde, poivre,  fauxmage. Verser sur les légumes, délicatement.

Enfourner 20-25 mn dans le four à 225°C.

### ****PÂTÉ EN CROÛTE FORESTIER****

pour 1 terrine rectangulaire, 25 cm de long

1 pâte brisée

750 à 900 g de champignons de Paris frais

250 g d’aubergines

250 g de betterave rouge cuite

1 à 2 cuil. à soupe de tofu soyeux

2 cuil. à soupe d’huile d’olive

2 à 3 biscottes

25 g de pistaches fraiches concassées

25 g d’olives noires dénoyautées et hachées

1 cuil. à café de curry

Sel Poivre

Décor du dessus (si non recouvert de pâte): rondelles de poivrons, citron, olives noires.

Pour la gelée : ½ cube de bouillon de légumes + 25 cl d’eau + 3 g d’agar-agar

Hacher les champignons lavés, les faire revenir à l’huile. Les égoutter un peu et les passer au mixer (brièvement).

Peler les aubergines, les couper en morceaux et les faire revenir à l’huile. Les passer au mixer et les mêler aux champignons. Additionner la farce de tofu soyeux, d’huile d’olive et de toutes les herbes et épices (curry pour nous) que l’on souhaite. Incorporer les biscottes écrasées finement, les pistaches, les olives, et bien mélanger. Ajouter les betteraves hachées.

Positionner la pâte dans le moule (huilé ou tapissé de papier sulfurisé). Y disposer la farce. Cuire au four préchauffé à 180°C 40 min env. Laisser refroidir totalement. Décorer le dessus et verser la gelée (eau froide, cube de bouillon, poudre de gélifiant chauffés en casserole).

## Flan de poireau au tofu soyeux et farine de pois chiche *****4 personnes*****

* 1 gousse d’ail, pelée et hachée finement
* 1 oignon, pelé et haché finement
* 200 g de poireau lavé coupé fin
* 1/2 c. à café de curry
* 1/2 c. à café de cannelle
* 1 pincée de poivre
* 2 c. à soupe d’huile d’olive
* 400 g de tofu soyeux, égoutté
* 100 g de crème végétale de votre choix
* 40 g de farine de pois chiches

Préchauffer votre four à 180° (th.6).

Faire revenir l’ail, l’oignon, le poireau et les épices dans l’huile d’olive, à feu moyen et à découvert pendant 10 minutes, en prenant soin de mélanger régulièrement.

Dans un saladier, mélanger au fouet le tofu soyeux avec la crème et la farine.

Incorporer les légumes et bien mélanger.

Huiler un petit plat allant au four (mon plat fait 18 cm de diamètre) et répartir la préparation.

Enfourner 35 minutes.

Laisser tiédir avant de servir.