



Duo de mousse, chou-fleur et tomate



Un accompagnement tout simple à préparer mais présentée de manière originale. Je me suis inspirée d'une recette trouvée sur le blog [Du plaisir dans ma cuisine](#), en remplaçant la semoule par du tapioca, incorporé dans les deux préparations qui permet de figer les purées.

Ingrédients (pour 4 à 6 mousses) :

- 500 g de chou-fleur surgelé
- 1 petit pot de sauce tomate (200g)
- 2 œufs
- 60 g de tapioca
- 60g de fromage blanc
- 1 pincée de cumin en poudre
- sel et poivre

Préparation :

Faire cuire le chou-fleur 15 min à l'autocuiseur, jusqu'à ce qu'il soit fondant. Laisser refroidir.

Préchauffer le four th.6 (180°C).

Mixer le chou-fleur en purée, ajouter l'œuf, le fromage blanc, 30 g de tapioca, le cumin, une pincée de sel et de poivre. Mixer à nouveau.

Ajouter l'œuf et les 30 g de tapioca restant dans la sauce tomate. Saler et poivrer.

Verser la purée au chou-fleur dans des moules individuels en silicone en les remplissant jusqu'à la moitié de leur hauteur. Verser le reste de la purée à la tomate par dessus.

Enfourner et laisser cuire 20 à 25 min.

Servir les mousses chaudes démoulées dans des assiettes.

Le 19 Mars 2012 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2012/03/19/23736696.html>