

# BLANQUETTE DE DINDE AUX LEGUMES ET CANTAL



**Pour 4 personnes**

**Ingrédients :**

630ml de lait végétal (amande, riz ou avoine)

550g de dinde ou de poulet

280g de champignons

180g de carottes

185g de crème de soja épaisse

Persil

20g d'oignons jaunes

190g de brocolis

140g de chou-fleur

20g de bouillon de légumes

Cantal

**Eplucher et émincer les oignons. Les faire revenir dans un faitout avec de l'huile d'olive. Ajouter la dinde en morceaux et la faire juste revenir. La réserver de côté.**

**Ajouter dans le faitout les brocolis et les choux-fleurs coupés en petits bouquets, puis les champignons, et les carottes coupés en morceaux.**

**Mélanger et faire dorer les légumes sur feu moyen pendant environ 5 minutes.**

**Verser le lait avec les cubes de bouillon de légumes, mélanger et laisser mijoter à couvert sur feu doux pendant 20 minutes en remuant les légumes régulièrement.**

**Une fois les légumes fondants, ajouter les morceaux de dinde cuits mélangés avec la crème.**

**Lorsque la dinde est cuite à cœur, servir aussitôt la blanquette avec du cantal râpé et du persil haché.**

*Marie-Laure Pilorge/ 18 janvier 2024*