

ROTI HACHE AUX CHAMPIGNONS ET AUX LEGUMES

Ingrédients (6 personnes)

- 200g viande hachée de veau
- 400g viande hachée de bœuf
- 50g chair à saucisse de veau
- 10g cornes d'abondances séchées
- 2 petites courgettes
- 1 petit oignon
- 1 œuf
- ½ poivron rouge
- 1 c.c. moutarde forte
- 1 c.s. huile
- 1,5dl fond de veau
- 1 c.c. sel
- 1 c.c. marjolaine séchée
- ½ c.c. poivre de Cayenne
- 0,25dl Xérès (facultatif)



Préparation

- Faire tremper les champignons à l'eau froide durant 10 minutes. Les rincer, les égoutter et bien les essorer. Les hacher avec l'oignon.
- Emincer le poivron et la moitié des courgettes.
- Faire suer le tout dans l'huile.
- Détailler le reste des courgettes en fines lamelles dans le sens de la longueur.
- Préchauffer le four à 170°C.
- Pétrir la viande hachée, l'œuf et la moutarde. Assaisonner avec le sel, le poivre de Cayenne et la marjolaine, puis donner la forme d'un pain allongé.
- Déposer ce pain dans un plat à mettre au four et le recouvrir avec les bandes de courgettes. Badigeonner d'huile.
- Faire cuire au milieu du four durant environ 50 minutes.
- Après 30 minutes de cuisson, arroser le fond de fond de veau et de Xérès
- Avant de trancher le rôti haché, le laisser reposer brièvement dans le four éteint et entrouvert.

Remarque :

Ce plat s'accompagne de nouilles, spätzli ou purée de pommes de terre.

Ateliers à quat'sous : ateliers d'alimentation dont le but est d'apprendre à préparer un repas équilibré à moins de 5 francs avec une valorisation des produits de saison et locaux. Projet mené par l'ADiGe, en partenariat avec le Service social de la Ville de Genève et diverses associations du canton de Genève.