



Notre recette :

### Risotto de légumes

(sans riz, nous aussi nous nous sommes posé la question)

- Couper les légumes en brunoise (en petits cubes).
- Les cuire dans un bouillon de légumes. Attention, puisqu'ils ne cuisent pas tous à la même vitesse, il faut garder les différents légumes séparés et les faire passer au bouillon chacun à son tour.
- Retirer les légumes une fois qu'ils sont tendres mais tout de même croquant.
- Les faire cuire dans une poêle déjà très chaude (permet d'éviter que cela accroche) et cuire en remuant à grand feu.
- Saler et poivrer
- Pour faire tout tenir ensemble, faire un liant à base de crème épaisse et de camembert (sauf la croûte).

### Sauce poire fenouil

- Faire chauffer de l'eau avec un demi-fenouil et 2 poires en morceaux. Il faut que l'eau recouvre à peine les ingrédients.
- Une fois les ingrédients mous, mixer le tout.

### Tuiles aux insectes et au camembert

- Prendre la moitié du camembert
- Broyer les graines de chia et les criquets avec le camembert.
- Ajouter de la poudre de cacao amer (ça n'a servi absolument à rien) et de la farine. Cela doit former une pâte épaisse
- Rouler cette pâte en saucisse avec un film plastique et la découper en rondelles
- Cuire ces rondelles au four



### Soupe

- Faire bouillir les restes de légumes et les épluchures dans une casserole
- Mixer le tout
- Assaisonner le tout avec de l'huile d'olive, du sel, du poivre et de la coriandre