

# STRUDEL DE LÉGUMES





Pour 4 personnes

## INGRÉDIENTS

- 5** œufs
- 50 CL** de lait
- 6 C.à.S** de farine
- 2** betteraves jaunes
- 4** topinambours
- 3** carottes
- 1** botte de celeri
- 1** oignon rouge
- 1 KG** de pâte feuilletée pure beurre
- 10 G** de beurre
- Quelques [tomates séchées](#)
- Quelques olive Taggiasche
- [Parmigiano Reggiano](#)
- [Fleur de sel](#)
- [Poivre de Kampot](#)

Il est possible d'utiliser d'autres légumes, en choisissant des légumes qui ne contiennent pas trop d'eau (on évite les tomates). En été par exemple, on se régale d'un strudel garni de beaux poivrons colorés, de courgettes et d'aubergines.

## RÉALISATION

- 1.** Casser trois œufs dans le bol d'un mixeur. Ajouter le lait, la farine, du poivre et une pincée de sel, puis mixer les ingrédients pour obtenir une pâte à crêpes lisse et homogène. Ajuster le volume de lait ou de farine selon la texture de pâte obtenue : elle doit être un peu plus épaisse qu'une pâte à crêpes classique.
- 2.** Beurrer une grande poêle anti-adhésive et allumer le feu. Lorsqu'elle est bien chaude, verser une belle louche de pâte à crêpe, pour former une crêpe épaisse. Dorer la crêpe des deux côtés puis répéter l'opération pour obtenir trois belles crêpes. Filmer les crêpes et réserver.
- 3.** Éplucher les betteraves, les carottes et les topinambours, puis les couper en tranches fines à l'aide d'une [mandoline](#) (équipez-vous d'un [gant anti-coupure](#) pour protéger vos petits doigts : la mandoline ne pardonne pas). Éplucher et couper l'oignon. Nettoyer quelques branches de céleri de leurs feuilles et les couper en bâtonnets. Précuire les betteraves pendant une dizaine de minutes dans une poêle anti-adhésive, avec un filet d'huile d'olive. Parallèlement, précuire les carottes, les topinambours et l'oignon, puis le céleri. Arrêter la cuisson des légumes lorsqu'ils sont encore croquants à cœur, puis les laisser refroidir à température ambiante.
- 4.** Lorsqu'ils sont froids, disposer les légumes sur un torchon propre pour absorber leur excédent d'eau. Réserver.
- 5.** Humidifier légèrement le plan de travail et dérouler du film alimentaire devant vous depuis le bord, en le lissant avec un linge propre pour éviter la formation de bulles. Couper à l'extrémité. Renouveler l'opération en alignant deux couches de film alimentaire de manière à obtenir un rectangle de film d'environ 40 cm de largeur.  
 **Regardez la vidéo pour comprendre la technique du chef : avec la bonne méthode, ce geste est un jeu d'enfant !**
- 6.** Disposer les crêpes sur le film pour former la base du strudel. Couper les bords des crêpes pour éviter qu'elles ne se chevauchent.
- 7.** Garnir les crêpes de tranches de betteraves. Saler, poivrer et parsemer de parmesan râpé. Ajouter les carottes, l'oignon, les topinambours et le céleri. Saler, poivrer et parsemer de parmesan râpé. Garnir le centre du strudel de quelques olives taggiasche et de tomates séchées.
- 8.** Rouler les crêpes ainsi garnies de légumes à l'aide du film alimentaire pour former un beau boudin. Sceller les bords du film alimentaire et laisser refroidir au réfrigérateur pendant une dizaine de minutes. Il doit être bien froid pour faciliter sa manipulation.  
 **Regardez la vidéo pour comprendre la technique du chef pour façonner le rouleau de légumes.**

(La recette continue sur la page suivante.)



**9.** Abaisser la pâte feuilletée pour former un rectangle de 3 ou 4 mm d'épaisseur et la placer sur une feuille de papier cuisson farinée. Retirer le film qui entoure le rouleau de légumes et placer le ballotin de légumes sur la pâte feuilletée. Sceller le rouleau en "collant" la pâte avec un œuf et un jaune d'œuf battu badigeonnés sur la longueur du rouleau au pinceau de cuisine. Couper l'excédent de pâte feuilletée.

**10.** Décorer le strudel de motifs découpés à l'emporte-pièce dans les chutes de pâte feuilletée, puis le badigeonner avec le reste d'œufs battus. Parsemer de fleur de sel.

**11.** Placer le strudel sur une grille de cuisson et l'enfourner pendant 45 à 50 minutes à 170°C.

**👉 Préférer une grille de cuisson à une plaque afin que l'air circule tout autour du strudel et qu'il cuise de façon homogène.**

**12.** Laisser reposer le strudel pendant 15 à 20 minutes à température ambiante. Servir tiède, accompagné de parmesan râpé et d'une jolie salade de saison.



**CLUB  
CASA ZANONI**