

Pissaladière sur pâte de chou fleur

 cuisinedegut.net

INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes (cercle de 22 cm)

*500 gr de chou fleur en utilisant le trognon complété de quelques bouquets
600 gr d'oignons émincés en lamelles
1 oeuf
1 petite boîte d'anchois allongés
Quelques olives noires à la grecque
10 gr de farine
1 cuillère à café d'origan
Concentré de tomate en tube
Huile d'olive
Thym frais
Fleur de sel – Poivre au moulin*



PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à **200° c**
2. Retirer les feuilles du chou fleur et couper le trognon et les bouquets
3. Laver le chou fleur
4. Couper le trognon en morceaux et quelques bouquets pour obtenir 700 gr de chou fleur.
5. Sécher le chou fleur et mixer les morceaux jusqu'à obtention d'une semoule fine.
6. Verser cette semoule dans un torchon propre et l'enfermer, rouler le torchon et bien presser pour retirer le plus possible d'eau.
7. Verser le chou fleur en semoule dans un saladier
8. Ajouter un oeuf, l'origan et la farine. Saler et poivrer.
9. Bien mélanger le tout pour obtenir une pâte
10. Disposer un cercle, ou un moule à charnière sur une feuille de cuisson disposée sur la plaque du four
11. Beurrer le tour du cercle
12. Verser le chou fleur, à l'intérieur du cercle, l'étaler et bien tasser le chou uniformément avec le dos d'une cuillère à soupe.
13. Enfourner et cuire **20/25 minutes**
14. Pendant ce temps là, éplucher les oignons et les couper en morceaux.
15. Les mettre dans un multi-fonction pour les couper en lamelles très fines
16. Faire chauffer un filet d'huile d'olive dans une sauteuse et verser les oignons
17. Effeuillez plusieurs brins de thym frais
18. Les faire cuire à feu doux jusqu'à ce qu'ils soient dorés et bien confits.

19. Lorsque le fond de chou fleur est cuit. Le sortir du four et le laisser refroidir.
20. Lorsque le cercle est froid, retirer le cercle délicatement après avoir passé la lame d'un couteau autour.
21. Etaler un peu de concentré de tomate sur le fond de pâte de chou fleur
22. Lorsque les oignons sont bien cuits, les répartir sur le fond de pâte de chou fleur.
23. Disposer quelques anchois
24. Répartir quelques olives noires et quelques brins de thym frais
25. Enfournier à nouveau pour **10 minutes** avant la dégustation

CONSEILS ET ASTUCES

- 1- Bien essorer la semoule de chou fleur qui contient de l'eau.
- 2- Bien tasser la semoule avant de la faire cuire.
- 3- L'ajout du concentré n'est pas obligatoire mais c'est sympa, de même que l'ajout du thym frais dans la cuisson des oignons.