

750g

PETITES SOURIS BLANCHES ET PURÉE DE FÈVE

Recette par **Repas d'enfants sans gluten** par **Frédérique Barral**

Votre bébé devient un fin gourmet ! Faites-lui découvrir les vertus de la mer. Ces petites quenelles de poisson à la purée de fêvete fondent littéralement dans la bouche !

Un très bel ouvrage aux **éditions Terre Vivante**.

Difficulté : **Facile** Coût : **Bon marché** Temps de préparation : **15 min**

Temps de cuisson : **10 min**

Ingrédients (4 portions)

Purée de fève

- 100g de fèves
- ½ pomme de terre de taille moyenne (80g)
- ¼ d'oignon doux des Cévennes
- 1 c à s de lait de riz
- 1 c à s d'huile d'olive au goût neutre

Pour les quenelles

- 120g de filet de poisson blanc sans arrête (colin, sole, brochet, merlan...)
- 45g d'oeuf (1 petit oeuf)
- 8 petites lamelles de champignon de Paris
- Brins de ciboulette
- 12 petits morceaux d'olive noir

Préparation

ÉTAPE 1 : Pour la purée de fève

Écosser les fèves. Laver, éplucher et couper la pomme de terre en petits dés. Hacher finement l'oignon.
Cuire les légumes à la vapeur douce pendant 15 minutes, puis mixer avec le lait de riz et l'huile.

ÉTAPE 2 : Pour les quenelles

Mixer le poisson, ajouter l'oeuf et mixer à nouveau.
Réserver 5 minutes à couvert dans un saladier placé au réfrigérateur.
Tremper deux cuillères à soupe dans une casserole d'eau bouillante légèrement salée avant de les utiliser pour former quatre quenelles de poisson sans que la farce n'adhère.
À l'aide d'une écumoire déposer les quenelles dans l'eau bouillante et laisser cuire environ 2 minutes de chaque côté. Égoutter et déposer une quenelle par assiette sur une cuillère à soupe de purée de fève.
Utiliser les lamelles de champignon pour représenter les oreilles, de petits morceaux d'olive noire pour les yeux et le museau, puis la ciboulette pour les moustaches et la queue. Servir aussitôt