

Roulade de dinde bacon parmesan et des légumes (Cook'in)

Publié par Sonia 26 Décembre 2014 à 09:49 PM



De bonnes roulades de [dinde](#) faites maison, accompagnées de légumes et leur sauce onctueuse au cidre, le tout confectionné avec l'aide de mon robot culinaire [Cook'in](#).

Une recette issue d'un groupe facebook consacré aux recettes thermomix, recette modifiée et adaptée au [Cook'in](#).

Pour 4 pers / 7 pp par personne pour 120 gr de viande

5 pp pour toute la sauce

- 4 fines, larges et longues escalopes de dinde

- 1 petit oignon
- Une échalote
- 400 gr de carottes
- 400 gr de pommes de terre
- 8 tranches de bacon
- 4 cc de parmesan
- 1 cs de maïzena
- 1 bouillon cube de volaille
- 200 ml de cidre
- 300 ml d'eau
- 2 cs de crème à 15% de mg
- 1 cc de moutarde
- Sel, poivre.

Disposer 2 tranches de bacon sur chaque escalope puis disperser 1 cc de parmesan sur le bacon.

Les rouler et les placer dans le panier du cuit vapeur. Saler, poivrer

Eplucher les carottes, les couper en rondelles.

Eplucher les pommes de terre et les couper en dés. Mettre le tout dans le cuit vapeur.

Mettre l'oignon et l'échalote dans le bol et mixer 10s Vit 6.

Rajouter l'eau, le cidre, le bouillon cube, le sel et le poivre.

Placer le panier sur le cuit vapeur et clipser le cuit vapeur sur le bol du Cook'in et programmer 30 min, 120°, vit 2.

A la fin de la cuisson, retirer le cuit vapeur et réserver le tout au chaud.

Ajouter la crème, la moutarde et la maïzena et programmer 4 min, 80°, vit 5

Puis 30 s vit 5 et éventuellement turbo pour éliminer tous les morceaux

Servir les roulades nappées de sauce et accompagnées de légumes.

Je vous rappelle pour conclure l'adresse mail à laquelle vous pouvez m'envoyer les photos de vos réalisations:

carflaga@gmail.com

je me ferai une joie de les publier lors d'une prochaine mise à l'honneur

