

# La recette de la bouchée au sarrasin

## 1 Préparer votre garniture

Faire fondre le beurre dans une casserole

Hors du feu, réaliser un roux blanc en rajoutant en fois le sarrasin

Mélanger jusqu'à ce que le mélange soit homogène

Rajouter peu à peu le lait tiédi en remuant sans cesse

Rajouter le sel, le poivre et la muscade

Remettre à chauffer jusqu'à ébullition

Un fois refroidi, rajouter les oignons cuits et émincés, les saucisses cuites et coupées en morceaux, l'emmental râpé et les champignons émincés

## 2 Préparer votre bouchée

Prendre un pâton de pâte feuilletée au sarrasin de 2240g

Abaissier le pâton pour obtenir un rectangle de 40cm de large sur 140cm de long

Détailler 56 carrés de 40g avec un emporte-pièce de 10 X 10 cm

Déposer 28 carrés sur plaque puis les humidifier le dessus au pinceau

Dans les 28 carrés restants, à l'aide d'un emporte-pièce de 8 X 8cm découper au centre et enlever les carrés de 8cm de cotés et les conserver

Superposer les carrés de 10X10 cm évidés à ceux déjà posés sur plaque

Une fois superposer, dorer l'ensemble

Pour avoir des chapeaux plus réguliers et plus jolis, poser les carrés de 8cm préalablement conserver sur une plaque et les dorer

Cuire les croûtes à bouchées et les chapeaux à 160°C au four ventilé, four à sole 210°C pendant 45 à 60 min

Une fois cuites et froides, les garnir avec 130g de garniture et y déposer un chapeau

Pâton de pâte  
feuilletée au sarrasin\* 2240g

\*Recette à base de farine Feuilty  
et Treblec sarrasin

Béchamel au sarrasin

Beurre 100g

Farine Treblec sarrasin 100g

Sel 10g

Lait 1L

Poivre et muscade QS

Oignons rosés de Roscoff 350g

Saucisses bretonnes 500g

Emmental râpé 500g

Champignons émincés 200g

Graines de sarrasin 100g

toastées\*

\*Tremper dans 80g d'eau chaude 1h avant de les incorporer

