

FRANCE  
*Kebab*  
— MAITRE KEBABISTE —

**CŒUR KEBAB**  
*St-Valentin*



 Préparation : 120 min

 Cuisson : 30 min

 Pour : 2 personnes

## INGRÉDIENTS

Pour le pain au lait :

- 500g de farine
- 10g de sel
- 1 pincée de sucre
- 10 cl d'huile
- 2.5dl de lait

- 1 œuf
  - 20g de levure de boulanger
- Pour la garniture :
- 200g de lamelles de kebab
  - 150g de poireau
  - 50g de carotte

- 80g de tomate
- 1 g de cerfeuil
- 1 échalotes
- 2dl de coulis de tomate
- 2cl d'huile d'olive

## PRÉPARATION

POUR LE PAIN AU LAIT

- Mettez tous les ingrédients dans un grand saladier et pétrissez bien la pâte pour jusqu'à ce qu'elle se détache du bol.
- Couvrez le bol d'un linge et laissez lever environ 1 heure.
- Lorsque la pâte est levée, dégazez-la (appuyez avec votre poing pour évacuer l'air).
- Façonnez la pâte en forme de cœur et laissez reposer 30 min environ.
- Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).
- Badigeonnez du jaune d'œuf et enfournez 10-15 min au four à 180°C.

POUR LA GARNITURE KEBAB

- Coupez le poireau en julienne et plongez le dans de l'eau froide puis égouttez le sur du papier absorbant.
- Couper les carottes en julienne, couper les tomates en petits cubes et ciselez les échalotes finement
- Dans une poêle avec un filet d'huile, faites revenir les échalotes ciselés et les lamelles de kebab jusqu'à coloration. Ajoutez le coulis de tomate, les carottes puis faites cuire doucement pendant 15 min.
- Pendant ce temps, dans une casserole avec de l'huile à 150°, faites frire le poireau quelques minutes.
- Pour le montage de votre cœur kebab.
- Coupez le cœur en 2 dans la hauteur et garnissez le avec la préparation de lamelles de kebab, carottes, tomates et échalotes. Ajoutez la julienne de poireau.
- Effeuillez le cerfeuil et ajoutez quelques brindilles à votre garniture.

## Astuce du Maître Kebabiste®

Vous pouvez également façonner 2 cœurs individuels, pour éviter de briser votre grand cœur kebab.

### CONTACTEZ-NOUS

Inélis - Tel : 02.33.77.10.80  
info@inelis.fr

*Par Passion*  
**Depuis 2000**

### REJOIGNEZ-NOUS



WWW.FRANCE-KEBAB.COM