

# FLAN DE RIZ VENERE ET LEGUMES AVEC MOUSSE AU CITRON VERT

---

## Ingrédients pour 4 personnes

80 g riz Venere  
2 dl eau salée  
100 g crème aigre ou 1 dl crème fraîche  
2 jaunes d'œufs  
1 cs paprika  
1 bouquet de persil haché  
un peu de crème entière  
Sel de l'Himalaya, poivre

## Par personne :

80 g mélange de légumes (fenouil, concombre, céleri, carottes, poireau)

## Préparation

Cuire le riz dans l'eau salée env. 40 min (doit rester croquant). Laisser refroidir. Puis ajouter les jaunes d'œufs, la crème acidulée, le persil, le paprika, sel et poivre. La masse doit être très onctueuse. Si nécessaire, rajouter un peu de crème.

Mettre la préparation dans les moules à flan beurrés et cuire 35 min. au four préchauffé à 190 degrés. Pendant ce temps, cuire les légumes au Steamer ou à la poêle, assaisonner.

Disposer les légumes sur l'assiette, y ajouter le flan garni de sa mousse et décorer par ex. avec des fleurs de radis et des pousses diverses.

La recette de la mousse au citron se trouve dans les « sauces »