



## RAVIOLE DE BUTTERNUT, FETA ET POMME DE TERRE, SAUCE PERSILLÉE

### Équipe

Evolena KAESER – Diététicienne Fourchette verte Genève

Diana LEITAO – Élève cycle d'orientation de la Golette

Victor GHONCHEHE – Élève cycle d'orientation de la Golette



### Pour 2 personnes

#### Ingrédients

130 grammes de pommes de terre  
120 grammes de feta  
100 grammes de farine de sarrasin  
100 grammes de farine blanche  
14 feuilles de sauge  
2 Œufs  
2 cuillères à soupe de graines de sarrasin  
2 bottes de persil

2 cuillères à café de maïzena  
2 cuillères à café de vinaigre blanc  
2 oignons blancs  
1,5 décilitres de lait  
1 oignon rouge  
1 gousse d'ail  
1/2 butternut  
Huile de colza HOLL



**Fourchette verte Genève**

Rue Agasse 45 - 1208 Genève - 022 329 11 78 - [ge@fourchetteverte.ch](mailto:ge@fourchetteverte.ch) - CH93 0900 0000 1210 0422 6

[www.fourchetteverte.ch](http://www.fourchetteverte.ch) - Avec le soutien des cantons et de Promotion Santé Suisse



### **Pâte à raviole**

Mélanger les 2 œufs et les 2 sortes de farine. Ajouter une bonne pincée de sel.  
Pétrir énergiquement pendant 5 minutes et laisser reposer au frais.

### **Chips**

Préchauffer le four à 90 degrés.  
Éplucher l'oignon rouge. Passer l'oignon à la mandoline.  
Mettre l'oignon et 10 feuilles de sauge sur une plaque de cuisson avec du papier sulfurisé, badigeonner avec l'huile, saler.  
Mettre au four à 90 degrés pendant 1 heure 15 minutes.

### **Farce**

Préchauffer le four à 200 degrés.  
Couper les oignons blancs et la moitié du butternut.  
Déposer sur une plaque de cuisson avec du papier sulfurisé.  
Mettre au four pendant 25 minutes à 200 degrés.  
Mixer et assaisonner si nécessaire. Mettre au frais.

### **Fond**

Couper la moitié de feta en petits cubes réguliers. Couvrir et remettre au frais.  
Cuire 2 cuillères à soupe de graines de sarrasin à la poêle à feu vif en les remuant sans cesse.  
Réserver.  
Éplucher et couper en petits cubes réguliers le reste du butternut et les pommes de terre.  
Déposer sur une plaque de cuisson avec du papier sulfurisé. Ajouter 1 cuillère à café d'huile de colza, 2 pincées de sel et du poivre. Mettre au four pendant 20 minutes à 200 degrés.  
Mélanger avec les dés de feta.  
Mélanger au dernier moment avec les graines de sarrasin.

### **Sauce**

Porter à ébullition une casserole d'eau et plonger les bottes de persil et 4 feuilles de sauge pendant 15 secondes.  
Égoutter et plonger dans un bol d'eau très froide. Sécher avec un papier.  
Dans un bol, mélanger la maïzena dans 2 cuillères à soupe de lait.  
Mixer le reste du lait et de feta, le persil, les 4 feuilles de sauge, la gousse d'ail et le vinaigre blanc.  
Verser dans une casserole et mélanger avec la maïzena diluée. Chauffer pour épaissir.  
Assaisonner, passer au chinois et mettre au frais.

### **Montage des ravioles**

Étaler très finement la pâte sur un plan de travail fariné.  
Couper des cercles de pâte à l'emporte-pièce.  
Disposer une cuillère de farce sur la pâte. Plier en forme de raviole. Bien coller les bords.  
Cuire les ravioles dans de l'eau bouillante pendant 2 minutes.