Voyage en Hongrie

Dobogókő point culminant du massif de Transdanubie, situé dans le Nord du pays, entre Visegrád, Pomáz et Esztergom, au creux du Coude du Danube.De très belles randonnées pourles amoureux de la Nature.

Dobogókő is the highest point in the central transdanubian region, situated between Visegrád, Pomáz and Esztergom. Great hiking possibilities Prédikálószék, Pám Ravine, Árpád-vár, Thirring Rock.

Le lac Balaton est le lac d'eau douce le plus vaste d'Europe centrale.

Balaton lake is a freshwater lake in the Transdanubian region of Hungary. It is the largest lake in Central Europe.

La jeune fille et le chien Sculptée par Raffay David,
sur la promenade du Danube, Budapest, Hongrie.

Statue sculpture bronze
of girl with dog with ball on Danube promenade, Budapest , Hungary. Sculpted by Raffay David

Cordon-Bleu vegan

Cordon bleu Vegan

Pour 2 personnes

4 « fausses-Côtelettes » de pois chiche fait maison
2 tranches de Fauxmage (violife – pizza fauxmage- SG sans-levure)
2 à 4 tranches de bacon vegan (courgette) fait maison
1 tasse de graines de sésame grossièrement moulues
1 pincée de bicarbonate
2 poivres de Selim fraichement moulus
1 càc de paprika hongrois (különleges : haute qualité, rouge vif, doux avec une excellente saveur)
Les feuilles de 4 branches de thym
1 gousse d'ail émincée
Huile d'olive extravierge

Préparation

Diviser la pâte de « côtelettes de pois-chiche en 4 parts égales, les étaler pour arriver à une épaisseur d' 1/2 cm.
Déposer le bacon vegan et le fauxmage sur chaque tranche de pâte de pois-chiche et refermer
Rapprocher et pincer les bords doucement afin de les fermer
Mélanger les graines de sésame moulues, le bicarbonate, le poivre de Selim, l'ail, le thym et l'huile d'olive.
Rouler doucement le cordon-bleu dans le mélange
Faire revenir les cordons-bleus à l'huile pour les dorer sur les deux faces.
Attention à ne pas le faire à feu trop vif !
Une fois les cordons-bleus légèrement dorés, laiser mijoter encore +/-15 min en tournant 1 fois au moins.
Servir accompagné d'une salade de pommes-de terre et d'asperges... ou d'une salade verte...

Ingredients 2 persons

4 homemade chickpea Cutlets
2 thick slices of vegan cheese
2 slices vegan bacon
1 cup ground sesame seeds Roughly chop on a plate
1 pinch bicarbonate
2 freshly ground Selim-pepper
2 tsp paprika különleges (pecial quality: mild and most vibrant red)
4 sprigs fresh thyme, leaves only
1 clove garlic, peeled and finely minced
Extra-virgin olive oil

Method

Divide chickpea cutlet dough into four equal parts, gently pound it to 1/2 cm thickness.
Put the vega bacon down along one end, put the vegan cheese on the middle and close..
Squeeze the log gently to seal and twist both ends tight to form a nice log.
Mix the ground sesame seeds with bicarbonate, ground Selim-pepper, paprika, thyme, garlic and olive oil.
Lightly dust the wrap in the mixture
Lightly coat a baking pan with olive oil and carefully transfer the roulades onto it.
Cook and stir on both sides until golden brown.
Be careful not to cook too hot, too long
Leave to simmer for 15 min.
It will make you a main course, with some asparagus, potato-salad or green-salad...

Bon appétit !

ZeroGluten VegeBrest par Mj Allenbach
http://0-gluten-vege-brest.weebly.com/ mj.mcallen.vege.glutenfree@gmail.com