TOURTIÈRE VÉGÉ SUR CROÛTE DE RIZ

2 oignons hachés gros

2 paquets de 8 onces (227 g) de champignons blancs, coupés (en garder 2 pour la décoration)

1 boîte de 540 ml (2 1/4 tasses) de pois chiche égouttés et bien rincés

1 c. à thé d’ail en poudre

2 c. à thé d’oignon en poudre

½ c. à thé de 4 épices (All spice)

1/4 c. à thé de clou de girofle moulu

3 c. à table (45 ml) de shoyu

1 c. à thé (5 ml) de fécule de pomme de tapioca

Dans une grande poêle à sec,  mettre   les oignons et les champignon, cuire 2 minutes pour attendrir.  .

Ajouter le reste des ingrédients mijoter quelques minutes pour faire évaporer le liquide.

Broyer au robot culinaire quelques secondes, juste assez pour que tout soit haché sans être en purée. Pour donner une texture qui ressemble à la viande.

Il se peut que vous deviez ajouter un peu de sel si votre shoyu n’est pas très salé.

Verser sur la croûte de riz (ci-dessous).

Garnir de champignons tranchés et cuire à 350°F (180°C) pendant 40 minutes.

CROÛTE DE RIZ

1/2 tasse (120 ml) de riz basmati blanc bien rincé

1 1/2 tasse (360 ml) de bouillon de légumes maison non salé ou eau

2 c. à table de fécule de tapioca

1 c. à thé (5 ml) d’herbes de Provence

¼ c. à thé d’ail en poudre

¼ c. à thé de sel d’Himalaya

Dans une casserole, porter le bouillon à ébullition.  Ajouter le riz, diminuer le feu et cuire jusqu’à ce que le riz soit bien cuit et l’eau tout absorbée.

Lorsque le riz est cuit, le mettre dans un grand bol, ajouter le reste des ingrédients. Mélanger avec les mains pour que ça colle ensemble.

Dans une assiette allant au four de 9 pouces de diamètre, étendre uniformément la préparation de riz, bien aplatir.  Verser le mélange de pois chiche, bien aplatir. Garnir de champignons tranchés et cuire à 350F pendant 40 minutes.

Servir avec la sauce aux canneberges.