

# BOUDIN VÉGÉTAL

*1 gros oignon finement émincé  
30 g de margarine végétale  
100 g de poudre de gluten  
60 g de flocons de pommes de terre  
25 g de levure maltée en paillettes  
3 c. à s. de farine  
1 c. à c. de sel  
3 c. à s. bombées de crème fraîche de soja  
1 c. à c. de moutarde  
poivre du moulin  
1 bouquet d'ail des ours (ou 1 gousse d'ail pilée)  
1 bouquet de ciboulette  
2 litres de bouillon de légumes  
2 feuilles de laurier  
2 feuilles de sauge  
1 tige de romarin  
plusieurs branches de thym*

*Dans une terrine, mélanger le gluten, la farine, les flocons, la levure et le sel. Mélanger la crème fraîche à la moutarde, poivrer abondamment et incorporer la ciboulette et l'ail des ours finement ciselés. Mélanger les deux préparations en pétrissant vigoureusement jusqu'à obtenir une pâte légèrement collante.*

*Couper la pâte en morceaux et façonner chacun d'eux en un boudin. Les enrouler dans un linge propre, soigneusement ficelé aux extrémités.*

*Chauffer le bouillon de légumes avec les aromates et y plonger les boudins. Faire cuire 45 minutes à la casserole à pression, davantage dans une marmite traditionnelle.*

*Vous pouvez servir les boudins dans des sandwiches, avec de la moutarde, chauds ou froids. Si vous avez utilisé des légumes frais pour le bouillon, vous pouvez les servir accompagnés des légumes du bouillon et de moutarde. Plus traditionnellement, on sert les boudins avec des pommes étuvées avec du sucre et un bâton de cannelle.*