

ATELIER CUISINE 22 ET 23 MAI 2017 « COMME UN GOÛT DE PRINTEMPS »

GASPACHO D'ASPERGES VERTES ET TARTARE D'ASPERGES AU JAMBON SERRANO

Ingrédients pour 4 personnes

- 1 botte d'asperges vertes
- 30 cl de bouillon de volaille
- 3 tranches de jambon Serrano
- ½ botte de ciboulette
- 2 cl d'huile d'olive
- sel, poivre

Préparation

Pour le gaspacho : cassez les pieds des asperges et coupez-les en tronçons. Cuisez-les dans une casserole d'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'ils soient fondants. Refroidissez-les dans un grand volume d'eau glacée. Dans un blender, mixez-les en ajoutant progressivement le bouillon de volaille jusqu'à obtenir la consistance souhaitée. Rectifier l'assaisonnement. Réservez au froid.

Pour finir : prenez les pointes des asperges taillez-les en brunoise ainsi que les tranches de jambon. Ciselez la ciboulette, mélangez tous ces ingrédients et ajoutez un filet d'huile d'olive. Dans une verrine, versez la soupe froide d'asperges et ajoutez sur le dessus le mélange « jambon ». Servez bien froid.



RÂBLE DE LAPIN AUX LÉGUMES NOUVEAUX

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 râbles de lapin
- 4 feuilles de blette
- 1 petite botte de carottes nouvelles
- 1 petite botte de navets nouveaux
- 200 gr de petits pois en gousse
- 100 gr de pois mange-tout
- 4 oignons nouveaux
- 1 gousse d'ail
- 2 échalotes roses
- 1 botte de persil
- huile d'olive
- sel et poivre



Préparation

Blanchissez 3 mn à l'eau bouillante les feuilles de blettes, rafraichissez-les, séchez-les sur un torchon propre. Hachez la gousse d'ail et la moitié du persil. Désossez les râbles, assaisonnez-les, déposez au centre un peu de persillade, roulez-les sur eux même puis enveloppez-les dans une feuille de blette. Lavez et épluchez les carottes, les navets en gardant un bout des fanes, écossez les petits pois et effilez les pois gourmands. Épluchez et hachez les échalotes, hachez le reste de persil, mélangez-les et réservez. Dans une cocotte, faites revenir les râbles de lapin dans un peu d'huile d'olive, ajoutez les légumes, assaisonnez et laissez mijoter pendant une petite heure. Servez sur assiette en répartissant les légumes et décorez de persil et échalotes.

CROUSTILLANT DE FRAISES ET RHUBARBE AU PESTO DE BASILIC

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 petites crêpes
- 400 gr de fraises
- 2 tiges de rhubarbe
- 200 gr de mascarpone
- 2 cl de lait
- 50 gr de sucre en poudre
- 1 gousse de vanille
- 5 cuillers à soupe d'huile d'olive
- 20 gr de pignons
- 5 cuillers à soupe de feuilles de basilic

Préparation

Rincez soigneusement les fraises. Supprimez la peau des tiges de rhubarbe puis plongez-les 30 secondes dans de l'eau bouillante, égouttez et laissez refroidir. Mélangez le lait, les graines de vanille, 1 cuiller à soupe de sucre, le mascarpone et réservez au frais. Graissez 4 petits moules, disposez 1 crêpe sur chacun et passez au four pour les faire sécher et légèrement colorer. Dans un mortier, mettez le basilic, 4 cuillers à soupe de sucre, pilez quelques instants puis ajoutez les pignons. Lorsque vous obtenez une texture proche de la pommade, complétez avec l'huile d'olive, mélangez bien l'ensemble.

Coupez finement les fraises et la rhubarbe, mélangez-les avec le pesto de basilic. Montez le mascarpone, déposez une grosse cuillère à soupe au fond de chaque crêpes et complétez avec les fraises sur le dessus.

