

Salade de légumes confits

Brochette de volaille au citron

Pour 8 personnes
Le : 5/12 octobre 2016



1. Éléments principaux

600 g de filet de volaille
100 g de citron jaune
10 cl d'huile d'olive

Parer et détailler en dés les filets de volaille.
Monter en brochette. (3/pers)
Zester et presser les citrons
Mariner les brochettes
Sauter à la commande les brochettes

2. Éléments de la garniture

500 g de courgettes
500 g d'aubergines
500 g de poivrons jaunes et rouges
100 g de roquette
15 cl d'huile d'olive
20 g d'ail

Poivrons : Laver et rôtir au four, les éplucher et les évider. Détailler en bandes et faire de petits rouleaux

Courgettes, aubergines : détailler sur la longueur à la mandoline, les passer à l'huile et les griller

Roquette : trier et équeuter.

3. Éléments des torsades

250 g de feuilletage
1 jaune d'œuf
20 g de sésame

Utiliser une abaisse de feuilletage, dorer au jaune d'œuf, parsemer de sésame. Bloquer au froid. Détailler et torsader ensuite.
Cuire à 170°

4. Éléments de finition

50 g de parmesan entier
10 cl d'huile d'olive
5 cl de vinaigre de balsamique
Sel fin
Poivre du moulin

Réaliser des copeaux de parmesan à l'économe.

Réaliser une vinaigrette.

5. DRESSAGE

Monter en cercle les légumes confits
Ajouter au-dessus la roquette assaisonnée.
Disposer dessus brochettes de volaille et torsades.