

Chicorée aux kumquats

Noix caramélisées

Pour 8 personnes

Fait par : BO

Le : septembre 2018

Source recette : *Saveurs et santé, la cuisine sous vide Thomas A. Vilgis*



Un Exemple !!!

1. ENDIVES SOUS VIDE

1 kg d'endives
300 g d'orange
80 g de citron jaune
20 g de miel
Thym et romarin
Curcuma
Gros sel
1 dl d'huile d'olive

Parer et laver les endives. Les garder entières.
Zester et presser les oranges et le citron.
Mesurer 1 dl de jus.

Les placer dans les sacs sous vide pour cuisson avec tous les éléments.

Cuire au bain-marie à 85° pendant 40 à 50 mn suivant la grosseur des endives.

Au terme de la cuisson, égoutter, récupérer le jus de cuisson et réduire à sirop.

Refroidir rapidement au terme de la cuisson, si l'utilisation n'est pas immédiate.

Colorer légèrement les endives à la poêle

2. KUMQUATS

500 g de kumquats
200 g d'orange
50 g de miel
1 gousse de vanille
5 cl d'huile de noix

Rincer les agrumes.

Couper en deux et épépiner les kumquats.
Presser l'orange.

Mettre tous les éléments dans le sac sous vide.
Faire le vide et cuire à 85° pendant 75 mn.

Au terme de la cuisson, égoutter, récupérer le jus de cuisson et réduire à sirop.

Refroidir rapidement au terme de la cuisson, si l'utilisation n'est pas immédiate.

3. NOIX CAMELISEES

150 g de cerneaux de noix

15 cl d'eau

50 g de cassonade

Porter à ébullition le sirop. Ajouter les cerneaux et les faire caraméliser en faisant réduire le sirop

4. FINITION

1/10 botte de coriandre

Variante

Possibilité de servir ce plat avec du bleu (roquefort, stilton)

Le fait de cuire sous vide les endives et les kumquats permet d'anticiper la production et de les conserver 3 à 4 jours avant utilisation dans le sac