



DÉCLINAISON DE COURGES ET SON CHÈVRE PANÉ AUX NOISETTES

avec le chef Luis Vieira

INGRÉDIENTS

Pour 4-6 personnes

- 3 petites courges (1 butternut, 1 potimarron, 1 bleue d'Hongrie)
- 1/2 oignon
- 30 g de beurre
- 1/2l de bouillon de poule ou de légumes
- 1/2 dl de crème
- Noix de muscade
- Huile d'olive
- Vinaigre de pomme (ou autre)
- Fleur de sel
- 3 cs de miel d'acacia
- 1 branche de thym
- 2 tommes de chèvre
- 2 oeufs battus
- 100g de farine
- Chapelure de noisettes
- Herbes aromatiques fraîches
- Noisettes concassées
- Graines de courge

PRÉPARATION

- 01.** Pour la purée, enlever la peau et les graines de la courge bleue et la couper en cubes. Hacher l'oignon et faire revenir dans le beurre fondu avec la courge.
- 02.** Ajouter le bouillon de poule et laisser mijoter pendant environ 15 min.
- 03.** Ajouter la crème et la muscade et mixer.
- 04.** Couper le haut de la courge butternut en fines tranches (comme des chips). Les imbiber d'huile d'olive, de vinaigre et de fleur de sel. Laisser mariner et mettre de côté.
- 05.** Enlever la peau du reste de courge butternut. Couper la en cubes et déposer les sur une plaque.
- 06.** Couper le potimarron (avec sa peau) en lamelles et déposer les dans la même plaque que la butternut. Ajouter le miel, de la fleur de sel et le thym. Enfournier à 190°C pendant 12-15 minutes.
- 07.** Mettre les tommes dans la farine puis dans les oeufs battus et enfin dans la chapelure de noisettes. Faire poêler dans un soupçon d'huile bien chaude.
- 08.** Une fois que les tommes sont bien dorées (environ 1min de chaque côté), couper les en morceaux





DRESSAGE

- 01.** Etaler la purée de courge dans le fond de l'assiette.
- 02.** Déposer à côté les tranches de potimarron et les cubes de butternut ainsi que les chips de butternut roulées.
- 03.** Ajouter les morceaux de tomme sur la purée.
- 04.** Parsemer d'herbes aromatiques, de noisettes concassées et de graines de courge

