

L'Instantané du Potager

Ingrédients :

- 1 courge (Tromba, Butternut)
- 1 petite betterave ronde et rouge (avec les fanes)
- 2 tranches de pain rassis réduites en poudre
- 1 vert de poireau
- un verre de vin blanc et une goutte de vinaigre de cidre.
- ketchup de tomate
- sel, poivre, beurre et huile

Pour la purée de courge :

- Calculer 25% du poids de votre courge en beurre noisette. Le faire rôtir puis ajouter la courge coupée en gros cubes de laquelle vous aurez au préalable prélevé les graines. Saler et laisser compoter 15' puis mixer. Réserver
- Mettre les graines à sécher 10 mn à 160° au four - les torrifier à la poêle 5 mn feu vif en remuant régulièrement - terminer par une cuillère à soupe de sucre, 1 pincée de sel et une noisette de beurre. Réserver

Pour la vinaigrette :

- Chauffer un verre de vin blanc avec une goutte vinaigre de cidre et 40 g de beurre frais. Mixer et réserver

Pour le dressage final :

- Dans le fuseau de la courge : découper quelques palets de 1 cm d'épaisseur puis les rôtir à l'huile, 4' de chaque côté puis les saler. Réserver
- Tailler le vert de poireau et le mixer avec le double de son poids en huile - passer au chinois. Réserver
- Découper votre betterave crue en copeaux très fins (couteau à copeaux)

Le dressage :

- poser une quenelle de purée de courge sur votre assiette. Creuser un puit à l'intérieur
- disposer 2 à 3 palets de courge autour
- mettre un peu d'huile de poireau dans le puit
- ajouter le ketchup de tomate sur les palets
- disposer votre poudre de pain autour
- parsemer de graines torrifiées
- planter vos copeaux de betteraves crues sur cette préparation
- agrémenter de 2 à 3 fanes de betteraves
- verser votre vinaigrette généreusement.