



Semaine de L'Œuf

Du 6 au 13 octobre 2017

ŒUF CUIT BASSE TEMPÉRATURE, PICKELS DE LÉGUMES ET CRÈME DUBARRY

Ingrédients : Pour 4 personnes

- 4 jaunes d'œuf bio extra frais
- Carotte, Crosnes, Choux fleur, Oignons grelots, Céleri branche, Brocoli, Courgette, Betterave rouge

Marinade aigre doux :

- 2dl de vinaigre de vin rouge, 200 gr de miel, 400 gr d'eau, 6 anis étoilé, 12 graines de Cardamome verte en capsule.



Préparation :

- ☞ Faire cuire les jaunes d'œufs pendant 4 heures à 68°C (basse température - four sec ou ventilation) immergés individuellement dans de l'huile d'olive sans sel.
- ☞ Faire infuser les légumes dans la marinade « aigre doux » pendant 20 minutes avant de les cuire séparément, les faire refroidir en cellule afin qu'ils conservent une belle couleur.
- ☞ Faire cuire 250 gr de chou fleur bien blanc, à l'anglaise, le laisser refroidir puis le mixer bien finement. Le déposer dans un chinois étamine pendant 6 heures au frais pour qu'il s'égoutte totalement.
- ☞ Procéder au dressage sur une assiette noire, en formant un cercle de Crème Du Barry autour du jaune d'œuf. Y ajouter les légumes et quelques herbes de saison en décoration.
- ☞ Ajuster l'assaisonnement, sel et poivre selon vos goûts.



Chef Laurent HUGUET

Laurent Huguet Conseils

10 rue Catherine de Bourgogne

67000 Strasbourg