

Portobello farci et son jardin d'hiver

Dessert « Le 3C »

Recettes de Frédéric Borro

Ingrédients pour 4 pièces de Portobellos

4 champignons portobellos
Choux-fleurs 100 gr
Choux de Bruxelles 100 gr
Betteraves 80 gr
Feuilles de moutarde 100 gr
Cerfeuil 10 gr
Brocolinis 100 gr
Haricots rouges 150 gr
Tahini 20 gr
Graines de tournesol
Ail 10 gr
Sel poivre
Huile d'olive/vinaigre de vin rouge

Préparation

Mixer la betterave cuite et les haricots rouges avec le tahini, l'ail un peu de sel et de poivre, monter à l'huile d'olive et réserver au froid. Quelques pointes d'épices douces peuvent agrémente ce houmous.

Réaliser quelques chips de betterave à la mandoline, elles peuvent être séchées ou frites à 150°C et salées.

Couper quelques lamelles de chou-fleur crues et cuire le reste à l'eau bouillante salée, une fois bien tendre, le mixer avec un peu d'eau de cuisson et de l'huile d'olive, rectifier l'assaisonnement.

Pour réaliser un pesto de feuilles de moutarde mixer les feuilles de moutarde et les graines de tournesol ajouter

Effeuille les choux Bruxelles les passer quelques secondes à l'eau bouillante puis à la poêle avec un peu de matière grasse.

Huiler légèrement les champignons et rôtir au four quelques minutes à 220°C. Assaisonner après la cuisson.

Remplir les champignons de purée de chou-fleur, ajouter les lamelles de chou-fleur crues et les têtes de Brocolinis ainsi que les chips de betterave et les feuilles de chou de Bruxelles.

Disposer le houmous en fond d'assiette poser le champignon et décorer avec le pesto et quelques herbes fraîches.

Ingrédients pour le chocolat 3C

Cacahuètes salées 20 gr
Muscovado 30 gr
Sucre blanc 30 gr
Jaune d'œuf 15 gr
Blanc d'œuf 25 gr
Chocolat 65% 25 gr
Beurre 50 gr
Farine 10 gr
Cacao 5 gr
Chocolat pour glaçage 50 gr
Coriandre Moulue 5 gr

Préparation

Faire fondre le chocolat et le beurre.
Faire torréfier les cacahuètes à 150 C° pendant 20 minutes.
Mélanger les œufs et les différents sucres, ajouter le chocolat fondu et le beurre et pour finir la farine et le cacao tamisé.
Cuire dans un moule émaillé pendant 40 minutes à 180 C°.
Faire fondre le chocolat pour glaçage et la coriandre.
Laisser refroidir, démouler et glacer le gâteau.
Décorer avec quelques graines de coriandre.
Déguster avec une crème vanille / glace vanille de qualité ou des fruits flambés.