

BROCHETTE DE GAMBAS ET MANGUE A LA VANILLE



Préparation brochette 6 queues de gambas / ½ mangue / ½ radis noir / sel et poivre

-Décortiquez les queues de gambas en gardant le dernier anneau. Blanchir les gambas 10 s dans un bol d'eau froide pour les raidir et faciliter la manipulation pour le montage. Coupez en deux tronçons dans le sens de la largeur les gambas.

-Garder la peau du radis noir et le brosser au tampon abrasif. Couper en fines lamelles.

-Couper la mangue en cube.

-Piquer les éléments sur la brochette ; enlever le pic présent sur la queue des gambes, et piquer le premier morceau de gambas sur la pique à ce niveau là de la queue. Réserver filmées au frigo (peut se conserver jusqu'à 6h).

Sirop de vanille acidulé 1 CS sucre / 1 cc glucose / 15 cl vinaigre balsamique blanc / 1 gousse vanille

-Mélanger la CS de sucre semoule + 1 CC de glucose + 15 cl de vinaigre balsamique blanc : porter à ébullition. Ajouter la vanille grattée + la gousse fendue en deux.

-Réduire au tiers jusqu'à avoir une consistance sirupeuse, laisser infuser. Réserver au frais. (test = sur marbre = faire une coulée de la sauce si une fois refroidie ça colle c'est bon // A froid si on fait couler la sauce, elle a l'aspect d'un long filament coulant).

[Le glucose apporte le côté nappant à la sauce ; achat chez le boulanger, Soframa Aimargues ou magasins Bio // le vinaigre peut être remplacé par du vinaigre de riz japonais (pas chinois) ou un type cidre mais très doux alors]

Garniture ½ botte de coriandre / 10g de germes

-Préparer le mélange des germes (surtout ne pas prendre celles de poireaux // mais betteraves, lins, fenouil...). Rajouter de la sel de fleur.

-Rajouter la coriandre finement ciselée. Bien mélanger aux germes. Ajouter un bon filet d'huile d'olive, mélanger

-Ajouter un filet de jus de citron.

-Réserver.

Cuisson

- Au moment de servir faire chauffer de l'huile dans une poêle mais pas trop chaude pour que la mangue reste bien ferme et pas trop forte si vous utilisez de l'huile d'olive.

- Rôtir les brochettes des deux côtés. Assaisonner en fin de cuisson : sel + poivre.

-Disposer le mélange germes + coriandre dans des petites coupelles. Disposer les brochettes chaudes. Napper de la sauce à la vanille en filet, elle apporte de la brillance.

-Servir avec un blanc DOMAINE CONQUET ANIANE par exemple, très aromatique.

Autre

Récupérer la vanille coupée en deux, la couper en julienne dans le sens de la longueur. Disposer ces filaments de vanille sur un plat, mettre au four pendant 10mn à 110 °C. Disposer ces bâtons sur les plats au moment de servir.