



Cannelloni de courgettes farçis aux rougets, purée de figues, émulsion de coriandre

Pour 4 personnes

4 courgettes,
6 rouget,
1/2 bouchon d'anisette blanche,
2 blancs d'oeufs,
1 bouquet de coriandre fraoche, huile d'olive
100 gr de figue,
1 cuil à café de cumin.



Cannellonis de courgettes

Couper les courgettes en tronçon. Les évider et garder la chair de courgette.

Lever les filets des rougets. Les mixer avec la chair de courgette, les blancs d'oeuf, sel, poivre, l'anisette blanche.

Remplir les cannelloni de courgettes avec la farce. Faire cuire en papillote 20 à 30 mn (en fonction de votre goût).

Purée de figues

Réhydrater les figues dans de l'eau tiède avec le cumin. Mixer les figues en ajoutant de l'eau de réhydratation pour en faire une purée onctueuse.

Emulsion de coriandre

Mixer et émulsionner la coriandre avec de l'huile d'olive.

Dressage

Poser 3 cannellonis de courgettes et accompagner de la purée et de l'émulsion.