

Couleur Kémia



Rougets en escabèche, tuile au sésame, écume de lait coco parfumée à la cannelle et Zaalouk

Pour 2 personnes

5 à 6 rougets grondins,

Huile d'olive, vinaigre de Xéres, feuilles de laurier, thym, romarin, 4 à 6 piments oiseaux, 4 gousses d'ail,

500 gr d'aubergines, 250 gr de tomate, 3 gousses d'ail, 1/2 cuil à soupe de jus de citron, 1/2 cuil à soupe de cumin, 1/2 cuil à soupe de piment doux

Le jus d'une orange pressée, 15 gr de beurre, 70gr de farine, 70 gr de poudre d'amande, 40 gr de sésame blanc, 180 gr de sucre

25 cl de lait de coco, 25 cl d'eau, 1 bâton de cannelle, 2 gr de lécithine de soja.



Rouget en escabèche :

Lever les filets de rougets, les fariner et les faire revenir dans de l'huile d'olive 2 à 3 mn.

Sortir les filets et les réserver dans un plat.

Ajouter à l'huile de cuisson, le thym, le laurier, le romarin, l'ail écrasé ainsi que les piments à feu vif pendant 1mn. Ajouter 25 cl de vinaigre et laisser encore mijoter 1 mn.

Verser cette préparation sur les filets de rougets et laisser macérer 24h00.



Couleur Kémia

<http://couleurkemia.canalblog.com/>

Babali @2007



Rougets en escabèche, tuile au sésame, écume de lait coco parfumée à la cannelle et Zaalouk

Zaalouk :

Couper les aubergines en gros cubes. Les faire bouillir 30 mn dans de l'eau salée.

Monder les tomates et les couper en dés. Les faire cuire 5 mn dans de l'huile d'olive. Ajouter à mi-cuisson le piment doux, l'ail, le cumin, le jus de citron.

Egoutter les aubergines et les presser pour enlever l'excédent d'eau. Ajouter aux tomates.

Poursuivre la cuisson jusqu'à évaporation totale de l'eau tout en écrasant et remuant.

Tuile au sésame :

Faire chauffer le jus d'orange. Ajouter le beurre fondu, le sucre, la farine, la poudre d'amande ainsi que le sésame. Travailler la pâte pour qu'elle devienne onctueuse.

Mettre la pâte sur une plaque allant au four et enfourner quelques minutes à 200°. A mi-cuisson, sortir la pâte et découper des rectangles. Remettre au four jusqu'à coloration



Couleur Kémia

<http://couleurkemia.canalblog.com/>

Babali @2007



Rougets en escabèche, tuile au sésame, écume de lait coco parfumée à la cannelle et Zaalouk

Ecume de coco parfumée à la cannelle :

Mélanger le lait de coco et l'eau. Faire bouillir dans une casserole. A ébulution faire infuser la cannelle pendant 15 mn. Laisser refroidir. Ajouter le lécithine de soja et passer au mixeur à pied pour obtenir l'écume.

Dressage :

Mettre dans un moule carré le zaalouk. Poser par dessus des morceaux d'olives noires ainsi que des tronçons de citron confit.

Apposer sur le côté 2 filets de rougets entre lesquels vous intercalerez une tuile au sésame. Poser sur les files de rougets l'écume de lait de coco à la cannelle.

Servir frais



Couleur Kémia

<http://couleurkemia.canalblog.com/>

Babali @2007