

Brochettes de caille au barbecue, gratin de courgette au curry

La saison des barbecues est de retour et pour changer des sempiternelles merguez je vous propose des petites brochettes de blancs de caille préalablement marinés dans une sauce sucrée aux saveurs exotiques. Je les sers accompagnées d'un gratin de courgette et fenouil en mini cocotte dont la saveur se marie délicieusement avec la chair délicate des cailles.



Brochette de caille au barbecue

Si vous aimez cuisiner au barbecue et que vous aimeriez maîtriser ce type de cuisson n'hésitez pas à participer aux cours de la Weber Grill Académie. Elle existe dans plusieurs pays (Belgique, France, etc...). Et pour avoir tester je

recommande à mes amis belges la Weber Grill Academy de Waterloo. Superbe soirée en compagnie d'une équipe dynamique et très sympathique où nous nous sommes régalés en même temps que nous avons appris beaucoup sur ce type de cuisson! Et c'est la seule académie qui vous proposera un cours de poissons au barbecue. Pour vous inscrire à Waterloo:

<https://www.grillacademy.net/fr/waterloo.php>

Et pour les Français:

<http://www.weber.com/FR/fr/grill-academy/emplacements/>

Ingrédients: pour 5 personnes

Comptez environ 6 blancs de caille par personne

- 30 blancs de caille. Vous trouverez les blancs de caille chez votre volailler (j'en trouve régulièrement à Carrefour au rayon des volailles).

Pour la marinade

- 5 cuillérées à soupe de sauce barbecue Heinz
- 10 cl de sauce soja salé
- 10 cl de sauce soja sucrée
- le jus d'un citron vert et son zeste
- 10 cl de sauce mirin japonaise
- 10 de vinaigre de riz
- une cuillérée à soupe de gingembre râpé
- une gousse d'ail épluchée et écrasée
- une cuillérée à soupe de miel
- une cuillérée à soupe d'huile de sésame

Vous trouverez le mirin et le vinaigre de riz au rayon asiatique de votre supermarché.

Pour le gratin:

- une courgette

- une grosse échalote
- un oignon blanc
- un œuf
- 30 cl de crème fraîche liquide entière
- une cuillerée à soupe rase de curry doux
- 80 g de parmesan râpé

Matériel

- des brochettes en bois ou bambou
- des mini cocottes pour la présentation individuelle du gratin
- et bien sûr un barbecue...Vous pouvez en commander en cliquant sur la photo ci-dessous:



Weber Barbecue Charbon One Touch Premium 57cm Noir

Préparation

- Râpez le gingembre.



Râpez le gingembre

- Mélangez le gingembre avec tous les ingrédients de la marinade.



Préparez la marinade

- Faites mariner les blancs de caille dans cette marinade pendant une heure au frais.



Faites mariner les blancs de caille

Pendant ce temps préparez le gratin.

- Coupez l'oignon en fines tranches.



Épluchez les oignons et coupez les en fines lamelles

- Taillez l'échalote en tous petits dés.



Taillez l'échalote en tous

petits dés

- Coupez la courgette en morceaux.



Détaillez les courgettes en gros morceaux

- Faites revenir les échalotes, l'oignon émincé et le curry dans un peu d'huile d'olive pendant quelques minutes.



Faites revenir les échalotes, l'oignon émincé et le curry

- Puis ajoutez les courgettes et cuire encore 5 mn.



Puis ajoutez les courgettes

- Battre l'œuf avec la crème fraîche. Ajoutez le parmesan.



Mélangez la crème et l'œuf



Ajoutez le parmesan râpé

- Puis ajoutez les courgettes.



Ajoutez les légumes à la préparation crème, œuf, parmesan

- Remplissez vos mini cocottes de la préparation et enfournez pour 25 mn à 180°.



Remplissez vos mini cocottes de la préparation

- Torréfiez les graines de sésame. Réservez.



Torréfiez les graines de

sésame

- Sortez les blancs de caille de la marinade et piquez-les sur les brochettes.



Piquez les blancs de caille
sur les brochettes

- Gardez la marinade que vous allez faire réduire quelques minutes dans une casserole jusqu'à ce qu'elle soit sirupeuse. Réservez-la.



Faites réduire la marinade

- Cuire les brochettes au barbecue 2 mn à 3 mn de chaque côté.



Cuire les brochettes de caille au barbecue

- Quand les brochettes sont cuites recouvrez-les d'un peu de marinade réduite (gardez-en un peu pour la présentation à l'assiette) et saupoudrez-les de graines de sésame.



Saupoudrez les brochettes de graines de sésame

- Servir avec le gratin tout chaud et n'oubliez pas d'ajouter un trait de marinade réduite.



Brochettes de caille au barbecue



Brochette de caille au barbecue