

# Carpaccio fruité betterave et céleri (recette Basse température)

Un carpaccio végétal , où les légumes sont cuits basse température, le tout relevé par une vinaigrette à la mangue. Un plat végétarien absolument délicieux! Et la basse température pour une cuisson parfaite qui va sublimer les saveurs...

Pour plus de renseignements sur la cuisine sous vide basse température cliquez [ici](#).



Carpaccio fruité betterave et céleri (recette Basse température)



Beaucoup d'entre vous, aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 », « Ma cuisine basse température, Best Of -Tome 4 », « Ma cuisine Basse Température, Best of – Tome 5 » et enfin le tout dernier « Ma cuisine Basse Température, Best of – Tome 6 »

Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 4 cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 5 cliquez [ici](#)
- Pour le tome 6 cliquez [ici](#)

## Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez en trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:



Aicok Cuiser Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

- Une mandoline pour trancher finement et régulièrement vos tranches de betterave et céleri. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo :



Masthome Mandoline Inox Professionnelle, Mandoline de Cuisine Multifonction à Epaisseur de Tranche Réglable, avec Protège Main et Gants de Sécurité Acier inoxydable Noir

- Un emporte-pièce pour découper vos tranches en cercles réguliers. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo :



ZITFRI 12PCS Emporte Piece Rond Cercle Patisserie Emporte pièces Cuisine pour Biscuits Pâtes à Sucre Gâteaux Cookie Cutter

## Ingrédients pour 4 personnes

Pour les betteraves et céleri: il vous faudra acheter deux belles betteraves rouges et un céleri boule; vous en aurez de trop pour la recette mais vous pourrez les restes pour d'autres recettes:

- Vous n'aurez pas besoin de toute les betteraves pour cette recette mais seulement 250 g de betterave rouges cuites basse température (voir préparation ci-dessous). Gardez le reste pour accompagner un poisson par exemple.
- Vous n'aurez pas besoin de tout le céleri pour cette recette mais seulement 250 g cuits basse température

(voir préparation ci-dessous): vous pouvez préparer une mousseline avec le restant le cuisant dans du lait puis l'égoutter et le mixer avec 5% de son poids en beurre.

- huile et vinaigre d'agrumes

Pour la vinaigrette

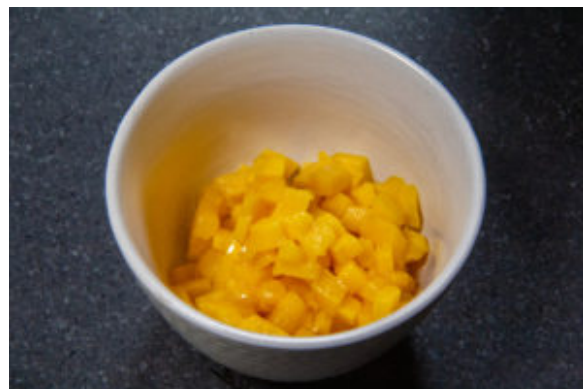
- 40 g de mangue
- 20 g d'huile de noix
- 15 g d'huile de pépin de raisin
- 15 g de vinaigre de riz
- Sel et Poivre Sichuan

Pour le dressage

- Ciboulette ou feuille de coriandre ciselée
- Une pomme granny
- quelques dés de mangue supplémentaires coupés en petits morceaux
- quelques morceaux de noix pour amener un peu de croquant

## Préparation

- Pelez la mangue et tranchez-la. Taillez une tranche de mangue en petits dés. Réservez.



Taillez une tranche de mangue en petits dés

- Préparez la vinaigrette: mixez tous les ingrédients (40

g de mangue, 20 g d'huile de noix, 15 g d'huile de pépin de raisin, 15 g de vinaigre de riz) et assaisonnez en sel et poivre Sichuan en fin de mixage. Réservez.



Préparez la vinaigrette à base de mangue

- Coupez de fines tranches de pommes avec la mandoline et coupez les tranches en petits dés ; mélangez avec un peu de jus de citron et réservez.



Pelez et ôtez le cœur des deux pommes. Coupez-les en très fine brunoise

- Pelez le céleri et tranchez-le à l'aide votre mandoline en fine tranches de 2 mm d'épaisseur . Puis à l'aide de votre emporte-pièce taillez des ronds bien réguliers.





Taillez des ronds bien réguliers

- Assaisonnez les tranches avec un peu d'huile et de vinaigre d'agrumes. Placez le sous vide.



Placez les tranches de céleri sous vide

- Pelez les betteraves. Comme pour le céleri tranchez-les à l'aide de votre mandoline en fines tranches de 2 mm d'épaisseur. Puis à l'aide de votre emporte-pièce taillez des ronds bien réguliers. Mettez-les betteraves sous vide avec un peu d'huile et de vinaigre d'agrumes. Cuisez le céleri et les betteraves sous vide basse température dans un bain marie à l'aide de votre thermoplongeur à 86° pendant 1 h 30.



Mettez-les betteraves sous vide avec les framboises

- . Salez et poivrez betteraves et céleri. Réservez au frais.



A la fin de la cuisson coupez les betteraves en tranches

- Ciselez la ciboulette ou la coriandre finement.



Prélevez les feuilles de

coriandre et ciselez-les.

## Dressage

- Disposez les tranches harmonieusement dans l'assiette et versez la vinaigrette par-dessus. Puis parsemez de dés de pommes, de dés de mangue, de morceaux de noix et de coriandre.



Carpaccio fruité betterave et céleri (recette Basse température)