Ratatouille croquante ensoleillée

Cette ratatouille, un peu différente de la ratatouille traditionnelle, est à la fois très croquante et légère car beaucoup moins chargée en huile. En effet le mode de cuisson est différent : les légumes ne sont pas confits dans l'huile mais juste revenus à la poêle. Elle peut être servie en entrée froide, en accompagnement d'un poisson ou viande ou même en petite verrine lors d'un apéritif. On y retrouve tous les légumes de la recette traditionnelle sauf les oignons, remplacés ici par du fenouil. Essayez-la et vous allez l'adorer!

Je n'y mets pas d'ail mais vous pouvez en ajouter une gousse, si vous le désirez, en la mixant avec l'aubergine.

Pour les puristes qui préfèrent la vraie ratatouille niçoise cliquez ici.

Ma ratatouille croquante du soleil

Ingrédients: pour 6 à 8 coupes

- un petit fenouil
- une petite courgette
- un poivron rouge
- 2 tomates
- un demi citron confit au sel
- deux aubergines
- huile d’olive
- origan
- sel et poivre

Préparation

- Coupez les aubergines en deux. Incisez la chair en surface à l’aide d’un petit couteau en dessinant des croisillons. Puis laquez-les d’un peu d’huile d’olive à

l’aide d’un pinceau. Saupoudrez de sel , poivre et d’origan.

Coupez les aubergines en deux

- Passez au four à 170° pendant 50 mn.

Enfournez l’aubergine à 180° pendant une heure

- A la fin de la cuisson prélevez la chair des aubergines à l’aide d’une cuillère.

Prélevez la chair cuite de l’aubergine

- Mixez la chair des aubergines finement. Rectifiez l’assaisonnement.

Mixez l’aubergine avec le jus de citron

- Mettez la préparation dans une poche à douille et réservez au frais.

Mettez la préparation aux

aubergines dans une poche à douille et réservez au frais

- Détaillez le fenouil en fine brunoise.

Détaillez le fenouil en fine brunoise

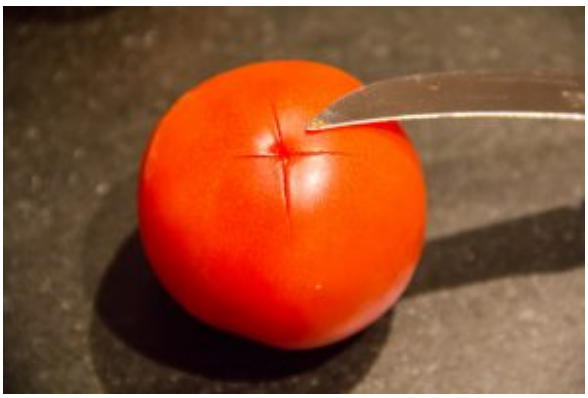
- Prélevez des lamelles un peu épaisses de courgette (avec un côté peau). Coupez-les en très fine brunoise. N’utilisez pas le cœur de la courgette: cette partie contient les graines qui ne sont pas intéressantes sur le plan gustatif. Il vous en faut environ 100 g à 150 g de brunoise.

Coupez environ 100 g de courgette en petits dés

- Faites de même avec le poivron rouge: taillez-le en trés fine brunoise.

Détaillez le poivron en fine brunoise

- A l’aide d’un petit couteau tracez une petite croix sur la base de chaque tomate.



A l’aide d’un petit couteau tracez une petite croix sur la base de chaque tomate

- Plongez-les dans une casserole d’eau bouillante pendant deux ou trois minutes.

Plongez les tomates dans de l’eau bouillante

- Puis mondez les tomates: ôtez-en la peau qui doit se décoller facilement. Coupez-les en quatre et ôtez-en les graines. Comme pour les poivrons, la courgette et le fenouil coupez les tomates en toute petite brunoise.

Pelez les tomates et ôtez les pépins

- Pour finir faites de même avec le citron confit.

Faites de même avec le citron confit

- Faites revenir les dés de fenouil dans une poêle avec de l’huile d’olive. Salez au fur et à mesure que vous ajoutez les autres ingrédients. Cuire quelques minutes.

Faites revenir les dés de fenouil dans une poêle avec de l’huile d’olive

- Puis ajoutez les dés de poivron et les dés de courgette. Cuire 5 minutes.

Puis ajoutez les poivrons et les dés de courgette

- Ajoutez enfin les tomates en dés et le citron confit. Cuire encore 2 à 3 minutes. Rectifiez l’assaisonnement en sel et en poivre. L’ensemble doit rester croquant.

Ajoutez enfin les tomates en dés et le citron confit

Dressage

Tous les éléments sont prêts: il ne reste plus qu’à dresser dans vos verrines ou cocottes individuelles.

- Déposez un peu de légumes au fond de chaque verrine.

Déposez un peu de légumes au fond de chaque verrine

- Puis pochez la purée d’aubergine.

Puis pochez la purée d’aubergine

- Rajoutez un couche de légume. Terminez par une petite touche de purée d’aubergine et décorez avec une ou deux feuilles de basilic ou des petites feuilles de fenouil…

Ma ratatouille croquante du soleil

Ma ratatouille croquante du soleil

Ma ratatouille croquante du soleil