

# Ketchup maison, mangue et tomate

Que diriez-vous d'un merveilleux condiment tomate et mangue qui accompagnera avec gourmandise vos viandes et poissons? Mais pas seulement! Il réveillera aussi vos mayonnaises ou vinaigrettes, vos sandwichs, vos fonds de sauce. Entre ketchup et chutney c'est un vrai délice.



Ketchup maison, mangue et tomate

## Ingrédients pour un pot d'environ 2,5 dL

- un oignon rouge
- un petit morceau de gingembre frais (environ 1 cm)
- une mangue

- une gousse d'ail
- 2 dl de fond de volaille
- 500 g de tomates
- 2 dl de vinaigre de pomme
- une cuillerée à café de coriandre en poudre
- un petit piment (si vous aimez un ketchup relevé) ou du poivre. J'utilise du poivre long moulu.
- 15 g de sucre roux ( j'utilise du sucre muscovado)
- sel
- huile d'olive

## Préparation

Commencez par faire toutes les découpes.

- Épluchez et coupez l'oignon rouge en petite brunoise.



Coupez l'oignon en petite brunoise

- Râpez le gingembre.



Râpez le gingembre

- Épluchez l'ail et coupez-le en tout petits morceaux.



Coupez l'ail en tout petits dés

- Épluchez la mangue et coupez-la en petits dés.



Coupez la mangue en brunoise

- Coupez les tomates en petits dés.



Coupez les tomates en petits dés.

- Faites revenir quelques minutes l'oignon rouge avec la coriandre et le gingembre dans un peu d'huile d'olive. Salez légèrement.



Faites revenir quelques minutes l'oignon rouge avec la coriandre et le gingembre dans un peu d'huile d'olive

- Ajoutez les dés de mangue et laissez cuire 10 mn.



Ajoutez les dés de mangue et laissez cuire 10 mn

- Ajoutez alors les dés de tomate, l'ail et 2 dl de fond de volaille. Ajoutez le poivre ou le piment selon votre goût.



Ajoutez alors les dés de tomate et 2 dl de fond de volaille

- Laissez réduire jusqu'à obtenir une compotée.



Laissez réduire jusqu'à  
obtenir une compotée

- Mixez finement cette compotée.



Mixez finement cette  
compotée

- Versez la compotée dans une casserole avec le sucre et le vinaigre. Laissez réduire quelques minutes jusqu'à obtenir la consistance d'un ketchup.



Versez la compotée dans une  
casserole avec le sucre et  
le vinaigre

- A conserver au frais dans un bocal.



Ketchup maison, mangue et  
tomate

Avec une belle tranche de rôti c'est top!



Ketchup maison, mangue et tomate

---

# Terrine de boudin, chutney de mangue et carottes

J'adore le boudin que je cuisine le plus souvent de manière très classique avec des pommes. Voici une recette plus originale inspirée par Marc Boissieux , Master chef 2013. Dans la revue Master Chef il nous propose un pudding de boudin , langoustines et chutney de mangue qui m'a mis l'eau à la bouche.

Je l'ai simplifié pour en faire un plat moins gastronomique et plus familial mais toujours très goûteux. Tout le monde à la maison a adoré...En plus vous pouvez tout préparer la veille ce qui est pratique si vous voulez avoir plus de temps à passer avec vos invités.



Décorez l'assiette avec des points ou traits de coulis

**Ingrédients ( terrine de 8/10 personnes):**



## 1/Pour le pudding de boudin

- 300 g de boudin noir
- 150 g de crème fraîche
- 150 g de lait
- 100 g de pain de mie
- 150 g d'œuf
- sel, poivre



Ingrédients pour la terrine

## 2/Pour la garniture d'accompagnement:

- 50 g de sucre
- 2 étoiles de badiane
- une pincée de raz el hanout
- 20 cl de vinaigre de mangue ( c'est un vinaigre un peu sirupeux et plus épais qu'un vinaigre ordinaire, contenant de la pulpe de mangue; vous en trouverez dans les épiceries fines)
- 2 belles mangues
- 5 ou 6 carottes
- beurre
- sel, poivre



1 Ingrédients pour la garniture

### Matériel:

- une terrine ( de préférence anti adhésive en silicone: vous n'aurez pas de problème au démoulage)
- une pipette
- des cercles de forme rectangulaire pour faciliter le dressage

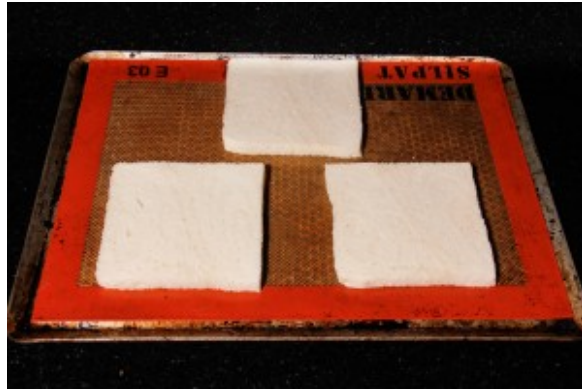


Matériel

### Préparation:

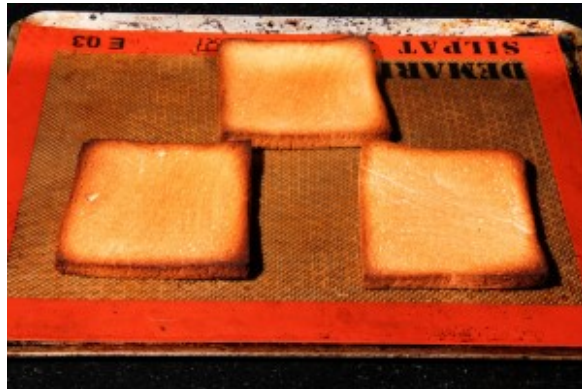
1/ Pour la terrine de boudin

- Commencez par sécher le pain: déposez le sur votre plaque de four et enfournez pour environ 10 mn à 200°.



Enfournez le pain de mie

- Le pain doit être doré mais pas brûlé!



Pain de mie bien doré

- Ôtez la peau du boudin.



Débarrassez le boudin de son enveloppe

- Déposez le dans un grand bol.



Déposez le boudin dans un grand bol

- Ajoutez la crème et la lait.



Ajoutez la crème et la lait

- Puis ajoutez les œufs.



Puis ajoutez les œufs

- Mixez le tout une première fois.



Mixez le tout une première fois

- Ajoutez les toasts émiettés.



Ajoutez les toasts émiettés

- Mixez de nouveau pour incorporer le pain grillé. Vous obtenez une crème assez liquide et homogène qui ressemble à du chocolat!



Mixez de nouveau pour incorporer le pain grillé

- Versez le mélange dans une terrine et enfournez pour 1 heure à 150°.



Versez le mélange dans une terrine

- A la fin de la cuisson réservez au frais en plaçant un poids dessus pendant environ 8h ( une nuit c'est parfait).



Démoulez la terrine

2/Pour la garniture:

- Épluchez les carottes.



Épluchez les carottes

- A l'aide d'un couteau ou d'une mandoline coupez les en petits dés.



Épluchez les carottes et coupez les en petits cubes.

- Déposez les carottes dans une casserole avec une noix de beurre. Faire revenir à feu doux quelques minutes. Les carottes doivent rester croquantes. Réservez.



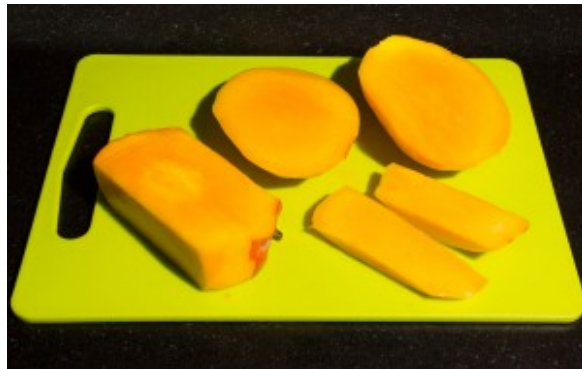
Dans une petite casserole faire revenir les dés de carotte

- Préparez les mangues: commencez par les peler.



Pelez la mangue

- Coupez la mangue de manière à dégager le gros noyau central. Puis coupez chaque morceau en tranches fines.



Coupez la mangue en tranches fines

- Détaillez chaque tranche en petits cubes. **Réservez un tiers** des cubes de mangues pour le coulis.



Puis coupez chaque tranches en petits cubes

- Dans une casserole versez les dés de mangue ( donc les



2/3 de la quantité initiale), les deux étoiles de badiane, le sucre et le vinaigre de mangue. Faire revenir à feu doux pendant 10 à 15 mn. Réservez.



Mettre les cubes de mangue, le vinaigre, le sucre, la badiane, dans une casserole

- Mixer le tiers restant de mangue de manière à obtenir un coulis bien lisse.



Mixez le quart de la mangue restant

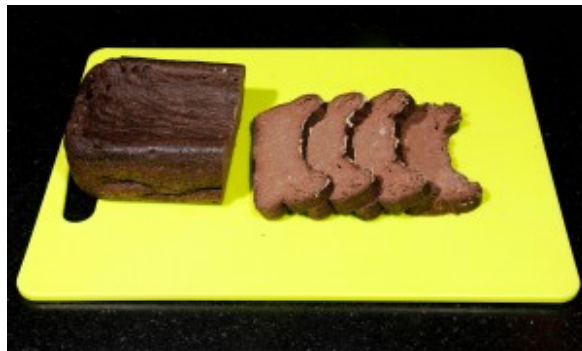
- Versez le coulis dans la pipette à l'aide d'un entonnoir. Réservez.



Versez le coulis  
dans une pipette

### **Dressage:**

- Réchauffez les garnitures ( carottes et mangues) sur le feu ou au micro onde.
- Sortez la terrine du frigo et coupez-en de belles tranches ( deux par personne).



Tranchez la terrine

- Faites revenir les tranches dans une noix de beurre. Salez, poivrez.



Faire revenir les tranches dans une noix de beurre

- Dans chaque assiette posez un cercle et remplissez le avec les dés de mangue et de carotte.



Dressez les dés de mangue et carotte.

- Puis ajoutez les tranches de terrine.



Disposez une tranche de terrine

- A l'aide de la pipette déposez des points ou des lignes de coulis de mangue.



Décorez l'assiette avec des points ou traits de coulis

Et voilà!