Tout artichaut (cromesquis et barigoule, espuma au poivron)

J’adore les artichauts…Et aujourd’hui j’avais envie d’en faire le phare d’une recette gourmande végétarienne en le déclinant en deux façons: une barigoule et des cromesquis bien croquants agrémentés d’une sauce aux poivrons que vous pouvez servir au siphon pour plus de légèreté. Voilà comment on peut se faire plaisir en mangeant végétarien!

Les artichauts sont préparés en cuisson sous vide basse température pour obtenir encore plus de saveurs mais vous pouvez les préparer également à la vapeur si vous n’êtes pas équipé pour la cuisson sous vide.

Tout artichaut (cromesquis et barigoule, espuma au poivron)

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

Le siphon n’est pas indispensable mais il permet une sauce plus aérée et une jolie présentation. Sinon versez simplement le coulis de poivron sur votre barigoule ou servez la sauce à part dans des petits ramequins.

- un siphon. Pour en savoir plus sur la bonne utilisation des siphons cliquez ici. Je vous conseille grandement la marque ISI. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.

iSi 1603 Siphon

Si vous désirez cuire les artichauts sous vide:

- 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 Cuiseur 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

- un moule à mini muffin en silicone. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous

Belmalia moule à muffins pour 24 mini muffins en silicone anti-adhésif, cupcakes, brownies, gâteaux, pudding Violet

- une louche araignée. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous

Passoire asiatique parfaite en acier inoxydable pour cuisine - Avec maillage en spirale, Acier inoxydable, DIA. 18CM

Ingrédients pour 4 personnes

Pour les artichauts: vous pouvez choisir des artichauts surgelés mais vous pouvez également les préparer frais et sous vide basse température, ils seront ainsi plus concentrés en saveurs.

Des questions sur la cuisson sous vide basse température? Cliquez ici.

- Environ 8 à 9 gros artichauts frais ou 8 à 9 fonds d’artichauts surgelés selon leur poids. En fait il vous faudra au total 650 g de fonds d’artichaut: 400 g pour les cromesquis et le restant pour la barigoule
- un jus de citron pour éviter que les artichauts ne

noircissent
- une échalote
- 2 belles tomates
- 15 olives noires dénoyautées
- 15 olives vertes dénoyautées
- 60 g de tomates séchées à l’huile. Pour la recette maison cliquez ici.
- 10 cl de vin blanc
- crème fraîche liquide entière si besoin
- une gousse d’ail
- sel et poivre

Pour la cuisson des cromesquis

- farine
- blanc d’œuf
- chapelure ou panko (le panko est une chapelure asiatique beaucoup plus croustillante. Vous en trouverez dans les épiceries asiatiques)
- huile de friture

Pour l’espuma au poivron

- deux poivrons rouges
- une échalote
- 200 g de crème fraîche liquide entière
- sel et poivre

Préparation

- Coupez le haut des artichauts.

Coupez le haut des artichauts

- Puis à l’aide d’un couteau bien aiguisé tournez autour de l’artichaut en tenant le couteau en biais vers le haut pour en enlever progressivement les feuilles jusqu’au cœur.

Puis à l’aide d’un couteau tournez autour de l’artichaut pour en enlever progressivement les feuilles jusqu’au cœur

- Ôtez les feuilles restantes et le foin. Citronnez au fur et à mesure les fonds d’artichauts pour éviter qu’ils ne noircissent.

Citronnez au fur et à mesure les fonds d’artichauts pour éviter qu’ils ne noircissent

- Mettez les artichauts sous vide et cuisez-les au bain marie à l’aide de votre thermoplongeur à 85° pendant une heure. Si vous n’êtes pas équipé pour la cuisson sous vide, cuisez-les simplement à la vapeur.

Mettez les artichauts sous vide

- Coupez les artichauts d’abord en tranches puis en dés. Réservez-en quelques tranches pour le dressage.

Coupez les artichauts d'abord en tranches puis en dés

- **Prélevez 400 g** de dés d'artichauts (on n'utilise pas toute la quantité que l'on vient de couper) et mixez-les finement avec une petite gousse d'ail. Ajoutez au besoin une ou deux cuillerées de crème fraîche liquide pour lier le tout. Salez et poivrez.

Mixez finement 200 g de dés d'artichaut

- Remplissez vos petits moules de purée d'artichaut et mettez au congélateur pendant 2 heures. Si vous n'avez pas de moule anti adhésif de ce type, utilisez un moule à glaçons. Ces petits glaçons d'artichaut formeront le cœur de vos croquettes d'artichaut ou cromesquis.

Mixez finement 200 g de dés d’artichaut

- On prépare maintenant la barigoule d’artichaut. Faites bouillir une casserole d’eau. Avec la pointe d’un couteau taillez une croix sur le haut des tomates. Plongez les tomates dans l’eau pendant deux minutes. Ôtez la peau des tomates, coupez-les en deux et ôtez les graines. Coupez les tomates en petits dés. Réservez.

Coupez les tomates en petits dés

- Coupez les tomates séchées en petits dés. Réservez.

Coupez les tomates séchées en petits dés

- Dénoyautez les olives et coupez-les en quatre. Réservez.

Dénoyautez les olives et coupez-les en quatre

- Ciselez l’échalote et faites-la revenir avec un peu d’huile d’olive et le vin blanc.

Ciselez l’échalote et faites-la revenir dans une

poêle

- Ajoutez le restant de dés d’artichaut.

Ajoutez le restant de dés d’artichaut

- Rajoutez les tomates fraîches, les tomates séchées, les olives. Faites revenir quelques minutes. Rectifiez l’assaisonnement. Réservez.

Rajoutez les tomates fraîches, les tomates séchées, les olives

- Coupez les poivrons rouges en brunoise.

Coupez les poivrons rouges en brunoise

- Pour l’espuma aux poivrons: épluchez et ciselez une échalote. Faites-la revenir avec un peu d’huile et rajoutez les dés de poivron.

Faites revenir les dés de poivron

- Mixez finement le mélange poivron et échalote ; ajoutez la crème fraîche en fin de mixage.

Mixez finement le mélange

- Filtrez et remplissez votre siphon de la sauce de poivron. Ajoutez une à deux cartouches selon le volume de votre siphon. Secouez et réservez au frais au moins une heure. Pour plus d’explications sur l’utilisation des siphons cliquez ici.

Filtrez la sauce

- 10 minutes avant le service faites chauffer de l’huile à 180°. Sortez les cromesquis d’artichaut du congélateur et démoulez-les. Panez-les en les passant d’abord dans la farine puis dans du blanc d’œuf légèrement battu et enfin de la chapelure ou panko selon votre choix.

Panez les cromesquis

- Pour la cuisson des cromesquis: plongez les cromesquis dans l’huile bien chaude (180°). Déposez-les au fur et

à mesure sur du papier absorbant. Salez dés la sortie du bain.

Cuisez les cromesquis

Dressage

- Disposez une cuillerée de barigoule au milieu de l’assiette et 4 cromesquis tout autour. Pochez des points d’espumas de poivron entre les cromesquis; puis finissez en disposant des olives entières et quelques tranches d’artichaut que vous avez préalablement réservées.

Tout artichaut (cromesquis et barigoule, espuma au poivron)

Espuma au Maroilles et ses petites pommes de terre

J’aime terminer mes repas de fêtes par un beau plateau de fromages. Mais un plateau de plusieurs fromage, c’est parfois un peu lourd après des plats en sauce. Je vous propose ici une petite pomme de terre accompagnée d’un espuma au Maroilles et croustillant de chorizo et pignon…

Il vous faudra utiliser un siphon pour l’espuma. Pour plus de renseignements sur la bonne utilisation d’un siphon cliquez ici.

Espuma au Maroilles et ses petites pommes de terre

Matériel

- un mixeur plongeant. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.

Bosch, mixeur plongeant, ErgoMixx, moteur 600 watts, variateur de vitesse, système de mixage QuattroBlade, accessoires inclus, blanc/gris , MSM66110

- un siphon; je vous conseille grandement les siphons de la marque ISI. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.

iSi 1603 Siphon

- un lot d’emporte pièces rond:

Lot de 12 emporte-pièces rond patisserie Patisserie pour Les Biscuits, Les Pates à Sucre, Les Gateaux

Ingrédients pour 4 personnes

- 3 pommes de terre à chair ferme de gros calibre
- 65 g de pignon (50 g et 15 g)
- 6 tranches de chorizo
- 140 g de Maroilles
- 250 de crème fraîche liquide entière
- sel et poivre blanc
- deux sucrines (variété de petite laitue croquantes)
- vinaigrette: choisissez une huile d’olive de qualité ainsi qu’un bon vinaigre de Modène; les proportions sont de 2/3 d’huile et 1/3 de vinaigre

Préparation

- Coupez 140 g de Maroilles en petits morceaux.

Coupez 140 g de Maroilles en petits morceaux

- Faites chauffer 250 g de crème fraîche. Ajoutez le fromage à la crème chaude et laissez fondre à feu doux.

Ajoutez le fromage à la crème chaude et laissez fondre à feu doux

- Quand le fromage a fondu mixez finement à l’aide de votre mixeur plongeant. Rectifiez l’assaisonnement.

Mixez finement

- Remplissez votre siphon et insérez vos cartouches (deux cartouches pour un siphon d’un 1/2 ou un litre). Vous pouvez réserver votre siphon au frais et 30 minutes avant de servir mettez-le au bain marie (50°); cet espuma se sert chaud. Pour plus de renseignements sur la bonne utilisation des siphons cliquez ici.

Versez la crème dans un siphon

- Faites revenir les tranches de chorizo à la poêle; en fin de cuisson réservez-les sur du papier absorbant. En refroidissant elles doivent se durcir et être cassantes. Si ce n’est pas le cas remettez-les encore un peu sur le feu.

Faites revenir les tranches de chorizo à la poêle

- Faites revenir aussi à la poêle sans matiere grasse 50 g de pignons jusqu’à ce qu’ils soient bien dorés. Réservez 15 g de pignons grillés entiers pour le dressage.

Faites dorer les pignons

- Mixez finement les pignons avec les tranches de chorizo. Réservez.

Mixez finement les pignons

avec les tranches de chorizo

- Pelez les pommes de terre. Coupez les extrémités des pommes de terre. Puis coupez chaque en deux tronçons.

Coupez chaque pommes de terre en deux tronçons

- Utilisez un emporte-pièce dont le diamètre est plus petit que celui de vos pommes de terre pour réaliser des petits pavés de pommes de terre réguliers.

Emportepiecez mes pommes de terre

- Puis prenez un emporte-pièce d’un calibre encore inférieur pour ôter l’intérieur des pommes de terre. Faites-les cuire vapeur pendant 15 à 20 minutes ou encore mieux sous vide basse température à 90° pendant 1 h.

Ôtez l’intérieur des pommes de terre

- Faites revenir les pommes de terre sur leur tranche avec un peu d’huile dans une poêle.

Faites revenir les pommes de terre

- Disposez-les au fur et à mesure sur du papier absorbant. Salez et poivrez.

Disposez au fur et à mesure

sur du papier absorbant

- Ciselez finement les sucrines.

Ciselez finement les sucrines

- Réalisez votre vinaigrette.

Préparez la vinaigrette

Dressage

Placez une pomme de terre au centre de l’assiette. Disposez tout autour un peu de sucrine ciselée ; ajoutez de la vinaigrette sur la salade et saupoudrez avec le chorizo et les pignons mixés. Ajoutez quelques pignons grillés entiers. Puis terminez en pochant l’espuma chaud dans le centre de la pommes de terre. Servez immédiatement.

Espuma au Maroilles et ses petites pommes de terre