

Entrée

CAROTTES RAPEES

Recette pour 4 personnes Temps de réalisation : 45 mn

Ingrédients :

4 pincées de fleur de sel , Quelques gouttes de jus de citron

Les carottes râpées

4 carottes fanes, 2 carottes jaunes, 2 carottes violettes, 8 feuilles de menthe fraîche

8 feuilles d'estragon, 4 branches de coriandre fraîche, 1 oignon nouveau

½ gousse d'ail rose, 2 c .à s. bombées de pistache concassées, non salées, 2 c à s de graines de courge

2 pincées de cumin en poudre, 1 filet d'huile d'olive

Les tagliatelles de carottes

1 carotte jaune, 1 carotte violette, Les fanes de carotte, 2 gousses de vanille

1 c à s. d'huile de noisette

Le jus concentré à la carotte

320 g de jus de carotte en bouteille, ou centrifugé, Le jus de 'un citron, 50 g

1/2 c à c de graines de coriandre, 6 feuilles de sauge

Les 4 demi-gousses de vanille, de la préparation précédente, 5 c.à c. rases de sucre semoule

1,5 c à s. de liaison à la maïzena, 1 c à c. d'huile de noisette

La vinaigrette

60 g d'huile de noisette, 3 c à c.de sauce soja, 4 pincées de sucre semoule

4 pincées de sucre semoule, 4 c à c.de vinaigrette balsamique

Progression

Préparation des carottes :

Laver et éplucher les carottes. Prélevez et équeutées, 20 g env. de 2 carottes

Râpez au robot mixeur les différentes carottes

Les carottes râpées

Dans le premier saladier, mélangez les différentes carottes râpées avec les feuilles de menthe, d'estragon et de coriandre, l'oignon nouveau et ses tiges finement émincées, ainsi que l'ail finement haché, les pistaches concassées, les graines de courge préalablement légèrement poêlées à feu vif dans un filet d'huile d'olive, et le cumin en poudre.

Les tagliatelles de carottes :

Émincez très finement les carottes à la mandoline pour en faire des tagliatelles aussi fines possibles

Dans un second saladier, mélangez-les aux fanes réservées

Fendez-en deux les gousses de vanille, puis récupérez les graines pour les mélanger avec l'huile de noisette

Gardez les 4 demi-gousses pour la suite de la recette

Ajoutez une moitié de ce mélange dans chacun des deux saladiers

Le concentré à la carotte :

Versez le jus de carottes dans une casserole, puis ajoutez le jus de citron, la demi-gousse d'ail écrasée, beurre doux, les graines de coriandre concassées, les feuilles de sauge entières et les 4 demi-gousses de vanille débarrassées des graines

Faire chauffer le tout à feu moyen, puis ajoutez le sucre semoule, la fleur de sel et une petite poignée de carottes râpées

Faites alors réduire le tout 4 minutes, avant de filtrer

L'ensemble au chinois, passoire fine et de presser les carottes râpées pour en récupérer les sucs
Renversez ce jus ainsi filtré dans une casserole, puis ajoutez la liaison à la maïzena
Faites réduire l'ensemble pendant 3 minutes supplémentaires pour faire épaissir le tout
Laissez refroidir le jus avant d'incorporer l'huile de noisette.

La vinaigrette :

Mélanger l'huile de noisette à la sauge soja, puis ajoutez le sucre semoule et le vinaigre balsamique.

Finition :

Versez la vinaigrette sur les carottes râpées, mélangez-les intimement, avant d'ajouter 2 pincées de fleur de sel

Ajoutez ensuite 3 cuillerées à soupe de jus concentré à la carotte aux tagliatelles, mélangez bien, puis assaisonnez-les avec 2 pincées de sel, ainsi que quelques gouttes de jus de citron vert

Dressez en terminant par les tagliatelles de carottes.