

Entrées froides aux légumes

Barigoule de légumes, ossau iraty et jambon patta negra



1h20 **50 min** **30 min** **0** **680**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation des artichauts poivrades

- 1 Tourner les artichauts poivrades en gardant une bonne longueur de queue.
- 2 Verser l'huile d'olive dans une casserole et immerger les artichauts avec l'ail en chemise et les graines de coriandre.
- 3 Cuire sur feu très doux pendant 30 minutes.
- 4 Vérifier la cuisson avec la lame d'un couteau : elle doit pénétrer sans résistance. Réserver.

Étape 2

Préparation des légumes

- 1 Tourner les artichauts pour ne garder que les fonds, les tailler en quartiers.
- 2 Laver et éplucher les carottes, le céleri, le panais et le salsifis à l'aide d'un économe.
- 3 Les tailler en mirepoix c'est-à-dire en dés de 2 cm sur 2 cm à l'aide d'un couteau éminceur.
- 4 Éplucher et émincer l'ail et les échalotes à l'aide d'un

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour les artichauts

3 **Artichaut**
1 litre(s) **Huile d'olive**
1 **Gousse(s) d'ail**
10 grain(s) **Graines de coriandre**

Ingrédients pour les légumes

2 **Artichaut**
0.5 **Boule de céleri**
3 **Carotte(s)**
1 **Salsifis**
1 **Panais**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
2 **Gousse(s) d'ail**
3 **Echalote(s)**
1 branche(s) **Thym**
25 cl **Vin blanc**
50 cl **Fond blanc de volaille**

couteau éminceur.

- 5 Faire chauffer une cocotte avec de l'huile d'olive, faire revenir rapidement tous les légumes.
- 6 Ajouter l'ail, les échalotes ciselées et le thym. Mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
- 7 Déglacer avec le vin blanc, faire réduire sur feu vif.
- 8 Ajouter le fond blanc et faire cuire pendant 10 minutes à frémissements.
- 9 Stopper la cuisson quand les légumes sont cuits mais encore fermes, les égoutter dans une passoire et réserver.

Étape 3

Préparation de la vinaigrette

- 1 Récupérer le jus de cuisson des légumes, le verser dans une casserole et le faire réduire de moitié sur feu vif.
- 2 Mettre le jaune d'œuf, la moutarde, le vinaigre, le sel et le poivre dans le bol d'un robot. Mixer.
- 3 Verser l'huile d'olive et le jus de cuisson réduit, mixer de nouveau. Réserver.

Étape 4

Finition et dressage

- 1 Ciseler le cerfeuil et la ciboulette à l'aide d'un couteau éminceur.
- 2 Verser la vinaigrette, le cerfeuil et la ciboulette dans les légumes et mélanger.
- 3 Couper les artichauts poivrades en deux à l'aide d'un couteau d'office.
- 4 Trancher des copeaux d'ossau iraty à l'aide d'un économe.
- 5 Tailler chaque tranche de jambon en trois.
- 6 Dresser les légumes dans une assiette creuse et disposer des lamelles de jambon dessus.
- 7 Disposer des copeaux de fromage et dresser un demi artichaut pour finir.
- 8 Décorer avec un brin de cerfeuil, servir éventuellement avec une tranche de pain grillé.

Ingrédients pour la vinaigrette

1 unité(s) entière(s)
Jaune(s) d'oeuf
1 c. à soupe **Moutarde**
20 cl **Huile d'olive**
5 cl **Vinaigre de Xérès**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

6 tranche(s) **Jambon cru**
200 g **Ossau-Iraty**
0.25 botte(s) **Cerfeuil**
0.25 botte(s) **Ciboulette**