

## **FOOD MOB – L'ORCHESTRE CULINAIRE**

Chloé CHARLES

Dimanche 03 Décembre

### ***1 Butternut, 3 recettes***

#### Matériel

Plateau à ingrédients 1

Planche 1

Couteau petit 1

Couteau grand 1

Cuiller à soupe 1

Fourchette de table 1

Assiette plate 1

Assiette creuse 1

Bol creux 1

Cul de poule 1

#### Matériel

Casserole 1

Poêle 1

Louche 1

Cuiller en bois 1

Passoire fine 1

Blender

#### Ingrédients

Graines de tournesol 20 g

Coriandre 2 branches

Citrons jaunes sans le zeste mais avec le blanc 2

Zestes Blanchis des deux citrons

Curcuma frais 15 g

Beurre 1 plaquette de 250 g

Œufs cuit mollet 1

Pâtes alphabet 100 g de pâtes cuites

Butternut 1 pièce

Miel 60 g

2 l d'eau

Sel moulin 1

Poivre moulin 1

Déroulé de la recette

*Réalisations préalables*

- cuisson de l'œuf mollet (6 minutes dans l'eau bouillante)
- cuisson de pâtes alphabet à l'eau salée + huile d'olive une fois cuites
- zeste de 2 citrons à blanchir 3 fois
  
- Couper la base du Butternut, vider et mettre de côté l'intérieur (il servira dans une autre recette)
- Eplucher le reste du butternut
- Dans une casserole mettre du beurre et faire revenir l'intérieur du butternut ainsi que la peau et faire caraméliser
- Poivrer et ajouter 1 l d'eau puis laisser cuire 40 Minutes
- En fin de cuisson laisser reposer dans la casserole.
  
- Eplucher le curcuma, peler le citron à vif et découper des segments
- Dans une poêle faites revenir au beurre tout doucement les zestes de citron avec le curcuma en petits morceaux puis ajouter les morceaux de citron. Laisser mijoter et ajouter enfin le miel.
- Mettre tout le mélange dans le blender et mixer avec le beurre. Rectifier l'assaisonnement.
- Passer le mélange à la passoire fine et le réserver dans un bol.
- Tailler le butternut en gros cubes et, dans la même poêle, remettre un peu de beurre, saler légèrement et faire revenir les morceaux en ajoutant en fin de cuisson les graines de tournesol. Assaisonner.
- Dressage :
  - o Dresser sur une assiette plate les cubes de butternut avec la sauce citron curcuma et ajouter quelques feuilles de coriandre,
  - o Dresser le bouillon dans l'assiette creuse en utilisant la louche et la passoire ajouter l'œuf mollet et les pâtes alphabet

**Sur Scène butternut farci**

**2 poireaux**

**300 g de pommes de terre épluchées**

**300 g de comté rapé**

**200 g de crème épaisse**

**Huile d'olives 2 dl**

**Sel poivre**

**1 préparation faite d'avance et 1 faite devant le public**

- Couper le vert du poireau et le mixer au blender avec l'huile d'olive
- Filtrer le tout et réserver
- Tailler les pommes de terre en tranches fines et le blanc de poireau en rondelles

## **Festival alimentation 2017** – Food Mob Cité des sciences et de l'industrie

- Disposer en alternance dans le fond du butternut poireau, pommes de terre, crème et comté en salant et poivrant à chaque couche. Répéter l'opération 3 fois.
- Cuire à four chaud 200 °C durant 25 minutes.