



RECIPES
rewritten

ADDING A LITTLE TASTE FOR LIFE TO THOSE COPING WITH CANCER.

 brebelga
Lega contro il cancro
Lega contro il cancro

RECIPES

rewritten

Mini laitue romaine grillée à (l'argousier)

la tapenade d'olives

MITJA BIRLO

CHEF DU RESTAURANT AU 7132 SILVER, VALS

2 ÉTOILES MICHELIN

18 POINTS AU GAULT MILLAU



krebsliga
ligue contre le cancer
lega contro il cancro

Mini laitue romaine grillée à (l'argousier)

la tapenade d'olives

MITJA BIRLO

INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes:

2 mini laitues romaines bio

50 g d'échalote

1 gousse d'ail

20 g d'épinards en branche

30 g de beurre

200 g de persil plat

100 g d'huile de colza

1 bouquet de champignons enoki

(½ racine de raifort)

(100 ml de fumet de champignon réduit)

(15 g de moutarde de Dijon)

(20 g de graines de moutarde)

(125 g de jus d'argousier)

(25 g de sucre)

(1 g d'agar-agar)

Sel, poivre

Pâte à tempura:

110 g de farine de blé

1 g de sel

1,5 g de sucre

3 g de levure

125 g d'eau

Tapenade d'olives:

150 g d'olives noires,

dénoyautées

20 g de câpres

1 gousse d'ail, pelée

50 ml d'huile d'olive

Sel, poivre

PRÉPARATION

Purée de salade

Préparer la laitue et nettoyer soigneusement les feuilles extérieures. Faire revenir les échalotes et l'ail dans une casserole avec un peu de beurre jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides, puis ajouter les feuilles de laitue et les faire cuire pendant 5 minutes à feu moyen. Transférer dans un blender et mixer avec les épinards et le reste du beurre jusqu'à obtention d'une purée fine. Saler, poivrer, puis réserver.

Vinaigrette à la moutarde

Pour la vinaigrette, extraire le jus du raifort et le mélanger avec la réduction de fumet de champignon. Placer les graines de moutarde dans une petite casserole d'eau froide et porter à ébullition, puis égoutter. Répéter l'opération quatre fois afin d'extraire l'amertume des graines. Mélanger ensuite avec le fumet de champignon et la moutarde de Dijon. Saler, poivrer.

Gelée d'argousier

Faire bouillir le jus d'argousier avec le sucre et l'agar-agar, puis laisser refroidir. Mixer le mélange d'argousier refroidi et solidifié dans un blender pour obtenir une fine gelée et la placer dans une petite poche à douille.

Huile de persil

Mixer le persil lavé avec l'huile de colza dans un Thermomix à 90° C, puis passer au chinois. Si vous ne disposez pas d'un Thermomix, vous pouvez également utiliser un mixeur classique pour réduire le persil et l'huile de colza en purée, puis porter le tout à ébullition dans une casserole.

Enokis séchés

Pour la décoration, séparer les enokis en fibres individuelles et les laisser sécher complètement à température ambiante (de préférence la veille). Faire dorer les fibres de champignons séchées pendant quelques secondes sous une salamandre ou au four (fonction grill).

DRESSAGE

Chauffer une poêle métallique, couper la laitue en deux et badigeonner la face coupée avec un peu d'huile de colza. Faire griller la laitue à feu vif, face coupée vers le bas, en appliquant une légère pression durant environ une minute ou jusqu'à ce qu'elle soit bien marquée. Placer dans un récipient, couvrir avec l'huile de persil et mettre sous vide. En l'absence d'un appareil de mise sous vide, faire mariner la laitue dans l'huile au persil pendant 15 minutes. Après avoir laissé la laitue baigner dans l'huile au persil, égoutter soigneusement sur du papier. Assaisonner avec un peu de sel et (ajouter quelques gouttes de gel d'argousier) et la mélanger et l'enoki séché. Il est également possible d'ajouter des fleurs et herbes aromatiques. Faire chauffer la purée de salade et la (vinaigrette). Placer la purée de salade dans une assiette et déposer la laitue dessus. Arroser avec la (vinaigrette).

** emietter la pâte à tempura*

*** tapenade d'olives*

Pâte à tempura:

Dissoudre la levure dans de l'eau chaude et mélanger avec tous les autres ingrédients pour former une pâte lisse. Incorporer lentement la pâte à tempura dans l'huile de friture chauffée à 180°. À l'aide d'un fouet. Faire cuire jusqu'à ce que la pâte à tempura soit dorée. Égoutter sur du papier.

Tapenade d'olives:

Hacher finement tous les ingrédients et les assaisonner avec du sel et du poivre.



«Je veux restituer une part de normalité
aux personnes touchées par le cancer.»

Mitja Birlo