



PAR YOHANN NARDUZZI

PLEUROTÉS DU PANICAUT GRILLÉS À L'ASIATIQUE, PURÉE DE PATATES DOUCES ET PICKLES DE LÉGUMES

Ingrédients

(pour 8 personnes)

Pleurotes

800 g de pleurotes du Panicaut

3 c. à s. de sauce soja (tamari pour sans gluten)

2 c. à s. de sirop d'érable

2 c. à s. d'huile de sésame grillé

1 c. à s. de vinaigre de riz

1 c. à c. de gingembre frais râpé

1 gousse d'ail râpée

Poivre, graines de sésame, coriandre fraîche (pour servir)

Patates douces

1,6 kg de patates douces

200 ml de lait de coco (ou autre crème végétale)

1 c. à s. d'huile d'olive ou de coco

Sel, poivre

1 pincée de muscade

Pickles de légumes express

1 carotte jaune

1 carotte

¼ de chou rouge

3 radis

1 courgette

200 ml de vinaigre de riz ou vinaigre blanc

100 ml d'eau

2 c. à s. de sucre

1 c. à c. de sel

Préparation:

Pour la réalisation des pickles (à faire à l'avance)

1. Couper les légumes en fines lamelles.

2. Porter à ébullition le vinaigre, l'eau, le sucre et le sel.

3. Verser le liquide bouillant sur les légumes dans un bocal ou bol.

4. Laisser mariner au moins 1h, idéalement 2 à 4h au frais.

Pour la purée de patates douces

1. Éplucher et couper les patates en cubes.

2. Faire cuire à la vapeur ou à l'eau bouillante jusqu'à tendreté (15-20 min).

3. Égoutter puis écraser en purée avec le lait de coco, l'huile, le sel, le poivre et la muscade. Garder au chaud.

Pour les pleurotes

1. Nettoyer les pleurotes délicatement, sans les tremper. Dans un bol, mélanger la sauce soja, le sirop d'érable, l'huile de sésame, le vinaigre, l'ail et le gingembre.

2. Faire chauffer un grill ou une poêle à feu moyen-vif. Saisir les pleurotes 4-5 min de chaque côté avec un peu d'huile neutre, jusqu'à ce qu'ils soient dorés et croustillants sur les bords. En fin de cuisson, verser la marinade dans la poêle, laisser réduire 1-2 min jusqu'à glaçage.

Pour le dressage

1. Déposer un lit de purée chaude dans chaque assiette.

2. Ajouter quelques pleurotes grillés bien laqués. Disposer un peu de pickles égouttés sur le côté.

3. Décorer avec des graines de sésame, de la coriandre fraîche, un filet d'huile de sésame, éventuellement quelques zestes de citron vert.