FICHE RECETTE

Mise à jour : 23/04/2024

Soupe de lentilles corail à l'indienne et fingers de riz

Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
0.005	Agar-agar en pot 270 g SAINTE LUCIE	0199610
0.04	Beurre de cacahuète en pot 500 g HEUSCHEN AND SCHROUFF	0067839
0.25	Beurre doux	~
0.048	Bouillon de légumes BIO en boîte 1 kg KNORR	0027623
1.25	Butternut	~
0.5	carotte	~
0.01	Curry Madras en sachet 500 g TERRE EXOTIQUE	0093261
0.04	Double concentré de tomate 28% en boîte 4/4 TOQUELIA	0040920
2 litres	Eau	~
10 pièces	Feuilles de brick sachet 170 g LA PASTILLA	0057926
PM	Graine de courge BIO en sachet 500 g LA PLANTE	0212225
0.05	Huile de sésame en bidon 50 cl HUILERIE GID	0096699
1	Lait de coco en brique 1 L REAL THAÏ	0196727
0.32	Lentilles corail en sac 2,5 kg VIVIEN PAILLE	0167600
0.15	mascarpone	~
PM	Noix de coco rapée en sachet 1 kg DOMINO	0004280
2 PCE	Oignon moyen	~
2 pièces	poireau moyen	~
0.025	Purée d'ail en pot 750 g KNORR PROFESSIONAL	0032540

Ces spécifications sont données dans un souci d'information et peuvent être modifiées en fonction de contraintes techniques et/ou réglementaires, selon les informations fournies par le fournisseur.
Photo non contractuelle - suggestion de présentation

Quantité	Libellé produit	Réf
0.025	Purée de gingembre en pot 750 g KNORR PROFESSIONAL	0089993
0.4	Riz rond en sac 5 kg TOQUELIA	0023660
0.05	Vinaigre de riz ambré en bouteille 500 ml OTTOGI	0095353

Étapes de préparation

1. Mettre le beurre à clarifier à feu très doux ou au micro-ondes, afin de séparer la matière grasse du petit lait.
2. Reconstituer le bouillon de légumes selon les recommandations de l'industriel. Faire revenir sans coloration l'oignon haché dans un peu d'huile de sésame. Ajouter le riz et le faire nacrer.
3. Verser le vinaigre de riz, le faire absorber par le riz et ajouter le bouillon de légumes (1,5 fois le poids du riz). Enfourner à 180°C à couvert et laisser cuire 20 minutes.
4. Faire bouillir la moitié du lait de coco avec l'agar agar pendant 1 minute et ajouter le mascarpone. Ajouter ce mélange au riz cuit. Vérifier et corriger l'assaisonnement. Réserver.
5. Couvrir le fond d'un bac GN 1/2 filmé avec deux couches de feuilles de brick retaillées et beurrées au beurre clarifié. Ajouter le riz en une couche régulière, bien tassée et ajouter deux nouvelles couches de feuilles de brick beurrées.
6. Réserver au frais au moins une heure. Pendant ce temps, préparer tous les légumes de la soupe de lentilles corail : courge butternut, carottes et poireaux.
7. Faire revenir les poireaux émincés dans un peu de beurre clarifié. Ajouter le curry Madras et bien faire revenir. Ajouter la purée d'ail et de gingembre.
8. Ajouter la courge et les carottes coupées en petits cubes, ainsi que les lentilles corail. Mouiller à hauteur avec le bouillon de légumes. Couvrir et laisser cuire 25 minutes à feu moyen, après ébullition.
9. En fin de cuisson, réserver au chaud 1/3 de cette soupe et mixer les 2/3 restants avec le concentré de tomate, le beurre de cacahuète et le reste de lait de coco. Vérifier et corriger l'assaisonnement. Réintégrer le 1/3 de soupe réservée.
10. Maintenir au chaud jusqu'au service. Sortir le riz refroidi. Retourner le bac sur une planche et retirer le film alimentaire. Tailler les fingers en utilisant un couteau très tranchant. Les poêler dans un peu de beurre clarifié sur les faces avec la feuille de brick. Une fois bien dorés, réserver les fingers au chaud.
11. Faire torréfier quelques graines de courge et la coco râpée. Au moment du service, dresser la soupe de lentilles corail dans des bols ou des assiettes creuses, saupoudrer de graines de courge et de coco râpée torréfiées.

Ces spécifications sont données dans un souci d'information et peuvent être modifiées en fonction de contraintes techniques et/ou réglementaires, selon les informations fournies par le fournisseur.
Photo non contractuelle - suggestion de présentation

Le bon accord vin

Pour accompagner votre recette, nous vous proposons un Côtes de Bourg vin rouge AOC en bouteille 75 cl LES ALLEES DE FONTDERODE

Ces spécifications sont données dans un souci d'information et peuvent être modifiées en fonction de contraintes techniques et/ou réglementaires, selon les informations fournies par le fournisseur.
Photo non contractuelle - suggestion de présentation