FICHE RECETTE

Mise à jour : 14/05/2024

Nuggets de poivrons, caviar d'aubergine sauce yaourt et herbes fraîches

Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
40 PCE	Poivron Piquillio entier en boîte 360 g DANTZA	0018494
0.5	Tofu en brique 349 g MORI-NU	0187047
0.3	Chapelure blanche en sachet 1 kg VIVIEN PAILLE	0043484
0.02	Purée d'ail en pot 750 g KNORR PROFESSIONAL	0032540
0.1	Huile d'olive vierge extra Grande Selection en bouteille 75 cl GID	0170821
PM	Poivre noir de Sarawak IGP en sachet 1 kg TERRE EXOTIQUE	0232003
PM	Sel de mer fin en sachet 1 kg LA TABLEE	0025254
0.1	Jus de citron en bouteille 1 L LEMONDOR	0051266
0.25	Farine de blé de type 55 en sac 1 kg COLOMBES	0133072
3 litres	Huile végétale Chef classique en bidon 7,5 L AMPHORA	0171040
4 kg	Aubergines	~
0.2	Oignons rouges	~
1	Ciboulette	~
0.2	Oignons	~
1	Cerfeuil	~
5 PCE	Oeufs	~
0.5	Yaourt grec	~

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

Étapes de préparation

1. Réaliser le caviar d'aubergine. Tailler en deux dans le sens de la longueur les aubergines.
2. Quadriller la chair à l'aide d'un couteau sans percer la peau. Sur une plaque de cuisson avec un papier cuisson, déposer les aubergines et arroser d'huile d'olive, le sel et le poivre. Cuire au four à 170°C pendant 20 à 25 min.
3. Récupérer la chair en grattant les aubergines à l'aide d'une cuillère à soupe. Hacher au couteau et assaisonner avec la purée d'ail, sel, poivre, huile d'olive et le jus de citron. Terminer en ajoutant le tofu taillé finement.
4. Egoutter les piquillios. A l'aide d'une poche munie d'une douille unie, garnir les piquillios. Réserver au frais.
5. Battre et assaisonner les œufs. Préparer 3 bacs pour la panure à l'anglaise (farine, œufs battus avec un filet d'huile d'olive et chapelure).
6. Passer les piquillios garnis successivement dans chacun des bacs une première fois. Puis recommencer, pour une croûte plus épaisse et plus gourmande. Réserver au frais.
7. Ciseler finement les herbes fraîches et l'oignon rouge. Assaisonner le yaourt Grec avec les herbes fraîches, l'oignon rouge, sel et poivre. Réserver en petit contenant.
8. Frire les nuggets de poivrons à 170°C max et les égoutter sur un papier absorbant. Les saler avant de les servir.
9. Dresser sur l'assiette accompagnée de salade verte et de légumes croquants.

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