



RABIOLE/LÉGUMES FLÉTRIS

RECETTE DE SIMON MATHYS - MANITOBA

LES FERMERS

TREMPETTE À BASE DE LÉGUMES FLÉTRIS

Donne environ 2 tasses de trempette

INGRÉDIENTS

Légumes en trop ou flétris : carotte, céleri, ail, oignon, chou-rave, aubergine, poivron, fenouil, chou, courgette... (idéalement 4 ou 5 légumes différents)

1 jaune d'œuf

1 tasse (250 ml) d'huile végétale

ÉTAPES

Griller, presque brûler les légumes sur le BBQ (ou près de la grille dans le four). Ils doivent être noircis. Les déposer dans un chaudron et ajouter de l'eau froide jusqu'à environ 1 pouce au-dessus des légumes.

Laisser bouillir environ 1 heure 30 minutes, puis retirer les légumes.

Réduire le bouillon jusqu'à l'obtention d'un liquide foncé.

Laisser refroidir la réduction.

Au robot culinaire (ou au pied-mélangeur), émulsionner 1/2 tasse (125 ml) du bouillon avec le jaune d'œuf.

Pendant que l'appareil est en marche, ajouter de l'huile en un filet continu. La trempette épaissira rapidement, en 1 minute environ. Elle devrait avoir la texture d'une mayonnaise.

Servir avec vos légumes préférés en crudités.

NOTES

La trempette se sert parfaitement en accompagnement de légumes frais, mais elle peut remplacer la mayonnaise dans vos recettes préférées : salade de pomme de terre ou de pâtes, sandwich aux tomates, ou avec un poisson, une viande ou des légumes rôtis... Utilisez votre imagination!

On peut congeler le reste de la réduction de légumes pour une utilisation ultérieure.