



Crème de Chou-Fleur, Œuf Parfait et Chips de Lard



Temps de préparation : 15 mn
Temps de cuisson : 3 h
Temps Total : 3 h

Difficulté : Facile

Budget : Faible

Ingrédients pour 4 personnes

- > 4 œufs
- > 1 petit chou-fleur
- > 20 cl de crème liquide
- > 2 tranches de bacon
- > quelques feuilles de roquette
- > 1 CàC de curry
- > 1 bouillon cube de bœuf ou de légumes
- > huile d'olive, balsamique, sel, poivre

Matériels particuliers

- > 4 verrines
- > thermomètre de cuisson

Préparation

Couper les tranches de bacon en lamelles égales d'environ 1 cm de large. Sur une plaque à pâtisserie poser une feuille de papier sulfurisé et déposer les lamelles de bacon, couvrir d'une nouvelle feuille de papier sulfurisé et d'une autre plaque à pâtisserie. Placer le tout au four pendant 1h30 environ à 110°C. Enlever la tôle supérieure et le papier et finir de les sécher en les laissant refroidir à température ambiante à l'air libre. Au final, les lamelles doivent être bien sèches et très croustillantes.

Pendant ce temps, faire chauffer de l'eau à 63,5°C (mesurer la t° à l'aide d'un thermomètre). Plonger les œufs et laisser cuire 45mn à cette température. Sortir de l'eau et laisser tiédir à t° ambiante.

Pendant ce temps, éplucher et couper le chou-fleur. Avec un bouquet réaliser 4 fines lamelles à la mandoline. Réserver.

Mettre le reste dans une casserole, ajouter de l'eau à hauteur, du sel, le curry et le bouillon cube. Laisser cuire à tout petit bouillon pendant environ 45mn. Egoutter en gardant le jus de cuisson. Mettre le chou-fleur dans un blender et mixer avec la crème. Si la préparation est un peu trop épaisse, la détendre avec un peu d'eau de cuisson. La texture doit être onctueuse mais assez épaisse pour se manger facilement à la petite cuillère. Laisser tiédir à t° ambiante.

Couper la roquette et l'assaisonner de bon goût.

Pour le montage, dans le fond d'une verrine mettre la crème de chou-fleur, éplucher l'œuf avec précaution et récupérer le jaune (le blanc lui ne sera pas assez cuit) déposer le par-dessus la crème de chou-fleur. Mettre un peu de roquette puis poser par-dessus une lamelle de chou-fleur et le bacon.

Astuces

Si on ne veut pas se lancer dans la réalisation d'un œuf parfait on peut faire simplement faire des œufs mollets.

Bruno Passion Cuisine

Site : www.brunopassioncuisine.fr

E-mail : brunopassioncuisine@free.fr