

# Doigts de côte / pois / aubergine / amarante Sous Vide

**Auteur:** Thomas Mader



## Ingredients

### Marinade :

8 g de poivre en grains  
16 g de graines de coriandre  
16 g de poivre long  
480 g de sel  
80 g de sucre  
1600 g d'eau  
20 g de thym  
8 g d'ail  
1600 g de doigts de côte d'Angus Wagyu

### BBQ :

300 g de ketchup  
60 g de Ketjap Manis  
60 g de jus de pomme  
50 g de gin  
60 g de vinaigre de pomme  
5 g de piment  
30 g de sucre  
10 g de beurre

### Huile de cosses de pois :

300 g de petits pois  
100 g d'huile de cameline

### Émulsion de petits pois :

300 g de petits pois  
175 g de bouillon de légumes  
100 g de pousses de pois  
1 échalote  
2 citrons (jus et zeste)  
0,7 g de gomme xanthane  
75 g d'huile de cosse de pois

### Aubergine à trois formes :

## Préparation

### Marinade :

Faire griller les grains de poivre, les graines de coriandre et le poivre long dans une casserole sans graisse. Ajouter le sel, le sucre et l'eau. Faire chauffer jusqu'à ce que le sel et le sucre se soient dissouts. Ajouter le reste des ingrédients et laisser refroidir. Mettre les doigts de côte sous vide avec la marinade et laisser mariner pendant 2 heures. Laver les doigts de côte et les tamponner pour les sécher. Avant de servir, saisir à feu vif des deux côtés et laisser reposer 10 minutes dans un Hold-mat. Découper.

### BBQ :

Porter à ébullition tous les ingrédients, sauf le beurre, et laisser mijoter pendant 10 minutes. Réduire le liquide et retirer la casserole du feu. Ajouter le beurre, passer au tamis et laisser refroidir.

### Huile de cosses de pois :

Éplucher les petits pois et réserver les petits pois frais. Mixer finement les cosses avec l'huile et porter rapidement à ébullition. Laisser refroidir et passer dans une étamine. Utiliser l'huile recueillie pour l'émulsion de petits pois.

### Émulsion de petits pois :

Éplucher les petits pois. Porter les cosses à ébullition avec le bouillon de légumes. Laisser reposer 30 minutes et filtrer. Blanchir les petits pois, les tremper et les réserver pour l'amarante. Mixer finement les pousses de pois, les échalotes et les citrons. Passer le liquide à travers un tamis fin. Mélanger avec la gomme de xanthane et ajouter lentement l'huile de cosses de pois.

Aubergines en trois formes

### Aubergine grillée:

Entailler légèrement l'aubergine. Enfourner et cuire à la vapeur à 100 °C pendant 10 minutes. Éplucher, découper en fines tranches et découper en ronds. Réserver les restes. Faire revenir les tranches pendant le service et badigeonner de sauce BBQ.

### Caviar d'aubergine:

Hacher finement les restes d'aubergine grillés. Faire griller les graines de coriandre

# Doigts de côte / pois / aubergine / amarante Sous Vide

3 aubergines  
BBQ  
2 g de graines de coriandre  
2 g de graines de poivre long  
Restes d'aubergine  
50 g de vinaigre balsamique  
Sel  
50 g de crème fraîche  
1 aubergine  
50 g d'amidon de maïs  
100 g d'huile de table

## **Amarante :**

700 g d'amarante  
150 g de noisettes  
100 g de pousses de pois  
Sel  
2 citrons (jus et zestes)  
Émulsion de petits pois

## **Jus (sous vide) :**

250 g d'ailes de poulet  
250 g d'os de bœuf  
40 g de sauce soja  
1 feuille de laurier  
2 g de poivre en grains  
500 ml d'eau  
50 g d'échalotes  
5 g d'ail  
50 ml de Porto  
10 ml de Ketjap Manis  
20 ml de vinaigre balsamique

et le poivre long dans la poêle sans huile. Piler finement. Faire griller les restes d'aubergine et le vinaigre balsamique dans une poêle jusqu'à ce qu'il n'y ait presque plus de liquide. Laisser refroidir. Assaisonner avec du sel et de la crème fraîche.

## **Aubergine croustillante:**

Couper une aubergine en dés et les rouler dans de la féculé. Faire frire lentement à feu moyen dans l'huile de table jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée. Égoutter sur un chiffon et saler.

## **Amarante:**

Faire cuire l'amarante dans de l'eau salée jusqu'à ce qu'elle ramollisse. Faire griller les noisettes au four et les hacher grossièrement. Hacher finement les pousses de pois. Mélanger l'amarante, les noisettes et les pousses de pois. Assaisonner avec du sel, du jus de citron, les zestes de citron et l'émulsion de petits pois.

## **Jus (sous vide):**

Laver les ailes de poulet et l'os de bœuf. Mettre sous vide avec la sauce soja, la feuille de laurier, le poivre et 500 ml d'eau. Cuire sous vide à 85 °C dans le bain-marie du **fusionchef** pendant 1 heure. Baisser la température à 65 °C et laisser cuire 2 heures supplémentaires sous vide. Passer le bouillon à l'étamine. Faire suer les échalotes et l'ail. Déglacer avec le Porto, le Ketjap Manis et le vinaigre balsamique. Réduire jusqu'à l'obtention d'une consistance « sirupeuse ». Ajouter au bouillon et laisser réduire à 250 ml.

## **Dressage :**

Dresser les doigts sur une assiette avec les petits pois, l'aubergine, l'amarante et le jus.

Cette recette de la finale « JUNGE WILDE 2020 » nous a été aimablement mise à disposition par Thomas Mader. Photo : ©Thomas Mader