Sous vide Cobia et betterave



Auteur: Kornél Szemerédi



Ingredients

Fond de betterave :

1 I de jus de betterave

1 CC de cumin

3 feuilles de laurier

100 ml de vinaigre balsamique

100 g de sucre

10 g de sel

Jus de betterave :

Carcasses de cobia (sans peau ni tête) 600 ml d'eau

1 feuille de laurier

1 tomate

2 champignons de Paris

2 oignons de printemps

2 tranches de gingembre

1 tige de citronnelle

400 ml de fond de betterave

Sel, poivre

Un peu de jus de citron vert

20 g de texturant déshydraté pour soupes et sauces Basic Dry

Crème de betterave fumée :

500 g de betteraves rouges cuites 100-150 ml de fond de betterave 200 g de copeaux de fumage 1 g de gomme xanthane

Rondelles de betterave :

300 g de betteraves rouges cuites 200 ml de fond de betterave

Crosnes à la bière de blé :

400 g de crosnes

Préparation

Fond de betterave :

Faire cuire le jus de betterave avec les autres ingrédients et laisser infuser 15 minutes. Passer au tamis et réserver.

Jus de betterave :

Faire cuire les carcasses, les légumes et les épices pendant 45 minutes. Passer au tamis. Mélanger au fond de betterave. Assaisonner avec le sel, le poivre et le jus de citron vert. Ajouter le texturant Basic Dry. Servir tiède.

Crème de betterave fumée :

Couper grossièrement la betterave. Faire sécher 30 minutes au four à 140 °C. Faire chauffer les copeaux de fumage à la casserole et placer la betterave dans la fumée à l'aide d'un tamis. Couvrir avec du film alimentaire ou de l'aluminium. Retirer la casserole du feu et laisser fumer quelques minutes. Mixer la betterave fumée avec la gomme xanthane pendant 5 minutes à 90 °C dans le Thermomix pour obtenir un mélange lisse. Laisser refroidir.

Rondelles de betterave :

Couper la betterave en épaisses rondelles de 1 cm d'épaisseur et arroser avec le fond de betterave cuit. Avant de servir, faire mijoter la betterave dans une poêle et déglacer avec le fond de betterave.

Crosnes à la bière de blé :

Cuire tous les ingrédients, sauf les crosnes, pour obtenir un jus. Nettoyer les crosnes et les blanchir dans le jus. Verser le jus et les crosnes dans un bocal. Si nécessaire, mettre les crosnes plusieurs fois sous vide.

Gelée de babeurre :

Cuire tous les ingrédients, les laisser refroidir jusqu'à ce que la masse prenne. Mixer avec un mixeur plongeur pour obtenir un mélange crémeux.

Pâte à tempura à l'encre de seiche :

Mixer tous les ingrédients avec un mixeur plongeur afin d'obtenir une pâte liquide. Étaler de fines couches de pâte sur des feuilles de cuisson (4 x 4 cm). Cuire dans de l'huile de table pour que la pâte soit croustillante. Retirer les feuilles de cuisson

Sous vide Cobia et betterave



175 g de vinaigre de vin blanc

350 g de bière de blé

100 g d'eau 200 g de miel 2 baies de genièvre 2 feuilles de laurier

Sel, poivre

Gelée de babeurre :

250 g de babeurre 2,5 g d'agar-agar Sel, poivre

Pâte à tempura à l'encre de seiche :

75 g de glaçon 75 g de farine 25 g de fécule 2 g d'encre de seiche 1,5 g de levure chimique Huile de colza Sel, poivre de Cayenne

Riz noir vénéré pour les roulés de cobia :

300 g de riz vénéré 150 g de champignon 2 tranches de gingembre Zestes et jus d'un citron vert 1 branche de thym

Sel, poivre et texturant Basic Dry

Farce au poisson pour les roulés de cobia :

200 g de filet de sandre 180 g de crème Sel, poivre gris

Zestes et jus d'un citron vert

Cobia pour les roulés de cobia :

Cobia

Bandes de courgettes pour les roulés de cobia :

2 courgettes

Cobia cuit dans la betterave (sous vide) :

250 ml de fond de betterave 1 filet de cobia Sel, huile de bière

Extra:

Huile de bière Betterave et faire sécher les feuilles de tempura sur une feuille en silicone.

Roulé de cobia :

Riz noir vénéré pour les roulés de cobia :

Cuire le riz dans de l'eau salée avec le thym et le poivre, égoutter et conserver 100 ml du jus de cuisson. Réserver le riz. Faire à nouveau cuire le fond avec le reste des ingrédients, sauf le texturant Basic Dry. Mélanger avec le texturant Basic Dry, passer au tamis et mélanger avec le riz.

Farce au poisson pour les roulés de cobia :

Couper grossièrement le poisson. Mixer le tout finement au hachoir. Ajouter la crème jusqu'à obtenir la consistance souhaitée.

Cobia pour les roulés de cobia :

Lever les filets de cobia. Couper les filets dans la longueur, des deux côtés, afin d'obtenir des filets plats et réguliers. Puis les aplatir soigneusement.

Bandes de courgettes pour les roulés de cobia :

Couper les courgettes en bandes de 2 mm d'épaisseur.

Préparation des roulés de cobia :

Poser les bandes de courgettes sur du film alimentaire à 3 mm les unes des autres. Poser les filets de poisson dessus, assaisonner avec du sel et du poivre. Étaler une couche de 5 mm de farce puis une couche de 1 cm de riz. Former soigneusement un rouleau à l'aide du film et mettre sous vide. Cuire au cuiseur vapeur à 70 °C pendant 20 minutes. Refroidir dans la glace.

Cobia cuit dans la betterave (sous vide) :

Saler les filets et mettre sous vide avec un peu de fond. Faire mijoter à 55° C dans le bain marie sous vide du fusionchef pendant 20 minutes. Avant de servir, couper des tranches d'environ 5 mm d'épaisseur.

Cette recette, issue de la première sélection « JUNGE WILDE 2018 », nous été aimablement communiquée par Kornél Szemerédizur. Photo : © ROLLING PIN