

Velouté de courge Shiatsu et crème de parmesan



Temps de préparation : 25 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Ingrédients pour 6 personnes :

- 200 gr de chair de courge shiatsu
- 1 petit oignon
- 15 cl de lait
- 1 noisette de beurre
- 20 cl de crème liquide entière
- 20 cl de lait
- 75 gr de parmesan râpé
- 1 feuille de gélatine réhydratée ou son équivalent en agar-agar
- Un peu de granola non sucré
- sel, poivre

Préparation :

1. Faire fondre l'oignon dans un peu de beurre
2. Ajouter les morceaux de courge et les cuire 1 minute dans le beurre avec l'oignon en remuant
3. Couvrir d'eau et porter à ébullition
4. Baisser le feu et cuire jusqu'à ce que la courge soit tendre
5. Mixer jusqu'à l'obtention d'un velouté très fin
6. Ajouter du lait jusqu'à une consistance de pâte à crêpes un peu épaisse
7. Assaisonner de sel
8. Filtrer et verser dans un siphon
9. Gazer une fois, secouer et réserver à température ambiante
10. Dans une casserole, porter le lait, la crème et le parmesan à ébullition, baisser le feu et remuer jusqu'à ce que le parmesan soit complètement fondu.
11. Incorporer la gélatine, remuer, mixer.

Velouté de courge Shiatsu et crème de parmesan

12. Ajuster l'assaisonnement en sel et répartir dans des verrines.
13. Réserver à température ambiante.
14. Au moment de servir, secouer à nouveau le siphon et déposer un nuage de courge sur la crème de parmesan.
15. Parsemer de granola et ajouter éventuellement quelques gouttes de vinaigre balsamique.