

Purée de Choux Romanesco au gouda Néerlandais et cuisse de poulet jaunes fermier à la vapeur

pour 2 personnes

Ingrédients

1 chou Romanesco volumineux
(les têtes seulement)
0,60 cl d'eau
0,60 cl de lait demi-écrémé
gros sel Himalaya
fleur de sel, poivre
Mascarpone 50g
ails violet 4 belles gousses dégermés
huile d'olive première pression bio
beurre demi-sel 20 g
piment de Cayenne,
un soupçon pour les amateurs
Gouda Néerlandais 150 g ou 180 g en cube moyen pour les amateurs de fromage
5 pommes de terre Bintje
2 cuisses de poulets jaune fermier bio, sel fin (1 soupçon sur chaque face de la cuisse)



Préparation

Faire bouillir dans une grande casserole l'eau et le lait avec 1 filet d'huile d'olive et 2 cuillères à café de sel de l'Himalaya (riche en minéraux) y ajouter l'ail...
Une fois l'eau frémissante, plonger les têtes de choux et les pommes de terre en dès et laisser cuire à feu moyen (petit bouillon) 25 min environ, les légumes doivent être fondant à souhait pour pouvoir les écraser à la cuillère en bois.

Une fois cuit, égouttez puis réservez. Cuire le poulet à la vapeur dans un Vita Saveur ou cuit vapeur lambda pendant 25 min. Régler le minuteur.

En attendant préparez la crème au gouda. Remettez les légumes dans une casserole et à feu doux, ajoutez le beurre salé, une pincée de fleur de sel, le poivre, le soupçon de piment de Cayenne pour les amateurs et le mascarpone en remuant très délicatement à la cuillère en bois.

Pour finir, ajoutez le gouda en petit dès laissez fondre quelques instant et écrasez votre purée à la main et rectifiez l'assaisonnement à votre goût.

Sain
& Divin

Bon appétit
Jessica Virzi
Coach culinaire