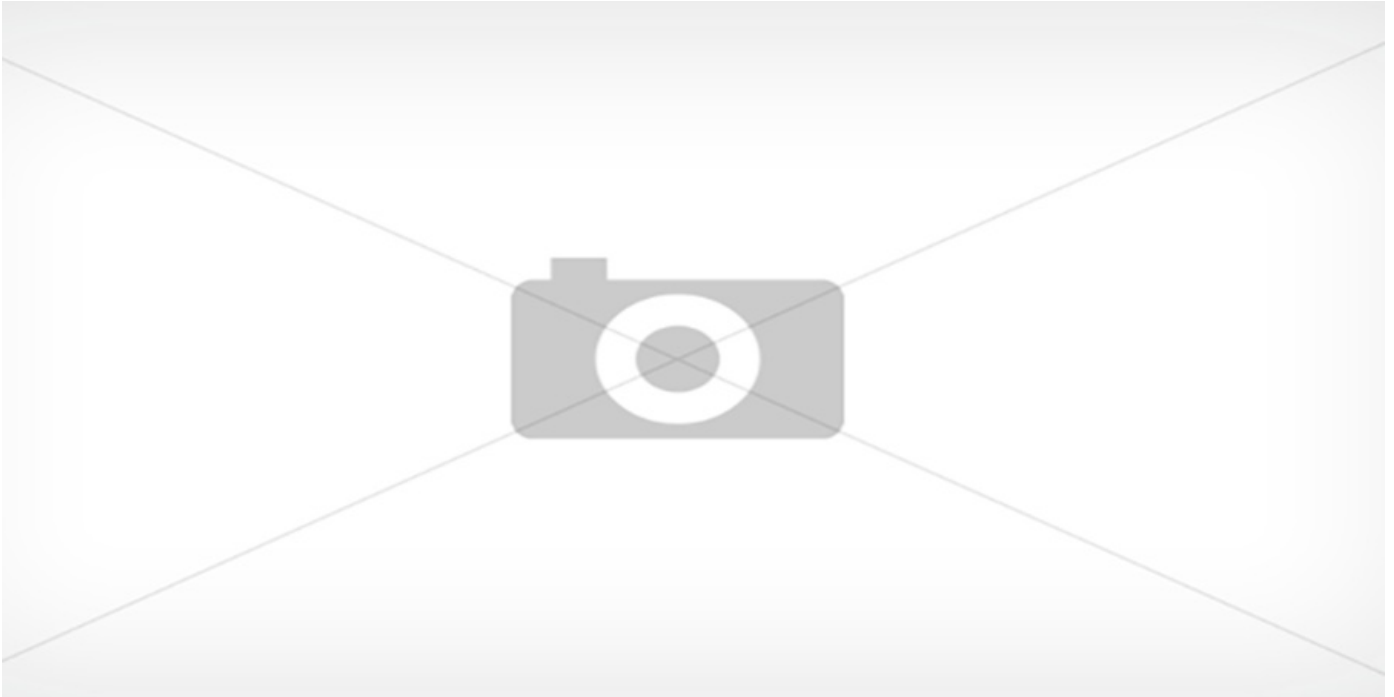


Fricassée encornets sur confits de légumes provençaux



Préparation pour 4 personnes

800g Encornets

½ litre d'huile d'olive

3 courgettes

2 aubergines

3 poivrons rouges

6 tomates

3 oignons

1 tête d'ail

thym, laurier, basilic (1 botte)

sel, poivre

persil frisé

Réalisation du confit de légumes à faire la veille :

Dans une plaque à rôtir mettre de l'huile d'olive avec du thym, du laurier et quelques gousses d'ail.

Détailler les légumes : oignons, aubergines, courgettes, tomates, poivrons en rondelles de la même épaisseur.

Disposer d'abord les oignons puis les aubergines, les poivrons, les courgettes, assaisonné de sel, poivre, entre chaque couche, finir avec les tomates, le basilic ciselé.

Recouvrir d'un demi litre d'huile d'olive, disposer une feuille d'aluminium.

Enfourner à 180 ° pendant 1h30 ou à 150° pendant 2 heures.

En fin de cuisson piquer avec la pointe d'un couteau pour vérifier la cuisson. Retirer du four et laisser bien refroidir.

Pour les encornets :

Émincer les encornets en très fines lanières, puis les réserver au frais. Prévoir une persillade.

Le lendemain :

Égoutter le confit de légumes et le placer dans un saladier. Finir l'assaisonnement suivant votre goût. Ajouter un peu de basilic ciselé, ail haché, sel et poivre.

Dans une poêle très chaude mettre de l'huile d'olive ou du beurre clarifié. Ajouter les fines lanières d'encornets, faire bien colorer. Ajouter la persillade et assaisonner sel, poivre.

Dressage :

Avec un cercle, mettre le confit de légumes dans le centre de l'assiette. Dresser la fricassée d'encornets en dôme dessus, décorer avec des herbes fraîches et un peu de vinaigre de balsamique.

Suggestion du chef : Le jus de cuisson du confit de légumes peut vous servir pour accompagner des pâtes en le faisant réduire légèrement en crème. Il est important que les encornets avant la cuisson soient débarrassés de toute humidité pour obtenir une belle coloration.