

LE GOÛT DU PAYS – FREDERICTON

Panaché d'algues



Portions : 6 à 8 entrées

Panaché

Ingrédients

15 g (0,5 once) d'algues goémon ou dulse sèches
15 g (0,5 once) d'algues aramé en brindilles
15 g (0,5 once) d'algues wakamé en brindilles
15 g (0,5 once) d'algues kombu blanchies à l'eau bouillante
2 échalotes françaises ou 2 oignons verts émincés finement
15 ml (1 c. à table) d'huile de sésame torréfié
Le jus d'un citron
15 ml (1 c. à table) de thym ou d'herbes de Provence
15 ml (1 c. à table) de graines de sésame

Préparation

1. Faire tremper chaque espèce d'algue dans un petit bol d'eau pour la réhydrater si vous utilisez des algues sèches.
2. Si vous les utilisez fraîches, laver chaque algue plusieurs fois sous l'eau froide.
3. Pour l'algue kombu, faire bouillir 2 minutes dans l'eau.
4. Presser les algues pour retirer l'excédent d'eau puis assécher sur un papier essuie-tout.

5. Hacher les algues à l'aide d'un couteau. Dans un saladier, mélanger algues, échalotes, huile, citron, herbes de Provence et graines de sésame.
6. Réserver le panaché au frais au moins une heure pour qu'il marine. Se conserve 1 semaine au réfrigérateur dans un récipient hermétique.

Spaghettis de légumes crus

Ingrédients

- 1 navet blanc de saison
- 1 betterave rouge de taille moyenne
- 40 feuilles de petits épinards

Préparation

1. Laver les légumes puis les éplucher.
2. À l'aide d'un rouet (ou spiraleur), former des spaghettis de navet et de betterave sans mélanger les deux légumes pour ne pas tacher de rose le navet.
3. Dans une petite assiette, former une rosace d'épinards.
4. Au centre de la rosace, former un petit nid de spaghettis de navet. Surmonter le tout de quelques spaghettis de betteraves.
5. Garnir le centre du nid de fromage de chèvre frais au sésame (voir recette ci-bas). Ajouter une pincée de panaché d'algues.
6. Servir en entrée.

Crème de chèvre au sésame

Ingrédients

100 g (1 tasse) de fromage de chèvre frais
15 ml (1 c. à table) d'huile de sésame torréfié
Sel

Préparation

1. Dans un bol mélanger le fromage et l'huile de sésame.
2. Saler au goût.

Variante : canapés d'algues au fromage de chèvre au sésame

Ingrédients

50 g (1/2 tasse) de fromage de chèvre au sésame
12 craquelins sans gluten style Mary's
1/3 de la préparation du panaché d'algues

Préparation

1. Étaler le fromage de chèvre sur un craquelin.
2. Au centre, placer une pincée de panaché d'algues.
3. Servir sur un plateau en amuse-gueule. Déguster avec un verre de champagne ou un vin blanc.