



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



**1 MARCHÉ, 1 CHEF,
1 RECETTE**

FICHE RECETTE

Saint-Marcellin



©2024 M ton Marché / Graphisme : **WANTED!** - Ne pas jeter sur la voie publique



saintmarcellin

Toast pain d'épices / Potimarron rôti / Réglisse et panais



Lionel Bourgeon



ENTRÉE OU
PLAT



1H30



30-40 minutes



6 personnes

TOAST ET POTIMARRON

- 5 tranches de pain d'épices
- Eclats de noix (50-60g)
- 1/4 de potimarron
- Paprika
- Curry
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 10 à 15 cl d'huile d'olive
- Sel et poivre
- Antésite (concentré de réglisse)

CHIPS DE PANAIS

- 1 panais

Préparation des toasts

- 1 A l'aide d'un emporte-pièce rond, détailler une vingtaine de rondelles de pain d'épices qui serviront de base aux toasts.

Potimarron rôti

- 1 Laver soigneusement le potimarron (la peau ne sera pas enlevée), enlever les graines, et couper des morceaux de tailles égales (pas trop gros)
- 2 Préparer l'huile aromatisée en versant l'huile d'olive, le paprika (2 cuillères à soupe), le Curry (2 cuillères à soupe), un oignon émincé, une gousse d'ail pressée, du sel et du poivre. Bien mélanger.
- 3 Dans un cul de poule, bien mélanger les morceaux de potimarron avec l'huile aromatisée, et mettre cette préparation dans un plat allant au four et enfourner pour 25 à 30 minutes.
- 4 A la fin de la cuisson : Mixer le tout dans un blender (avec un peu de fond de volaille). Verser petit à petit car la consistance doit être soyeuse et pas liquide.
- 5 Rectifier l'assaisonnement et rajouter l'antésite (petit à petit car l'antésite est très concentrée), puis réserver au réfrigérateur.

Chips de panais

- 1 Laver et éplucher le panais
- 2 Couper-le en deux et tailler des lamelles fines
- 3 Les mettre dans la friteuse à 165-170 degrés (environ 6 minutes)
- 4 Les réserver dans un plat avec du papier absorbant et les saler
- 5 Une fois refroidies, les chips se conservent dans une boîte en fer.

Dressage

- 1 Mettre le potimarron en poche avec une douille ronde
- 2 Pocher le potimarron sur la rondelle de pain d'épices
- 3 Parsemer d'éclat de noix
- 4 Rajouter un morceau de chips de panais