

CONSERVATOIRE GRAND SUD DES CUISINES DE TERROIR



TERROIR 13 - 7 JUIN 2009

SOURIS DE SAUGE ET KETCH UP PIQUANT DE POIVRON AU MIEL DE PROVENCE

Ingrédients : 4 personnes

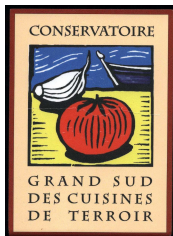
Préparation : 30 min + 1h de repos pour la pâte

Cuisson : 1h30 pour le ketch up + 10 minutes pour les beignets

Ingrédients		Ustensiles utilisés :
Pour le Ketch Up :	Pour les beignets :	- 1 planche à découper
- 1 gros poivron rouge	- 20 feuilles de sauge à grande	- 2 couteaux de cuisine
- 4 poivrons jaunes (pas trop gros et qui puissent tenir debout)	feuille (Salvia Maxima) avec la queue	- 1 casserole
- 1 oignon	- 300 gr de farine	- 1 blinder ou mixer
- 3 tomates de pays bien mures (cœur de bœuf) ou tomates en conserve maison (ou en colis)	- 1 sachet de levur chimique	- 2 cuillères à soupe
- 3 gousses d'ail	- 2 œufs	- 2 fourchettes
- 2 c à s de miel de Provence	- 40 cl de lait	- 1 chinois
- ½ verre de vinaigre balsamique	- 1 pincée de noix de muscade	- 1 rouleau de papier absorbant
- la pointe de couteau de poudre de piments de Cayenne	- Sel, poivre	- 1 gros bol ou saladier
- 2 c à s d'huile d'olive	- 35 cl d'huile d'olive	- 1 fouet
- Sel, poivre		- 1 poêle
- 1 feuille de laurier		- 1 plat ou grande assiette
- Quelques brins de romarin		- 1 écumoire ou araignée
		Pour le service :
		- 4 assiettes et couverts

Préparation :

- Emincer l'oignon et le poivron rouge - Mettes-les à colorer dans une casserole avec 2 cuillères d'huile d'olive à feu doux – quand les oignons commencent à être translucides, ajouter le miel et mettez à feu vif. Laissez cuire en remuant de temps en temps jusqu'à ce que le miel commence à caraméliser.
- A ce moment là versez le vinaigre balsamique, les gousses d'ail et laissez bouillonner quelques minutes. Ajouter les tomates préalablement émondées et pelées (ou le coulis), un brin de romarin et une feuille de laurier. Salez, poivrez et ajoutez le piment. Faire mijoter à découvert environ 1 heure.
- Pendant ce temps, dans un bol mettez la farine, la levure, du sel, du poivre et la muscade. Mélangez, ajoutez les œufs et battez tout en ajoutant le lait petit à petit afin d'obtenir une pâte homogène et qui fasse un joli ruban quand on soulève le fouet. Laissez reposer 1 heure.
- Rincez les feuilles de sauge et séchez-les entre des feuilles de papier absorbant.



- Revenons au ketch up, une fois la sauce cuite et réduite, mixer la, il faut obtenir un coulis bien lisse et onctueux, si besoin, passer au chinois et rectifiez l'assaisonnement. Gardez le ketch up au chaud.
- Coupez les culs des poivrons jaunes pour en faire des petits ramequins, coupez et gardez le haut des poivrons pour la décoration au moment du service. Réservez.
- Dans une grande poêle, mettre à chauffer une bonne quantité d'huile d'olive puis trempez chaque feuille de sauge et faire frire 2 minutes de chaque côté. Les beignets doivent gonfler et former de jolies souris dorées.
- Déposez-les sur du papier absorbant.
- Pour le service, mettez du ketch up dans les poivrons jaunes, mettez les dans les assiettes de service et déposez les chapeaux de poivrons contre « ces ramequins ». répartissez 5 souris par assiette, décorez avec un brin de romarin dans les ramequins de ketch up.
- Servez !!

Recette de Laurent DEL TESTA