INGRÉDIENTS

HARICOTS
- 1 Oignon
- 1 Carotte
- 1 Bouquet garni
- 600 g de fond blanc
- 1 os de jambon
- 2 cuillères de graisse de canard

POIS CHICHES
- 100 g de pois chiches
- 50 g de fenouil
- 50 g d'algues kombu
- 1 brin de thym
- Poivre en grains
- 250 de jus marinière

JUS MARINIÈRE
- 500 g de moules
- 200 g de palourdes
- 20 cl de vin blanc
- 1 branche de céleri
- 1 bouquet garni
- 3 gousses d'ail
- 1 oignon
- Persil

VINAIGRETTE
- 30 g d'échalote ciselée
- 5 g de persil haché
- 5 g de cerfeuil
- 1/2 cuil. à café de Savora
- 1 cuil. à soupe de jus de cuisson des pois chiches
- 1 trait de vinaigre de vin
- 1 zeste de citron jaune bio

J'OSE LE HARICOT TARBAIS ET POIS CHICHE, MOULES, PALOURDES ET ALGUES

Convives	Préparation	Cuisson
10	/	/

Recette réalisée par
STÉPHANE CARRADE
Chef doublement étoilé au Skiff Club

1 Avenue Louis Gaume
33115 Pyla sur Mer.

HARICOTS
Faire tremper les haricots 12 h. Tailler une mirepoix bordelaise avec les oignons et carottes à la graisse de canard, ajouter l'os de jambon et les haricots nacrés et mouiller avec le fond blanc, 2 fois et demi le volume de haricots, ajouter le bouquet garni et cuire à couvert. Assaisonner à ¾ de cuisson.

POIS CHICHES
Faire tremper les pois chiches pendant 12 h. Cuire avec les algues kombu, le thym citron et le jus de marinière 2 fois et demi le volume de pois chiches, cuire à couvert.

JUS MARINIÈRE
Avec la moitié des moules et palourdes, préparer une marinière avec les oignons ciselés, 1 gousse d'ail, le vin blanc, queue de persil, 1 branche de céleri + poivre. Cuire le temps d'ouvrir les coquillages, ajouter 15 cl de fond blanc et filtrer.

VINAIGRETTE
Mélanger le tout dans un cul de poule. Rectifier l'assaisonnement.

PRÉPARATION DES MOULES ET PALOURDES
Faire bouillir de l'eau avec 30 g de gros sel pour 1 litre d'eau- et pocher les coquillages entiers. Dès ouverture retirer de l'eau et décoquiller, poivrer fortement.

FINITION ET PRÉSENTATION
Assaisonner les haricots et pois chiches avec la vinaigrette, dresser à plat, sur une assiette plate. Déposer les coquillages, et les algues préalablement blanchies.

Commandez en ligne 24h/24, 7 jours/7
d'où vous voulez avec l'appli mobile Transgourmet

www.transgoumet.fr