

Paleron rôti à basse température, topinambours et navets de Pardailhan

Ingrédients pour 6 personnes :

910 de paleron
1 cuillère à soupe d'huile
1 oignon
2 échalotes
1 litre de bouillon de légumes
Sel, poivre

210 g de pointes d'asperges vertes
500 g de navets de Pardailhan
500 g de topinambours
20 cl de crème
QS de poivre concassé
Sel
1 cuillère à soupe d'huile
10 g de sel
5 cl de madère

Préparation :

Dans une sauteuse, faire chauffer l'huile, y faire dorer le paleron sur toutes les faces.
Réserver dans une terrine allant au four.
Faire fondre l'oignon et les échalotes 10 minutes à feu doux, les ajouter au paleron.
Faire chauffer le bouillon de légumes, saler, poivrer, le verser sur le paleron qui doit être recouvert par le liquide.
Fermer la terrine.
Mettre dans le four préchauffé à 80° pendant 3 heures.
Le paleron est rosé, tendre et savoureux.

Éplucher les asperges.
Faire chauffer une casserole d'eau, y mettre les asperges, laisser cuire 10 minutes. Égoutter. Mettre à rafraîchir dans de l'eau froide. Égoutter. Partager chaque asperge en deux. Réserver.

Éplucher les navets, les râper assez gros.
Dans une sauteuse mettre à chauffer 1 cuillère à soupe d'huile et 10 g de beurre, y faire rissoler les navets en remuant très souvent, pendant 10 minutes. Saupoudrer de sucre, caraméliser, réserver au chaud.

Éplucher les topinambours, les couper en tranches très fines, les mettre à rissoler dans la sauteuse une dizaine de minutes.
Saler, réserver au chaud.

Faire sauter les asperges, saler, réserver au chaud.

Egoutter le paleron, le trancher, le saupoudrer de poivre concassé, le faire revenir dans la sauteuse 1 minute. Réserver.

Déglacer la sauteuse avec le madère, ajouter la crème, le sel, laisser épaissir.

Mettre deux cuillères à soupe de cette sauce dans chaque assiette, poser le paleron, étaler le navet sur le paleron, puis les asperges et les topinambours.

Servir aussitôt.

<http://deliceyes.over-blog.org/>