



Soupe au curry et à la noix de coco, langoustines et ananas



Rezept für 4

Ingrédients pour les langoustines

8 grosses langoustines (ou 9 à 12 petites)
Graisse pour la cuisson
Sel et poivre
4 fines rondelles d'ananas

Ingrédients pour le chutney d'ananas

1 kg d'ananas (ou d'autres fruits)
500 g de sucre
200 ml d'eau
200 ml de vinaigre de vin blanc
200 ml de vin blanc
Piment
Coriandre
Graines de moutarde
Ail
Curry en poudre

Préparation des langoustines

Saler et poivrer les langoustines et les enrouler dans les rondelles d'ananas. Les saisir à la poêle des deux côtés. Les faire cuire pendant 1 à 2 min. à 180 °C au four avec la fonction Air chaud avec vapeur.

Préparation du chutney d'ananas

Couper l'ananas en dés. Le mélanger avec les autres ingrédients et le mettre au réfrigérateur pendant 24 h. Stériliser des bocaux à la vapeur à 100 °C pendant 10 minutes puis les sécher. Faire réduire le tout lentement dans une casserole puis remplir les bocaux.



Préparation de la soupe

Laver les pommes et les légumes et les couper en petits morceaux. Frapper la citronnelle avec un attendrisseur à viande et la couper en petits morceaux. Eplucher le gingembre et le détailler en fonction de l'intensité souhaitée pour la soupe. (coupé en morceaux = peu relevé / râpé = très relevé) Faire chauffer l'huile de sésame dans une casserole puis faire revenir lentement les légumes et les pommes. Ajouter la citronnelle et le gingembre, puis poursuivre brièvement la cuisson. Ajouter la pâte de curry, la pâte de citronnelle, le curry en poudre ainsi que la poudre cinq épices. Mouiller avec les tomates et mélanger. Verser le lait de coco et la sauce soja puis porter à ébullition. Laisser mijoter à feu très doux pendant env. 1 heure. Au bout de 15 minutes, ajouter le tandoori en poudre, les graines de coriandre et le piment. Bien mixer la soupe, la filtrer et rectifier l'assaisonnement. Emulsionner avant de servir. Info: sans gluten ni lactose

Ingrédients pour la soupe

2 l de lait de coco
1 kg de tomates en boîte
100 g de sauce soja
50 g d'huile de sésame
200 g d'oignons
70 g de citronnelle
30 g de gingembre
1 gousse d'ail
250 g de mirepoix (carottes, poireau, céleri)
2 pommes (épépinées)
1 cs de pâte de curry rouge
½ cs de pâte de citronnelle
2 cs de curry jaune en poudre
Poudre cinq épices
1 feuille de limette et 1 feuille de laurier
1 cs de graines de coriandre
1 cc de tandoori en poudre
1 petit piment
Sel