

Mourad Haddouche

Chef exécutif de Loiseau des Vignes à Beaune

La soupe glacée de courgettes !

INGREDIENTS pour 4 personnes

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------|
| • 4 courgettes rondes | • 1 burrata / fromage filé |
| • Plusieurs courgettes longues vertes | • 4 fleurs de courgette |
| • Huile d'amande ou d'olive | • Quelques feuilles de basilic |
| • 1 pincée de sel & poivre | • Quelques amandes de saison |

DÉROULE DE LA RECETTE

Couper le chapeau des courgettes, ensuite les creuser à l'aide d'une cuillère à soupe

Les cuire à l'anglaise dans une eau glacée salée pendant 4 minutes environ, les sortir, les plonger dans une eau glacée. Elles nous serviront plus tard comme bol pour y déposer notre crème de courgettes.

Prendre de longues courgettes vertes, enlever l'intérieur, les émincer finement, les faire revenir dans une huile d'amande ou huile d'olive. Ensuite, mouiller avec de l'eau et faire cuire rapidement avec une pincée de sel pendant environ 3-4 min de façon à les avoir juste fondantes.

Mettre les asperges dans un mixeur, mixer le tout. Ajouter une demi-burrata ou un fromage filé qui va permettre d'amener un côté « lacté » après un second mixage.

Une fois que cette crème de courgettes est faite, la verser dans nos bols de courgettes préparés précédemment.

Prendre 4 belles fleurs de courgettes, mettre la burrata / le fromage filé restant, hacher menu, ajouter un filet d'huile d'amande, un peu de feuilles de basilic pourpres et farcir les fleurs courgettes. Poser cette préparation sur le dessus, ajouter quelques amandes fraîches de saison, des feuilles de basilic, un filet d'huile d'amande, une pincée de sel, un tour de moulin à poivre.

Déguster !

Astuces : Ajoutez des lamelles des courgettes jaunes pour apporter de la couleur à votre plat