

BRUSCHETTAS AUX MOULES
ET AUX PALOURDES

MENU 100% *barbecue*

Le temps des soupers autour du barbecue est enfin de retour! Laissez-vous tenter par ces recettes, où tout cuit sur le gril de l'entrée au dessert.

BRUSCHETTAS AUX MOULES ET AUX PALOURDES

Donne 4 portions

Ingrédients

- › Huile végétale, en quantité suffisante
- › 12 palourdes Littleneck lavées
- › 12 moules de culture lavées et ébarbées
- › Le jus et le zeste de 1 citron
- › 2 gousses d'ail hachées
- › 1 échalote française ciselée
- › 75 ml (5 c. à soupe) de vin blanc
- › 2 tomates mondées, épépinées et coupées en dés
- › 15 ml (1 c. à soupe) de persil frais, haché
- › 15 ml (1 c. à soupe) de ciboulette ciselée
- › 60 ml (4 c. à soupe) d'huile d'olive
- › Sel et poivre du moulin, au goût
- › 1 baguette coupée dans la longueur, en tronçons de 10 cm (4 po)

Préparation

1. Dans un grand poêlon, chauffer un filet d'huile végétale à feu vif et faire cuire les palourdes 5 minutes à couvert. Ajouter les moules et le jus de citron, et poursuivre la cuisson de 3 à 4 minutes. Quand les coquilles commencent à s'ouvrir, ajouter l'ail, l'échalote et le vin blanc, et poursuivre la cuisson 1 minute, toujours à couvert.
2. Retirer les mollusques du poêlon et laisser réduire le jus de cuisson jusqu'à ce qu'il reste environ 30 ml (2 c. à soupe) de liquide.
3. Retirer les coquilles, puis remettre les moules et les palourdes dans le poêlon. Ajouter les tomates, le zeste de citron et les fines herbes, et bien mélanger. Verser l'huile d'olive, puis saler et poivrer.
4. Préchauffer le barbecue à température élevée (environ 260 °C / 500 °F). Huiler les morceaux de pain et les faire griller sur la grille du barbecue. Garnir les croûtons du mélange à bruschettas.

Note: Si vous ne trouvez pas de palourdes, il suffit de doubler la quantité de moules.

SALADE DE BETTERAVES ET DE POIRES AU ROMARIN

Donne 4 portions

Ingrédients

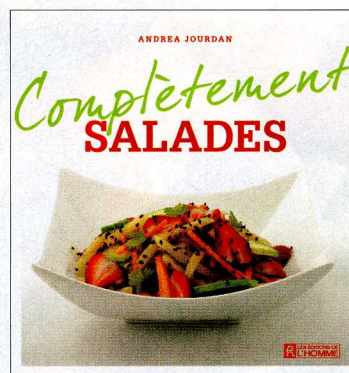
- › 8 petites betteraves rouges ou jaunes, en quartiers
- › 4 branches de romarin frais + 15 ml (1 c. à soupe), haché
- › Sel et poivre, au goût
- › 250 ml (1 tasse) d'huile d'olive extravierge
- › 15 ml (1 c. à soupe) de beurre
- › 4 poires pelées, en quartiers
- › 2 poivrons rouges, en lanières
- › 30 ml (2 c. à soupe) de vinaigre de vin rouge
- › 15 ml (1 c. à soupe) de mayonnaise

Préparation

1. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F). Vous pouvez également utiliser le barbecue: le faire chauffer à température moyenne-élevée.
2. Sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé, déposer les quartiers de betterave. Ajouter les branches de romarin. Saler légèrement. Arroser de 60 ml (4 c. à soupe) d'huile d'olive. Cuire 35 minutes ou jusqu'à ce que les betteraves soient tendres et bien dorées. Laisser refroidir.

3. Pendant ce temps, dans un poêlon, faire fondre le beurre à feu vif. Ajouter les poires et les poivrons. Faire sauter 5 minutes. Transférer dans un bol. Ajouter les betteraves refroidies et mélanger.

4. Dans un petit bol, mélanger le vinaigre, la mayonnaise et le romarin haché. Saler et poivrer, au goût. Incorporer le reste de l'huile d'olive. Verser sur la salade et mélanger délicatement.



Recette tirée de *Complètement salades*, d'Andrea Jourdan, Les Éditions de l'Homme, 7 \$



PRUNES À LA CANNELLE ET SAUCE AU PORTO

Donne 4 portions

Ingrédients

Sauce au porto

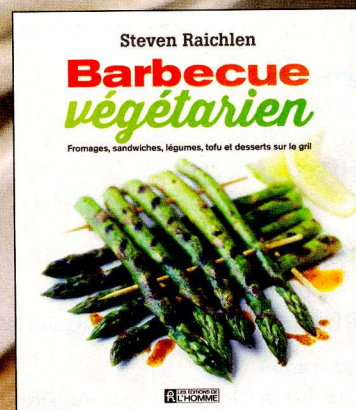
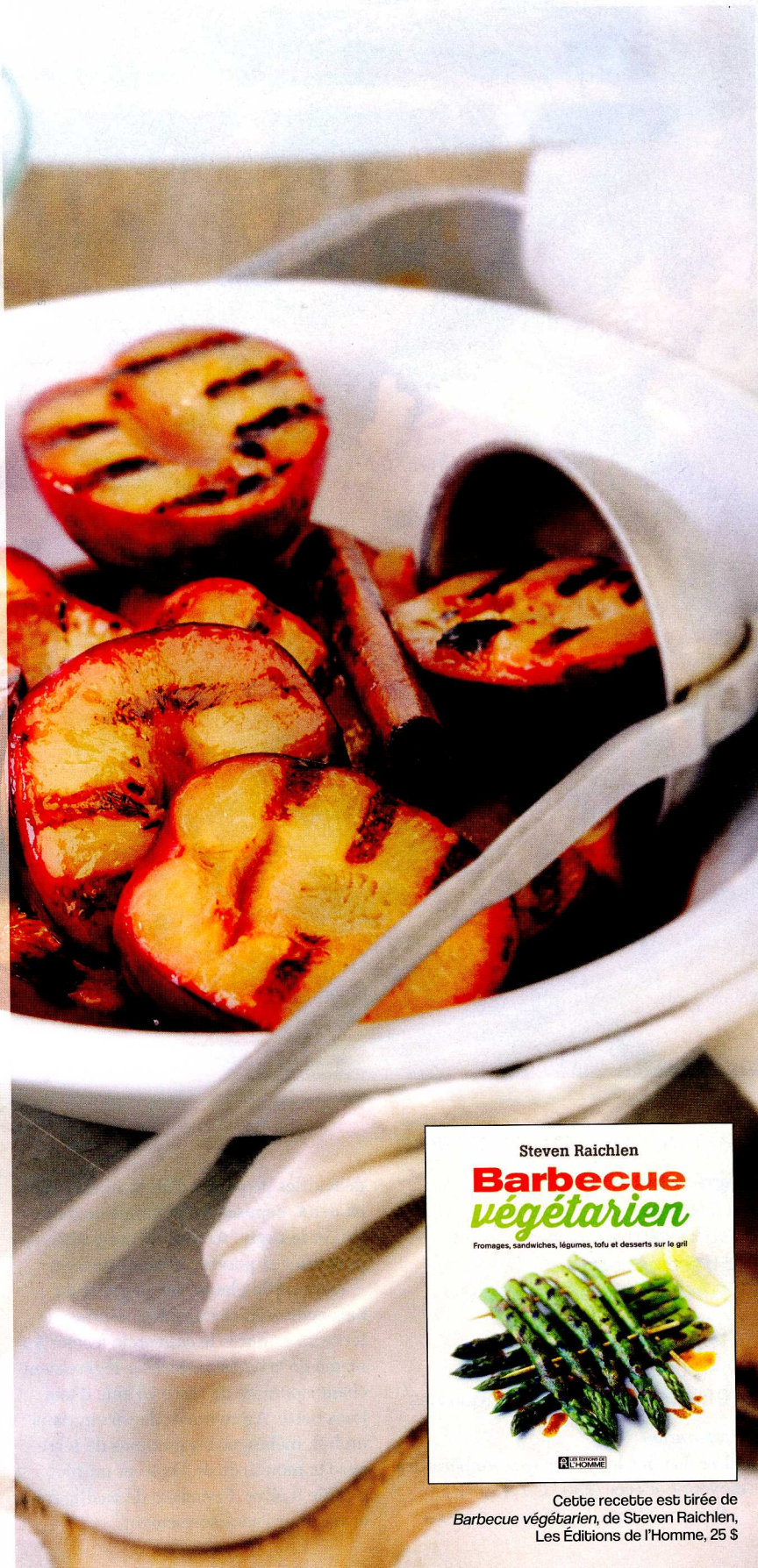
- 250 ml (1 tasse) de porto
- 1 bâton de cannelle de 8 cm (3 po)
- 45 ml (3 c. à soupe) de sucre ou plus, au goût
- 2 clous de girofle
- 2 rubans de zeste de citron de 1,25 cm x 4 cm (1/2 po x 1 1/2 po)
- 7 ml (1 1/2 c. à thé) de fécule de maïs
- 15 ml (1 c. à soupe) de jus de citron frais

Prunes

- 4 grosses prunes mûres (variété au choix)
- 8 bâtons de cannelle de 8 cm (3 po)
- 8 rubans de zeste de citron de 1,25 cm x 4 cm (1/2 po x 1 1/2 po)
- Crème glacée ou yogourt glacé à la vanille
- 4 brins de menthe fraîche

Préparation

1. Préparer la sauce. Verser le porto dans une casserole à fond épais. Ajouter la cannelle et le sucre. Piquer les clous de girofle dans les zestes et ajouter au mélange. Porter à ébullition et laisser bouillir de 3 à 5 minutes, jusqu'à ce que le liquide devienne sirupeux.
2. Diluer la fécule de maïs dans le jus de citron et verser lentement dans le mélange au porto. Réduire le feu et laisser mijoter de 1 à 2 minutes. Passer la sauce au tamis et laisser refroidir à la température ambiante.
3. Préparer les prunes. Entailler chaque fruit dans la longueur, puis faire tourner les deux moitiés de prune dans le sens opposé afin de les séparer. Retirer le noyau. Couper chaque moitié en deux. À l'aide d'une brochette en métal, faire un trou au centre de chaque quartier de prune. Sur chacun des bâtons de cannelle, embrocher un quartier de prune, un ruban de zeste, puis un second quartier de prune.
4. Préchauffer le barbecue à température élevée. Déposer ces «brochettes» sur la grille chaude préalablement huilée. Cuire de 3 à 5 minutes de chaque côté jusqu'à ce que les prunes soient dorées. Les badigeonner légèrement de sauce au porto en cours de cuisson.
5. Pour servir, mettre une boule de crème glacée dans quatre verres à martini (on peut aussi utiliser des verres à pied ou des petits bols). Déposer deux «brochettes» sur chaque boule, puis napper de sauce au porto. Décorer de feuilles de menthe et servir.



Cette recette est tirée de
Barbecue végétarien, de Steven Raichlen,
Les Éditions de l'Homme, 25 \$