

PAR FABIEN BOURDON

FONDUE CHINOISE - LA VÉGÉ

Ingredients (Pour 8 personnes)

Garniture

150 g de chou chinois
250 g de courgette
250 g de carotte
250 g de poireau
150 g de pousses de mungo
150 g de champignons de Paris
4 oeufs durs
1 kg de tofu
Huile
Bouillon
10 g de graines de sésame
3 bâtons de citronnelle
40 g de gingembre
25 cl de sauce soja
2 l de bouillons de légumes
10 cl de jus de citron
40 g de champignons oreilles de Judas
Huile
Décoration
1 botte d'oignon cébette
50 g de piment rouge
1 botte de coriandre

Preparation:

Faire tremper les oreilles de Judas dans un bol avec 25 cl d'eau.

Tailler les carottes en bâtonnets, émincer le chou chinois grossièrement. Émincer le poireau et tailler les courgettes en sifflets.

Débiter le tofu en cubes de 1 cm et les champignons de Paris en quartiers.

Émincer les oignons cébettes et le piment rouge après en avoir retiré les pépins. Équeuter la coriandre.

Dans une casserole avec un peu d'huile, faire revenir en premier les carottes, le poireau puis le chou chinois, les courgettes et les champignons de Paris. Une fois cuit ajouter les pousses de mungo.

Pour confectionner le bouillon, faire revenir, dans un peu d'huile, les graines de sésame, la citronnelle et le gingembre préalablement émincés. Déglacer avec la sauce soja. Mouiller avec le bouillon de légumes et l'eau de trempage des oreilles de Judas, laisser infuser pendant 30 minutes.

Dans 8 assiettes creuses, disposer joliment la garniture (poireau, chou chinois, carotte, courgette, champignons de Paris et pousses de mungo). Ajouter les cubes de tofu et un demi oeuf dur.

Verser le bouillon très chaud sur la garniture et parsemer avec les éléments de décoration.

