



Cromesquis d'effiloché végétal & croûte de pistache

Une recette signée Anaïta Torkmani, cheffe du restaurant Lazuli à Forcalquier, des bouchées croustillantes à cœur fondant, enrobées d'une double panure au panko et éclats de pistache, sublimes par une touche de pomme et gingembre. Une recette originale et pleine de caractère.

🕒 30 min

🔪 Facile

Préparation

- 1 Ré effilochez la viande ou l'effiloché végétal de votre choix en massant la matière. Aidez vous de la sauce pomme pour vous faciliter la tâche.
- 2 Formez une boule en compressant franchement la matière à l'aide de vos deux mains.
- 3 Réaliser la panure en trempant la boule d'abord dans l'œuf puis dans le panko, puis dans les éclats de pistaches.
- 4 Réaliser une double panure en trempant une deuxième fois la boule dans l'œuf, puis cette fois seulement dans les éclats de pistache pour obtenir une belle croûte riche en pistaches.
- 5 Cuisson: 10 min à 180° (chaleur tournante).
- 6 Pour le dressage, nous avons utilisé des graines germées (radis rouge) pour former un nid autour du cromesquis et de l'aneth ainsi qu'un filet d'huile de pistaches torréfiées.



Ingrédients

Portions : 4

600 g effiloché végétal

60 g panure panko

60 g éclats de pistaches

1 œuf battu

120 g sauce glacée à la pomme et au gingembre

huile de pistaches