



TAJINE DE LÉGUMES, ŒUF CONFIT À L'HUILE D'OLIVE

Ingrédients : pour 4 personnes

- 2 courgettes
- 2 carottes
- 2 pommes de terre
- 100gr de pois chiche cuits
- 1 tomate
- 1 cuillère à café rase de cumin moulu
- 1 cuillère à café rase de Raz El Hanout
- 1 oignon
- Pm Tomates confites
- Pm Olives verte
- 4 œufs



Instructions

Faire chauffer l'huile d'olive à 72 degrés et plonger délicatement des jaunes d'œufs à confire. Les laisser cuire 7 minutes sans jamais dépasser les 72 degrés.

Pendant ce temps, éplucher et tailler les légumes.

Faire revenir les oignons dans un fond d'huile d'olive sans mener à coloration. Ajouter les légumes, assaisonnez avec les épices et le sel, puis mouiller à hauteur et laisser réduire.

À mi-cuisson, rajouter les pois chiches, les olives et les tomates confites.

Dressage

Déposer à l'aide d'une écumoire, les légumes dans le fond de l'assiette et ajouter délicatement l'œuf confit sur le dessus.



Chef Stéphane COCAT
Mairie de Créteil (94)