

## Œuf poché et son pestou de légumes

Il y a quelques jours, notre prestigieux chef **Dominique Frérard** vous **défiait en vidéo** dans un incroyable défi culinaire ! Pour illustrer la catégorie **Grand classique revisité**, il vous a préparé une version bistronomique de l'œuf poché accompagné d'un pestou de légumes, de quenelles de brandade de morue, tuiles d'herbes et **huile d'olive** aux aromates.

**Rendez-vous sur l'article du défi** pour tout savoir de cet incroyable challenge !

- 3 pers.
- 40 Min.
- 20 Min.

## Ingrédients

### OEUF POCHE

- 3 œufs frais bio
- 1 trait de vinaigre blanc

### BRANDADE

- 650 g de morue salée
- 1 L de lait
- Quelques baies de poivres
- 1 bouquet garni (persil, thym, laurier)
- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- 2 c.a.s d'**huile d'olive vierge extra Bio**

### PESTOU

- 3 c.a.s d'**huile d'olive vierge extra Bio**
- 3 tomates
- 2 courgettes
- 80 g d'**olives noires confites dénoyautées**

### DRESSAGE

- Quelques feuilles de roquette
- 24 belles fèves
- 6 c.a.s d'**huile aromatisée**

### TUILE AUX HERBES

- 150 g d'eau
- 18 g de farine
- 37 g d'**huile d'olive vierge extra Bio**
- Sel et poivre
- Quelques feuilles de persil plat blanchies

## Préparation de l'œuf poché

Pochez les oeufs dans une eau frémissante avec un trait de vinaigre blanc pendant environ 2 min en fonction de leur grosseur. Veillez à ce que les blancs enveloppent les jaunes en cuisant.

Déposez les œufs dans de l'eau glacée pour arrêter la cuisson. Une fois refroidis, réservez sur un papier absorbant.

## **Préparation de la brandade de morue :**

Faites dégorger la morue dans de l'eau froide pendant 24 h minimum. Changez l'eau plusieurs fois.

Dans une casserole, ajoutez le lait, les baies de poivre, le bouquet garni, la gousse d'ail et l'oignon coupé en deux. Pochez-y la morue jusqu'à ébullition puis arrêtez la cuisson.

Effeuillez la morue avec l'**huile d'olive** à l'aide d'une spatule. Liez l'appareil avec la crème fraîche. Ajoutez une pincée de poivre ainsi que la noix de muscade moulue.

## **Préparation du pestou :**

Versez l'**huile d'olive** dans une poêle. Ajoutez les légumes taillés en brunoise. Faites revenir à feu moyen pendant quelques minutes. La cuisson des légumes doit être al dente.

Ajoutez le basilic et les **olives** en fin de cuisson.

### ***Infos – Astuces :***

Le pestou est une sorte de ratatouille dont la particularité consiste à tailler les légumes en brunoise.

Composé d'oignons, de tomates, de poivrons rouges, jaunes et verts, d'aubergines et de courgettes. Ces légumes sont poêlés à l'huile d'olive dans l'ordre indiqué. Salez et poivrez, cuire « al dente », ajouter du basilic ciselé avant d'ajouter, pour finir, les morceaux d'olives.

## **Préparation des tuiles aux herbes :**

Mélangez tous les ingrédients dans un blender et mixez jusqu'à obtenir un mélange homogène. Passez le tout au chinois étamine.

À l'aide d'une cuillère voir même d'un pinceau, déposez l'appareil sur une poêle très chaude. Le mélange doit crépiter pour former les petits trous dans la tuile. Faites-les cuire

environ 1 min suivant l'épaisseur. Vous devez réaliser des tuiles très fines pour qu'elles gardent une couleur bien verte.

### **Les autres recettes de notre défi culinaire**

**Oeuf mimosa façon trompe l'oeil**

**Egg boat aux olives, tomates et mozzarella**

**Trompe-l'oeil d'oeufs au plat façon Pavlova**

**Asperges en trompe-l'oeil d'œufs au plat**

**Scotch eggs**