



CAP BOURBON



LÉGINE POCHÉE
« MOLLE KERALA »
CITROUILLE / SAFRAN PEÏ /
CITRON VERT



LÉGINE POCHÉE « MOLLE KERALA » CITROUILLE / SAFRAN PEÏ / CITRON VERT

Jehan COLSON
Restaurant **La Fabrique**
à St Denis

Ingrédients

- ★ 2 oignons
- ★ 10 feuilles de Kaloupilé
- ★ 2 càc ail/gingembre
- ★ 6 feuilles de combava
- ★ 1 pointe de couteau de pâte de curry
- ★ ½ piment oiseau
- ★ 2 rhizomes de curcuma frais émincé
- ★ 3 boîtes de lait de coco

Ingrédients

- ★ ½ citrouille
- ★ Thym
- ★ Kaloupilé
- ★ Huile d'olive
- ★ Sel
- ★ Les zestes de 2 citrons verts
- ★ Le jus d'un citron vert

Ingrédients

- ★ Feuilles de kaloupile

Ingrédients

- ★ Gros sel
- ★ Sucre
- ★ Filet de légine

Sauce molle kerala

- ✓ Suer les ingrédients.
- ✓ Mouiller de lait de coco.
- ✓ Porter à ébullition et laisser infuser 1h.
- ✓ Mixer.
- ✓ Passer au chinois.
- ✓ Rectifier l'assaisonnement.
- ✓ Réserver 1/3 pour la sauce à monter au beurre doux (tant pour tant).

Citrouille écrasée

- ✓ Éplucher et tailler la citrouille en mirepoix.
- ✓ Assaisonner de sel et d'huile d'olive.
- ✓ Ajouter le thym et le kaloupilé.
- ✓ Enfoumer dans un bac gastro à 180°C pendant 30 min.
- ✓ Au sortir du four ajouter les zestes de citron et le jus.

Feuilles de kaloupile

- ✓ Frire les feuilles fraîches, 2 min à 140°C.

Légine

- ✓ Passer les filets de légine au sel/sucre pendant 20 min.

Copeaux de coco

Fleurs d'œillet Malbar