Poireaux vinaigrette asiatique crème de sésame noir

VEGAN mag 40

Imprimer

Commenter

Préparation: **15 min**
Cuisson: **12 min**

Ingrédients
Pour 4 personnes

- 4 poireaux moyens

  Pour la sauce
- 3 c. à s. de vinaigre de riz
- 2 c. à s. d’huile de sésame
- 6 c. à s. d’huile végétale au choix
- 1 c. à s. de purée de sésame noir
- 1 gousse d’ail hachée
- 2 c. à s. de tamari
- 1 cm de gingembre râpé
- Sel fin
- Poivre du moulin

  Pour le dressage
- 1 cébette émincée
- 1 c. à s. de graines de sésame noir
- 2 c. à s. de graines de sésame torréfiées
- Poivre du moulin
- 2 c. à s. de coriandre, facultatif

1. Remplissez un quart de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.
2. Nettoyez les poireaux et coupez-les en deux dans le sens de la longueur. Faites-les cuire sur le tamis du Vitaliseur pendant 10 à 12 minutes.
3. Dans un bol mélangez tous les ingrédients de la sauce, puis versez généreusement sur les poireaux. Parsemez la cébette, le sésame, la coriandre et 1 tour de moulin pour le poivre

La recette du chef Stéphane Gabrielly pour le magazine 95° #40 (janvier février mars 2023)

Une astuce pour bien nettoyer les poireaux : La terre se cache unique dans le vert des feuilles chez le poireau. Pour bien nettoyer les poireaux, en le coupant, séparez la partie blanche des feuilles vertes. Coupez les feuilles vertes en deux dans la longueur et plongez l'ensemble dans un grand bain d'eau. Si vous préférez conserver les poireaux entiers, fendez-les en quatre sur la longueur et faites tremper dans un bain d'eau froide.

Si je n'aime pas...
Le sésame noir : Remplacez-le par une purée de sésame blond. Vous pouvez aussi, tout simplement, retirer la purée de la recette et ajouter 1 ou 2 cuillerées à café de yaourt végétal pour lier la vinaigrette.
Le gingembre : Vous pouvez le retirer !

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises