Place aux épices

Les Chroniques Culinaires
Juin 2018

Muffin basque au coulis de tomates et poivrons

Ingrédients :

Pour 4 personnes

Pour les muffins :
50 g de farine de blé
2 œufs
30 g d' emmental râpé
30 ml de lait 1/2 écrémé
40 ml d'huile d'olive
1/2 sachet de levure chimique
30 g de poivrons Piquillos
30 g de poivrons verts
Piment d'Espelette
Sel
Poivre

Pour le coulis :
4 tomates
1 oignon
2 poivrons rouges
10 ml d'huile d'olive

Progression :

1. Préchauffer le four à 180°C.

Réalisation du coulis de tomates aux poivrons :

2. Éplucher, laver et couper l'oignon. Laver, peler et épépiner les tomates. Laver et épépiner les poivrons puis couper les 3 légumes en dés
3. Faire revenir l'oignon dans 10 ml d'huile d'olive jusqu'à ce qu'il soit translucide. Ajouter les dés de tomates et de poivrons.
4. Laisser mijoter à feux doux durant 20 min puis ajouter le piment d'Espelette et le sel. Mixer la préparation et mettre au frais.

Préparer les muffins :

5. Laver le poivron vert, retirer les pépins, et le couper en petits cubes. Les faire revenir dans une poêle, à feu doux, quelques minutes dans 10 ml d'huile d'olive.
6. Dans un saladier, mélanger les œufs avec le lait, l'huile d'olive, le sel et le poivre. Ajouter à la préparation la farine, l'emmental, le piment d'Espelette, et la levure chimique.
7. Ajouter les cubes de poivrons verts et les poivrons piquillos égouttés et coupés en petits dés. Verser la préparation dans des moules en papier, et mettre au four 20 min.
8. Laisser refroidir puis démouler. Servir avec le coulis de tomates et poivrons.

Recette proposée par :
Frédéric Deremargue,
chef de cuisine à l'Hôtel des Impôts de Castres,
API Pays d'OC

Piment d'Espelette

Le piment d'Espelette, originaire d'Amérique du sud, a été importé au 16ème siècle au Pays Basque, d'abord comme plante médicinale. Dans l'alimentation, il a d'abord été utilisé dans l'industrie du chocolat puis pour conserver les viandes (entre autre le jambon de Bayonne) et enfin en alternative au poivre noir.
Le piment d'Espelette classé 4 sur l'échelle de Scoville (échelle mesurant le piquant) est assez doux. Il se marie parfaitement à toutes les préparations à base de tomates, mais son utilisation s'étend à tous les plats. Il fait aujourd'hui l'objet d'une appellation d'origine contrôlée.

Flashez ce QR code et retrouvez nos recettes sur le site
api-chroniques culinaires.com

Conception CréApi

À chacun son inspiration, laissez vous surprendre par celle de votre chef !