

Note
book CUISINE
Recettes de chef

CUISINE DE NOS RÉGIONS

Cap sur les Antilles

Envolez-vous destination le soleil, les épices et les parfums grâce à **Babette de Rozières**, chef atypique bien connue du petit écran. Son sacerdoce : donner l'envie de cuisiner et du plaisir à travers ses recettes simples, goûteuses et si savoureuses. C'est à vous !

La cheffe au
fourneau à
La Case de Babette
2, rue Saint Vincent
78580 Maule



COCOTTE D'AGNEAU AU CURRY ROUGE ET LAIT DE COCO ET RIZ CRÉOLE

Pour 6 personnes. Préparation : 1 heure.
Cuisson : 40 minutes

800 g d'épaule d'agneau désossée, 50 g de curry, 200 g de petits pois frais, 2 poivrons rouges, 1 courgette, 1 aubergine, 1 botte de coriandre, 50 g de curry rouge, 1 oignon, 1 échalote, 2 gousses d'ail, 1 piment rouge, 1 citron vert, 1 brin de thym, 1 feuille de laurier, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 3 cuillères à soupe de fond de volaille, 50 cl d'eau chaude, 20 cl de lait de coco. Sel, poivre.

La veille : faire macérer la viande avec un peu de sel, du poivre et 1 gousse d'ail écrasée. Placer au réfrigérateur.

Le lendemain : couper en petits dés l'agneau. Hacher finement l'oignon, la 2^e gousse d'ail, l'échalote. Réserver. Tailler en petits dés les poivrons, la courgette et l'aubergine épluchée. Hacher finement la coriandre. Diluer le fond de volaille dans 1/2 litre d'eau chaude.

Dans une cocotte, verser l'huile puis déposer l'oignon, l'échalote et enfin l'ail. Faire revenir sans coloration. Ajouter les

morceaux d'agneau. Bien mélanger et faire dorer quelques minutes. Mouiller avec le fond de volaille. Ajouter les épices : le curry et le curry rouge, puis les herbes : le laurier, le thym. Saler, poivrer et cuire à feu moyen 20 min. Ajouter le lait de coco. Bien mélanger puis incorporer les petits pois, le poivron, la courgette, l'aubergine. Ajouter le jus du citron vert, le piment selon votre goût et poursuivre la cuisson à couvert 15 min à feu moyen. En fin de cuisson, ajouter la coriandre. Bien mélanger et servir chaud accompagné de riz créole.



Mousse de patate douce

Pour 6 personnes. Préparation :

25 minutes. Cuisson: 30 minutes

500g de patate douce à chair orangée,
20 cl de lait de coco sucré, 2 cuillères
de lait concentré sucré, 180g de sucre
en poudre, 1 étoile de badiane, 1 bâton
de cannelle, 1 sachet de sucre vanillé,
1 pincée de muscade, 1g de vanille
Bourbon, 50 cl d'eau

Laver et éplucher les patates douces.
Puis les couper en petits dés. Dans une
casserole, mettre l'eau, les épices (étoile
de badiane, cannelle, vanille Bourbon)
et le sucre. Faire cuire 10 min jusqu'à
l'obtention d'un sirop léger. Incorporer
la patate douce et poursuivre la cuisson
pendant 20 min. Enlever les épices du
sirop, égoutter les morceaux de patate

douce et les écraser à la fourchette.
Ajouter le sucre vanillé. Passer le tout au
mixeur et réserver.
Dans un mixeur, verser le lait de coco, le
lait concentré et une pincée de muscade.
Mixer et réserver. Dans une verrine, verser
le coulis de coco puis la mousse par-
dessus le coulis. Servir frais.

