Fleur de courgette frite au coulis de tomates



Ingrédients

10

- 10 fleurs de courgette
- 250 g de farine de tempura
- 125 g d'eau gazeuse
- 1 courgette en tranches
- 1 aubergine en tranches
- 3 poivron rouge, 3 jaune, 3 vert
- 3 oignon rouge en rondelles
- 3 dl d'huile d'olive
- 25 g d'ail haché Bresc
- 25 g d'Erbe Italiano Bresc
- 50 g de vinaigre balsamique
- 8 g de purée de basilic Bresc
- 250 g Pomodori marinati et un peu pour garnir
- 250 g de salsa de tomates Bresc
- 250 g de rouille au safran
- cresson

Pour la rouille

- 5 jaunes d'œuf
- 3 pointe de fils de safran
- 1 l d'huile de tournesol
- 1 dl de vinaigre de vin blanc
- 25 g d'ail bio Bresc
- 25 g de moutarde

Autre

- poivre et sel

Produits Bresc utilisés



Bresc Ail haché 1000g



Bresc Ail haché 450g



Bresc Herbes italiennes 450g



Bresc Purée d'ail bio 325g



Bresc Purée de basilic 450g



Bresc Salsa à la tomate 1000g

Bresc BV Jakobsstaf 6 4251 LW Werkendam The Netherlands T. +31 (0) 183 200 000



Bresc Salsa à la tomate 325g



Bresc Tomates émincées et marinées 1000g

Méthode de préparation

Préchauffer le four à 200°C et préchauffer le grill ou le barbecue et la friteuse.
Laisser infuser le safran dans le vinaigre.
Réduire l'ail en purée avec la moutarde et le vinaigre, et lier avec l'huile pour faire la rouille. Saler et poivrer.
Faire bien griller les poivrons au four et les couvrir dans un bac, puis enlever la peau.
Préparer les légumes, sauf l'oignon, avec un peu d'huile d'olive et les herbes, et les faire griller des deux côtés. Griller l'oignon sans huile des deux côtés également (pour éviter que les rondelles se détachent).
Mélanger l'ail dans le reste de l'huile d'olive et le vinaigre et incorporer aux légumes. Saler et poivrer.
Verser l'eau gazeuse dans la farine de tempura et mélanger avec le marinati.
Retirer les bourgeons des fleurs de courgette et les passer dans la pâte à frire. Les plonger dans la friture jusqu'à ce qu'ils soient dorés, les égoutter sur du papier essuie-tout, puis les saler.
Servir sur les légumes chauds avec la salsa et la rouille et garnir de cresson.

Bresc BV Jakobsstaf 6 4251 LW Werkendam The Netherlands T. +31 (0) 183 200 000