Recette Gyoza & bouillon umami par Thierry Marx

Temps : 45 min **Niveau :** Moyenne **Personnes :** 4

Une recette gourmande et réconfortante qui associe de délicats gyozas à un bouillon umami riche en saveurs, signée par le chef Thierry Marx.

Préparation

Etape 1

Hachez finement le chou. Saupoudrez d'une pincée de sel, mélangez et laissez dégorger 5 minutes. Essorez dans un torchon pour retirer l'excès d'eau.

Etape 2

Mettez l'égrené ACCRO et le chou égoutté dans un bol. Ajoutez l'ail, le gingembre, l'huile de sésame et la sauce soja. Pétrissez jusqu'à obtenir une farce homogène et collante.

Etape 3

Formez des boulettes d'environ 1 cuillère à café chacune.

Etape 4

Posez une boulette au centre d'une feuille à gyoza. Humidifiez les bords avec un peu d'eau, repliez et plissez la pâte pour bien fermer. Réservez sur un plateau légèrement fariné.

Etape 5

Bouillon Umami
Faites tremper les champignons shiitake dans 500 g d'eau froide pendant 20 à 30 minutes. Effilochez-les. Filtrez l'eau de trempage à travers du papier absorbant, elle servira de bouillon.

Etape 6

Coupez le poireau en julienne. Séparez les feuilles du pak choi. Coupez les carottes en julienne. Retirez les pieds des champignons shimeji.

Etape 7

Dans une casserole, faites chauffer l'huile à feu moyen. Faites suer le gingembre et le poireau 2 à 3 minutes. Déglacez au saké. Ajoutez les carottes et les shimeji, faites revenir 2 minutes.

Etape 8

Versez le bouillon kombu et l'eau de trempage filtrée. Portez à ébullition, puis laissez mijoter à feu moyen environ 5 minutes. Mélangez les deux bouillons ensemble.

Ingrédients


40 pièce(s) Feuilles de pâte à gyoza


200 g Egrené ACCRO


100 g Chou chinois


Ail râpé


Gingembre râpé


Huile de sésame


Sauce soja salée


Sel & poivre


Poireau


Chou pak choi


1 Carotte


Champignons shimeji


Champignons shiitake séchés


Bouillon kombu


Saké

Valeurs nutritionnelles

Informations pour	100g
Valeur énergétique	617
Matières grasses (g)	0.5
Dont acides gras saturés	3.7
Glucides (g)	20.7
Dont sucres	1.4
Protéines (g)	6.2
Sel (g)	0.79

Etape 9

Plongez les gyoza dans le bouillon frémissant. Comptez environ 4 à 6 minutes. Quand ils remontent à la surface et gonflent, ils sont cuits.

Etape 10

Ajoutez les feuilles de pak choi et laissez-les blanchir 1 à 2 minutes.

Etape 11

Assaisonnez avec sel et poivre. Au moment de servir : filet d'huile de sésame, zeste de combava, graines de sésame et sauce soja.

Conseils

CONSEIL DU CHEF
Les gyozas seront pochés directement dans le bouillon, pas besoin de les poêler au préalable.