

Temps : 20 min

Niveau : Facile

Personnes : 4

Un cappuccino de petits pois frais à la menthe, surmonté de pistaches en suspension et accompagné d'un gressin croustillant au parmesan et pistache.

Préparation

Etape 1

Cuisson des petits pois :

Cuire les petits pois à l'anglaise avec un peu de bouillon de légumes (éviter un grand volume pour préserver le goût). Les refroidir immédiatement dans de la glace pour conserver leur couleur.

Conserver le bouillon de cuisson.

Etape 2

Poudre de pistache :

Mixer les pistaches pour obtenir une poudre fine, en réservant quelques pistaches entières pour la décoration.

Etape 3

Purée de petits pois :

Mixer la moitié des petits pois en purée, puis tamiser pour obtenir une texture lisse.

Détendre légèrement avec le bouillon de cuisson, puis incorporer le mascarpone et la menthe.

Etape 4

Verrines en suspension :

Répartir les petits pois restants dans les verrines. Mélanger le bouillon de cuisson avec le gélifiant Texture au fouet pour obtenir une consistance de gelée. Verser dans les verrines jusqu'à un tiers de leur hauteur, de façon à maintenir les petits pois en suspension. Réserver au frais.

Etape 5

Gressins feuilletés :

Former quatre gressins avec les rognures de feuilletage. Parsemer de parmesan et d'une partie de la poudre de pistache. Cuire puis réserver.

Etape 6

Mousse de petits pois :

Monter la crème végétale en chantilly. En prélever un tiers et l'incorporer délicatement à la purée de petits pois. Assaisonner et obtenir une mousse légère et onctueuse. Lorsque la gelée est prise, pocher la mousse de petits pois dans les verrines en laissant environ 1 cm avant le bord. Placer au frais.

Etape 7

Décoration :

Au moment du service, déposer le reste de la crème fouettée (assaisonnée) à la cuillère sur chaque verrine.

Ajouter les pistaches entières, un peu de poudre de pistache et une pluche de cerfeuil.

Servir accompagné du gressin.

Conseils

Astuce du chef :

Attendre que la gelée soit froide et qu'elle commence tout juste à prendre pour obtenir une suspension parfaite des petits pois et un visuel plus net.

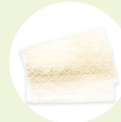
Ingrédients



200 g Petits pois



25 cl Crème liquide 35%



Gélifiant texture



70 g Mascarpone



Bouillon de légumes



50 g Pistaches décortiquées



40 g Parmesan



Menthe hachée surgelée



Rognures de feuilletage

Valeurs nutritionnelles

Informations pour	100g
Valeur énergétique	1127
Matières grasses (g)	13.4
Dont acides gras saturés	22.3
Glucides (g)	11
Dont sucres	2.9
Protéines (g)	6.6
Sel (g)	1.72