



année 2011

## **Purée de fenouil, mousse d'orange, huile d'argan**



**Ingrédients pour la purée de fenouil** : 3 bulbes de fenouil, 2 sachets de bouillon de légumes Ariaké

Porter 66 cl d'eau à ébullition. Laisser infuser 2 sachets de bouillon de légumes pendant 5 mn. Retirer les sachets.

Couper le fenouil en morceaux. Le faire cuire dans le bouillon. Egoutter. Mixer en ajoutant le bouillon si besoin.

Passer au tamis pour enlever tout filament.

**Ingrédients pour les zestes confits** : 1 orange non traitée, 20 g d'eau, 20 g de sucre

Prélever des zestes (filaments) sur la moitié d'une orange.

Les mettre à confire doucement dans un sirop eau/sucre. Réserver.

**Ingrédients pour la mousse d'orange** : zeste d'une orange, 20 cl de crème liquide entière, Maïzena (facultatif)

Râper la peau de la moitié de l'orange intacte.

Faire chauffer la crème doucement avec les zestes d'orange. Arrêter lorsque cela bout.

Saler, poivrer. Laisser reposer 20 mn. Mixer et chinoiser. Au moment du service, redonner un petit coup de mixer pour émulsionner. Disposer la crème d'orange sur la purée de fenouil, parsemer l'assiette de gouttes d'huile d'argan et décorer avec des pluches de fenouil et les zestes d'orange confits.

[www.cuisineplurielle.com](http://www.cuisineplurielle.com)  
[cuisineplurielle@hotmail.fr](mailto:cuisineplurielle@hotmail.fr)  
Conseillère Demarle/Flexipan