# CRUDITÉS CHOU-FLEUR CHAYOTTE

Forme un équilibre entre le chou-fleur naturellement fort en goût et la chayotte à la saveur neutre ; l'ensemble à la texture tendre et craquante à la fois, relevé au gingembre frais. Des crudités toujours appréciables après l'été.

15 minutes
2 portions

**CRUDITÉS**
1/4 chou-fleur violet
1 Chayotte ou Christophine
**ASSAISONNEMENT**
1 càc moutarde
1 càs Eau de Quinton hypertonique
2 càs vinaigre de cidre
1 morceau (3 cm) gingembre frais
2 càs huile d'olive

## CRUDITÉS

**1.** Après avoir lavé le chou-fleur prélever et rapper quelques bouquets en surface. Le reste du chou-fleur étant utilisé par exemple dans la recette de chou-fleur intégral

**2.** Laver puis éplucher la chayotte à l'économe (en produit bio la peau reste comestible)

**3.** Couper en 4 dans le sens de la longueur et enlever les pépins au centre

**4.** Passer à travers la râpe (robot pour plus de rapidité), par dessus le chou-fleur en taboulet

**5.** Mélanger les 2 crudités

**6.** Dresser

**7.** Assaisonner (voir préparation vinaigrette ci-après)

**ASSAISONNEMENT**

**8.** Couper un morceau de gingembre et l'éplucher

**9.** Râper ce morceau

**10.** Ajouter l'eau de Quinton hypertonique (sel marin) ou du sel fin le cas échéant

**11.** Ajouter le vinaigre de cidre (ou du citron en jus)

**12.** Ajouter la moutarde qui va faciliter l'émulsion

**13.** Ajouter l'huile d'olive

**14.** Battre le tout en insistant un peu (au moins 2-3 minutes) afin d'obtenir une mousseline, prête à verser sur les crudités