

PÂTISSON A LA TOMATE

Un légume qui peut se consommer simplement en gratin. L'épluchage est réalisé sur le légume cru ou après un bref passage à la vapeur. La tomate permet de relever son goût assez neutre.

2 pâtisson (s)
3-4 tomates
2 càs huile d'olive
80 fr noix de cajou
épices
sel



🕒 25 minutes
🔥 35 minutes
🍴 4 portions



1. Préparer 2 pâtissons de couleurs différentes. Les goûts de chacun présentent des nuances subtiles.



2. Éplucher le premier pâtisson (plus tendre) après l'avoir coupé en 2, épépiné, et tranché en lamelles d'1/2 cm d'épaisseur environ. L'épluchage est plus facile en longeant la tranche



3. Après avoir graissé un plat à l'huile d'olive, disposer les tranches de pâtisson, jusqu'à recouvrir le fond du plat



4. Faire de même avec le pâtisson orange. Si au moment d'éplucher, la peau résiste un peu, le passer d'abord 1 ou 2 minutes à la vapeur et laisser refroidir dans un plat



5. Préparer la garniture : mixer une tasse de noix de cajou



6. Une fois mixé, ajouter du sel



7. Ajouter des épices et/ou aromates (j'ai choisi : ail des ours, poivre, paprika) et mélanger le tout, pour saupoudrer les légumes à 3 reprises sur chaque couche.



8. Répartir la chapelure épicée de cajou sur la première couche de pâtisson



9. Trancher les tomates allongées



10. Répartir également les tomates puis la chapelure par dessus



11. Ajouter une couche de pâtisson orange qui a refroidi et a été épluché plus rapidement.



12. Répartir à nouveau la chapelure



13. Dans un demi verre, verser de l'eau et un peu d'huile, battre pour émulsionner



14. Et sans attendre, verser l'émulsion en la répartissant par dessus le plat de légumes (pour faciliter la cuisson et éviter le dessèchement), puis enfourner à 180°C



15. Dès que les légumes sont cuits (piquer à la fourchette), on aperçoit de la dorure par endroits, sortir du four, le plat est prêt.



16. Dresser des parts dans des assiettes



17. Déguster chaud, tiède ou froid