



Ravioli Bleu du Vercors, baies roses

FENOUIL, CAROTTES, BROCOLI, CHOU-FLEUR ET MÉLANGE DE GRAINES

Une recette originale de Christophe Aribert, Chef Étoilé aux Terrasses d'Uriage

CALCULÉE POUR 4 PORTIONS

Temps de préparation : 25 min

INGRÉDIENTS

- **500 g de Ravioli Bleu du Vercors AOP et baies roses Royans**
- 1 fenouil
- 4 carottes
- 1 bouquet de brocoli
- 1 bouquet de chou-fleur
- 50 g de graines (sésame, pavot...)
- 100 mL d'huile d'olive
- 0.5 L de bouillon de légumes
- 1 pincée de gros sel

1. Légumes

- ▶ Laver et couper le fenouil en deux.
- ▶ Faire des bandes émincées, cuites à l'anglaise pendant 5 minutes.
- ▶ Refroidir et réserver sur papier absorbant.
- ▶ Laver et tailler en petit bouquets réguliers le brocoli et le chou-fleur.
- ▶ Cuire à l'anglaise pendant 3 minutes, glacer et réserver.
- ▶ Laver et tailler en bâtonnets les carottes.
- ▶ Cuire à l'anglaise pendant 5 minutes, glacer et réserver.

- ▶ A l'envoi, dans une casserole, mettre une partie du bouillon de légumes et de l'huile d'olive.
- ▶ Ajouter les légumes précuits et vérifier l'assaisonnement.

2. Mélange de graines

- ▶ Torréfier légèrement les graines.

3. Ravioli

- ▶ Cuire les ravioli pendant 1 minute dans une eau frémissante.
- ▶ Egoutter et maintenir au chaud dans le bouillon de légumes et l'huile d'olive.

MONTAGE ET FINITION

- ▶ Déposer les légumes sur le fond d'une assiette creuse.
- ▶ Ajouter les ravioli.
- ▶ Terminer avec les graines et un tour de moulin à poivre.