



chef
**CÉDRIC
VAUJANY**

MAISON BARABAN

58 Cours Tolstoï, 69100 Villeurbanne
8 Cours Vitton, Lyon 6e arrondissement



VELOUTÉ DE LENTILLES VERTES, OIGNONS ROUGES AU VINAIGRE ET CAVIAR DE MOUTARDE

par Cédric Vaujany

INGRÉDIENTS pour 1 litre de velouté

- 100g de lentilles vertes
- 100ml de crème fleurette
- 100ml de bouillon de légumes
- 1 gousse d'ail
- ½ oignon blanc
- 1 bouquet garni (poireaux, thym, persil)

pour le caviar de moutarde

- 1 c.à.c de graines de moutarde
- 2 c.à.s d'eau
- 1 c.à.s de vinaigre blanc
- 2 c.à.c de sucre
- 1 pincée de sel

pour les oignons rouges confits

- ½ oignon
- 2 c.à.s d'eau
- 1 c.à.c de sucre
- Quelques graines de coriandre
- 1 éclat de badiane

PRÉPARATION

Pour le velouté

1. Cuire les lentilles vertes dans un bouillon de légumes salé avec un bouquet garni, de l'ail et des oignons. La cuisson doit être bien fondante
2. Mixer les lentilles avec de la crème fleurette et le bouillon suivant la texture souhaitée. Rectifier l'assaisonnement en sel et en poivre

Pour le caviar de moutarde

1. Blanchir les graines de moutarde 5 fois dans de l'eau claire
2. Faire bouillir le mélange de vinaigre, eau, sucre et sel.
3. Ajouter les graines de moutarde blanchies, donner une dernière ébullition. Réserver minimum 24h

Pour les oignons rouges

1. Tailler les oignons rouges en fins quartiers.
2. Faire bouillir le mélange d'eau, sucre et vinaigre avec les épices.
3. Ajouter les oignons et laisser frémir 3 minutes. Laisser reposer 24h



Image non contractuelle