



Taboulé de quinoa à la sauce chimichurri
Une recette d'Eric Canino, chef exécutif de La Réserve Ramatuelle

Ingrédients

Pour la sauce chimichurri

- 160 g d'huile de pépins de raisin
- 60 g de vinaigre de riz blanc
- 50 g de vinaigre de vin ou lambrusco
- 50 g de persil
- 20 g de coriandre fraîche
- 20 g de piment oiseau
- 15 g d'origan frais
- 15 g d'ail
- 9 g d'oignon cébette (le blanc)
- 4 g de cumin
- 3 g de poudre de tomate
- Sosa (facultatif)
- Sel et poivre

Pour le taboulé de quinoa

- 80 g de quinoa par personne
- 1 grenade fraîche
- 1 concombre
- 1 oignon rouge

- 1 quartier d'avocat
- Tomates cerises
- 1 chips de riz
- sel

Sauce chimichurri

1. Ciseler le persil, la coriandre, l'ail, l'origan et l'oignon cebette (finement). Hacher le piment et mettre le tout dans un saladier.
2. Incorporer le vinaigre de vin (ou lambrusco), le vinaigre de riz blanc, l'huile de pépins de raisin, la poudre de tomate, le sosa et le cumin.
3. Saler et poivrer à votre convenance. Mélanger et faire mariner avant d'ajuster l'assaisonnement si nécessaire.

Taboulé de quinoa

1. Cuire le quinoa dans une eau bien salée, environ 20 minutes, puis le rincer et l'égoutter.
2. Couper le concombre et les tomates cerises en brunoise et ciseler l'oignon rouge. Décortiquer une grenade et ajouter les graines au quinoa.
3. Assaisonner avec la sauce chimichurri.
4. Mélanger et ajuster l'assaisonnement si nécessaire. Couper l'avocat et réserver la moitié pour le dressage.
5. Emincer l'autre moitié et quelques tomates cerises. Les faire mariner dans l'huile d'olive avec du sel.

Dressage

1. A l'aide d'un emporte-pièce, déposer au centre d'une assiette le taboulé de quinoa, l'avocat et les tomates cerises marinées.
2. Disposer au-dessus 4 à 5 quartiers d'avocat et assaisonner avec la sauce chimichurri.
3. Décorer avec une chips de galette de riz ou des herbes fraîches.

Les astuces du chef

Pour la sauce chimichurri, ciseler et hacher au couteau pour préserver chaque ingrédient.

Pour le taboulé, vous pouvez remplacer la grenade par un autre fruit acidulé.