


Céleri-rave rôti, sauce umami

CARIBOU

Recette de Julie Aubé - Photo de Rachel Ouellette
Magazine Caribou - cariboumag.com

 4-6 portions d'accompagnement

INGRÉDIENTS

1 céleri-rave moyen à gros (700g à 1 kg à l'achat), bien nettoyé

¼ tasse (60 ml) d'huile locale (caméline ou tournesol)

1 c. à thé (5 ml) de sel

Sauce umami

1 c. à thé (5 ml) de miso

1 grosse ou 2 petites gousses d'ail noir

1 c. à soupe (15 ml) de vinaigre local ou verjus

½ tasse (125 ml) de yogourt nature

¼ tasse (60 ml) de mayonnaise

Sauce piquante au goût

¼ c. à thé (1 ml) de poivre des dunes moulu (facultatif)

¼ c. à thé (1 ml) d'algues en flocons (facultatif)

1 c. à thé (5 ml) d'huile de caméline torréfiée

Pousses au choix



PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 190°F (375°F) et préparer une petite tôle chemisée d'un papier parchemin.
2. Préparer le céleri-rave en coupant une tranche pour retirer l'extrémité ayant les racines. (Ne pas enlever la peau). Placer le céleri-rave surface tranchée vers le bas, en contact avec la tôle et le piquer partout avec une fourchette.
3. Dans un petit bol, mélanger l'huile et le sel. Badigeonner toute la peau du céleri-rave avec un pinceau. (N'utilisez pas toute l'huile : on continue de badigeonner tout au long de la cuisson).
4. Cuire 2 heures en badigeonnant le céleri-rave d'huile salée à chaque 20 minutes. (Vers la fin, vous pouvez prendre ce qui est dans le fond de la tôle si vous manquez d'huile. Évaluez si un autre 10-20 minutes de cuisson rendrait votre céleri-rave encore plus dorée et croustillant).
5. Pendant la cuisson, préparer la sauce. Dans un bol, mélanger le miso, l'ail noir et le vinaigre, en écrasant pour créer une pâte homogène qui s'intégrera facilement au reste de la sauce. (Voir Astuce). Ajouter le reste des ingrédients de la sauce, mélanger, goûter et rectifier l'acidité, le sel et le piquant si nécessaire.
6. Lorsque le céleri-rave est doré et croustillant, le laisser tempérer environ 15 minutes avant de servir entier ou en quartiers, avec la sauce en dessous ou sur le dessus. Garnir de pousses au choix.

NOTE

Le céleri-rave cuit de cette façon peut aussi devenir une base de purée ou de potage. Il ne faut pas hésiter à en cuire deux en même temps (tant qu'à faire!).

VARIANTE

La sauce umami, délicieuse telle que proposée, est accueillante : vous pourriez la "pimper" avec différents aromates ou condiments que vous avez sous la main.

Par exemple : relish ou chutney maison, poudre de champignons, ail confit, etc.

ASTUCE

Si votre ail noir est un peu trop sec pour être écrasé, vous pouvez l'assouplir en passant votre bol incluant l'ail noir, le vinaigre et le miso 30-60 secondes au micro-ondes. Il y a aussi l'option de passer la sauce au mini-mélangeur ou au pied-mélangeur au besoin.