



# *Bavaroise d'avocat, crevettes au fenouil et allumettes croustillantes aux 5 épices*

## TEMPS DE PRÉPARATION

Difficulté : Facile

Pour 4 pers

Préparation | 1h30

Cuisson | 40 min

## INGRÉDIENTS

- 15 gambas ou crevettes crues cuites
- 1 avocat mûr
- 0.5 citron jaune (jus)
- 15 cl de crème liquide entière 30% MG min
- 2.5 d'huile d'olive
- 1 feuille de gélatine
- 0.5 citron jaune (zeste)
- 1 oignon frais
- 1 pâte feuilletée rectangulaire
- 1 jaune d'œuf
- 1 bulbe de fenouil
- 30 g de beurre
- 1 oignon rouge
- 1 carotte
- 30 g de concentré de tomate
- 8 cl de Cognac
- Thym, laurier
- Sel et poivre
- Fleur de sel
- Mélange d'épices (combawa, thym, gingembre, ail et baies roses)
- Piment d'Espelette

## Bavaroise d'avocat

Dans le bol de votre robot, mettre 12,5 cl de crème liquide et réservez le bol au congélateur pendant 15 min, cela va aider la crème à monter.

Dans un bol d'eau, réhydratez votre gélatine pendant 15 min.

Dans un blender, mixez l'avocat avec le jus de citron, les zestes, l'huile d'olive, le blanc de l'oignon.

Salez, poivrez et ajoutez le piment d'Espelette.

Chauffer 2.5 cl de crème liquide, hors du feu, ajoutez la gélatine en mélangeant bien.

Ajouter cette crème à la purée d'avocat et mixer.

Monter la crème liquide (qui était au congélateur) au batteur très ferme puis incorporer délicatement à la purée d'avocat à l'aide d'une maryse.

Réservez au frais pendant 30 min au min.

## Les allumettes aux épices

Munissez-vous d'une pâte feuilletée rectangulaire, coupez la pâte en 2 rectangles identiques.

Badigeonnez le premier avec le blanc d'œuf et parsemez de fleur de sel et d'épices créoles.

Badigeonnez le second rectangle de jaune d'œuf au pinceau et retourner sur le premier, le côté jaune d'œuf à l'intérieur sur les épices.

Badigeonnez de nouveau au jaune d'œuf. Placez 10 min au congélateur.

Détaillez des bâtonnets de 1 cm de large maxi sur 8 cm de long.

Déposez sur une plaque, en les espaçant.

Enfournez dans un four préchauffé à 210 °C pendant 15 à 20 min. Les allumettes doivent être bien dorées.

## Le fenouil

Coupez les parties sèches du fenouil puis coupez-le en 2 verticalement.

Retirez la partie dure du cœur et passer à la mandoline afin d'obtenir de fines tranches.

Dans une poêle chaude, sautez les tranches de fenouil dans l'huile d'olive, assaisonner.

## Les crevettes

Décortiquez le corps de 12 crevettes en conservant la tête, gardez la queue et les « coquilles » pour la sauce.

Retirez l'intestin de chaque crevette.

## La bisque de crevettes

Dans une casserole, avec du beurre, colorez le reste de vos crevettes (queues et coquilles) + 3 crevettes entières puis flambées-les au Cognac.

Ajoutez une carotte et un oignon rouge épluchés et grossièrement coupés, du thym, du laurier...

Suer et couvrir d'eau à hauteur. Ajoutez le concentré de tomate et cuire à frémissement au min 10 min.

Mixez le tout au blender et passer au travers d'un chinois pour ne récupérer que le liquide.

Assaisonnez.

## Dressage des assiettes

Dans une poêle chauffée, colorez les crevettes. Assaisonnez.

Au fond d'une assiette creuses, déposez du fenouil.

Réalisez des quenelles de bavaroise d'avocat que vous déposez sur le fenouil.

Versez autour de la quenelle de la bisque de crevettes.

Déposez une feuille de fenouil sur la quenelle.

Déposez harmonieusement les crevettes et les allumettes autour.

Dégustez de suite.