



Spécial repas d'été

Les petits plus pratiques



Aubergines rôties aux anchois Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 aubergines
- 20 g de filets d'anchois à l'huile
- 30 cl d'huile d'olive
- 3 cl de vinaigre de Xeres
- 1 gousse d'ail
- 3 g d'origan
- ¼ de botte de persil et de menthe
- Sel et poivre

Ustensiles :

- Une spatule en silicone
- 1 poêle M'Steel 36 de Mauviel830
(Disponible sur www.mauviel-boutique.com)

Recette :

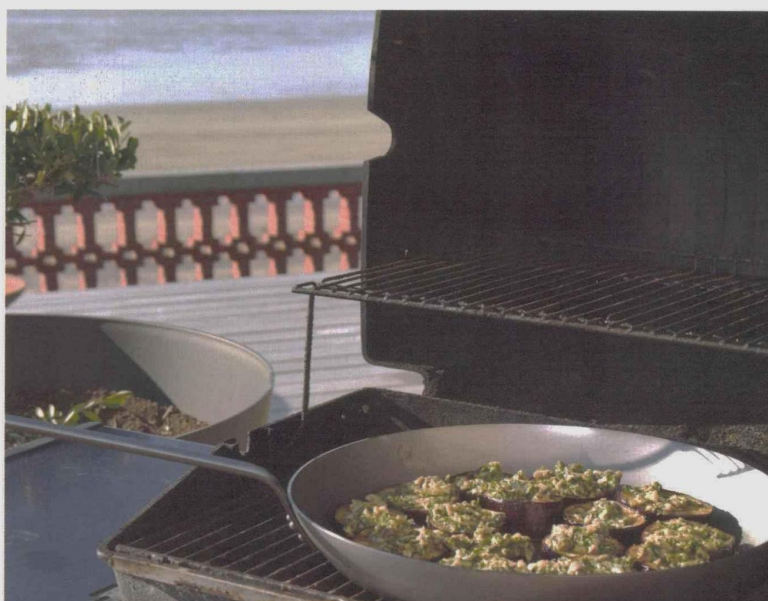
Commencez par allumer le barbecue. Détaillez ensuite les aubergines en rondelles d'environ 2 cm. Dans un saladier, mélangez les aubergines avec du sel et l'huile d'olive. Mettez-les dans la poêle M'Steel en recouvrant d'un papier aluminium. Posez la poêle sur la grille du barbecue au plus proche des braises puis laissez cuire 30 à 40 minutes jusqu'à ce qu'elles soient fondantes et colorées. Hachez finement les anchois, et ajoutez le vinaigre, l'ail écrasé, du sel et du poivre. Mélangez la préparation. Ajoutez l'huile restante tout en fouettant pour émulsionner. Pour finir, ciselez les herbes et ajoutez-les à la sauce. Enfin mettez la sauce sur les tranches d'aubergines chaudes et dégustez !

Recette signée Mauviel830



50 ROULEAUX ALLUME-FEU
Laine de bois et cire végétale
À partir de : 7,50 €
Disponible dans les enseignes alimentaires
www.harris.fr

LIQUIDE ALLUME-FEU
À base d'huiles végétales
À partir de : 5,49 €
Disponible dans les enseignes alimentaires
www.harris.fr



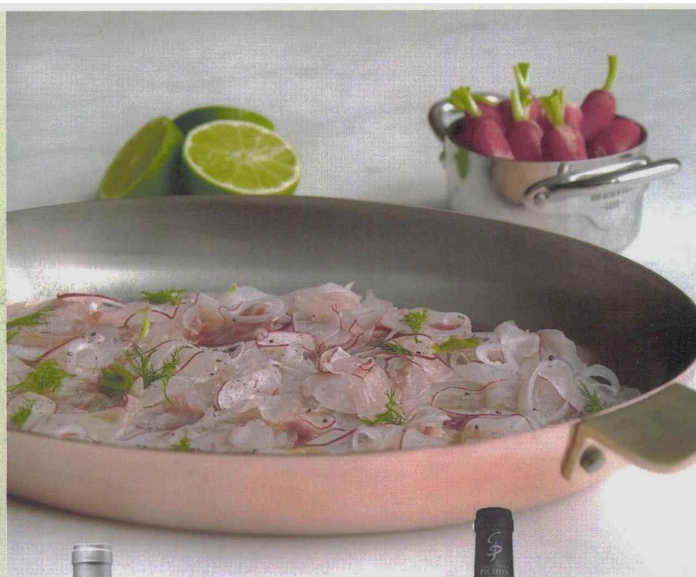
Ceviche de dorade
Pour 4 personnes

- Ingrédients :**
- 2 filets de dorade grise
 - 10 radis roses
 - 2 échalotes
 - 10 cl d'huile d'olive
 - Herbes fraîches
 - Fleur de sel
 - Poivre

- Ustensile :**
- 1 plat ovale M'COOK
(Disponible sur www.mauviel-boutique.com)

Recette :
Commencez par tailler en très fines tranches les filets de dorade grise de la même façon qu'un carpaccio. Ensuite, tranchez les radis façon mandoline et les échalotes en biseau. Pressez le citron vert et réservez le jus. Enfin, mélangez tous les légumes avec le jus de citron vert, la fleur de sel et le poivre du moulin. Pour le dressage, disposez à plat les fines tranches de dorade dans le plat ovale. Arrosez d'huile d'olive et disposez au-dessus le mélange de légumes et jus de citron. Enfin, ajoutez quelques herbes et c'est prêt.

Recette signée Mauviel830



CUVÉE L'ÉLEGANCE
AOC CAHORS
Cépage : 100 % Malbec
À partir de : 17,30 €
chez les cavistes
www.chateauozieres.com



SAINT-JOSEPH
BLANC 2022
Cépages : 90 % Marsanne
et 10 % Roussanne
À partir de : 26 €
www.domaine-pichon.fr



L'ESPRIT DE PAPET
CAIRANNE BLANC
Cépages : Roussanne et Viognier
Arômes : Fleurs blanches, fruits
blancs, pêche, poire, note
épicée poivre blanc...
À partir de : 20,50 € en ligne
www.domainebrusset.fr



ALLÉGORIE CORNAS 2021
Cépage : 100 % Syrah
À partir de : 42 €
Disponible en vente directe,
en CHR et chez des cavistes
www.domaine-pichon.fr

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération



Gambas grillées
Pour 4 personnes

- Ingrédients :**
- 20 gambas
 - ½ botte de coriandre fraîche
 - 20 g de miel
 - 5 g de piment d'Espelette
 - 5 cl de vinaigre de Xérès
 - 5 cl de sauce soja
 - 10 cl d'huile d'olive
 - 3 g d'ail déshydraté

- Ustensiles :**
- 1 poêle M'Cook de 30 cm
(Disponible sur www.mauviel-boutique.com)
 - 1 plat M'Cook B de 20 cm
(Disponible sur www.mauviel-boutique.com)
 - Piques à brochettes

Recette :
Commencez par décortiquer les gambas, en laissant la queue. Dans un bol, mélangez le miel, le piment d'Espelette, le vinaigre de Xérès, la sauce soja, l'huile d'olive et l'ail déshydraté. Déposez dans un plat les gambas et mettez-les à mariner 30 minutes au réfrigérateur. Faites chauffer à feu moyen la poêle. Embrochez les gambas et posez-les sur la poêle bien chaude. Badigeonnez avec un peu de marinade pour les nourrir après 1 minute, retournez-les et répétez. Ciselez la coriandre, parsemez et dégustez bien chaud.

Recette signée Mauviel830