





Œufs

Oeuf florentine et purée d'épinard, dés de hareng fumé et poutargue



2h10 30 min 1h40 0 541
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Cuisson des oeufs

- 1 Commencer par remplir une casserole d'eau chaude et la mettre sur le feu.
- Faire chauffer l'eau à 62°C en s'aidant d'un thermomètre de cuisson.
- Placer alors les œufs dans l'eau et mettre un minuteur pour les cuire pendant 1h40 en maintenant constamment la température à 62°C.
- Si l'on dispose d'un four vapeur, il est possible d'y cuire les œufs plus facilement sans avoir à les surveiller.

Étape 2

Réalisation de la purée d'épinard

- Remplir une grande casserole d'eau et la porter à ébullition.
- 2 Préparer un saladier d'eau froide et de glaçons.
- 3 Laver les feuilles d'épinard pour retirer le sable.
- Il n'est pas nécessaire de les équeuter, sauf si leur tige est vraiment trop grosse ou trop longue.

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédients pour les oeufs

- 4 unité(s) entière(s)
 Oeuf(s) entier(s)
- 1 Sel
- 1 Piment d'Espelette

Ingrédients pour la purée

- 1.5 kg **Epinard**
- 80 g Beurre
- 10 ml Lait demi-écrémé
- 1 Sel
- 1 Piment d'Espelette
- 1 Gros sel
- 1 Glaçon(s)

Ingrédients pour le dressage

200 g Hareng(s) fumé(s) 100 g Poutargue (Oeufs de mulet)

- 5 Saler au gros sel l'eau en ébullition et plonger les épinards.
- Mettre le beurre dans une casserole et le cuire jusqu'à ce qu'il devienne noisette.
- 7 Une fois la coloration du beurre atteinte, couper le feu et stopper sa cuisson en ajoutant le lait.
- Lorsque les petites côtes et le vert des feuilles s'effritent sans aucune résistance sous la pression des doigts, éteindre le feu.
- A l'aide d'une écumoire ou d'une araignée, prélever les feuilles d'épinards et les plonger immédiatement dans le saladier d'eau glacée.
- Cette action va permettre de stopper la cuisson mais surtout de fixer le vert de la chlorophylle et d'obtenir une couleur vive qui ne changera pas.
- Egoutter les épinards, les verser dans le bol du mixeur plongeant avec le beurre noisette, mixer.
- Rectifier la consistance si nécessaire avec du lait pour obtenir une purée d'épinard légèrement fluide.
- Assaisonner de sel et de piment d'Espelette. Réserver cette purée au frais, couverte d'un film posé au contact.

Étape 3

Découpe du hareng

- Prendre les filets de harengs fumés et enlever la peau si ce n'est pas déjà fait.
- Avec le couteau éminceur, tailler les filets en bandes régulières d'un demi centimètre et émincer le tout en dés.
- Réserver dans un bol filmé au réfrigérateur.

Étape 4

Fin de la préparation des oeufs

- Lorsque le minuteur sonne, préparer un saladier d'eau glacée et plonger les œufs pendant 3 minutes pour stopper la cuisson.
- Casser très délicatement les œufs pour récupérer les jaunes. Attention le blanc est encore liquide, et la pellicule qui entoure le jaune est légèrement coagulée.
- Récupérer avec précaution les jaunes et les débarrasser dans des ramequins individuels recouverts de film.
- Récupérer les blancs et les verser dans la cuve du siphon.
- Ajouter un peu de sel et de piment d'Espelette et refermer le siphon.
- Gazer la préparation avec la cartouche et placer le siphon au réfrigérateur pour qu'il soit bien froid.

Étape 5

Dressage

Dans des assiettes creuses, verser la purée d'épinard.

- 1 trait Huile d'olive
- 1 Piment d'Espelette

- Récupérer le siphon, bien l'agiter et mettre l'écume de blancs au centre de la purée.
- 3 Placer un jaune d'œuf au centre de chaque écume.
- Disposer quelques dés de harengs fumés tout autour et quelques gouttes d'huile d'olive.
- Terminer en râpant la poutargue sur l'assiette et en ajoutant un peu de piment d'Espelette. Servir.
- Il est possible de réaliser soi-même de la poutargue en récupérant des œufs de bar ou de mulet. Pour cela, les recouvrir de sel pendant 5 à 6 heures, puis les rincer. Les faire sécher ensuite au réfrigérateur pendant 2 jours, puis à température ambiante dans un endroit ventilé pendant 1 semaine. Enfin les mixer et les passer au tamis pour récupérer une poudre rouge vive.