



Crèmeux de fèves et petit ragoût à la tomate

INGREDIENTS (pour 4 personnes)

- 600 g de fèves écosées
- 200 g de lait
- 150 g de crème liquide
- 3 œufs
- 100 g de concassé de tomates

PREPARATION

Cuire les fèves à l'eau bouillante bien salée

Les refroidir dans de l'eau glacée pour fixer la chlorophylle.

Prélever 400g de fèves et les mixer avec les oeufs, 100g de lait et la crème liquide.

Assaisonner.

Mouler en verrine et cuire au bain-marie 40min à 140° C

Mixer 100g de fèves avec le reste du lait pour faire une émulsion.

Mélanger le concassé de tomates avec le reste des fèves et chauffer.

PRESENTATION

Dresser et décorer avec du cerfeuil.

L'AVIS du JARDINIER :

La fève est un légume très ancien, connu déjà par l'homme du néolithique. Les grecs et les Romains la considéraient comme populaire. C'est un aliment de base au Moyen Âge, mangé cuit ou bouilli. Ibn Al Awwam, agronome Andalou du 13ème siècle, précise qu'elle neutralise l'odeur de l'ail dans la bouche si elle est mangée immédiatement après.

Saint Jérôme lui attribue des vertus aphrodisiaques, à cause des effets qu'elle produit, peu compatibles avec la vie monastique. Dans un épître, il interdit les fèves aux religieuses "parce qu'elles produisent des titillations aux parties génitales".

Hormis ces réserves nous dirons que c'est un légume nourrissant et très agréable à consommer à la mode de Philippe Detourbe.

Bonne dégustation.

