VELOUTE D'ARTICHAUT
@chefzanoni_simone

« Sinon… Le printemps c'est pour quand ? Ici en ce moment la température ne dépasse pas les 12°C, c'est le mois de mai… Huston abbiamo un problema !
Heureusement les artichauts commencent à arriver chez nos primeurs… Voici pour vous un velouté réconfortant et bon pour la santé ! Cheers !
Les artichauts ont de noooooooooombreuses propriétés et bienfaits sur votre organisme ! A tel point que Greta les appelle FARTICHOKES »

4 personnes.

Ingrédients :

- 2 gros artichauts (+ 1/2 citron pour éviter qu'ils ne noircissent).
- 3 gousses d'ail.
- 400 g de champignons bruns.
- 40 g de beurre.
- 1 verre de vin blanc sec.
- 50 cl de bouillon « maison » (de volaille ou végétal selon votre goût).
- De l'origan frais ou du romarin.
- Des baies de coriandre.
- De l'huile d'olive.
- Du sel.
- Du poivre.

Préparation :

1/. Préparer le bouillon selon votre goût.

2/. Préparer les artichauts en coupant les 2/3 tiers supérieurs environ.
Nettoyer la base des artichauts en retirant les feuilles extérieures à l'aide d'un couteau à pain.
Frotter les artichauts avec le demi citron.
Retirer la base des artichauts et retirer encore le bord. Il faut retirer uniquement les parties vertes sans perdre de chair d'artichaut.

3/. Couper les artichauts ainsi préparés en deux, frotter à nouveau avec le citron et retirer la barbe.

4/. Faire chauffer un gros filet d'huile d'olive dans une cocotte en fonte ou dans un faitout.

5/. Emincer les artichauts en fines lamelles.

6/. Ajouter les gousses d'ail épluchées, coupées en deux et dégermées ainsi que les lamelles d'artichaut dans la cocotte afin de les faire rôtir à feu vif.
Mélanger à l'aide d'une maryse.
Saler et ajouter une dizaine de baies de coriandre et des baies de poivre.

7/. Couvrir la cocotte pendant la cuisson tout en surveillant et en mélangeant régulièrement. Les artichauts doivent colorer.

8/. Nettoyer les champignons et les émincer puis les ajouter dans la cocotte.

9/. Poursuivre la cuisson en ajoutant de l'huile d'olive. Ajouter un peu d'origan frais ou du romarin ciselé.

10/. Ajouter le beurre et mélanger encore.

11/. Ajouter ensuite le vin blanc et récupérer les sucs de cuisson dans la cocotte.
Laisser évaporer le vin.

12/. Ajouter ensuite deux louches de bouillon en le filtrant dans une passoire.

13/. Verser le contenu de la cocotte dans le bol d'un blender et mixer. Réaliser cette opération en plusieurs fois si nécessaire.

14/. Goûter et corriger l'assaisonnement si nécessaire (sel, poivre, huile d'olive). Corriger également la consistance selon votre goût en ajoutant éventuellement du bouillon.

15/. Débarrasser le velouté obtenu dans une soupière ou autre plat de présentation et déguster sans attendre.