



UNE CUISINE
DE BON GOÛT

KEDGEREE TRADITIONNEL – RIZ AU CURRY ET SAUMON CUIT À LA VAPEUR



INGRÉDIENT PRINCIPAL

Riz

TEMPS DE PRÉPARATION

Moins d'une heure

PERSONNES

4

VUE D'ENSEMBLE

Le kedgerree est un plat indo-britannique à base de riz au curry et de haddock. Ce plat traditionnel existerait depuis plus de 600 ans. Retrouvez toutes les saveurs et les textures d'un kedgerree traditionnel, en remplaçant le haddock par des steaks de saumon délicatement cuits. Cette recette de brunch typique devient un repas simple et sain pour le quotidien.

INGRÉDIENTS

Pour le kedgerree :

- 1 cuillère à soupe d'huile de coco
- 1 gros oignon coupé en petits dés
- 1 grosse gousse d'ail écrasée
- ½ cuillère à soupe de poudre de curry
- ½ cuillère à soupe de curcuma
- 1 bouquet de coriandre fraîche
- 1 cuillère à soupe de pâte korma
- 350 g de riz brun ou de riz basmati brun lavé et égoutté
- 1 litre de bouillon de légumes ou de poisson

Pour le saumon :

- 4 filets de saumon (issue d'une pêche durable)
- 1 pincée de curry
- Sel de mer et poivre noir concassé
- 1 citron vert

Pour servir :

- 2 œufs durs
- Quartiers de citron vert

PRÉPARATION

- 1) Faire fondre l'huile de coco dans la sauteuse à bord droit à feu moyen. Faire revenir les oignons pendant 5-6 minutes jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Ajouter l'ail et une pincée de sel et faire frire pendant une minute de plus.
- 2) Ajouter le curry et le curcuma dans la sauteuse et faire revenir pendant 1 minute, en remuant continuellement pour éviter que les épices ne brûlent. Couper les tiges de coriandre en petits dés et les ajouter. Ajouter la pâte de korma à l'aide d'une cuillère et faire cuire pendant 2 minutes supplémentaires.
- 3) Verser le riz et l'ajouter au mélange d'épices en enrobant chaque grain. Verser le bouillon et porter à ébullition. Baisser le feu et laisser mijoter le riz pendant 20 minutes.
- 4) Préchauffer le four à 200°C.
- 5) Pendant ce temps, préparer le saumon. Saupoudrer de curry, de sel et de poivre puis râper le zeste d'un citron vert.



UNE CUISINE
DE BON GOÛT

- 6) Après 20 minutes de frémissment, retirer la sauteuse du feu, remuer le riz, déposer les filets de saumon préparés et mettre le couvercle. Mettre au four et faire cuire pendant 15-20 minutes selon la taille des filets. Le riz doit rester ferme et les filets doivent être délicatement pochés.
- 7) Sortir la sauteuse du four et faire gonfler le riz à l'aide d'une fourchette. Couper les œufs en deux et les ajouter au riz. Hacher grossièrement et saupoudrer du reste de la coriandre puis servir à table avec des quartiers de citron vert. Assaisonner si nécessaire.

Astuce du cuisinier : Utilisez les restes le lendemain et préparez une salade froide de saumon et de riz. Il suffit d'émietter les restes de saumon dans le riz et de les associer à de la salade. Ajoutez des œufs durs frais et des quartiers de citron vert pour servir.

Copyright Image/Recette © 2020 Le Creuset
www.lecreuset.com