Bouchées de poulpe croquantes avec du houmous de citrouille



Une recette de Teo Chiaravalloti.

Préparation

Temps requis	env. 120 minutes
Difficulté	Moyen - Pour les amateurs
Dosage	4 personnes

Caractéristiques

Plat	Poisson - Poulpe
Produit typiques	Citrouille - 0 km
Adapté en	Automne - Soirées romantiques

INGRÉDIENTS

Poulpe

- ☐ 800 g de poulpe
- ☐ 0.3 dl d'huile d'olive extra vierge
- ☐ 1 feuille de laurier
- ☐ 30 g de tiges de persil
- ☐ ½ oignon
- ☐ 1 gousse d'ail
- ☐ 10 g de persil
- ☐ 1 consommation d'Espelette (piment fumé)
- ☐ Mesclun à volonté pour la garniture
- ☐ Graines de citrouille à volonté pour la garniture

Houmous à la citrouille

- ☐ 00 g de pois chiches cuits
- ☐ 12 g tahini
- ☐ 12 g d'huile evo
- ☐ 12 g d'huile de sésame
- ☐ 60 g d'eau de pois chiches
- ☐ 100 g de purée de citrouille bien sèche
- ☐ Jus de citron au goût.

PRÉPARATION

Poulpe

1. Nettoyez le poulpe sous l'eau courante, dans une casserole avec couvercle, versez l'huile d'olive extra vierge et placez à l'intérieur du poulpe la feuille de laurier, les tiges de persil, l'oignon, la gousse d'ail.
2. Couvrir et mettre à feu moyen.
3. Faites cuire pendant environ 90 minutes en veillant à ce qu'il ne colle pas, en remuant doucement mais sans ajout de liquide.

Conseil : le poulpe est cuit lorsque les pointes sont tendres sous les doigts. Laissez refroidir dans la casserole fermée et nettoyez ensuite les tentacules des ventouses. Couper en bouchées et laisser de côté.

Houmous à la citrouille

1. Mélangez les pois chiches cuits avec de l'eau et de la purée de citrouille dans un mélangeur à immersion.
2. Fouettez la purée avec les huiles, le tahini et le jus de citron.
3. Ajustez le goût et transférez dans une poche à douille.

Dressage

1. Sautez rapidement les piqûres de poulpe, saupoudrez de persil et d'Espelette.
2. Faites 7 pointes avec l'hummus de citrouille, placez les bouchées de poulpe dessus.
3. Garnir avec des feuilles de salade et des graines de citrouille.