



Un été gourmand avec Natura et Eric Boschman !

Cet été, pour changer de l'éternel BBQ, on s'inspire de notre chef préféré et on lui pique deux recettes qui vont faire de nous de vraies stars des fourneaux ! Et parce que dans la vie ce qu'il y a de meilleur c'est presque toujours la sauce, on ne boude pas son plaisir et on fait le plein d'idées délicieuses et originales offertes par Natura. Grand gourmet, amoureux du terroir et des produits de qualité, Eric Boschman s'est laissé inspirer par le surprenant **ketchup aux carottes**, l'ébouriffante **vinai-grette au wasabi** et la fameuse **mayonnaise aux truffes** de Natura. Résultat ? Deux recettes de grand chef ultra faciles à reproduire à la maison. Bon appétit !

GLACE AU CONCOMBRE, POMME, MENTHE, CÉLERI ET WASABI, SANS SORBETIÈRE (4 pers.)

- ▶ 4 jaunes d'œufs
- ▶ 75 g de sucre
- ▶ 37 cl de lait
- ▶ 25 cl de jus de pomme
- ▶ Un concombre
- ▶ Un céleri
- ▶ 2 cuillères à soupe de vinaigrette au wasabi Natura
- ▶ ½ botte de menthe

Préparation : Passez le concombre et le céleri à la centrifugeuse et récupérez le jus. •Faites bouillir le lait avec les feuilles de menthe, le jus de pomme et le jus de concombre et céleri. Pendant que le lait chauffe, battez les œufs avec le sucre dans un saladier. •Quand

le lait est prêt et chaud, versez-le sur les jaunes en fouettant et remettez à chauffer la crème jusqu'à épaississement. •Attention, elle ne doit pas bouillir afin de ne pas cuire les œufs ! •Versez-la ensuite dans un autre récipient pour arrêter la cuisson. •Placez la préparation au congélateur, puis lorsqu'elle commence à prendre, sortez-la et passez au mixeur en ajoutant la vinaigrette (goûtez pour bien ajuster). •Remplacez-la ensuite au congélateur et répétez cette étape au minimum 3 fois sans ajouter de vinaigrette. •Plus cette opération est répétée, plus onctueuse sera la glace. •Sortez la glace un peu avant de la déguster.

A TABLE ☺ Vous pouvez ajouter des crackers au wasabi en guise de garniture.



AVOCAT NÉNETTE ET SAUCE COCKTAIL (4 pers.)

- ▶ 2 avocats bien mûrs
- ▶ 200 gr de crevettes grises décortiquées
- ▶ Un citron vert
- ▶ 2 échalotes
- ▶ ½ botte de ciboulette
- ▶ Une pointe de poivre de Cayenne

Pour la sauce cocktail :

- ▶ 4 cuillères à soupe de mayonnaise aux truffes noires Natura
- ▶ 4 cuillères à soupe de Ketchup aux carottes Natura
- ▶ 2 cuillères à soupe de whisky pur malt
- ▶ 2 traits d'Angustura
- ▶ Une pointe de piment d'Espelette

Préparation : Ouvrez les avocats en 2, enlevez les noyaux. •Epluchez et émincez finement dans le sens de la longueur. •Mouillez avec le jus de citron pour éviter l'oxydation. •Préparez la sauce cocktail (rectifiez la consistance, l'assaisonnement et le whisky selon votre goût) en tenant compte du fait que la sauce doit être bien relevée. •Mélangez les crevettes, les échalotes, la ciboulette ciselée finement, le poivre de Cayenne et la sauce cocktail. •Dressez les fines tranches d'avocat en soleil sur une assiette ronde et blanche, placez les crevettes en dôme au milieu.