Jambalaya, sauce à la papaye

Recette de V-ZUG SA



Préparation	30 min
Temps de cuisson	45 min
Portions	4
Appareil	Combair-Steam SE à partir de 2015

Jambalaya

250 g de riz à grain long

450 ml de bouillon de volaille

1½ cc de cumin

½ cc de piment, séché, moulu

2 cs de sucre de canne

3 de piment, verts

Couper les piments en deux, les épépiner et les émincer finement. Mettre le reste des ingrédients dans le moule en porcelaine et mélanger.

150 g de céleri-branche

3 gousses d'ail

100 g de carottes

1 poivron, vert

1 oignon, de grande taille

Laver le céleri et le tailler en morceaux de 1 cm d'épaisseur en biseau. Ecraser les gousses d'ail. Laver et éplucher les carottes, puis les couper finement en biseau. Couper le poivron en quatre, puis en lamelles. Eplucher l'oignon et le hacher finement. Répartir tous les légumes sur le riz. Enfourner le moule en porcelaine sur la grille dans l'espace de cuisson froid. Cuire à la vapeur.

Cuire à la vapeur 100 °C pendant 40 min

1 blanc de poulet, env. 160 g

Huile

250 g de filet de saumon

200 g de crevettes crues

1 cc de sel

1 citron vert, jus

Couper le blanc de poulet en dés de 2 cm. Faire chauffer de l'huile dans une poêle, ajouter les morceaux de poulet et bien les saisir env. 4 minutes sur toutes les faces. Placer les morceaux de poulet dans un saladier et laisser refroidir.

Couper le filet de saumon en dés de 2 cm, les ajouter, ainsi que les crevettes, aux morceaux de poulet et saler.

Sortir le moule en porcelaine de l'espace de cuisson et bien mélanger le riz et les légumes.

Répartir le poisson et la viande sur le riz cuit à la vapeur et arroser du jus de citron vert. Poursuivre la cuisson à la vapeur.

Introduire l'aliment à cuire

Cuire à la vapeur 100 °C pendant 5 min

Sauce à la papaye

1 papaye, env. 320 g

1 piment, rouge

½ bouquet de coriandre

70 g de ketchup

Peler la papaye, l'épépiner et la tailler en dés. Couper le piment en deux, l'épépiner et le hacher grossièrement. Effeuiller la coriandre et mixer les feuilles avec le piment, le ketchup et la moitié de la papaye.

Incorporer les morceaux de papaye restants à la sauce et servir avec le jambalaya.

Conseils

La sauce à la papaye accompagne aussi parfaitement les grillades de viande et de poisson.

Décorer le plat avec des rondelles de piment.

Accessoires

Grille

Moule en porcelaine ⅓ GN, hauteur 65 mm

Informations complémentaires

Créée le	11.12.2019