

BAVAROIS DE CHOU FLEUR COCKTAIL DE MOULES

- **Type de plat** : Entrée
- **Difficulté** : Moyen
- **Coût de la recette** : Bon marché
- **Temps de préparation** : 40 min
- **Temps de cuisson** : 10 min
- **Pays** : France



Ingrédients pour 4 personnes

- **1 chou-fleur**
- **1 échalote**
- **1 kg de moules**
- **3 feuilles de gélatine**
- **200 g de mascarpone**
- **50 cl de crème liquide**
- **15 cl de vin blanc sec**
- **1 cuil. à café de curry**
- **sel, poivre**

Etapes de préparation

1. Séparez le chou-fleur en fleurettes et faites-les cuire 5 min à l'eau bouillante salée. Egouttez-les et mixez-les. Salez, poivrez.
2. Faites ramollir la gélatine dans de l'eau froide. Faites chauffer 3 cuil. de crème, et hors du feu, faites dissoudre la gélatine essorée. Incorporez à la purée de chou-fleur. Fouettez la crème très froide en chantilly et incorporez-la aussi au chou-fleur.
3. Tapissez des ramequins de papier sulfurisé, remplissez-les de la préparation précédente et réservez 6 h au réfrigérateur.
4. Nettoyez les moules, rincez-les et faites-les ouvrir dans un faitout sur feu vif avec l'échalote pelée et hachée, le vin blanc et le curry. Décoquillez les moules, réservez le jus et filtrez-le. Mixez la moitié des moules avec le mascarpone et le jus de cuisson.
5. Démoulez les bavarois, nappez-les de sauce et garnissez-les des moules restantes. Servez sans attendre.