



## **Timbale de tourteau et papaye à la cardamome**

Pour 2

- 1 tourteau femelle
- 2 litres de bouillon de légumes
- 1/2 papaye
- 1 citron lime
- 10 cl d'huile d'olive et colza
- 20 gousses de cardamome verte
- 1 petit bouquet de coriandre fraîche

Préparez l'huile de cardamome. Ecossez les gousses et écrasez-le dans un mortier pour en libérer toutes les saveurs. Ajoutez les gousses dans un petit bocal et versez les huiles. Laissez macérer si possible une journée.

Faites chauffer le bouillon de légumes et à l'ébullition, plongez le tourteau pendant 12 à 20 minutes selon la taille. Réservez. Filtrez et gardez le bouillon qui servira pour une prochaine recette. Vous pouvez aussi le congeler.

Décortiquez le tourteau et mettez de côté le corail. Récoltez toute la chair et mélangez-la avec 1 cuiller à soupe d'huile de cardamome. Ajoutez la coriandre ciselée.

Epluchez-la papaye et enlevez les graines. Coupez-la en petits morceaux. Mélangez-la avec le jus du citron lime et son zeste.

Mélangez à la fourchette le corail avec une cuiller à café d'huile de cardamome.

Dressez les assiettes. Posez un cercle et remplissez avec de la papaye. Tassez.

Ajoutez le tourteau. Lissez la préparation.

Terminez avec une belle cuiller de corail

Démoulez délicatement et essuyez le cercle avant de préparer la seconde assiette.

Et servez avec le reste de l'huile dans un flacon.