

Oeuf parfait

Pour 4 personnes:

4 petits navets - 8 petites carottes - 2 artichauts poivrade - 2 cébettes - 50g de petit pois - 4 fèves - ½ citron (le jus) - 4 gousses d'ail - 1 botte de cresson - 50g d'oseille - 4 brins de persil plat - 2 brins de cerfeuil - 4 œufs - 3 c à s d'huile d'olive - sel et poivre.

Laissez les œufs dans leur boîte en carton et enfournez-les pour 1h dans le four préchauffé à 65°. Lavez le cresson en ôtant les queues, l'oseille et le persil. Plongez les herbes pendant 5 min dans une casserole d'eau bouillante, égouttez et placez les sous l'eau glacée. Mixez pour obtenir une purée lisse. Au besoin, passez au tamis. Salez et poivrez et maintenez au chaud. Pelez les carottes en conservant leurs fanes, coupez-les en 2 tronçons. Pelez les navets et coupez-les en 4. Lavez les cébettes et coupez-les en 2 dans la longueur. Ôtez les feuilles les plus dures des artichauts, retaillez la partie supérieure et coupez-les en 4 et citronnez-les. Plongez séparément tous les légumes, excepté les cébettes, dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 5 min, égouttez-les. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse, ajoutez les gousses d'ail entières légèrement écrasées, puis les cébettes. Laissez cuire 5 min puis ajoutez les carottes, les navets, les artichauts. Continuez la cuisson 5 min puis ajoutez les fèves. Laissez cuire encore 2 min, salez et poivrez. Écalez les œufs, déposez un peu de coulis d'herbes dans le fond de 4 assiettes creuses, répartissez les légumes harmonieusement et placez un œuf au centre. Décorez avec un peu de cerfeuil.

