Rainbow Mafia &

présentent le 27 juillet 2015

La Cuisine Péruvienne Vegan

Papa a la Huancaina

Pommes de terre à la façon de Huancayo, dans les Andes

1kg de pommes de terre
500g de tofu ferme
3 piments verts frais
3 gousses d'ail
2 citrons verts
250ml de lait de soja
250ml d'huile d'olive
Sel et poivre

1 salade verte, genre Batavia
1 bouquet de persil
Olives noires

Faites cuire les pommes de terre à la vapeur.

Pendant ce temps, préparez la sauce:
Découpez les tofu en gros cubes et mettez-les dans un blender. Lavez et ouvrez les piments dans leur longueur à l'aide d'un couteau et d'une fourchette et épépinez-les. Pelez une gousse d'ail, pressez un citron vert et ajoutez le tout dans le blender. Couvrez de lait de soja, ajoutez sel et poivre et mixez. Une fois que le mélange est homogène, descendez à une vitesse basse et versez l'huile en un fin filet comme pour monter une mayonnaise. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire, avec plus de piment, d'ail et de citron. Réservez au réfrigérateur.

Sortez les pommes de terre du feu et laissez-les refroidir. Lavez soigneusement le persil ainsi que la salade en gardant une feuille entière par convive. Egouttez bien et déposer une feuille sur chaque assiette. Pelez les pommes de terres et coupez-les en quatre dans le sens de la longueur. Déposez sur chaque feuille huit quarts de pommes de terre en étoile. Sortez la crème du réfrigérateur et versez-en généreusement sur les pommes de terre. Décorez avec des olives et quelques brins de persil.

Rainbow Mafia &

présentent le 27 juillet 2015

La Cuisine Péruvienne Vegan

Ceviche de champiñones

Emincé de champignons marinés crus - Lima, sur la côte pacifique

env 500 g de patate douce
4 épis de mais

250ml de Jus de citron vert
800g de champignons frais
250g de céleri branche
4 oignons rouges
2 gousses d'ail
1 piment rouge frais
2cs env. gingembre
sel
1 bouquet de coriandre

Faites cuire les patates douces et les épis de mais à la vapeur.

Pendant ce temps, nettoyez soigneusement les champignons à l'aide d'une brosse douce ou d'un tissu humide. Lavez et ouvrez le piments dans leur longueur à l'aide d'un couteau et d'une fourchette et épépinez-les. Versez le jus de citron dans un grand saladier. Emincez les champignons, mettez-les immédiatement dans le saladier. Emincez le céleri-branche avec ses feuilles et les oignons rouges en anneaux, le piment en fines lamelles, hachez finement l'ail, le gingembre et ajoutez le tout aux champignons. Salez généreusement et réservez au frais max. 30 minutes.

Retirez du feu les patates douces et épis de mais, laissez-les refroidir et coupez-les en 3. Lavez et ciselez grossièrement la coriandre, ajoutez-en la moitié aux champignons juste avant de servir. Déposez une portion généreuse au milieu de l'assiette, accompagnez avec un morceau de patate douce et de mais, parsemez de coriandre. C'est prêt!

Rainbow Mafia &

présentent le 27 juillet 2015

La Cuisine Péruvienne Vegan

Crema helada de coco y lima

Crème glacée coco-citron vert

1 litre de crème de noix de coco
4 citrons verts
100ml sirop d'agave
100g de noix de coco râpée

Optionnel: 200g de biscuits vegan
(cookies ou speculoos par ex.)

Lavez les citrons, râpez l'écorce de deux d'entre eux et pressez-en le jus. Dans un bol, mélangez la crème de coco, le jus et l'écorce de citron, le sirop d'agave et la noix de coco râpée. Goûtez et rectifiez avec plus de jus, d'écorce de citron et sirop d'agave. Dresser dans des raviers en verre et laisser prendre au freezer pendant au moins 1h. Avant de servir, décorez le bord du ravier avec des fines tranches de citron vert et de la coco râpée.

Optionnel:
Pour un dessert plus gourmand, écrasez les biscuits entre une planche et une feuille de cuisson ou film plastique à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Formez une jolie couche compacte au fond des raviers avant d'y verser la crème.

Rainbow Mafia &

présentent le 27 juillet 2015

La Cuisine Péruvienne Vegan

Limonade

2 citrons verts
1 bouquet de menthe
jus de citron vert
Sucre de canne ou sirop d'agave

Optionnel: Glace pilée

Lavez et découpez les citrons verts en rondelles, ciselez grossièrement la menthe, déposez le tout au fond d'une carafe, remplissez d'eau, ajoutez le jus de citron vert et du sucre de canne ou sirop d'agave à volonté. Laissez infuser au réfrigérateur.

Servir si désiré sur de la glace pilée.

Pisco Sour

Préparez la limonade ci-dessus.

Au fond des verres, verser une dose de Pisco, une petite cuillerée de crème de coco et une bonne dose de jus de citron. Ajoutez la limonade et saupoudrez de cannelle.

Servir si désiré sur de la glace pilée.