LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Gratin de moules au potimarron et curry doux

Gratin de moules au potimarron et curry doux : un plat généreux et réconfortant où la chair iodée des moules rencontre la douceur légèrement sucrée du potimarron. La purée parfumée au curry doux nappe les coquilles et forme une croûte dorée, tandis que quelques cristaux de Fleur de sel Pyramide Rose, ajoutés à la sortie du four, apportent un croquant délicat et un équilibre salé parfait. Idéal pour un dîner convivial en famille ou entre amis, ce gratin joue sur les textures — fondant, crémeux et croustillant — et sur des arômes chauds et épicés. Facile à préparer, il se réalise en moins de 90 minutes et séduit par son côté à la fois simple et soigné.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**25 min**	**40 min**	**facile**

Ingrédients

- 1,5 kg de moules fraîches, nettoyées
- 600 g de potimarron (poids net), épépiné et coupé en cubes
- 2 échalotes, finement émincées
- 2 gousses d'ail, écrasées
- 10 cl de vin blanc sec
- 100 ml de crème liquide
- 30 g de beurre + 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de curry doux en poudre
- 1 pincée de muscade (facultative)
- 40 g de parmesan râpé (ou gruyère selon goût)
- 2 cuillères à soupe de chapelure
- Poivre noir du moulin
- 1 citron (en quartiers, pour servir)
- Fleur de sel Pyramide Rose, pour la finition (environ 1/2 c. à café de cristaux)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Fleur de sel Pyramide Rose

Scanner pour voir le produit

Préparation

Préchauffe le four à 200 °C (chaleur tournante si possible).

Fais cuire le potimarron: mets les cubes dans une casserole avec 20 cl d'eau, une pincée de sel et porte à frémissement. Couvre et laisse cuire 12-15 minutes jusqu'à tendreté. Égoutte bien.

Pendant ce temps, chauffe l'huile et 15 g de beurre dans une grande poêle. Ajoute les échalotes et l'ail, fais suer 3-4 minutes sans coloration.

Déglace avec le vin blanc, laisse réduire d'un tiers puis incorpore les moules. Couvre et cuis 4-5 minutes jusqu'à ce que toutes les moules soient ouvertes. Retire les moules dans un grand plat en gardant le jus.

Filtre le jus de cuisson et réserve-le. Décortique la moitié des moules (garde l'autre moitié entières pour la présentation) et réserve.

Réduis le potimarron en purée avec la crème, le curry doux, la muscade, 15 g de beurre et un peu du jus filtré si besoin pour obtenir une texture lisse et nappante. Poivre légèrement, goûte et rectifie (évite d'ajouter trop de sel).

Mélange les moules décortiquées à une partie de la purée pour bien les enrober, puis répartis les moules entières et le mélange dans un plat à gratin beurré.

Nappe avec le reste de purée au curry pour couvrir les moules. Saupoudre de chapelure et de parmesan, parsème quelques noisettes de beurre.

Enfourne 12-15 minutes jusqu'à ce que le dessus soit bien doré et croustillant. Si tu veux plus de coloration, passe 2-3 minutes sous le grill.

Sors le gratin du four et, juste avant de servir, parsème quelques cristaux de Fleur de sel Pyramide Rose sur chaque portion pour ajouter croquant et équilibre salé. Sers avec des quartiers de citron.

Le conseil des Épices Curieuses

Ajoute la Fleur de sel Pyramide Rose uniquement à la sortie du four pour préserver son croquant. Pour une purée plus onctueuse, passe-la au mixeur plongeant avec un filet de jus de cuisson des moules.

Les Épices Curieuses

les-epices-curieuses.com

La recette en ligne

Le produit