

# Gambas et carpaccio d'oranges et chicons caramélisés



## Ingrédients

- Gambas
- Oranges
- Chicons
- Beurre salé
- 1 càs d'huile de tournesol
- Filet de miel ou de sirop d'agave
- Jus de clémentines
- Huile, thym émietté, piment d'espelette, herbes aromatiques

Chauffez votre poêle à 160°. Ajoutez le beurre salé et l'huile de tournesol. Caramélisez vos chicons avec un filet de miel ou de sirop d'agave. En fin de cuisson, j'y verse un jus de clémentines pour enlever la petite amertume du chicon. Gardez vos chicons au chaud dans un plat au four.

Épluchez vos oranges à vif et tranchez finement comme un carpaccio.

Sautez vos gambas (préalablement marinées dans un petit peu d'huile, de thym émietté et d'une pincée de piment d'espelette) dans la poêle utilisée pour les chicons. Terminez par un tour de moulin poivre.

Composez votre assiette en y ajoutant des herbes aromatiques.



*Joseph*  
design.be

L'ustensile de la semaine !

Set de poêles anti-adhésives  
**LE CREUSET**  
238 166€



028 cm  
024 cm

FRYING PAN SET  
SET DE POÊLES

chée de Charleroi 1 à Thorembais-les-Béguines  
info@josephdesign.be - Téléphone : 010 247 287  
Du mercredi au samedi de 10h à 18h

