AROMATA COCINA

Ravioles de Tzatziki



Préparation: 20 mins
Repos: 3mins

Ingrédients (pour 20 ravioles) :

1 sachet de 2g d'alginate de sodium
300 mL d'eau minérale pauvre en calcium (<30 mg/L)
2 yaourts grecs
1 gousse d'ail
½ oignon doux
3 branches de menthe
jus d'un ½ citron
Sel, poivre
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 concombre

Préparation de la recette:

Pour le bain de trempage, mixer le sachet d'Alginate dans l'eau peu calcique. Verser dans un récipient à fond plat et laisser reposer 30min (jusqu'à obtenir une liquide limpide et sans bulles).
Peler le concombre, le couper en deux et ôter les graines. Le couper sous forme de petits dés. Dans un saladier, mettre le concombre avec une cuillère à soupe d'huile d'olive. Saler et réserver au frais.

Pour réaliser le tzaziki, ciseler finement les feuilles de 2 branches de menthe et l'oignon. Hacher l'ail. Dans un saladier, réunir les yaourts grecs, l'ail, l'oignon, la menthe et le jus de citron. Saler et poivre. Bien mélanger.
Remplir une cuillère demi-sphérique tzatziki. Verser le contenu dans le bain de trempage en gardant la cuillère au contact du bain.
Faire de même avec les reste de la préparation. Veiller à ce que les billes soient totalement immergées et ne se collent pas.
Laisser tremper 2 minutes jusqu'à la formation d'une enveloppe résistante.
Récupérer délicatement les billes avec une cuillère et les faire tomber dans un verre d'eau pour les rincer (éviter le contact entre la cuillère et l'eau). Sortir les billes délicatement de l'eau et les égoutter.
Égoutter les dés de concombre et les disposer dans des cuillères apéritives ou des verrines. Disposer dessus les billes. Ajouter une feuille de menthe en décor.

NOTE : L'ALGINATE GÉLIFIE GRÂCE AU CALCIUM NATURELLEMENT PRÉSENT DANS LE YAOURT.