

ŒUF BÉNÉDICTE À L'AIL DES OURS, ORTIE ET MUFFINS ANGLAIS



Ingrédients pour 12 personnes

Ingrédient	Quantité
Oeufs bio	12 pcs (ultra frais)
vinaigre blanc	1 c. à s. (pour le pochage des œufs)
Oeuf	3 pcs (jaune)
eau	45 ml
vinaigre de vin blanc	15 ml
beurre clarifié	180 gr
beurre doux	1 c. à s.
bacon	12 tranches
Sirop d'érable	1 c. à s.
Ail des ours	50 gr
Orties	50 gr (jeunes pousses)
sel	0 gr
Poivre noir du moulin	0 gr
muffins anglais	6 pcs

Préparation

1. Dans une casserole d'eau frémissante salée, verser le vinaigre blanc. Casser les œufs dans de petits ramequins. Les glisser au fur et à mesure dans l'eau, Cuire 4 œufs à la fois. Laisser pocher de 3 minutes ou jusqu'à la cuisson désirée. Normalement, les jaunes devraient être coulants et les blancs cuits, mais tremblotants. Déposer calmement les œufs dans une eau froide pour arrêter la cuisson. Au service, les réchauffer quelques minutes dans une eau frémissante.

Sauce hollandaise

1. Dans la partie supérieure d'un bain-marie, hors du feu, fouetter l'eau, le vinaigre de vin blanc et les jaunes d'œufs. Déposer le bain-marie au-dessus de l'eau frémissante et fouetter jusqu'à ce que la texture devienne épaisse et mousseuse. Ne pas trop cuire le mélange pour ne pas faire coaguler les jaunes d'œufs. Retirer le bol du bain-marie. Hors du feu, incorporer le beurre fondu et clarifié en filet en fouettant constamment. Saler et poivrer. Couvrir de film alimentaire directement sur la surface de la sauce. Réserver au chaud.
-

Bacon

1. Dans une poêle, chauffer les tranches de bacon dans le beurre et le sirop d'érable, réserver.
-

Ail des ours / Ortie

1. Blanchir séparément l'ail des ours et les orties (feuilles). Les refroidir dans une glaçante (eau glacée). Emincer le tout et cuire dans un peu de beurre. Assaisonner sel, poivre, muscade. Réserver.
-

Muffins

1. Cuire les muffins à la poêle sèche en les retournant jusqu'à la coloration. Les laisser refroidir puis les couper en deux. Avant le service, les griller légèrement au four ou au grille-pain.
-

Dressage et présentation

1. Passer les muffins au grille-pain. Tartiner les avec un peu de sauce hollandaise. Ajouter une tranche de bacon, l'ail des ours/ortie. Poser un œuf sur chaque muffin et napper de sauce hollandaise. Parsemer d'ail des ours haché.
-