

RIBEL “TERRE D'ORIENT”

recette de Martin Real

« J'ai cuisiné ce ribel pour la première fois lors du « Morgenland Festival » en mai 2011... avec des épices d'Orient. Elle réchauffe l'âme et le corps ! »

Martin Real – Weinlaube in Schellenberg

Ingrédients et préparation :

- Mettre 500g de ribelmaïs dans un bol
- Porter à ébullition 3 dl d'eau, 3 dl de lait de coco et 1 cuillère à soupe rase de sel, verser sur le ribelmaïs et mélanger
- Laisser gonfler à couvert pendant au moins 3 heures.
- Couper 1 gros oignon et 3 gousses d'ail en petits morceaux.
- Faire chauffer dans une poêle avec 100g de beurre, 1 cuillère à café de cumin, 1 cuillère à café de graines de fenouil et 1 cuillère à café de graines de coriandre.
- Ajouter la masse de maïs, remuer souvent et faire griller à feu moyen jusqu'à ce que des miettes dorées se forment.
- Ajouter 1-2 cuillères à soupe de curry en poudre, 1 cuillère à soupe de baies de berbérus et 1 cuillère à soupe de raisins secs, continuer à « frire » pendant 2 minutes, dresser avec la coriandre verte et le persil et servir.

Servir avec une compote de pommes au gingembre.

Bon appétit

