

# Oeuf parfait, croûtons à l'ail, oignons caramélisés au soya, concassé de tomate à l'huile de sésame |

**Recette pour 4 personnes**

## Description

Une incroyable texture vous attend, en ce qui concerne l'oeuf. Une réalisation simple, qui laissera vos amis sans voix.

## L'astuce du chef

Attention lors de l'écallage de l'oeuf à la sortie de sa cuisson.

## Ingrédients

### Oeufs parfait

- 4 Unité(s) Oeuf entier

### Oignons caramélisés

- 200 Gr Oignon
- 35 Ml Sauce soya

### Concassé de tomate aux sésames

- 300 Gr Tomate
- 5 Feuille(s) Basilic
- 2 Cuil. à thé Huile de sésame grillé
- 1 Cuil. à soupe Graines de sésame

### Croûtons à l'ail

- 4 Tranche(s) épaisse(s) Baguette
- 2 Gousse(s) Ail haché

### Finition

- 2 Branche(s) Coriandre fraîche

## Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **400 F°**

### Oeufs parfait

Utilisez les themocirculateur, une fois en place, réglez-le à une température de 64°C, plongez les oeufs délicatement dans le bassin d'eau, laissez-les durant 1 heure.

Les sortir, les passez sous l'eau froide pour arrêter la cuisson. Les écaler délicatement juste au moment de monter l'assiette.

### Oignons caramélisés

Épluchez et émincer finement l'oignon. dans une poêle bien chaude avec de l'huile d'olive, faites revenir l'oignons. Assaisonnez de sauce soya, une fois les oignons bien tombés, baissez le feu.

Laissez cuire doucement, les oignons vont prendre une légère coloration, mélangez délicatement.

Finalisez l'assaisonnement en poivre si nécessaire avec du poivre, les garder au chaud.

### Concassé de tomate, sésame et coriandre

Faites revenir les graines de sésames dans une poêle chaude, attention de ne pas trop les colorer, l'idée c'est de les torréfier. Laissez-les refroidir avant de les utiliser.

Réalisez une croix à la pointe du couteau sur les tomates. Les plonger une à une dans une eau bouillante durant 30 secondes à 1 minute.

Cela doit vous permettre de retirez sa peau facilement à la pointe d'un couteau.

Ensuite, la couper en quartier, retirez le coeur, ne garder que la chair (pétale). Détailliez des bâtonnets dans un premier temps, puis des petits cubes (brunoise).

Réunissez la brunoise dans un bol et les graines de sésames, assaisonnez de sel et poivre, ciselez la coriandre et ajoutez un petit filet d'huile de sésame. Réservez.

### Croûtons à l'ail

Détailliez le pain en petits cubes (croûtons), dans un bol, réunissez les croûtons et l'ail haché, versez un gros filet d'huile d'olive, assaisonnez de sel et poivre.

Bien mélanger avec les mains, étalez ensuite sur une plaque allant au four.

Enfournez pour 8 à 10 minutes, surveillez la coloration, assurez-vous d'une belle coloration dorée.

### Finitions et montage

Dans une assiette ou un bol, déposez au fond, un nid d'oignons caramélisés.

Déposez dessus le concassé de tomate aux sésames, délicatement par la suite, l'oeuf parfait (écalé).

Finalisez avec les croûtons parsemés ici et là, déposez quelques feuilles de coriandre en finition.

**Bon appétit!**