

# Escabèche de choux-fleurs

au citron et curcuma,  
seiche marinée puis snackée

## Ingrédients :

- 1 kg de choux-fleurs
- 5 oignons rouges
- 2 gousses d'ail
- 2 zestes d'orange
- 3 zestes de citron
- 2 citrons confits
- 1 carotte
- 10 g de curcuma frais
- 10 g de graines de coriandre
- 1 pincée d'espelette
- 15 g de coriandre frais
- 5 cl de Noilly Prat
- 15 cl d'huile d'olive
- 3 seiches
- Soucis
- Bourrache
- Fleur de sel
- 20 cl de vin blanc



Couper 600 g du chou-fleur en sommités et les mettre à mariner 30 minutes avec les zestes d'agrumes, les lamelles d'ail et de carottes, les oignons, les épices, le vin blanc et le Noilly.

Étuvier le restant du chou-fleur avec de la coriandre et du citron. Mixer les légumes avec un filet d'huile d'olive.

Mariner les morceaux de seiches puis les snacker et dresser.