
Carpaccio de fenouil au parmesan, sésame et ciboulette



“ Une recette que Tiste nous préparait lorsqu’il était encore à la maison. Dommage, il ne me restait plus de graines de sésame noir. Il est possible de la préparer avec des tuiles de parmesan dont vous trouverez la recette à la fin de cet article.”

Les Ingrédients :

(Pour 2 à 4 personnes) :

- 1 bulbe de [fenouil](#)
- 50 g de parmesan
- 1 fleur de [ciboulette](#)
- 2 brins de [ciboulette](#)
- ½ à 1 c. à café de graines de sésame
- Huile d’olive
- Sel et poivre

Les Étapes :

Rincez le [fenouil](#) et la [ciboulette](#). Épongez puis coupez le [fenouil](#) en fines tranches. Déposez-les dans une assiette, décorez de [ciboulette](#) ciselée, de graines de sésame et de parmesan grossièrement râpé.

Assaisonnez puis arrosez d’un filet d’une bonne huile d’olive (ici celle du [Moulin de Coudoux](#)).

Et Que Dire De Plus ?

→ Remplacez le parmesan frais par des tuiles de parmesan : Râpez vous même le parmesan, ne l’achetez pas déjà râpé, les tuiles seraient trop compactes! Sur une plaque de cuisson chemisée d’un papier sulfurisé, déposez des petits tas de fromage. Espacez les tas. Pour une apparence dentelée, n’en mettez pas trop! Enfournez dans le haut du four préchauffé à 180°C pendant environ 2 à 5 minutes ou jusqu’à ce que les tuiles soient dorées. SURVEILLEZ! Si le fromage est trop gras ou pas assez sec, le temps de cuisson sera plus long. Sortez la plaque du four, laissez refroidir et déposez les dans une assiette le temps de les utiliser. Ne les préparez pas trop à l’avance, elles auront tendance à ramollir. Pour leur donner une forme ondulée, à l’aide d’une spatule déposez les tuiles encore chaudes sur une bouteille propre ou sur un rouleau à pâtisserie. Laisser refroidir.

→ Vous pouvez aussi assaisonnez de paprika doux.

© Les Papilles Estomaquées... 2013

<http://papillesestomaquees.fr/carpaccio-de-fenouil-au-parmesan-sesame-et-ciboulette/>
