

Maïs Frais Caramélisé, Épicé

INGRÉDIENTS

- * 3 épis de maïs frais bio
 - * 2 gousses d'ail
- * 2 càs de paprika doux
- * 1 càc d'origan séché
- * 1 càc de thym séché
- * Tabasco Chipotle
- * Piri-piri
- * sel et poivre du moulin
- * ciboulette fraîche ou persil plat
- * 1 càs d'huile d'olive

PRÉPARATION

- * Oter les feuilles et les cheveux des épis. Plonger-les dans de l'eau bouillante et faire cuire 5 à 7 mn selon la grosseur. Egoutter et laisser refroidir.
- * Retirer les grains des épis à l'aide d'un couteau bien aiguisé, comme pour couper des tranches dans le sens de la longueur, en faisant attention de ne pas les abîmer.
- * Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive, faire revenir les grains de maïs sur feu vif 3 à 4 mn avec l'ail écrasé, le paprika, les herbes sèches, le Tabasco, le piri-piri. En fin de cuisson, rajouter les herbes fraîches. Réserver.