Les recettes du

LE POTAGER Coudoux

ÉPIS DE MAÏS GRILLÉS AU PARMESAN, THYM ET CITRON VERT :

INGRÉDIENTS
pour 4 personnes

- 4 / 6 épis de maïs frais (bio de préférence)
- 2 ou 3 citrons verts
- quelques branches de thym frais
- 150 gr de parmesan râpé
- poivre noir et sel
- 1 bouquet de persil ciselé
- 50 gr beurre demi-sel

Note

Pour les amateurs de plat relevé, ajoutez quelques piments oiseaux à grillés. Attention le plat sera très relevé.

PRÉPARATION :

1/ Retirez les feuilles et les filaments des épis et rincez-les sous l'eau.

2/ Faites-les blanchir 10 minutes à l'eau bouillante salée. Égouttez-les.

3/ Faites fondre un peu de beurre dans une poêle-grill, ajoutez les branches de thym, salez et poivrez.

4/ Faites-les dorer quelques minutes de tout côté en les arrosant de quelques gouttes de citron vert.

5/ Quand ils sont grillés à votre goût, déposez-les sur un plat de service, parsemez de parmesan et de persil ciselé.

6/ Dégustez-les bien chauds avec des quartiers de citron vert.