

## Aïoli aux épices douces

Tout le monde ici connaît l'aïoli non ? Je n'ai pas la prétention de vous dire comment cuisiner ce classique de la cuisine provençale, j'imagine que chaque famille à sa propre recette. Je voulais juste vous montrer qu'avec peu de choses, on peut twister un peu cette recette un brin classique.

Prenez les légumes par exemple. Remplacez le traditionnel combo carottes / pommes de terre / brocolis par d'autres légumes. Au printemps, privilégiez les petits pois frais et les asperges, en automne, utilisez du potimarron ou des patates douces.

Côté poisson, si le saumon et le cabillaud sont des incontournables, vous pouvez aussi opter pour du merlu, de la lotte ou du rouget.

Et enfin, point d'aïoli sans ail. S'il n'y a qu'une chose à respecter pour rester fidèle à la recette traditionnelle, c'est bien celle-ci. L'aïoli doit avoir le goût d'ail, on oublie donc cette recette pour un premier rendez-vous :)

[Imprimer](#)

Aïoli aux épices douces

Auteur: Fraise et Basilic

Temps de préparation: 30 minutes

Temps de cuisson: 5 minutes

Temps total: 35 minutes

Pour 6 personnes

## Ingredients

- - 6 [cœurs de filets de cabillaud](#)
- - 400 g de [calamar émincés](#)
- - 300 g de [crevettes bio crues](#)
- - 300 g de [seiche](#)
- - 3 carottes
- - 300 g de [choux de Bruxelles](#)
- - 500 g de petits pois frais
- Pour l'aïoli :
- - 2 gousses d'ail
- - 2 jaunes d'œufs
- - 25 cl d'huile d'olive
- - 1 filet de jus de citron
- - ½ c. à c. de Zaatar
- - ½ c. à c. de curry

## Instructions

1. Epluchez les carottes et détaillez-les en fines lamelles. Rincez les choux de Bruxelles et écossez les petits pois. Faites cuire les légumes à la vapeur une dizaine de minutes.
2. Faites décongeler le poisson et les fruits de mer.
3. Faites chauffer un peu d'huile dans une poêle, saisissez les crevettes jusqu'à ce qu'elles soient bien roses. Saisissez les seiches et les calamars. Farinez le poisson et faites-les revenir dans un peu de beurre. Réservez.
4. Pelez les gousses d'ail, coupez-les en deux, enlevez le germe et passez-les au presse-ail au-dessus d'un bol peu évasé. Ajoutez les jaunes d'œufs et les épices.
5. Versez l'huile en filet, en fouettant sans discontinuer jusqu'à obtention d'une préparation bien ferme. Ajoutez le jus de citron et fouettez à nouveau.
6. Disposez les légumes, le cabillaud et les fruits de mer sur un plat. Servez sans attendre.