

# Oeufs pochés aux cardons au Parmigiano Reggiano



Catégorie

Entrée



Personnes

4 personnes



Temps préparation

25 minutes



Temps de cuisson

95 minutes



## Ingrédients

100 g [fromage Parmigiano](#) Reggiano

1 kg cardons

50 g beurre

50 g farine de froment

4 oeufs

2 dl huile

3 l blanc de cuisson

2 l eau vinaigrée

sel, poivre

## Préparation

Epluchez, nettoyez et effilez les cardons. Détaillez-les en tronçons de 10 à 12 cm. Mettez en réserve dans l'eau vinaigrée. Dans une marmite d'eau salée bouillante, préparez un blanc de cuisson, en y versant du jus d'un demi-citron, 8 g de sel, 25 g de farine et 25 g de graisse alimentaire fondue. Battez ce blanc au fouet pour obtenir une émulsion correcte. Faites cuire les cardons dans ce blanc durant 1 heure. Egouttez et épongez-les à sec. Chauffez l'huile. Passez les cardons dans la farine une ou deux fois selon l'humidité et plongez-les dans la friture. Rangez-les au fur et à mesure dans un plat à four beurré ou huilé. Sur chaque couche, semez une poignée de Parmesan et déposez des flocons de beurre. Enfourez 30 minutes à 220°. 10 minutes avant la fin, pochez les 4 oeufs dans l'eau vinaigrée. Déposez-les en ordre sur le dessus des cardons, salez, poivrez. Servez immédiatement.