

hors-série

DÉCEMBRE 2019 - JANVIER 2020

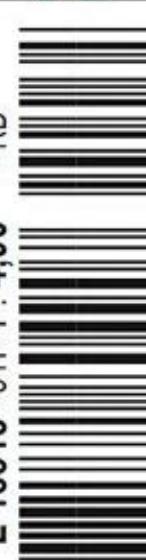
marmiton

les
meilleures
recettes
de
fêtes

Notre best of
(très gourmand)

BELUX : 5,90€ - CH : 8,80 CHF

L 18818 - 3H - F: 4,90 - RD



VOUS N'AVIEZ JAMAIS GOÛTÉ UN MIEL PAREIL.



A moins, bien sûr, que vous soyez apiculteur et que votre passion pour les abeilles mellifères vous ait fait franchir les Pyrénées pour vous retrouver au royaume d'Espagne. Dans ce cas-là, les quelques lignes à suivre ne vous apporteront rien que vous ne sachiez déjà. Dans le cas contraire, la lecture de cette page pleine d'histoires risque bien de réveiller vos papilles tout autant que votre curiosité. Pourquoi ? Sans doute parce que nous allons parler ici de miel d'avocatier. Vous pouvez soulever exagérément les sourcils, oui, le miel peut aussi être produit à partir de l'avocatier. Petit rappel de sciences naturelles : l'avocatier est un arbre fruitier de la famille des Lauracées. Son miel est mono-floral, c'est-à-dire qu'il est issu des fleurs d'une seule espèce végétale, l'avocat. Fin de la théorie, retour à la pratique. Ici, en Espagne, c'est une reine qui règne en maître sur sa colonie d'abeilles à la recherche de nectar. Ensemble, elles concoctent ce miel rare

avec des parfums exotiques, très parfumé et d'une couleur étonnante : ambre foncé, avec un spectre tirant parfois jusqu'au rouge. Ses notes intenses sont tout aussi surprenantes, avec des arômes de réglisse et de café. Naturellement, vous pourrez servir ce miel d'avocatier au petit-déjeuner, en recouvrant vos tartines, ou associé à vos yaourts. Il se consomme en toutes occasions avec son prix E.Leclerc accessible à tous. Justement, quand viendra l'heure du repas, retournez donc chercher votre pot de miel afin de déglaçer vos viandes ou pour créer des sauces sucrées salées. Une fois à table, avec vos convives, vous pourrez savourer votre effet et feindre l'étonnement : « Comment cela, vous n'aviez jamais goûté de miel d'avocatier avant...! ? » Effet garanti. D'ailleurs, chez E.Leclerc on parie qu'il en ira de même à chaque fois que vous découvrirez un nouveau produit de notre collection d'exception *L'origine du goût*.



E.Leclerc L

Découvrez toute notre collection sur www.loriginedugout.fr



édito

Marmiton ET LE MEILLEUR des fêtes

Chez Marmiton, on tient à ce que vous passiez des fêtes d'exception. Qui dit fêtes d'exception dit bien sûr recettes d'exception. Nous avons sélectionné, dans ce hors-série best of, les plus belles recettes de l'année avec toujours les mêmes engagements : vous offrir le meilleur de la saison, vous faciliter la vie en cuisine et vous accompagner dans la réussite des recettes.

Le plus important pour nous ? Que vous passiez un bon moment à table. Amateurs de volailles, de poissons, de bûches traditionnelles ou de desserts exotiques, vous trouverez, à coup sûr, votre bonheur dans ces 132 pages. On espère que vous prendrez autant de plaisir à les feuilleter que nous en avons pris à les concocter.

Bonnes fêtes et bonne cuisine !

L'équipe Marmiton

sommaire

- 6** Les infos à picorer
- 10** Shopping de fêtes
- 14** Mon planning de fêtes
- MON MENU DE FÊTES**
- 17** Les amuse-bouches
- 25** Les entrées
- 48** **CHASSE AU TRÉSOR**
Les œufs de poisson,
petits mais forts en goût
- 57** Les plats
- 84** À la découverte
de la Scandinavie
- 88** **CHASSE AU TRÉSOR**
La saint-jacques
- 95** Les desserts
- 118** **CHASSE AU TRÉSOR**
Les fruits exotiques
- 124** Noël en Alsace



p.17



p.25



p.95



p.57



ART DE VIVRE

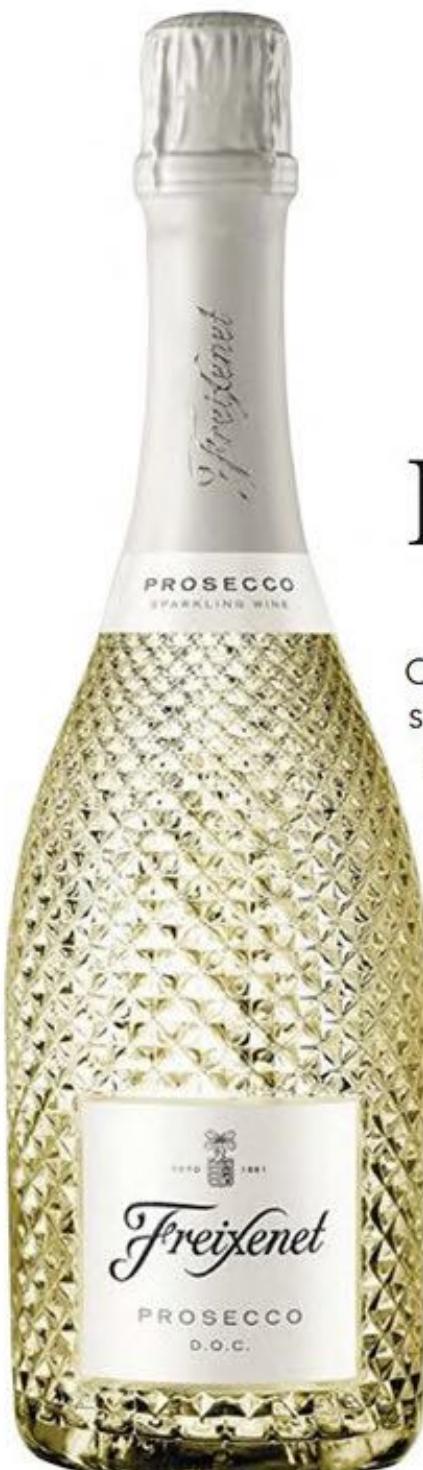
*Made in Languedoc**



*Le renouveau
de la Clairette du Languedoc Adissan,
cépage blanc millénaire*

*L'assemblage
de Grenache, Syrah, Mourvèdre,
cépages rouges emblématiques*

GÉRARD BERTRAND



Envie de buller

On aime toujours les packagings de saison de cette marque espagnole spécialisée dans le cava (pétillant espagnol) et, depuis peu, dans le prosecco (pétillant italien connu des amateurs de spritz !). Pour Noël, Freixenet propose un prosecco dans une bouteille exceptionnelle aux mille et une facettes. De quoi trinquer dans la bonne humeur. **12,95 €, Freixenet.**



Détox

Souvent, après les fêtes, on a l'estomac dans les chaussettes, conséquence d'un véritable marathon alimentaire. Pour faire une pause salutaire, on propose des bouillons Bú. Ils s'utilisent autant comme des bouillons cubes classiques que comme un bouillon à boire seul. Quatre saveurs : l'idéal (carotte, poireau, céleri...), l'envoûtant (potimarron, châtaigne, gingembre...), le moelleux (fenouil et poireau) et le pimpant (carotte et curcuma). Une bonne alternative aux bouillons cubes classiques à la composition toujours claire. Le bémol ? Ils seront au départ seulement disponibles dans les Carrefour Market et City d'Île-de-France. **4,85 € (la bouteille de 50 cl), Bú.**

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.



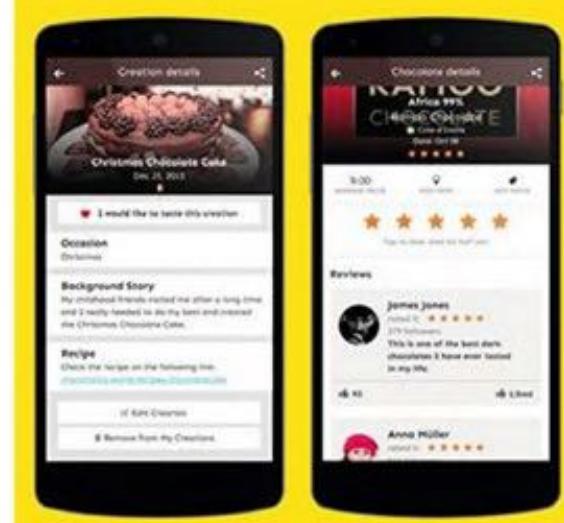
Petits pots, maxi-saveurs

Ce coffret, composé de 4 minipots de miel aux saveurs fruitées, est idéal pour ceux qui aiment en glisser une petite cuillère dans leur tasse de thé fumante. Vous aurez le choix entre : miel & citron, miel & framboise, miel & menthe, miel & mangue passion.

Miels premium en format découverte, **13,90 € (4 x 30 g), Famille Mary.**

CHOCO ADDICT, ET PUIS C'EST TOUT

Un fou de chocolat, Sébastien Rivière, a décidé de lancer une appli dédiée aux amateurs... de chocolat, bien sûr. Le principe ? On scanne sa tablette de chocolat (et on ne parle pas des abdos ;)) pour accéder aux commentaires de la communauté et aux notes. Chaque utilisateur peut laisser une évaluation. L'appli est déjà dispo sur Android et le sera en 2020 sur iOS. Son nom : Chocoholics.



EN VENTE LE LUNDI 2 DÉCEMBRE

Cuisinez connecté !

+ de 550 recettes déjà intégrées



Mise à jour mensuelle de nouvelles recettes gratuitement

Fonction **WIFI**

Fonction **COOKING PILOT**

Le guide pour suivre pas à pas vos recettes

PROFITEZ D'UNE RÉDUCTION IMMÉDIATE SUR MONSIEUR CUISINE

RÉDUCTION ÉGALE À :
**10 % DU MONTANT TOTAL DES ACHATS
DE PRODUITS ALIMENTAIRES !***

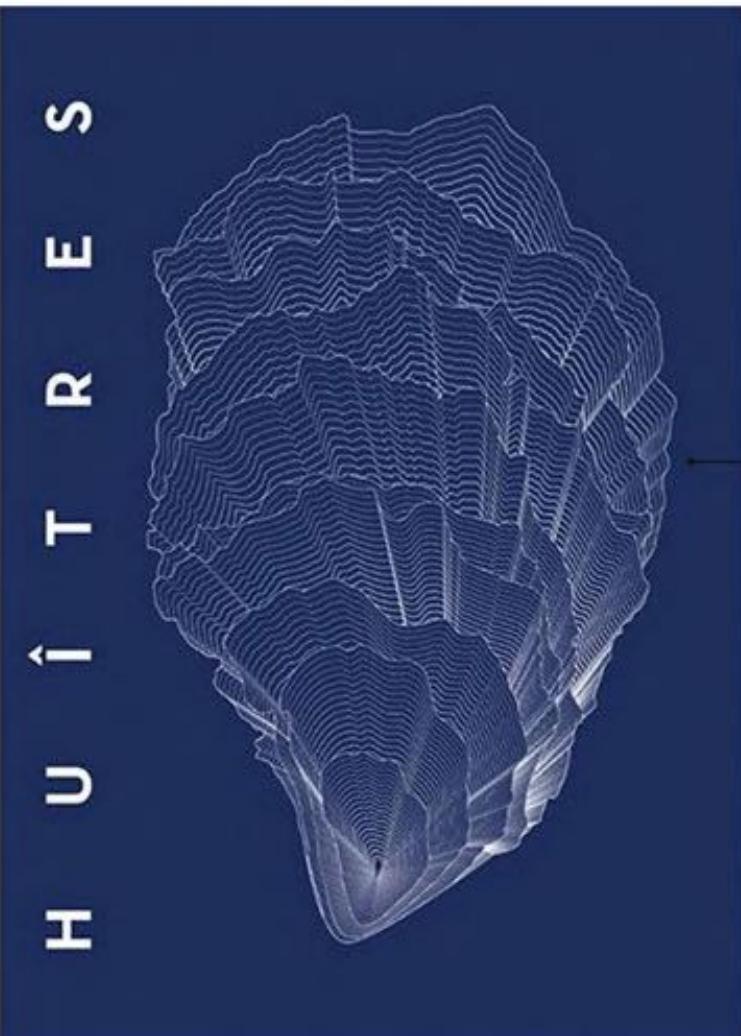
* Offre valable du 2 au 8 décembre 2019 sur l'achat d'un monsieur cuisine, réduction immédiate effectuée sur le ticket de caisse lors de l'acte d'achat du monsieur cuisine, non cumulable avec les autres offres en vigueur.



LA JUSTE DOSE

Les assaisonnements à tailler de la jeune marque OCNI (Objets comestibles non identifiés) s'invitent à table. Avec le choix entre 12 saveurs (ail noir, basilic, cèpe, citron confit, citron vert, curry et curcuma, échalote, gingembre, piment et ail, piment d'Espelette, safran, tomate et thym), ces crayons permettent d'apporter la juste dose de condiment à son assiette. Made in France, ils contiennent des produits naturels : produits bruts, huiles essentielles, agar agar, gomme de caroube et vinaigre de cidre pour la conservation. Les ingrédients sont le plus souvent bio.

1 crayon et son taille-crayon, 12 € ; coffret de 3 saveurs, 25 €.



Un foie gras aux notes de miel

Cette année encore, Comtesse du Barry innove avec une recette tout en finesse qui marie l'onctuosité du foie gras de canard entier du Sud-Ouest avec de la fine d'Aliénor. Cette eau-de-vie bordelaise préparée en gelée enveloppe le foie d'une jolie robe ambrée au subtil arôme de miel.

34,90 € (200 g), Comtesse du Barry.

Spécial gourmands

Fini les disputes entre amis, entre frères et sœurs, ou même de couple autour du calendrier de l'Avent Kinder. Cette année, la marque a lancé un calendrier où chaque case renferme deux chocolats. On y retrouve les classiques Kinder Country, Bueno... Chacun attend Noël avec le sourire. 13,99 €.



Perles de l'océan

Des images à couper le souffle, des recettes imaginées par 22 chefs aussi bonnes que surprenantes et l'histoire d'une production ostréicole française unique en Europe. Ce livre, consacré aux huîtres, l'un des produits-phares des tables de fêtes, n'est pas seulement beau, il est aussi instructif et invite au voyage. À offrir ou à s'offrir. « Huîtres », d'Anaïs Delon, photos d'Emmanuelle Cino, stylisme de Valéry Drouet, éd. Hachette Cuisine, 39,95 €.

Vous & Noël

3 Français sur 4

ont déjà commencé à réfléchir à leur repas de Noël à 5 semaines des festivités.

16 %

se décident seulement une semaine avant, et 14 % le jour même.

1 Français sur 2

reconnaît que le repas qu'il va manger sera ultra copieux.

56 %

affirment tout faire maison pour l'occasion.

Sondage Buzzpress France, 2018 pour Quitoque.fr

valfleuri

PÂTES D'ALSACE
7 ŒUFS FRAIS PLEIN AIR
ET BLÉ DUR
100% ORIGINE FRANCE



LA BOUTIQUE
GOURMANDE

WWW.VALFLEURI.FR

VILLAGE Pierre Marcolini a imaginé un dessert composé d'une mousse légère et d'un croustillant aux noix de cajou caramélisées, où de jolies petites maisons viennent délicatement se poser.

49 € (6 parts),
Pierre Marcolini.



PÂTISSIER Forêt-noire, russe, tarte citron... Choisissez votre pâtisserie préférée et dégustez-la revisitée en bûche. Un régal. 45 € (6 parts), Stohrer.



PAR LA CHEMINÉE Sur cette jolie toiture chocolat au lait brownies/noisettes, il y a le bonnet du Père Noël et les cadeaux qui attendent d'être déposés sous le sapin. 21,95 € (12 parts), Thiriet.

Bûche, oh ma bûche

Pas le temps ni l'envie de se lancer dans la réalisation de ce dessert traditionnel ? Allez, on vous donne nos bons tuyaux... *Par Amanda Schrepf*



SANDWICH Voilà un renne en bien mauvaise position : il s'est retrouvé bloqué entre deux délicieux blocs de glace au chocolat noir du Venezuela. Seule solution pour le libérer : tout manger ! **Le Renne bloqué**, 45 € (8/10 parts), À la mère de famille.

RONDE L'onctuosité et la saveur des glaces Häagen-Dazs façon entremets... un délice qui se décline en 4 saveurs : belgian chocolate, mango & raspberry, brownie macchiato, raspberry sorbet. **Les Festive Charms**, 13,50 € (2 parts), Häagen Dazs.





C'est si bon d'attendre Noël.

kinder



ONCTUEUX Il a la texture du beurre mais ce n'en est pas un. Ce tartinable est composé d'huile de coco et de pulpe de fruit. À déguster avec gourmandise. **Beurre de fruit, 69€ (100 g), Confiture parisienne.**



ÉLIXIR Présentées comme un grand parfum dans leur flacon délicat, ces liqueurs surprennent par leurs assemblages complexes et leur nom évocateur : procrastination, hystérie, per die. À ne pas mettre entre toutes les mains... **61€ (50 cl), H.Theoria pour La Maison française.**



DÉGUSTATION Des coffrets thématisés contenant deux bouteilles de vin sélectionnées avec soin. Découvrez, par exemple, dans le coffret « une bouteille à la mer », la différence d'arômes entre un vin vieilli en mer, et le même, en cave. **À partir de 55€, Le Petit Ballon, au Bon Marché.**

DIY Après la bière, pourquoi ne pas tester « Faire son limoncello » ? Facile avec son coffret où tout y est, même l'Économé pour râper les zestes ! **29,95€, First Éditions.**



PARFUMÉ Une jolie boîte en bois qui recèle toute une gamme d'épicerie : sel à la truffe, huile d'olive, crème de parmesan et balsamique. **Coffret Initiation truffe, 45€, Artisan de la truffe.**

CROQUE-CADEAU

Il reste encore quelques semaines avant Noël ! Nous avons sélectionné quelques idées cadeaux, aussi bonnes que belles et originales. *Par Amanda Schrepf*

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Foies gras - Truffes noires du Périgord - Pâtés - Confitures - Vins - Coffrets cadeaux



BIENTÔT
100 ANS
de Passion
EN PÉRIGORD



Livraison gratuite
dès 65 € d'achat* avec le code **MARMITE**

*Offre valable exclusivement sur le site www.valette.com jusqu'au 31.01.2020

Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas - www.mangerbouger.fr

www.
valette
.com



**JOUPS
POUR
RÉUSSIR**

Top départ



Dans moins d'un mois, c'est les fêtes ! Leur point culminant reste le réveillon de Noël. Source d'angoisse pour certains, d'excitation impatiente pour les autres, il représente pour la plupart d'entre nous un moment important qu'il s'agit de ne pas rater. Et pour qu'il soit parfait, pour éviter le stress, la seule solution, c'est l'anticipation ! Cela permet non seulement de ne rien oublier mais aussi de ne pas finir épuisé par le travail fourni et de tenir jusqu'à minuit, minimum ! Alors à vos chronos, on lance le compte à rebours...


J 23

On pense tranquillement à son menu en posant ses idées, ses envies les plus folles sur un papier et on fait des choix, au fur et à mesure, entre le possible et l'infaisable, en essayant aussi d'équilibrer le repas à ne pas terminer le ventre trop lourd. Cela permet aussi de le budgéter au plus juste.


J 22

On prépare les conserves : confitures d'agrumes et de fruits de saison, chutneys, terrines de foie gras, pâtes à tartiner maison... tous ces produits gagnent en effet en saveur après quelques semaines de conservation. On en fait un peu plus que nécessaire au repas, à ne pas les glisser sous le sapin !


J 21

On commence à préparer la déco : le sapin, bien sûr, et une décoration de table en harmonie avec celui-ci.

On prévoit éventuellement des marque-places au nom des convives que l'on peut fabriquer soi-même selon son inspiration du moment.


J 20

On prépare son magret ou le mignon séché maison, il n'y a rien de meilleur et il leur faut trois semaines pour être prêts à la dégustation.


J 19

Le menu établi, il faut passer commande des viandes et poissons chez les professionnels, afin d'être certain d'avoir exactement ce que l'on souhaite. Les meilleurs produits de fêtes arrivent rapidement en rupture de stock. Même chose si vous faites appel à un traiteur pour une partie du repas ou à un pâtissier pour le dessert...


J 18

Si vous avez décidé de vous lancer dans une recette inédite cette année (pour les sauces, accompagnements et amuse-bouches notamment), testez-la dès maintenant, en famille, en petite quantité, pour être sûr de ne pas la rater le jour J.


J 17

C'est le moment de préparer les biscuits secs, ils se conserveront parfaitement jusqu'au réveillon si vous prenez la précaution de les enfermer, une fois qu'ils ont totalement refroidi, dans une boîte métallique, en glissant une feuille de papier sulfurisé entre chaque couche de biscuits. Les biscuits plus moelleux se conserveront eux dans une boîte en plastique hermétique.


J 16

Ceux qui ont opté pour une bûche glacée peuvent la préparer dès maintenant. Comme elle est généralement très longue à faire, prévoyez une journée pour prendre le temps de la réussir parfaitement, et conservez-la au congélateur. Réalisez l'éventuel glaçage le jour J et étalez-le sur la bûche 20 minutes avant de la servir.


J 15

C'est au tour des feuilletés apéritifs. Eux aussi se congèlent très bien, alors on les prépare à l'avance, on les fait cuire (en réduisant le temps de cuisson de quelques minutes), on laisse refroidir puis on les congèle à plat sur une plaque. Quand ils ont bien durci, on les transfère dans des sacs de congélation pour gagner de la place. Le jour J, on les sort et on les réchauffe à four doux avant de les servir, ils seront parfaits !


J 14

On dresse la liste des courses qu'il reste à faire, tant en cuisine qu'en déco, et on choisit les vins qui accompagneront chaque plat. Si vous choisissez des cuvées vendéennes, pensez à les commander dès maintenant.


J 13

On flâne un peu en famille dans la nature pour ramasser branchages, plumes ou autres éléments qui décorent la table. On se promène aussi dans les marchés de Noël locaux pour s'inspirer et trouver les produits régionaux qui apporteront un plus au repas.


J 12

On continue la préparation des produits qui se conservent bien, comme la crème de marrons, par exemple, que l'on peut garder plusieurs mois dans des bocaux stérilisés ou congeler dans de petits contenants, comme des bacs à glaçons, pour l'utiliser en petites touches au cœur d'un fondant au chocolat...

 <p>J 11 Et si on pensait aux plus petits ? Les enfants ne vont pas forcément adorer les huîtres et le chapon farci... alors on réfléchit pour eux à un menu adapté, simple et facile, il ne s'agit pas non plus de trop se compliquer la vie !</p>	 <p>J 10 Tout est prévu. On déchire (eh oui...) les pages du magazine Marmiton où gurent les recettes choisies et on les glisse dans des pochettes perforées en plastique pour les mettre à l'abri. On les range dans un classeur par ordre de préparation, on n'aura plus qu'à feuilleter ! Et on rachète en double le ou les magazines amputés parce qu'on aime bien les garder intacts quand même !</p>	 <p>J 9 On sort du placard le service de mamie, la ménagère en argent et les verres du trousseau de mariage pour vérifier que tout est propre... C'est rarement le cas alors on prend le temps de tout nettoyer !</p>
 <p>J 8 Pour être au top le soir du réveillon, on met le nez dans ses armoires et on essaye de choisir sa tenue, elle aura sûrement besoin de repasser en machine et sous le fer.</p>	 <p>J 7 On fabrique ou on achète les derniers cadeaux, pas question de passer du temps dans les magasins au cours des dernières 48 heures, on aura bien autre chose à faire.</p>	 <p>J 6 On passe chez le boulanger commander le pain, sans oublier les petits pains spéciaux pour les huîtres et le foie gras !</p>
 <p>J 5 Aujourd'hui, ce sont les truffes et les mendiant au chocolat qui sont à l'ordre du jour ! Ils se conservent facilement une semaine au frais, au cas où il en resterait pour le 25, sait-on jamais !</p>	 <p>J 4 On fait le plein de glaçons pour avoir de quoi maintenir les boissons qui le nécessitent au frais, et pour servir les crustacés sur un lit de glace, tellement plus chic !</p>	 <p>J 3 On fait le point sur ce qui manque et on complète : épices, bougies, linge de table, décos diverses, produits de base du placard (ce n'est pas le moment d'être à court de sel, d'huile ou de citron !).</p>
 <p>J 2 On prépare les marinades et on y plonge viandes et poissons, notamment pour le saumon gravlax, afin qu'ils aient le temps de prendre le goût de tous les condiments et épices.</p>	 <p>J 1 Si elle est au menu, on peut préparer la farce prévue pour la volaille, elle se conservera parfaitement jusqu'au lendemain au réfrigérateur. On prépare aussi la crème anglaise, les mousses et les pannacottas, qui sont toujours meilleures le lendemain de leur préparation.</p>	 <p>JOUR J Le matin, on va récupérer les crustacés, fruits de mer et pain frais préalablement commandés. On prépare tout ce qui peut être fait à l'avance, on lance les cuissons longues, quitte à les arrêter dans l'après-midi pour les achever juste avant le dîner. On carafe les vins, on dresse la table et c'est parti pour un petit marathon en cuisine, qui ne devrait cependant pas vous épuiser puisque tout était prévu à l'avance !</p>



Vous en **REPRENDREZ BIEN** **une petite** **bouchée ?**

Point de repas de fête sans une entrée en matière réussie ! Pendant que chacun ôte son manteau, on dispose sur les tables basses des bouchées apéritives. Petits burgers, tartelettes, bruschettas, blinis... avec les « mini », tout est permis !



Bouchées de betterave sucrées-salées

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN CUISSON 1 MIN

- ❖ 1 grosse betterave rouge cuite
- ❖ ½ citron (jus)
- ❖ 5 brins de coriandre
- ❖ 100 g de rosettes de fromage Tête de moine
- ❖ 12 biscuits apéritifs nature
- ❖ 2 c. à soupe de vinaigre de miel
- ❖ 2 c. à soupe d'huile de noix
- ❖ 1 c. à café de pignons de pin
- ❖ 3 pincées de coriandre moulue
- ❖ Sel et poivre

1 Pelez la betterave et coupez-la en dés. Pressez le citron puis versez le jus dessus avec le vinaigre et la moitié de l'huile de noix. Mixez le tout, salez et poivrez. Ajoutez la coriandre moulue ainsi que celle en feuilles.

2 Torréfiez les pignons environ 1 minute dans une poêle bien chaude en remuant. Répartissez la mousse de betterave sur les biscuits, ajoutez les rosettes de Tête de moine et les pignons. Arrosez du reste d'huile de noix et servez.

Miniburgers au foie gras, con ture de gue

POUR 6 PERSONNES PRÉPARATION 45 MIN
CUISSON 20 MIN REPOS 2 H 10 MIN

POUR LES MINIPAINS:

- ❖ 1 jaune d'œuf pour la dorure
- ❖ 5 cl de lait
- ❖ 25 g de beurre
- ❖ 250 g de farine
- ❖ 1 pot de brisures de truffe
- ❖ 10 g de sucre
- ❖ 1 c. à soupe de sésame noir
- ❖ 1 c. à café de sel
- ❖ 1 c. à café de levure de boulanger déshydratée

POUR LA GARNITURE:

- ❖ 200 g de foie gras en bûchette
- ❖ 1 pot de con ture de gue

1 Préparez les minipains : dans un bol, diluez la levure avec un peu d'eau tiède. Laissez reposer 10 minutes. Mettez le sel au fond de la cuve d'un robot, puis versez la farine, la levure, le sucre, le beurre mou, 10 cl d'eau et le lait. Pétrissez jusqu'à ce que la pâte se décolle facilement des parois. Recouvrez d'un linge et laissez reposer pendant 1 h 30 à température ambiante.

2 Sur un plan de travail fariné, dégarez la pâte, divisez-la en pâtons de 25 g. Ajoutez une pointe de couteau de brisures de truffe dans chaque pâton. Formez des petites boules, légèrement aplatis, laissez-les lever 30 minutes.

3 Préchauffez le four 180 °C. Badigeonnez les boules de pâte avec le jaune d'œuf détendu avec un peu d'eau. Saupoudrez de sésame. Enfournez pour 20 minutes. Laissez refroidir sur une grille.

4 Dégraissez le foie gras et coupez-le en tranches. Ouvrez les pains, étalez un peu de con ture de gue, puis posez 1 tranche de foie gras. Refermez les petits pains, maintenez-les avec un pic en bois et servez.





Bouchées aux écrevisses

POUR 6 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 15 MIN

- ❖ 160 g de queues d'écrevisses décortiquées
- ❖ ½ concombre
- ❖ 18 petits choux

POUR LA SAUCE COCKTAIL:

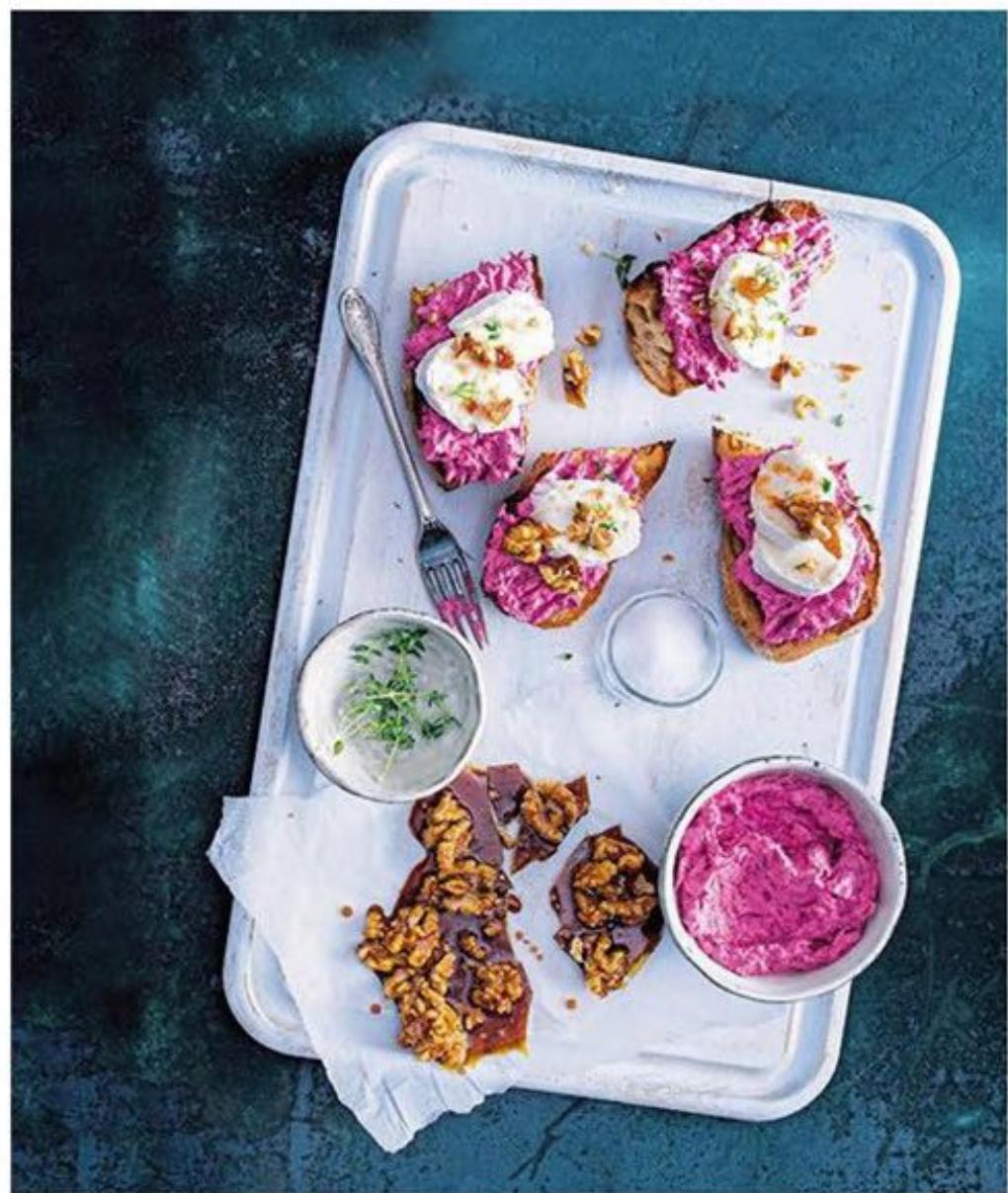
- ❖ 2 c. à soupe de mayonnaise
- ❖ 1 c. à soupe de ketchup
- ❖ 1 c. à soupe rase de cassinade
- ❖ 1 c. à café de vinaigre balsamique
- ❖ 1 c. à café de porto rouge
- ❖ 1 c. à café de moutarde
- ❖ 1 c. à café de concentré de tomate
- ❖ Sel et poivre

1 Préparez la sauce : dans un bol, mélangez la mayonnaise la moutarde, le ketchup, le concentré de tomate, le vinaigre, le porto et la cassonade. Salez et poivrez au goût.

2 Pelez et coupez en dés le concombre. Découpez un chapeau sur le dessus des choux. Déposez une petite cuillerée de sauce cocktail au fond de chacun d'eux. Mélangez les queues d'écrevisses, le reste de sauce et les dés de concombre. Répartissez dans les choux.

3 Servez frais avec un joli mesclun, au mizuna par exemple, et un petit pot de sauce cocktail supplémentaire pour les amateurs.

On met souvent trop de ketchup dans la sauce cocktail afin de la colorer et de l'adoucir, mais, alors, elle perd sa tenue. Pour éviter cela, on utilise du concentré de tomate pour la couleur et de la cassonade pour la sucre. Vous la trouvez fade ? Ajoutez du paprika fort.



Bruschetta à la crème de betterave

POUR 4 PERSONNES 🍕 PRÉPARATION 30 MIN

- ❖ 1 betterave cuite
- ❖ Quelques branches de thym frais
- ❖ 125 g de ricotta
- ❖ ½ bûche de chèvre
- ❖ 10 g de beurre
- ❖ ½ baguette
- ❖ 1 poignée de cerneaux de noix de Grenoble
- ❖ 1 c. à soupe de sucre de canne
- ❖ ½ c. à café de piment en poudre
- ❖ Sel et poivre

1 Préparez les noix : dans une poêle bien chaude, déposez les cerneaux de noix séparés en deux. Faites-les dorer quelques minutes puis ajoutez le sucre de canne et le beurre. Laissez-les caraméliser puis réservez-les et attendez qu'elles soient refroidies. Hachez-les grossièrement.

2 Râpez la betterave très finement et mélangez-la à la ricotta dans un grand bol. Salez et poivrez selon votre goût, ajoutez un peu de piment en poudre et réservez.

3 Coupez la demi-baguette en deux dans le sens de la longueur, puis en deux dans la largeur, pour obtenir 4 toasts. Faites-les griller au toaster, puis badigeonnez-les de préparation à la betterave.

4 Déposez 2 tranches fines de bûche de chèvre sur chacun des toasts et décorez d'un peu de thym et de cerneaux de noix caramélisés. Dégustez.

Les **croques**, ça marche avec un **cidre**

J'ai découvert autant de cidres que d'hommes qui le font ! Le cidre, ça commence avec des producteurs de pommes et des maîtres de chai français, engagés, amoureux du travail bien fait, œuvrant dans le respect de l'environnement.

Avec les cidres, j'ai eu envie de surprendre, avec des accords qui marchent... et il y a des accords évidents ! Pour un cidre savoureux et équilibré, j'ai pensé immédiatement aux croque-madame. Ce cidre les accompagne parfaitement et leur apporte du relief.

Le cidre est un produit de caractère, fier de ses racines, qui saura se marier avec de multiples saveurs.

Thierry Marx
Chef étoilé

CIDRES
• DE • FRANCE •

Retrouvez toutes
nos recettes sur
www.cidresdefrance.fr



Blinis à l'encre de seiche

POUR 6 PERSONNES PRÉPARATION 20 MIN

CUISSON 1 MIN PAR BLINI REPOS 1 H

POUR LES BLINIS:

- ❖ 1 œuf
- ❖ 1 yaourt nature velouté
- ❖ 1 pot à yaourt de farine
- ❖ 1 dosette d'encre de seiche
- ❖ $\frac{1}{2}$ sachet de levure
- ❖ 1 c. à soupe d'huile d'olive
- ❖ 1 pincée de sel

POUR LA GARNITURE:

- ❖ 3 tranches de saumon fumé
- ❖ 3 branches de cerfeuil
- ❖ 3 brins d'aneth
- ❖ 6 brins de ciboulette
- ❖ 15 cl de crème liquide entière très froide
- ❖ Sel et poivre

1 Préparez les blinis : mélangez l'œuf, le yaourt, la farine, la levure, l'huile d'olive, l'encre de seiche et la pincée de sel dans un saladier. Mélangez bien afin d'obtenir une pâte homogène. Réservez la pâte au frais pendant 1 heure.

2 Réalisez les blinis dans une poêle légèrement huilée. Afin d'obtenir des formes bien rondes, vous pouvez vous aider de cercles à pâtisserie de la taille désirée.

3 Préparez la garniture juste avant le montage : ciselez les herbes puis montez la crème en chantilly. Lorsqu'elle est bien ferme, ajoutez les herbes ciselées. Rectifiez l'assaisonnement puis battez encore quelques instants.

4 Juste avant de servir, posez une demi-tranche de saumon fumé sur chaque blini, puis 1 quenelle de chantilly aux herbes. Servez rapidement.



On peut trouver de l'encre de seiche en épiceries fines et chez le poissonnier.



Toast au miel et au saumon

POUR 4 PERSONNES **PRÉPARATION 15 MIN**

- ❖ **4 tranches de saumon fumé**
- ❖ **1 branche d'estragon frais**
- ❖ **1 fromage frais (Type Carré frais)**
- ❖ **1 c. à soupe de crème fraîche liquide**
- ❖ **4 tranches de pain de mie**
- ❖ **1 c. à soupe de miel**
- ❖ **Quelques brins d'aneth**
- ❖ **Quelques œufs de saumon**
- ❖ **Poivre**

- 1 Lavez, séchez et effeuillez l'estragon. Dans un bol, mélangez le fromage frais, la crème fraîche, le miel et les feuilles d'estragon. Poivrez.
- 2 Faites griller les tranches de pain de mie au four ou au grille-pain, puis badigeonnez-les de préparation au fromage. Pliez chaque tranche de saumon fumé en forme de fleur et disposez-en une sur chaque toast. Décorez d'aneth et d'œufs de saumon. Dégustez.



Bûche au saumon fumé

POUR 8 PERSONNES **PRÉPARATION 20 MIN**

CUISSON 10 MIN **RÉFRIGÉRATION 12 H**

- ❖ **300 g de saumon fumé en tranches**
- ❖ **8 œufs**
- ❖ **400 g de fromage ail et fines herbes**

- POUR LA SAUCE:**
- ❖ **Ciboulette**
 - ❖ **Jus de citron**
 - ❖ **2 yaourts nature**
 - ❖ **1 sel et poivre**

1 Préparez la pâte la veille : préchauffez le four à 180 °C. Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Dans un saladier, battez les jaunes en omelette et dans un autre, les blancs en neige. Mélangez le tout et étalez la préparation sur la lèchefrite du four recouverte de papier cuisson. Enfournez pour 10 minutes.

2 Hors du four, répartissez le fromage sur la pâte chaude, puis disposez dessus les tranches de saumon. Roulez le tout. Placez 1 nuit au réfrigérateur.

3 Préparez la sauce le jour même : rincez, séchez et ciselez quelques brins de ciboulette. Déposez-la dans un bol avec les yaourts et du jus de citron selon votre goût. Salez, poivrez et mélangez. Servez avec la bûche.

Dip de truite fumée et crème fromagère

POUR 6 PERSONNES

⌚ PRÉPARATION 20 MIN
⌚ CUISSON 10 MIN
⌚ RÉFRIGÉRATION 1 H
⌚ REPOS 12 H

❖ 250 g de truite fumée
❖ 1 citron (jus)
❖ Brins d'aneth
❖ 100 g de fromage ail et fines herbes
❖ 100 g de mascarpone
❖ 5 cerneaux de noix concassés
❖ 3 cornichons
❖ 1 c. à soupe de vinaigre balsamique blanc
❖ Sel et poivre

POUR LES CRACKERS AU PARMESAN:

❖ 15 cl de lait
❖ 80 g de parmesan râpé
❖ 40 g de beurre demi-sel mou
❖ 1 jaune d'œuf
❖ 160 g de farine
❖ 3 pincées de paprika
❖ 2 pincées de sel

On peut en ichi la cème au fromage avec de la bette ave râpée c ue (ou du radis). Elle appo te de la couleu , du c oquant et une touche acidulée. Plus classiquement, on ajoute de la pomme g anny-smith râpée, t es raf aichissante.



1 Préparez les crackers la veille : travaillez la farine, le sel, le parmesan et le paprika avec le beurre. Incorporez le lait progressivement en remuant. Roulez en boule et placez la pâte 30 minutes au réfrigérateur.

2 Abaissez finement sur une plaque tapissée de papier sulfurisé en filmant la surface de la pâte pour faciliter l'opération. Découpez-la en cercles avec un emporte-pièce et écartez les chutes. Replacez 30 minutes au réfrigérateur.

3 Préchauffez le four à 180 °C. Fouettez le jaune d'œuf avec quelques gouttes d'eau et badigeonnez-en la surface des biscuits. Piquez superficiellement le dessus avec un cure-dents puis enfournez pour 10 minutes. Laissez tiédir, décollez et laissez refroidir une nuit sur une grille.

4 Le jour même, hachez la moitié de la truite fumée et les cornichons. Rincez, séchez et ciselez quelques pluches d'aneth. Ajoutez au tout le mascarpone, le fromage ail et fines herbes et les noix. Versez le jus du citron et le vinaigre balsamique. Salez si besoin et poivrez généreusement. Servez réparti sur les crackers. Décorez de pluches d'aneth et du reste de truite.



Entrez par ici !

Ça y est, on entre dans le vif du sujet, on s'est enfin assis à table après avoir discuté debout un verre à la main. Et là, ce sont vos habitudes culinaires qui guideront vos choix entre le classique feuilleté, les huîtres, le saumon fumé, le foie gras ou un simple velouté de légumes au tourteau. Le vin rouge ? Promis, tout est bon.



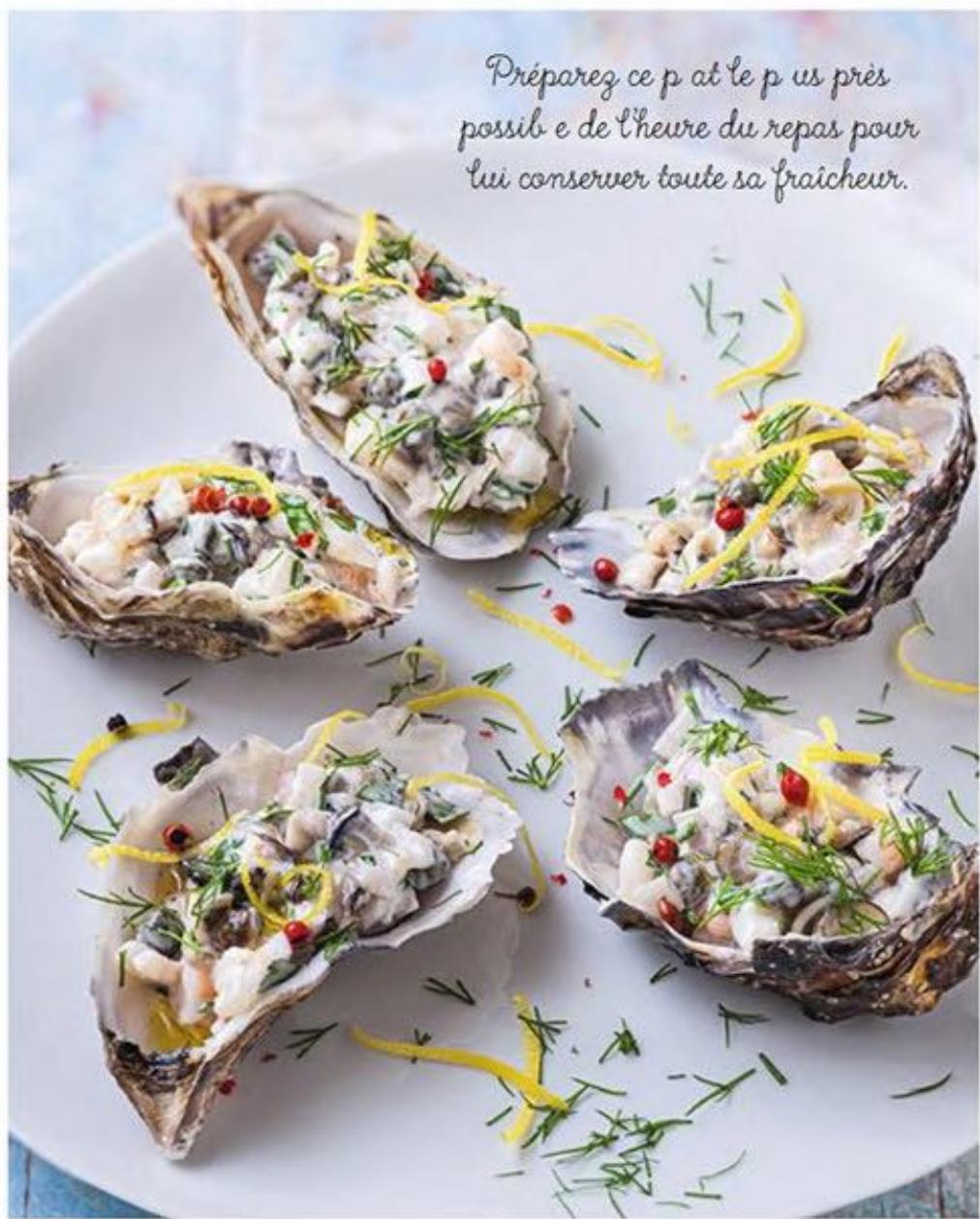
Crème d'avocat et roquette aux œufs de saumon

POUR 6 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 15 MIN 🍲 CUISSON 3 MIN

- ❖ 200g d'œufs de saumon
- ❖ 3 avocats
- ❖ 100g de roquette
- ❖ 2 oignons nouveaux
- ❖ 1 citron vert (jus)
- ❖ 1 échalote
- ❖ 20cl de crème eurette légère
- ❖ 5g de beurre
- ❖ 2c.à soupe de vinaigre balsamique blanc
- ❖ 1c.à soupe d'huile d'olive
- ❖ 1c.à café de sucre
- ❖ 3 gouttes de Tabasco
- ❖ Sel et poivre

- 1 Pelez et ciselez l'échalote. Rincez et séchez la roquette. Mettez le tout dans une poêle avec le beurre et l'huile. Salez, poivrez et faites cuire 3 minutes. Laissez refroidir.
- 2 Pelez et dénoyautez les avocats, coupez la chair en dés. Pressez le citron. Coupez les oignons en morceaux. Mixez les dés d'avocat, le jus de citron, les oignons, la roquette (et son eau de cuisson), l'échalote, le vinaigre, le sucre et le Tabasco. Versez la crème, mélangez et rectifiez l'assaisonnement.
- 3 Répartissez la crème d'avocat dans des verrines. Ajoutez 1 cuillérée d'œufs de saumon par verrine et servez frais.



Préparez ce plat le plus près possible de l'heure du repas pour lui conserver toute sa fraîcheur.

Tartare d'huître et crevettes

POUR 6 PERSONNES 🍲 PRÉPARATION 25 MIN

- ❖ 24 huîtres
- ❖ 12 grosses crevettes
- ❖ 2 échalotes
- ❖ 1 citron (jus)
- ❖ 5 brins de persil
- ❖ 5 brins de ciboulette
- ❖ 1 jaune d'œuf
- ❖ 2c.à café de câpres
- ❖ Huile d'olive
- ❖ Sauce Worcestershire
- ❖ Poivre

1 Versez, dans un bol avec le jaune d'œuf, de l'huile petit à petit en fouettant pour monter une mayonnaise jusqu'aux deux tiers de la hauteur. Ouvrez les huîtres et laissez-les rendre toute leur eau. Retirez-les de leur coquille et laissez-les s'égoutter le temps qu'elles rendent leur deuxième eau.

2 Décortiquez les crevettes et hachez-les au couteau. Hachez aussi les huîtres. Rincez et séchez le persil et la ciboulette, pelez les échalotes puis ciselez le tout. Incorporez l'ensemble dans la mayonnaise. Lavez les coquilles d'huître puis égouttez-les.

3 Pressez le citron puis ajoutez le jus dans le bol avec les câpres et éventuellement quelques gouttes de sauce Worcestershire. Donnez un tour de moulin à poivre et mélangez. Répartissez la préparation dans les coquilles. Présentez sur un lit de glace pilée ou de gros sel.

Feuilleté aux escargots

POUR 4 PERSONNES PRÉPARATION 5 MIN CUISSON 10 MIN

- ❖ 1 échalote
- ❖ 4 brins de persil
- ❖ 30 cl de crème fraîche
- ❖ 20 g de beurre
- ❖ 2 douzaines de petits escargots en conserve
- ❖ 200 g de girolles ou autres champignons de saison en bocal
- ❖ 4 bouchées feuilletées
- ❖ Sel et poivre

- 1 Préchauffez le four à 160 °C. Mettez à égoutter séparément les champignons et les escargots. Pelez puis émincez l'échalote. Lavez, séchez et effeuillez le persil, puis ciselez-le. Enfournez les bouchées feuilletées pour 10 à 15 minutes afin de les réchauffer.
- 2 Faites fondre, pendant ce temps, dans une casserole avec le beurre, l'échalote à feu doux sans la colorer. Ajoutez les champignons, versez la crème et laissez mijoter 5 minutes. Salez et poivrez. Incorporez les escargots et réchauffez 2 à 3 minutes jusqu'à obtenir une consistance onctueuse.
- 3 Répartissez dans les feuilletés chauds. Saupoudrez de persil et servez sans attendre.

Cette recette permet de redécouvrir les escargots : elle est plus digeste que les escargots au beurre et plus ne en goût que ceux en cassolette.





Médaillons de langouste aux agrumes

POUR 4 PERSONNES **PRÉPARATION 20 MIN**
CUISSON 12 MIN **REPOS 30 MIN**

- ❖ **2 petites langoustes (environ 1,2 kg chacune)**
- ❖ **2 oranges**
- ❖ **1 pamplemousse**
- ❖ **1 citron jaune**
- ❖ **1 citron vert**
- ❖ **100 g de pousses d'épinards**
- ❖ **1/2 botte de ciboulette ciselée**
- ❖ **3 c. à soupe d'huile d'olive**
- ❖ **1 bouquet garni**
- ❖ **Se et poivre**

- 1 Chaitez une casserole d'eau salée avec le bouquet garni. À frémissement, plongez les langoustes et comptez 12 minutes de cuisson à la reprise de l'ébullition. Réduisez à 8 minutes si vous les cuisez une par une. Laissez les crustacés tiédir dans le liquide une trentaine de minutes.
- 2 Égouttez et décortiquez les langoustes. Pelez les agrumes à vif, gardez les jus et prélevez tous les suprêmes. Déposez-les dans une assiette creuse.
- 3 Détaillez les queues de langouste en médaillons. Répartissez les pousses d'épinards dans les assiettes de service, salez, poivrez. Ajoutez les suprêmes d'agrume et les médaillons.
- 4 Assaisonnez au goût, arrosez avec l'huile d'olive et le jus rendu par les agrumes. Parsemez de ciboulette ciselée avant de servir.

Pour que le queue de langouste ne s'enroulent pas sur elle-même à la cu, on, attachez le cru tacé bien droit sur de petite planche de boi. On lai e tiédir le langouste dan le bouillon pour avoir une chair plus tendre, car mieux hydratée, même si on la sert froide.

Oursins à la coque aux œufs de caille

POUR 4 PERSONNES **PRÉPARATION 25 MIN** **CUISSON 5 MIN**

- ❖ **18 oursins**
- ❖ **18 œufs de caille**
- ❖ **40 g de beurre**
- ❖ **4 c. à soupe de crème liquide**
- ❖ **Se et poivre**

- 1 Préchaitez le four à 180 °C. Ouvrez en douceur les oursins avec une paire de petits ciseaux pointus. Passez-les un par un sous un filet d'eau froide pour les nettoyer délicatement sans retirer les langues orange.
- 2 Cassez un œuf de caille dans chacun, ajoutez un peu de crème, une lamelle de beurre, salez, poivrez et enfournez pour 5 minutes.
- 3 Sortez les oursins lorsque l'œuf est cuit (le jaune doit être encore coulant), puis servez chaud avec des mouillettes de pain beurré.

Pour ouvrir un ourin, on le retourne et on découpe la petite zone ronde son épine. Pui , on entaille le bord et on découpe une bande pour élargir l'ouverture. Il faut en vite pa er le doigt autour, dan la coque, pour vérifier qu'il n'y re te aucune épine.

Aumônière de boudin blanc

POUR 6 PERSONNES

⌚ PRÉPARATION 15 MIN ⌚ CUISSON 15 MIN

- ❖ **6 boudins blancs**
- ❖ **3 pommes (type granny-smith)**
- ❖ **6 brins de ciboulette**
- ❖ **1 camembert**
- ❖ **20 g de beurre**
- ❖ **6 feuilles de brick**
- ❖ **Sel et poivre**

1 Préchauffez le four à 210 °C. Retirez la peau des boudins et détaillez-les en rondelles. Pelez et épépinez les pommes, puis coupez-les en tranches. Dans une poêle avec du beurre, faites revenir le tout 10 minutes environ en évitant que les fruits ne soient réduits en purée. Salez, poivrez et laissez refroidir.

2 Étalez les feuilles de brick sur le plan de travail. Répartissez dessus le mélange boudin pomme. Coupez le camembert en six, puis posez les morceaux sur la garniture. Fermez les feuilles de brick en aumônière et liez chacune d'elles avec du fil alimentaire (ou un brin de ciboulette). Enfournez pour 5 à 10 minutes jusqu'à ce que la feuille de brick soit dorée. Servez aussitôt.

Pour cors r le s arôm s, ajout g 1 cuill ré à café d moutard fort au mélang boudin pomme lorsqu'il est cuit.







Tartare de crevette, mangue et avocat

POUR 4 PERSONNES PRÉPARATION 45 MIN

- ❖ 200 g de crevettes roses cuites
- ❖ 2 avocats
- ❖ 1 mangue
- ❖ 1 citron vert
- ❖ 1 oignon nouveau
- ❖ 4 brins d'aneth (+ quelques-uns pour le décor)
- ❖ 2 c. à soupe d'huile d'olive
- ❖ 1/2 c. à café de poivre
- ❖ 6 gouttes de Tabasco
- ❖ Fleur de sel de Guérande

1 Pressez le citron. Lavez et séchez l'aneth puis ciselez-le. Coupez les avocats en deux et dénoyautez-les. Prélevez la chair et coupez-la en petits cubes. Arrosez-la d'un peu de jus de citron. Épluchez la mangue et détaillez-la en petits dés. Décortiquez les crevettes et coupez-les en petits morceaux. Pelez et hachez l'oignon.

2 Mélangez délicatement tous les ingrédients dans un saladier, ajoutez l'huile d'olive et le reste de jus de citron, le Tabasco et le poivre. Salez à votre convenance.

3 Répartissez le tartare dans des coupelles et décorez avec les crevettes et les brins d'aneth réservés. Servez.

Tartare de saumon à l'huile de sésame

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN CONGÉLATION 15 MIN

POUR LE TARTARE:

- ❖ 400 g de cœur de saumon frais
- ❖ 200 g de saumon fumé
- ❖ 2 échalotes
- ❖ 4 brins d'aneth
- ❖ 2 c. à soupe d'huile d'olive
- ❖ 1 c. à soupe de jus de citron
- ❖ 1 c. à soupe d'huile de sésame grillé
- ❖ Sel et poivre

POUR LA SAUCE:

- ❖ 1 c. à soupe de jus de citron
- ❖ 1 c. à soupe de vinaigre de cidre
- ❖ 1 c. à soupe d'huile d'olive
- ❖ 1 c. à soupe d'huile de sésame grillé
- ❖ Poivre

1 Préparez le tartare : détaillez en petits dés le saumon cru, et en petits morceaux le fumé. Pelez et émincez les échalotes. Rincez et séchez l'aneth, puis ciselez les feuilles. Réunissez le tout dans un plat, versez les 2 huiles et le jus de citron, donnez un tour de moulin à poivre, salez peu et mélangez.

2 Tapissez des petits ramequins de film alimentaire. Répartissez-y le mélange en tassant bien. Placez 15 minutes au congélateur, le temps que ça se solidifie un peu.

3 Préparez, pendant ce temps, la sauce : dans un bol, mélangez les huiles, le vinaigre et le jus de citron. Poivrez. Démoulez les ramequins sur des assiettes et servez entouré d'un filet de sauce. Présentez avec des tranches de pain gris légèrement grillées.





Cassolette de fruits de mer

POUR 4 PERSONNES

⌚ PRÉPARATION 15 MIN ⚖ CUISSON 30 MIN

- ❖ **1kg de fruits de mer (crevettes décortiquées, moules, coques, saint-jacques...)**
- ❖ **1échalote**
- ❖ **1/4 d'oignon**
- ❖ **2bouquets de persil**
- ❖ **2tiges d'aneth**
- ❖ **60 cl de crème fraîche à 15%**
- ❖ **1,5 l de court-bouillon de poisson**
- ❖ **20 cl de vin blanc sec**
- ❖ **60 g de Maïzena**
- ❖ **1c. à café d'huile d'olive**
- ❖ **Chapelure**

- 1 Préchauffez le four à 230 °C. Pelez l'échalote et l'oignon, puis hachez-les. Lavez, séchez et effeuillez le persil et l'aneth, puis ciselez-les. Dans une cocotte avec l'huile, faites revenir l'échalote, l'oignon et les herbes quelques minutes. Mouillez avec le vin et portez à ébullition.
- 2 Versez le court-bouillon et faites à nouveau bouillir. Plongez-y les fruits de mer et cuisez-les 5 minutes. Égouttez-les en conservant le fond de cuisson et répartissez-les dans 4 cassolettes individuelles ou dans les coquillages vides.
- 3 Portez, dans une casserole, le fond de cuisson à ébullition. Incorporez la crème et la Maïzena, puis laissez cuire 5 minutes environ jusqu'à ce que ça épaisse. Répartissez dans les cassolettes et recouvrez de chapelure. Enfournez pour 15 minutes. Servez chaud.

Il vous reste à sans doute de la sauce. Profitez-en pour cuisiner, en plat principal, une tarte ou un saumon au court-bouillon. Servez-le avec la sauce et du riz.



Mousseline de panais et tourteau au tandoori

POUR 8 PERSONNES

⌚ PRÉPARATION 30 MIN ⚖ CUISSON 10 MIN

- ❖ **1tourteau de 500 à 600 g**
- ❖ **1kg de panais**
- ❖ **1échalote**
- ❖ **Quelques brins de ciboulette**
- ❖ **1l de lait**
- ❖ **150 g de beurre demi-sel**
- ❖ **5 g de mélange d'épices tandoori**
- ❖ **Sel**

- 1 Faites cuire le tourteau au court-bouillon (départ à l'eau froide) pendant 10 minutes à partir de l'ébullition.
- 2 Épluchez les panais, coupez-les en morceaux et faites-les cuire 10 minutes dans le lait. Pelez et émincez l'échalote. Lavez et séchez la ciboulette, puis ciselez-la.
- 3 Mixez les panais et le beurre fondu jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. Salez légèrement. Décortiquez le tourteau. Dans un saladier, mélangez sa chair, l'échalote, le mélange d'épices tandoori et la ciboulette.
- 4 Répartissez la mousseline de panais dans des verrines et ajoutez la chair de crabe. Servez sans attendre.



Paupiette de saumon fumé

POUR 4 PERSONNES

TEMPS DE PRÉPARATION 15 MIN RÉFRIGÉRATION 3 H

POUR LES PAUPIETTES:

- ❖ 4 tranches de saumon fumé
- ❖ 2 avocats bien mûrs
- ❖ 1 citron (jus)
- ❖ 8 brins de ciboulette
- ❖ 2 œufs durs
- ❖ 1 c. à soupe de crème fraîche
- ❖ Sel et poivre

POUR LA CRÈME:

- ❖ 1 citron (jus)
- ❖ 1 échalote
- ❖ 1 brin de ciboulette
- ❖ 4 c. à soupe de crème fraîche épaisse
- ❖ Sel et poivre

1 Préparez les paupiettes : pelez et dénoyautez les avocats. Pressez le citron pour en extraire le jus. Écalez les œufs durs. Mélangez le tout, ajoutez la crème fraîche, du sel et du poivre, puis mixez.

2 Rincez puis épongez les brins de ciboulette. Placez-les en croix deux par deux sur 4 assiettes. Posez les tranches de saumon dessus. Répartissez la farce précédente.

3 Repliez les tranches de saumon sur la farce, puis attachez-les avec les brins de ciboulette pour former des paupiettes. Réservez au frais 3 heures.

4 Préparez la crème : pressez le citron pour en extraire le jus. Pelez et hachez l'échalote. Rincez et séchez la ciboulette, puis ciselez-la. Mettez le tout dans un bol, ajoutez la crème fraîche, salez, poivrez et mélangez. Servez avec les paupiettes très fraîches.

Endive croquante à la mousse de ricotta, à l'aneth et au saumon fumé

POUR 6 PERSONNES PRÉPARATION 20 MIN

- ❖ 300 g de saumon fumé
- ❖ 3 endives
- ❖ 1 petit bouquet d'aneth
- ❖ Quelques brins de cerfeuil
- ❖ 350 g de ricotta
- ❖ 30 cl de crème liquide entière
- ❖ 1 c. à soupe de graines de sésame doré
- ❖ Sel et poivre

1 Coupez l'extrémité des endives et épuisez-les délicatement. Rincez-les sous l'eau froide et séchez-les sur du papier absorbant. Lavez et épuisez les herbes. Ciselez l'aneth. Détaillez le saumon en fines lanières.

2 Mettez la ricotta dans un grand bol, salez, poivrez et ajoutez l'aneth. Montez la crème bien froide en chantilly ferme et ajoutez-la à la ricotta en soulevant délicatement le mélange. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Débarrassez le tout dans une poche munie d'une douille cannelée. Réservez au frais.

3 Dressez, au moment de servir, une belle quenelle de mousse de ricotta sur chaque feuille d'endive. Ajoutez une lamelle de saumon et parsemez de graines de sésame. Décorez de pluches de cerfeuil et servez à l'apéritif.



Terrine de foie gras au micro-ondes

POUR 4 PERSONNES  PRÉPARATION 10 MIN  CUISSON 4 MIN  RÉFRIGÉRATION 1 H + 48 H  REPOS 30 MIN

- ❖ 1 foie gras d'environ 500g
- ❖ 2 c. à soupe de monbazillac
- ❖ 2 c. à soupe de gros sel
- ❖ 3 g de sel
- ❖ Poivre

- 1 Dissolvez le gros sel dans un saladier rempli d'eau. Trempez-y le foie gras 1 heure. Épongez-le. Dénervez-le (2 nerfs dans le gros lobe et 1 dans le petit). Salez et poivrez.
- 2 Placez-le dans une terrine (mieux vaut une trop petite que trop grande). Arrosez de monbazillac. Laissez mariner au moins 1 heure au réfrigérateur. Retirez le vin et laissez reposer le foie 30 minutes à température ambiante.

3 Cuisez-le au micro-ondes à 800 W par tranche de 20 secondes (un foie de 400 grammes cuit environ 2 minutes et 20 secondes). On peut compter environ 20 secondes pour 50 grammes.

4 Vérifiez la cuisson en plantant un couteau au centre du foie. Si la lame est tiède, il est cuit. Placez 48 heures au réfrigérateur avant de déguster.



Verrine de foie gras, pomme et pain d'épices

POUR 4 PERSONNES  PRÉPARATION 10 MIN  CUISSON 25 MIN

- ❖ 4 tranches de foie gras
- ❖ 4 pommes de type golden
- ❖ 10 g de beurre
- ❖ 2 tranches de pain d'épices
- ❖ 2 c. à soupe de gelée au vin blanc (gewurztraminer, riesling...)
- ❖ 1 c. à soupe de sucre

1 Épluchez les pommes et coupez-les en lamelles. Faites-les revenir quelques minutes dans une poêle avec du beurre. Saupoudrez de sucre et mélangez. Cuisez à feu moyen environ 20 minutes, en retournant les lamelles de pomme. Laissez-les refroidir.

2 Coupez les tranches de foie gras en copeaux. Montez une verrine en commençant par placer une couche de pomme, puis le quart du foie gras en copeaux. Ajoutez une demi-tranche de pain d'épices émiettée et 1 cuillerée à café de gelée. Renouvez l'opération pour les autres verrines.



Préparez une gelée de vin à ec 75cl de vin blanc, portez à ébullition à ec de la cannelle et de la cardamome, ajoutez 750g de sucre, poursui ez la cuisson jusqu'à la prise en gelée.



Foie gras au gros sel

POUR 4 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 10 MIN ⏳ RÉFRIGÉRATION 36 H + 6 H

- ❖ 1 lobe de foie gras cru
- ❖ Gros sel et poivre

1 Dénervez le foie gras. Essuyez-le soigneusement avec du papier absorbant. Poivrez-le généreusement de toutes parts. Dans un récipient non métallique (une cocotte en Pyrex ou un grand contenant en plastique), déposez-le entre 2 lits de gros sel pour qu'il soit entièrement recouvert.

2 Filmez l'ensemble et placez 36 heures au réfrigérateur. Débarrassez alors le foie du sel, épongez-le avec soin, puis enfermez-le dans du film alimentaire. Placez-le au moins 6 heures au réfrigérateur. Vous pourrez le conserver une semaine en le filmant bien après avoir coupé des tranches.



Velouté de topinambour et panaïs

POUR 4 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 20 MIN 🍲 CUISSON 35 MIN

- ❖ 500 g de topinambours
- ❖ 2 panaïs
- ❖ 2 carottes moyennes
- ❖ 1 oignon
- ❖ 1 gousse d'ail
- ❖ 1 branche de thym
- ❖ 1/2 feuille de laurier
- ❖ 2 c. à soupe de crème liquide
- ❖ 1/2 c. à café de noix de muscade
- ❖ Sel

1 Épluchez et rincez les légumes. Coupez les topinambours en deux ou en quatre selon leur taille. Détaillez les carottes et les panaïs en rondelles épaisses. Dégermez l'oignon et l'ail. Mettez tous les légumes dans une grande casserole. Ajoutez le laurier et le thym, puis couvrez avec 1,25 litre d'eau. Rajoutez 1 grosse pincée de sel.

2 Portez à ébullition puis laissez cuire à petits bouillons pendant 30 minutes environ, jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Retirez le thym et le laurier. Mixez en gardant une partie de l'eau de cuisson selon la consistance désirée.

3 Rectifiez l'assaisonnement en sel, ajoutez la crème et saupoudrez de noix de muscade. Servez avec quelques petits croûtons.

Soupe de châtaigne aux champignons

POUR 4 PERSONNES  PRÉPARATION 20 MIN  CUISSON 45 MIN

- ❖ 400 g de châtaignes
- ❖ 300 g de champignons frais (variété selon vos goûts)
- ❖ 1 gousse d'ail
- ❖ 1 c. à soupe de persil haché
- ❖ Brins de thym
- ❖ 15 cl de crème fraîche
- ❖ 40 g de beurre
- ❖ 60 cl de bouillon de légumes
- ❖ 4 tranches de pain de mie
- ❖ 1 pincée de chili en poudre
- ❖ Sel

- 1 Portez à ébullition le bouillon de légumes. Rincez les châtaignes et cuisez-les 30 minutes dans le bouillon.
- 2 Faites fondre, pendant ce temps, le beurre dans une poêle. Coupez les champignons en petits morceaux (gardez-en pour le service) et faites-les revenir dans le beurre. Ajoutez l'ail pelé et haché, puis salez. Retirez du feu.
- 3 Ciselez le persil et ajoutez-le aux champignons en mélangeant bien. Égouttez les châtaignes en gardant le jus de cuisson. Dans une casserole, mettez les châtaignes et écrasez-les au presse-purée. Ajoutez la moitié du jus de cuisson, la crème fraîche et mélangez bien. Salez et ajoutez 1 pincée de chili. Faites cuire à nouveau sur feu doux.
- 4 Ajustez la crème ou le jus de cuisson selon la consistance désirée. Répartissez la soupe dans des assiettes creuses. Décorez avec des champignons et quelques brins de thym.
- 5 Faites griller les tranches de pain de mie au grille-pain et utilisez un emporte-pièce pour former 4 étoiles. Posez 1 étoile sur chacune des assiettes de soupe et servez sans attendre.





Huîtres chaudes façon Françoise

POUR 4 PERSONNES

TEMPS PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 20 MIN

- ❖ 24 huîtres
- ❖ 6 échalotes
- ❖ 20 g de beurre
- ❖ 4 c. à soupe de crème fraîche
- ❖ Gruyère râpé
- ❖ 20 cl de vin blanc (riesling)
- ❖ Poivre

1 Préchauffez le four en position gril. Épluchez et émincez les échalotes. Faites-les revenir dans une casserole avec le beurre. Avant qu'elles ne commencent à colorer, ajoutez le vin blanc. Laissez réduire.

2 Ouvrez les huîtres pendant ce temps et détachez la chair de la coquille. Poivrez les échalotes puis ajoutez la crème. Versez un peu de cette préparation dans chaque huître. Saupoudrez légèrement de gruyère râpé. Enfournez sous le gril pour 5 minutes environ, le temps qu'elles gratinent. Servez bien chaud.



Petite soupe veloutée butternut et noisette

POUR 6 PERSONNES

TEMPS PRÉPARATION 10 MIN CUISSON 15 MIN

- ❖ 1 courge butternut pastrop grosse
- ❖ 1 oignon
- ❖ 50 cl de lait
- ❖ 20 cl de crème fleurette bien froide
- ❖ 50 g de noisettes concassées
- ❖ 1 cube de bouillon de volaille
- ❖ 1 c. à soupe d'huile d'olive
- ❖ 1 pincée de cumin
- ❖ Sel et poivre

1 Coupez la courge en quatre dans le sens de la hauteur. Épluchez-la et enlevez les pépins avec une cuillère à soupe. Coupez la chair en dés. Pelez l'oignon et émincez-le. Faites-le revenir dans un faitout avec l'huile d'olive, puis ajoutez les dés de courge et le cube de bouillon. Versez le lait et complétez avec de l'eau afin de recouvrir les légumes. Laissez cuire 15 à 20 minutes sans couvercle.

2 Fouettez la crème fleurette au batteur avec du sel, du poivre et 1 pincée de cumin pendant 2 à 3 minutes jusqu'à ce qu'elle devienne ferme.

3 Mixez finement une fois que les dés de courge sont tendres, puis versez dans des gobelets. Ajoutez délicatement 1 cuillerée à soupe de crème fouettée et parsemez de noisettes concassées.

Au dîner en matinée, pars en la soupe brûlante d'où l'on se plonge dans le plat.

Velouté d'endive à la noix de saint-jacques

POUR 4 PERSONNES

PREPARATION 15 MIN CUISSON 20 MIN

- ❖ 6 noix de saint-jacques
- ❖ 800 g d'endives
- ❖ 1 branche de persil
- ❖ 15 cl de crème liquide
- ❖ 40 g de beurre
- ❖ 50 g de sucre en poudre
- ❖ Sel et poivre

1 Rincez et séchez les endives, puis coupez-les en rondelles. Dans une poêle, faites revenir 20 g de beurre et le sucre. Laissez caraméliser quelques minutes, puis ajoutez les endives. Laissez dorer quelques minutes à découvert en mélangeant puis couvrez et cuisez 10 minutes.

2 Déposez les endives dans le bol du mixeur, ajoutez la crème liquide et mixez de façon à obtenir un velouté. Si le velouté vous paraît trop épais, vous pouvez ajouter un peu d'eau ou de crème liquide.

3 Mettez le beurre restant dans une poêle et lorsqu'il est bien chaud, faites-y dorer les noix de saint jacques 2 minutes de chaque côté.

4 Découpez-les en petits morceaux et déposez-les sur le velouté. Décorez avec quelques pluches de persil. Salez et poivrez. Servez bien chaud.



Mousse d'avocat à la truite fumée

POUR 4 PERSONNES PRÉPARATION 15 MIN

- ♦ **100g de truite fumée**
- ♦ **1 gros avocat**
- ♦ **1 citron vert (jus)**
- ♦ **1 échalote**
- ♦ **15 cl de crème liquide**
- ♦ **1 c. à soupe d'huile de sésame**
- ♦ **1 c. à soupe rase de graines de lin**
- ♦ **2 pincées de piment d'Espelette**
- ♦ **Sel**

1 Fouettez 10 cl de crème liquide en chantilly bien ferme. Hachez la truite fumée. Épluchez l'échalote et hachez-la finement. Épluchez l'avocat, puis coupez-le en petits morceaux. Mettez-les dans la cuve d'un robot avec le jus du citron vert, l'échalote hachée, 5 cl de crème liquide, du sel et 2 pincées de piment d'Espelette. Faites tourner 2 minutes pour obtenir une préparation lisse.

2 Mélangez la purée d'avocat, la truite fumée hachée et la crème fouettée. Répartissez la mousse d'avocat dans 4 coupelles (ou ramequins). Placez-les au frais. Au moment de servir, parsemez de graines de lin et arrosez d'un filet d'huile de sésame.





CE POISSON A LE BON GOÛT D'ÊTRE RESPONSABLE.

Déjà 80% des saumons fumés Petit Navire sont issus d'aquaculture responsable ou de pêche durable.



www.petitnavire.fr

Astuces avec le foie gras

Emblématique des fêtes de fin d'année, il est de toutes les tables, le plus souvent à l'apéritif ou en entrée. Cru, mi-cuit ou en terrine, il est toujours bon, à condition bien sûr de bien le choisir et le préparer. Petit guide.

Le bon cru

Pour préparer soi-même une terrine ou pour le déguster frais, la qualité du foie gras doit être la même. Veillez d'abord à l'origine, le made in France étant un gage incontestable de qualité, IGP de préférence. Choisissez la qualité « extra » pour la mise en conserve ou une consommation « mi-cuit », il perdra moins de gras que la qualité « premier choix », à réservé pour les préparations à base de foie gras. Le foie doit être souple sous le doigt et peser entre 450 et 600 g pour un foie de canard, il ne doit présenter aucune tache.



C'est dans la boîte

Si vous achetez une terrine toute prête dans le commerce, vous avez le choix entre différentes qualités : le « bloc », le moins cher, est fabriqué à partir de morceaux hachés, il a un aspect compact, souvent en forme de bûche. La mention « foie gras » concerne ceux qui sont préparés avec les foies agglomérés de plusieurs animaux, son aspect est marbré. Le « foie gras entier » est le nec plus ultra, préparé avec un ou plusieurs lobes entiers de foie.



LA TEMPÉRATURE IDÉALE Conservez votre terrine au frais et sortez-la 1 heure avant dégustation. À température ambiante, le foie gras dégagera tous ses arômes.

L'art du démoulage

Dans un souci esthétique autant que pratique, il est préférable de démouler la terrine sur une petite assiette. Pour y parvenir sans abîmer le produit, passez le bocal fermé sous un jet d'eau chaude, la graisse qui l'entoure va se ramollir et faciliter le démoulage, il n'y a plus qu'à renverser le bocal sur l'assiette et ôter l'excédent de gras qui aura coulé.

CUISSON À POINT

Pour poêler un foie cru, détaillez des tranches semblables à des escalopes. Vous pouvez alors les fariner légèrement et les passer, sans ajout de matière grasse, quelques minutes dans une poêle très chaude.



La bonne coupe

L'idéal pour bien couper le foie gras est le prévu pour ! Cependant, on peut aussi réussir de jolies tranches avec un couteau sans dents (en céramique par exemple), passé sous l'eau chaude.



LES BONS AMIS

S'il se suffit souvent à lui-même, le foie gras s'associe avec bonheur à la gue sèche (avec du pain aux gues, c'est un régal), au con d'oignon ou encore aux fruits secs.

EAU THEN TIQUE

AUBERGE DE MONTFLEURY
ST GERMAIN (ARDÈCHE)

MINÉRALE
NATURELLE
FINEMENT
PÉTILLANTE

DEPUIS 1602
VALS
ARDÈCHE
FRANCE

WWW.VALS.FR
f   VALS1602



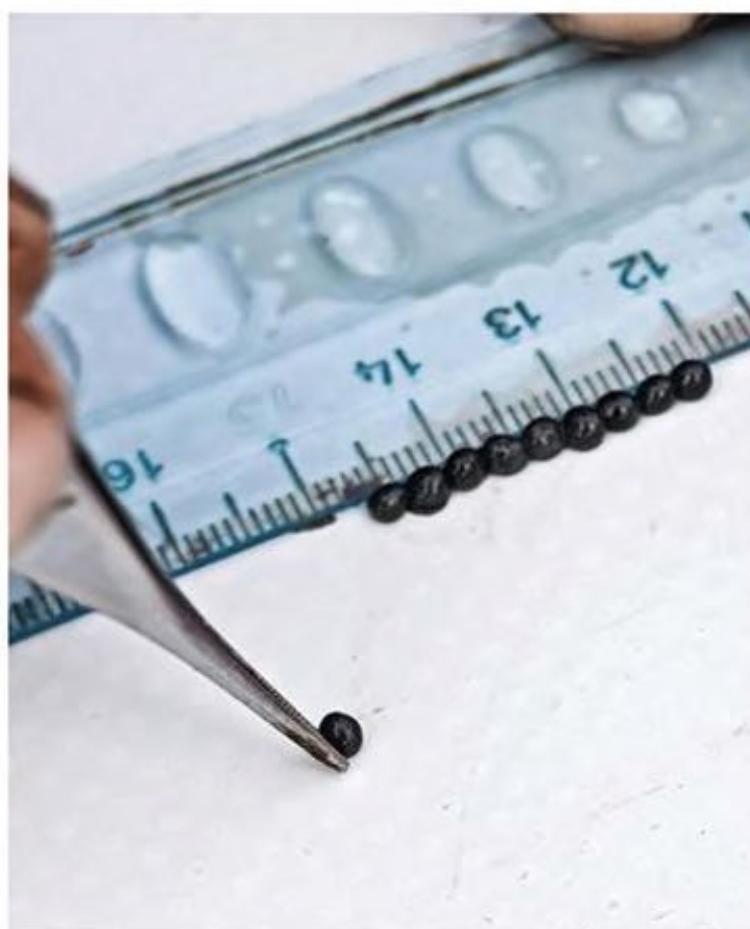
Credit photo : Matthieu Dupont (Ardèche)

Œufs de POISSON

Petits... mais forts en goût !

Aussi beaux que bons, les œufs de poisson profitent souvent des fêtes pour retrouver les assiettes parce que l'image d'un produit rare leur colle à la peau. Déposés sur tous types de plats, ces œufs conviennent parfaitement à la tendance terre-mer qui gagne la gastronomie française. Truite, poisson volant, caviar, saumon ou bien encore lump, les œufs affichent des calibres et couleurs aussi différents que leur prix en magasin. *Par Julien Trubert*





Ue pari était un peu fou et pourtant, l'élevage français d'esturgeons pour produire du caviar à partir de leurs œufs a fonctionné. Aujourd'hui, les fermes aquacoles situées en Sologne et dans le Sud-Ouest, comme ici celle de Sturia, en Aquitaine, produisent tant qu'elles ont permis à la France de se hisser au deuxième rang mondial des pays producteurs, derrière l'Italie. Il faut sept ans à une femelle esturgeon pour pondre ses premiers œufs. Échographies, mesure des œufs et tri, salage... les étapes jusqu'au caviar d'exception sont multiples. La technologie assiste la main de l'homme, mais ce sont bien des passionnés qui sont à l'origine de ce produit, qui le conditionnent, qui lui apportent ce goût unique. La France n'en a pas fini avec le caviar : de nouvelles régions veulent se lancer dans cette aventure passionnante.

e pari était un peu fou et pourtant, l'élevage français d'esturgeons pour produire du caviar à partir de leurs œufs a fonctionné. Aujourd'hui, les fermes aquacoles situées en Sologne et dans le Sud-Ouest, comme ici celle de Sturia, en Aquitaine, produisent tant qu'elles ont permis à la France de se hisser au deuxième rang mondial des pays producteurs, derrière l'Italie. Il faut sept ans à une femelle esturgeon pour pondre ses premiers œufs. Échographies, mesure des œufs et tri, salage... les étapes jusqu'au caviar d'exception sont multiples. La technologie assiste la main de l'homme, mais ce sont bien des passionnés qui sont à l'origine de ce produit, qui le conditionnent, qui lui apportent ce goût unique. La France n'en a pas fini avec le caviar : de nouvelles régions veulent se lancer dans cette aventure passionnante.





Le caviar ne doit pas forcément présenter une couleur noire, profonde. Ainsi, des teintes vertes ne signifient pas qu'il s'agit d'un caviar de moyenne qualité. Les grains bien ronds et lisses se détachent facilement les uns des autres ? Un très bon signe ! Gare aux supercheries, fréquentes pour ce produit.



Une simple cuillère,
en iron 12 g par
coupe, de la vodka...
la dégustation du caviar
répond à un vrai rituel.
La nacre ne modifie pas le
goût de ces œufs précieux,
contrairement aux métaux,
comme l'Inox ou l'argent.



1



2



3



4

Les quatre fantastiques

1 DE TRUITE:

pas de goût iodé quand il s'agit de truite. Les œufs se montrent donc assez neutres et faciles à marier avec d'autres ingrédients. Des variétés bio arrivent peu à peu en magasin, les autres étant issues d'élevages classiques. Les œufs de truite sauvage sont quasi inexistants tant le poisson se fait rare et produit peu d'œufs à son état naturel.

2 DE LUMP:

les plus abordables, ceux avec qui il est le plus facile d'essayer des recettes. Les œufs de lump sont grisâtres à l'état naturel. C'est pour copier le caviar que des colorants ont été ajoutés aux produits issus du lump, un poisson de l'Atlantique nord. Des additifs sont également ajoutés pour une conservation longue durée.

3 DE POISSON VOLANT:

sans doute les plus novateurs et spectaculaires grâce à leur couleur. Les Japonais adorent ces œufs qu'ils nomment « caviar vert » ou « tobiko ». Une couleur naturelle ? Non, il s'agit là d'un mélange entre ce produit, du vinaigre de riz et le fameux wasabi nippon. Existent aussi au gingembre ou à l'encre de seiche.

4 DE SAUMON:

à préférer « sauvages », ces œufs ont longtemps été un délice russe avant de conquérir le monde entier. La recette slave prévoit une saumure très faiblement salée pour ne pas surcharger les plats. Un savoir-faire qui fait grimper les prix de ces œufs plus petits et plus roses que ceux de truite. Leur texture leur permet d'être utilisés pour des makis originaux !

La poutargue se compose d'œufs de mulots (encore présents dans leur poche) séchés et salés. Cette spécialité, dont la paternité est revendiquée par la ville de Martigues, peut également être fumée, comme ici. Parfois, les artisans couvrent la poutargue d'une couche de cire pour la protéger.



Coupée finement ou râpée,
la poutargue apporte un
goût puissant au plat.

Un bon tarama doit être réalisé à partir d'œuf de mullet pour suivre sa recette originale de Grèce et de Turquie. Sa couleur devient alors naturellement rosée, contrairement aux préparations en vue du cabillaud que l'on trouve dans le commerce.



Gare aux **taramas**
industriels, bien éloignés de
la recette traditionnelle !

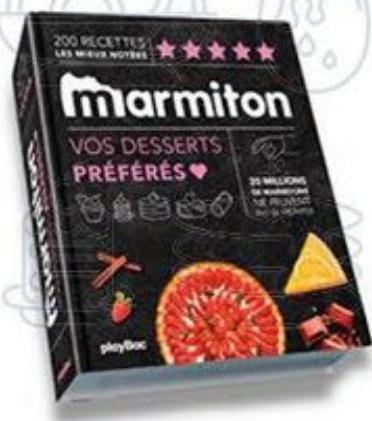
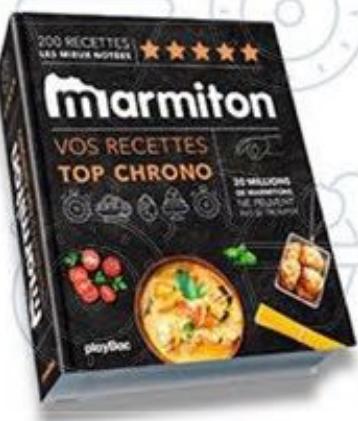


RETROUVEZ EN LIVRES
LES 200 RECETTES PRÉFÉRÉES
DE LA COMMUNAUTÉ **marmiton**

Crédits photographiques Shutterstock : © Nataliya Arzamasova, © Okuznechikova, © Brent Hofacker, © Liliya Kandrashevich, © Nataliya Arzamasova, © Kiran Oksana.



DANS LA MÊME COLLECTION :



Déjà disponibles en librairies, librairies virtuelles et rayons livres

playBac



Et voici **VENU LE PLAT DE** résistance

C'est le moment où l'on n'est pas sûr d'arriver au bout du repas tellement nous nous sommes régalés avec les bouchées et les entrées. Et pourtant, il faut de voir une belle volaille posée au centre de la table pour sentir ses papilles s'emballer à nouveau. Team poisson ou team viande, tout le monde y trouvera son compte.



Saint-jacques, sauce aux champignons

POUR 6 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 15 MIN 🍲 CUISSON 25 MIN

- ❖ 18 noix de saint-jacques
- ❖ 200 g de champignons
- ❖ 3 échalotes
- ❖ 1 jaune d'œuf
- ❖ 75 g de crème fraîche entière
- ❖ 50 g de beurre
- ❖ 37,5 cl de champagne
- ❖ 1 c. à soupe d'huile
- ❖ Sel et poivre

- 1 Pelez et ciselez les échalotes. Émincez les champignons. Chaitez l'huile et 20 g de beurre dans une poêle et colorez les échalotes 5 minutes. Ajoutez les champignons, salez, poivrez et laissez cuire 5 minutes sur feu vif.
- 2 Versez le champagne et faites réduire 10 minutes. Fouettez le jaune d'œuf avec la crème et incorporez à la sauce. Rectifiez l'assaisonnement.
- 3 Faites fondre le reste de beurre dans une poêle et colorez les noix de saint-jacques 1 minute de chaque côté sur feu vif. Déposez les noix dans le plat de service et servez avec la sauce aux champignons.

Vous pouvez présenter les noix de saint-jacques grillées en brochettes. Serrez rapidement pour qu'elles restent chaudes. On peut également préparer la recette avec des pétoncles, moins onéreux.



Curry de langoustes aux fruits exotiques

POUR 6 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 25 MIN 🍲 CUISSON 30 MIN

- ❖ 6 queues de langouste surgelées (environ 300 g pièce)
- ❖ 1 grosse tomate mûre
- ❖ 1 oignon
- ❖ 1 mangue ferme
- ❖ ½ ananas frais
- ❖ 1 petit piment rouge frais
- ❖ ½ bouquet de coriandre
- ❖ 40 cl de lait de coco
- ❖ 2 c. à soupe d'huile
- ❖ 1 c. à soupe de poudre de curry
- ❖ Sel et poivre

1 Plongez les queues de langouste dans un faitout d'eau bouillante salée et comptez 12 minutes de cuisson dès la reprise de l'ébullition. Égouttez et passez sous l'eau froide.

2 Émincez l'oignon. Rincez, épépinez et hachez le piment. Mondez et épépinez la tomate, taillez la chair en dés. Coupez la chair de la mangue et de l'ananas en cubes.

3 Chaitez l'huile dans une cocotte, faites fondre les oignons. Versez les morceaux d'ananas, le piment et laissez légèrement caraméliser. Ajoutez le lait de coco avec 15 cl d'eau, la tomate, la mangue, le curry, du sel et du poivre. Laissez mijoter 15 minutes sur feu doux.

4 Coupez les queues de langouste en deux, mettez-les dans la sauce au curry et réchaitez quelques minutes. Parsemez le plat de coriandre ciselée et servez chaud.

Saint-jacques rôties au sel fumé, jambon ibérique et purée de topinambour

POUR 4 PERSONNES PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 40 MIN

- ❖ 12 belles noix de saint-jacques décoquillées
- ❖ 12 neslamelles de jambon pata negra
- ❖ 1kg de topinambours
- ❖ 4c.à soupe d'huile d'olive
- ❖ Sel fumé en cristaux (épiceries nes)
- ❖ Fleur de sel et poivre

- 1 Épluchez les topinambours et coupez-les en gros morceaux. Faites-les revenir avec 1 filet d'huile dans une sauteuse, puis couvrez-les d'eau et d'un disque de papier cuisson aux dimensions de la sauteuse et percé au centre. Laissez mijoter 30 minutes environ jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
- 2 Mixez les topinambours en ajoutant 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive jusqu'à obtenir une purée bien onctueuse. Salez, poivrez et réservez au chaud.

- 3 Poélez les saint-jacques dans 1 filet d'huile, 2 minutes sur chaque face à feu vif, jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
- 4 Répartissez la purée de topinambour dans les assiettes, déposez les noix de saint-jacques, parsemez de sel fumé et ajoutez les lamelles de jambon. Poivrez et dégustez.

Vous pourrez remplacer la pata negra par du jambon serrano





*En cette saison, remplacez
les coquilles par une
fondue de poeaux*

Papillote de lotte aux épinards, légumes et rouille

POUR 6 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 35 MIN 🍴 CUISSON 30 MIN

- ❖ 2 morceaux de queue de lotte (150g chaque)
- ❖ 6 petites tranches de saumon fumé
- ❖ 600g d'épinards frais
- ❖ 50g de beurre
- ❖ 6 feuilles de brick
- ❖ 2c.à soupe d'huile d'olive
- ❖ Sel et poivre

POUR L'ACCOMPAGNEMENT:

- ❖ 3 petites courgettes
- ❖ 3 carottes
- ❖ 1 petit oignon
- ❖ 2 brins de thym
- ❖ 1 petit pot de sauce rouille (300g environ)
- ❖ 2c.à soupe d'huile d'olive
- ❖ Sel et poivre

1 Lavez, essorez et équeutez les épinards. Faites-les fondre dans une sauteuse avec l'huile d'olive, du sel et du poivre, jusqu'à ce qu'ils aient rendu toute leur eau. Égouttez-les, puis hachez-les grossièrement. Rincez et épongez les lets de lotte, puis salez-les et poivrez-les. Enveloppez chacun d'eux dans 1 tranche de saumon fumé.

2 Faites fondre le beurre. Étalez les feuilles de brick sur le plan de travail, puis badigeonnez-les de beurre fondu au pinceau. Étalez les épinards, puis déposez 1 morceau de lotte à l'extrémité devant vous. Roulez la feuille de brick sur elle-même. Torsadez les côtés comme pour un bonbon. Préchauffez le four à 180 °C

3 Préparez l'accompagnement : pelez et coupez les carottes en petits bâtonnets. Coupez l'extrémité des courgettes et détaillez-les en bâtonnets. Pelez et ciselez l'oignon. Chauffez l'huile dans un wok et faites revenir l'oignon 5 minutes sans coloration. Ajoutez les bâtonnets de carotte, de courgette et le thym. Salez et poivrez. Faites revenir 10 minutes sur feu vif en mélangeant.

4 Pendant ce temps, disposez les papillotes de lotte sur une plaque, enfournez pour 15 minutes. Réchauffez la rouille dans une casserole.

5 Dressez les papillotes de lotte sur les assiettes. Ajoutez les légumes sur le côté et accompagnez de sauce rouille.



Langoustines ambées

POUR 4 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 10 MIN 🍴 CUISSON 8 MIN

- ❖ 16 langoustines crues
- ❖ 1 carotte
- ❖ 20g de beurre
- ❖ 3c.à soupe bombées de crème fraîche épaisse
- ❖ 2c.à soupe de concentré de tomate
- ❖ 1 cube de court-bouillon
- ❖ 3cl de cognac
- ❖ Sel et poivre

1 Portez 1 l d'eau avec le cube de bouillon à ébullition. Jetez-y les langoustines et comptez 2 minutes à partir de la reprise de l'ébullition. Égouttez.

2 Pelez et coupez la carotte en petits morceaux. Chauffez le beurre dans une grande casserole et ajoutez la carotte et un peu d'eau. Faites mijoter 3 minutes puis ajoutez les langoustines et versez le cognac. Flambez.

3 Versez la crème fraîche et le concentré de tomate, laissez mijoter 3 minutes, salez, poivrez et servez rapidement.

Il faut être prudent pour amener un aliment. Si on cuisine sur du gaz, il est conseillé de retirer la casserole du feu. Mieux vaut faire chauffer l'alcool au préalable, à 50 °C environ, pour qu'il s'enflamme ensuite facilement.



Darne de lotte enlardée au munster et sauge

POUR 6 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 30 MIN 🚧 CUISSON 30 MIN

- ❖ 6 darnes de lotte
- ❖ 12 tranches de lard fumé
- ❖ 1 brin de sauge
- ❖ ½ munster
- ❖ 12 cl de vin blanc sec
- ❖ 2 c. à soupe d'huile d'olive
- ❖ Poivre

1 Rincez et épongez les darnes de lotte. Lavez, séchez et effeuillez la sauge. Coupez le munster en 12 fines lamelles. Déposez 2 lamelles de munster sur chaque darne de lotte. Entourez de 2 tranches de lard, puis maintenez le tout avec de la ficelle de cuisine.

2 Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et mettez les darnes de lotte à dorer 5 minutes sur chaque face. Poivrez, ajoutez les feuilles de sauge sur le dessus. Versez le vin blanc dans le fond de la sauteuse. Couvrez et laissez mijoter 20 minutes. Servez aussitôt, par exemple, avec une écrasée de pommes de terre à l'huile d'olive.

Cassolette de saint-jacques, gambas et purée à la truffe

POUR 4 PERSONNES 🥘 PRÉPARATION 30 MIN

🕒 CUISSON 20 MIN 🚧 CONGÉLATION 12 H

- ❖ 8 noix de saint-jacques fraîches
- ❖ 12 gambas
- ❖ 1 échalote
- ❖ 1 œuf
- ❖ 10 g de beurre
- ❖ 1 c. à soupe de crème fraîche
- ❖ 1 rouleau de pâte feuilletée
- ❖ 15 cl de vin blanc sec
- ❖ 1 c. à café de farine
- ❖ Sel et poivre

POUR LA PURÉE:

- ❖ 3 pommes de terre
- ❖ 1 truffe (conserve ou fraîche)
- ❖ Quelques brins de ciboulette
- ❖ 20 cl de lait
- ❖ 20 g de beurre
- ❖ Baies roses

1 Préparez la purée : faites cuire les pommes de terre à l'eau, pelez-les, puis passez-les au moulin à légumes. Ajoutez le beurre et le lait pour obtenir la consistance désirée. Ajoutez enfin la truffe hachée très finement au couteau puis réservez au chaud.

2 Préparez les cassolettes : décortiquez les gambas. Débarrassez les saint-jacques de leur corail puis salez et poivrez légèrement chaque côté.

3 Dans une poêle, faites fondre le beurre. Hachez finement l'échalote puis faites-la revenir 2 à 3 minutes à feu moyen. Ajoutez les saint-jacques et les gambas. Faites cuire 6 minutes sur feu vif tout en remuant.

4 Déglaçez la poêle au vin blanc, réduisez le feu, ajoutez la farine, puis la crème tout en mélangeant bien pour obtenir une consistance de sauce.

5 Préchauffez le four à 210 °C. À l'aide d'un grand verre ou d'un emporte-pièce, découpez 4 cercles de pâte feuilletée légèrement plus grands que le diamètre des cassolettes. Garnissez les cassolettes de 2 noix de saint-jacques et de 4 gambas. Couvrez de sauce puis posez 1 disque de pâte feuilletée en veillant à bien souder les bords. Tracez des sillons à la fourchette et badigeonnez avec du jaune d'œuf battu pour avoir une jolie dorure. Enfournez pour 10 à 15 minutes.

6 Servez chaque cassolette parsemée de ciboulette ciselée et de baies roses. Accompagnez de la purée à la truffe, réchauffée si besoin pendant quelques minutes.



Privilégiez de gamba
(ou de crevette) sauvage
labelisée MSC (Marine
Stewardship Council),
qui garantit une
pêche durable.





Langouste au beurre vanillé

POUR 4 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 20 MIN 🍴 CUISSON 20 MIN

- ❖ **2 langoustes de 300g chacune**
- ❖ **2 citrons verts**
- ❖ **2 gousses de vanille**
- ❖ **200g de beurre**
- ❖ **30 cl de vin blanc sec**
- ❖ **10 cl de vinaigre de vin blanc**
- ❖ **2 c.à soupe d'huile**
- ❖ **sel et poivre**

1 Versez le vin blanc et le vinaigre dans une casserole. Laissez réduire à feu moyen, pour obtenir 2 cuillerées à soupe de liquide. Réservez.

2 Aplatissez les gousses de vanille. Fendez-les en deux dans la longueur, puis, sur une petite assiette, grattez la pulpe avec la pointe d'un couteau. Coupez le beurre en cubes.

3 Préchauffez le four à 270 °C. Fendez les langoustes en deux dans la longueur. Faites chauffer l'huile dans un grand plat à rôtir. Disposez les demi-langoustes côté chair vers le fond. Enfournez-les pour 5 à 6 minutes en les retournant à mi-cuisson. Réservez au chaud à la sortie du four, salez et poivrez.

4 Faites réchauffer sur feu doux la réduction de vin et incorporez les cubes de beurre en fouettant vivement. Salez, poivrez, ajoutez la pulpe de vanille et mélangez.

5 Dressez les demi-langoustes sur des assiettes chaudes et nappez-les de beurre blanc. Décorez de demi-rondelles de citron vert. Servez le reste de beurre blanc en saucière.



Queue de lotte à l'orange

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 10 MIN CUISSON 35 MIN

- ❖ 2 queues de lotte sans peau
- ❖ 4 oranges
- ❖ 2 échalotes
- ❖ 40 g de beurre
- ❖ 2 c. à soupe de crème fraîche
- ❖ 15 cl de vin blanc sec
- ❖ 3 pincées de curcuma
- ❖ Sel et poivre

1 Faites cuire la lotte 10 minutes dans du court-bouillon, puis égouttez. Prélevez le zeste d'une orange. Pressez les 4 oranges et récupérez le jus. Pelez et ciselez les échalotes.

2 Chaitez le beurre dans une casserole et faites-y dorer les échalotes ciselées avec le zeste d'orange, le curcuma, du sel et du poivre. Ajoutez les queues de lotte et versez le jus des oranges et le vin. Laissez mijoter 20 minutes.

3 Incorporez la crème fraîche et laissez réduire quelques minutes. Servez bien chaud avec un riz parfumé.

Ajustez le temps de cuisson de la lotte au poids (très variable !) pour éviter de la prolonger, ce qui dure la chair. Comptez 20 minutes maximum pour 2 morceaux d'environ 800 g.

Saumon en croûte aux champignons

POUR 8 PERSONNES PRÉPARATION 50 MIN

CUISSON 50 MIN RÉFRIGÉRATION 30 MIN
REPOS 10 MIN

- ❖ 1,4 kg de filet de saumon bien charnu sans la peau
- ❖ 1 gros jaune d'oeuf
- ❖ 2 rouleaux de pâte feuilletée épaisse (285 g chacun)
- ❖ 1 rouleau de pâte feuilletée d'épaisseur normale (235 g) pour la garniture
- ❖ 2 c. à soupe de sucre
- ❖ 1 c. à soupe de gros sel

POUR LA GARNITURE:

- ❖ 900 g de champignons de Paris
- ❖ 1 petit oignon ciselé
- ❖ 2 échalotes ciselées
- ❖ 3 gousses d'ail pressées
- ❖ 1 petit bouquet d'aneth haché
- ❖ 30 cl de crème fraîche épaisse
- ❖ 3 c. à soupe d'huile d'olive
- ❖ Sel et poivre

1 Demandez au poissonnier de vous tailler un beau morceau de saumon dans la partie la plus charnue du filet. Retirez les arêtes à la pince à épiler. Saupoudrez le poisson du mélange de sucre et de gros sel. Réservez au frais 30 minutes.

2 Préparez la garniture : lavez et émincez les champignons. Dans une sauteuse, chaitez l'huile et faites suer l'oignon et les échalotes ciselés. Augmentez le feu et ajoutez les champignons. Salez, poivrez, mélangez délicatement et faites cuire jusqu'à complète évaporation de l'eau de végétation. Ajoutez l'ail pressé et la crème fraîche. Poursuivez la cuisson jusqu'à ce que la crème soit complètement réduite. Laissez refroidir avant d'ajouter l'aneth haché.

3 Rincez le saumon et séchez-le avec du papier absorbant. Recoupez-le pour lui donner une forme ronde. Placez les chutes sur les parties plus fines en appuyant bien avec les mains.

4 Déroulez 1 pâte feuilletée épaisse sur la lèchefrite couverte de papier cuisson. Étalez un tiers des champignons en disque. Posez le saumon dessus et recouvrez des champignons restants. Dorez le bord de la pâte au jaune d'oeuf à l'aide d'un pinceau et collez la deuxième pâte feuilletée. Soudez les bords et dorez tout le dessus et réservez au frais.

5 Préchaitez le four à 200 °C. Découpez des décors en forme de feuilles, dans le feuilletage normal. Dorez au jaune d'oeuf à l'aide d'un pinceau et striez les feuilles avec la lame d'un couteau. Déposez sur le saumon en croûte puis enfournez.

6 Au bout de 10 minutes, réglez la température du four à 180 °C, et poursuivez la cuisson environ 20 minutes. Surveillez la coloration, tournez la plaque de temps en temps. Laissez refroidir 10 minutes avant de servir avec de la salade.



Tourte au saumon

POUR 4 PERSONNES  PRÉPARATION 15 MIN  CUISSON 30 MIN

- ❖ 4 échalotes
- ❖ 1 bouquet de persil
- ❖ 4 œufs + 1 jaune
- ❖ 20 cl de crème fraîche épaisse
- ❖ 20 g de beurre
- ❖ 1 c. à soupe de crème fleurette
- ❖ 400 g de chair de saumon au naturel
- ❖ 1 petite boîte de bisque de homard
- ❖ 2 rouleaux de pâte feuilletée
- ❖ 6 biscuits écrasées
- ❖ Farine
- ❖ Sel et poivre

1 Pelez et ciselez les échalotes. Ciselez le persil. Ôtez les arêtes du saumon, s'il y en a, puis écrasez la chair à la fourchette. Battez les œufs entiers dans un saladier. Ajoutez la chair de saumon et les biscuits écrasées, les échalotes et le persil ciselés, la crème fraîche, du sel et du poivre puis mélangez.

2 Préchauffez le four à 180 °C. Foncez un moule à manqué (ou à tourte) beurré et fariné avec le premier rouleau de pâte feuilletée.

3 Étalez la préparation au saumon par-dessus et égalisez la surface. Couvrez avec le second rouleau de pâte. Soudez les bords avec les doigts humidifiés. Faites une petite cheminée au centre de la tourte avec un morceau de papier d'aluminium. Dorez la surface au jaune d'œuf battu. Enfournez pour 30 minutes.

4 Au moment de servir, chauffez la bisque de homard en lui ajoutant 1 cuillerée à soupe de crème fleurette et servez la tourte avec cette sauce.



Pommes de terre duchesse aux amandes

POUR 4 PERSONNES  **PRÉPARATION 20 MIN**  **CUISSON 40 MIN**

- ❖ **4 pommes de terre à chair farineuse (350g environ)**
- ❖ **3 jaunes d'œufs**
- ❖ **40g de beurre**
- ❖ **20g d'amandes effilées**
- ❖ **20g de poudre d'amande**
- ❖ **2 pinces de noix de muscade**
- ❖ **Sel et poivre**

1 Lavez les pommes de terre et faites-les cuire dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 30 à 35 minutes. Égouttez-les puis épluchez-les. Écrasez-les avec un presse-purée. Ajoutez le beurre coupé en petits morceaux, les jaunes d'œufs, la poudre d'amande, du sel, du poivre et la noix de muscade.

2 Mélangez, puis remplissez une poche à douille cannelée assez large avec la purée. Préchauffez le four à 250 °C et tapissez une plaque à four de papier sulfurisé.

3 Disposez des petits dômes de purée sur la plaque, saupoudrez d'amandes effilées et enfournez pour 7 minutes. Dégustez bien chaud avec un rôti, par exemple.



Parfumez la purée de pomme de terre avec de la truffe ou des petits morceaux de cèpe.

Les crêpes peuvent paraître superflues et elles sont pourtant indispensables car elles servent à isoler la farce de la pâte. Le jus rendu par la garniture hydrate la viande et ne détrempe pas la croûte feuilletée.



Filet mignon de veau Wellington

POUR 6 PERSONNES **PRÉPARATION 25 MIN**

CUISSON 45 MIN **RÉFRIGÉRATION 30 MIN**

- ❖ **1 filet mignon de veau**
- ❖ **100 g de foie gras de canard**
- ❖ **400 g de champignons de Paris**
- ❖ **2 carottes**
- ❖ **2 échalotes**
- ❖ **1 oignon**
- ❖ **1 gousse d'ail**
- ❖ **1 bouquet de persil**
- ❖ **1 œuf + 1 jaune**
- ❖ **10 g de beurre**
- ❖ **1 rouleau de pâte feuilletée**
- ❖ **2 crêpes non sucrées**
- ❖ **2 c. à soupe d'huile végétale**
- ❖ **Sel et poivre**

1 Coupez les champignons en dés. Râpez les carottes. Hachez l'oignon, les échalotes et la gousse d'ail dégermée. Ciselez le persil. Mélangez tous les ingrédients.

2 Chaitez 1 cuillerée à soupe d'huile et le beurre dans une sauteuse. Dorez le filet de veau 10 minutes en le tournant sur toutes les faces. Salez et poivrez. Laissez refroidir, récupérez le jus de cuisson et réservez la viande.

3 Chaitez le reste d'huile dans la sauteuse. Mettez-y la farce aux légumes. Salez, poivrez et faites cuire jusqu'à ce que l'eau de végétation soit évaporée (environ 8 minutes). Hors du feu, ajoutez l'œuf entier battu et le jus de cuisson du veau, mélangez. Incorporez le foie gras en morceaux, remuez délicatement et laissez refroidir.

4 Étalez la pâte feuilletée. Doublez-la avec les crêpes. Répartissez une couche de farce au centre, puis déposez le filet de veau (vous pouvez couper les extrémités si elles sont trop fines, pour une cuisson uniforme). Répartissez le reste de farce autour de la viande. Refermez et scellez les bords de pâte avec le bout des doigts humidifiés.

5 Retournez délicatement le rôti. Fouettez le jaune d'œuf avec quelques gouttes d'eau et badigeonnez la surface du feuilletage. Réservez 30 minutes au réfrigérateur.

6 Préchaitez le four à 200 °C. Enfournez le rôti pour 25 minutes. Découpez-le en tranches épaisses et servez avec, par exemple, une fricassée de champignons ou de légumes verts.



Rôti de veau roulé au gorgonzola

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN **CUISSON 45 MIN**

- ❖ **800 g de noix de veau (coupée en portefeuille)**
- ❖ **2 échalotes**
- ❖ **Feuilles de sauge**
- ❖ **200 g de gorgonzola**
- ❖ **20 cl de vin blanc**
- ❖ **20 cl de bouillon de volaille**
- ❖ **4 c. à soupe de cerneaux de noix hachés**
- ❖ **4 c. à soupe de miel de châtaignier**
- ❖ **2 c. à soupe d'huile d'olive**
- ❖ **Sel et poivre**

1 Dans un bol, écrasez le gorgonzola avec 2 cuillerées à soupe de cerneaux de noix hachés. Poivrez.

2 Posez la noix de veau bien ouverte sur le plan de travail, et saupoudrez-la de sel. Étalez la préparation au gorgonzola dessus, parsemez de sauge ciselée. Roulez la noix de veau bien serrée pour former un rôti et ficelez.

3 Chaitez l'huile dans une cocotte et saisissez-y les échalotes émincées. Colorez le rôti sur toutes les faces. Versez le miel et tournez la viande à plusieurs reprises pour bien le répartir.

4 Versez le vin blanc et le bouillon de volaille. Couvrez la cocotte et faites mijoter sur feu doux 40 minutes environ. Servez avec des petits pois, le jus de cuisson et les noix restantes.

Chapon farci aux poires, sauce aux gues

POUR 8 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN CUISSON 3 H 10

- 1 chapon de 3kg
- Beurre
- Sel

POUR LA FARCE:

- 250g de foies de volaille
- 50g de mousse de foie gras
- 2 poires
- 2 échalotes
- 2 oignons
- ½ bouquet de persil plat
- 1 noix de beurre
- Lait
- 2 tranches de pain de mie
- 2c.à soupe d'huile d'olive

POUR LA SAUCE AUX FIGUES:

- 600g de gues séchées
- 50g de beurre
- 2c.à cl de porto blanc
- 2c.à café de sucre semoule
- Se et poivre

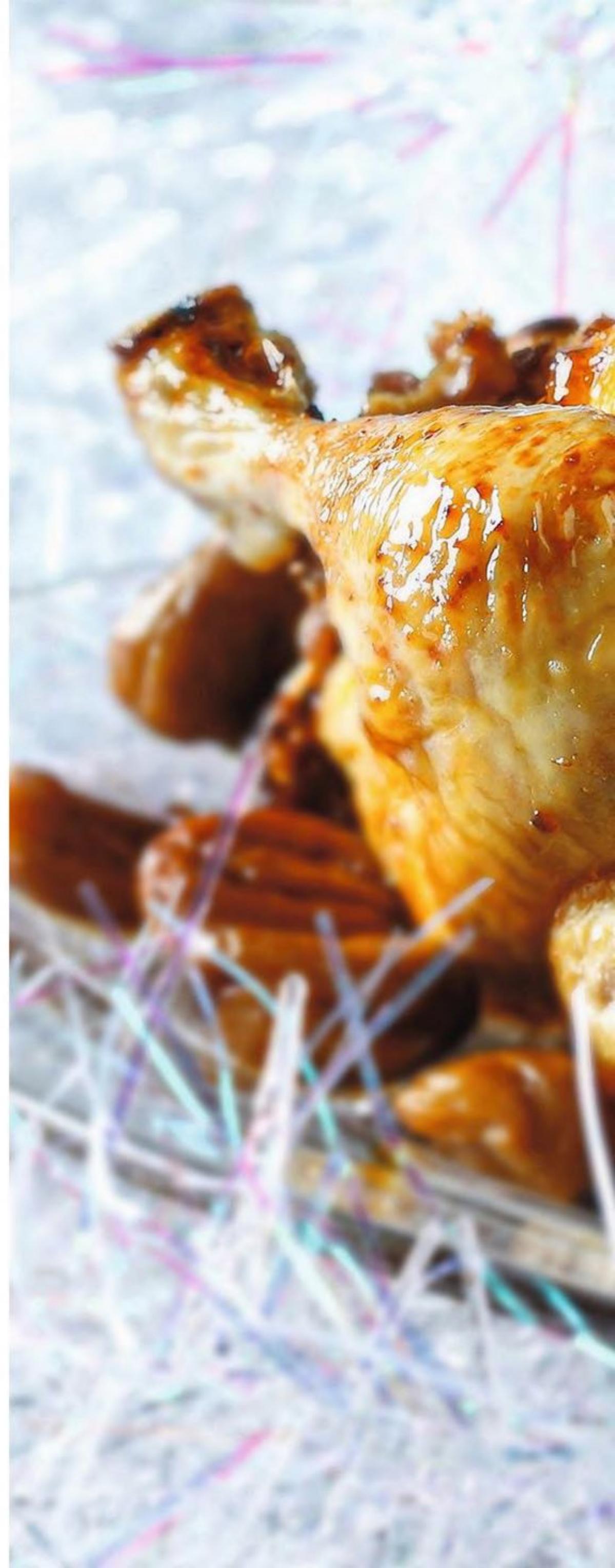
1 Préparez la farce : trempez les tranches de pain de mie dans du lait.

2 Lavez, séchez et ciselez le persil. Pelez et émincez les échalotes et les oignons, puis faites-les revenir 5 minutes dans l'huile de noix. Faites fondre le beurre dans une seconde poêle et faites-y revenir les foies de volaille 1 minute.

3 Détaillez les foies de volaille en petits cubes. Épluchez les poires et coupez-les en petits dés. Mélangez intimement les échalotes, oignons, foies de volaille, poires, tranches de pain de mie égouttées, persil et mousse de foie gras. Salez et poivrez.

4 Préparez la sauce aux gues : versez le porto dans une petite casserole et ajoutez le sucre. Laissez réduire de moitié. Versez le bouillon de bœuf en poudre et 30 cl d'eau. Laissez frémir 5 minutes. Salez et poivrez. Incorporez le beurre en fouettant. Retirez la casserole du feu. Coupez les gues en quatre.

5 Préchauffez le four à 150 °C. Salez l'intérieur du chapon paré et farcissez-le. Parsemez-le de noisettes de beurre et enfournez-le pour 3 heures (1 heure par kilo). Arrosez-le régulièrement de sauce au porto pendant la cuisson. Disposez les gues autour du chapon 1 heure avant la fin de la cuisson. Découpez le chapon et servez la sauce à part.





Accompagnez d'une tomate
dépinard surgelé, de
crème à l'ail, de rai in
sec et de pignon de pin.



Chapon poché et rôti

POUR 8 PERSONNES PRÉPARATION 30 MIN

CUISSON 3 H REPOS 30 MIN

- ❖ 1 chapon de 3,5 kg
- ❖ 3 échalotes
- ❖ 1 oignon
- ❖ 3 feuilles de sauge
- ❖ 50 cl de crème fraîche
- ❖ 15 g de beurre mou
- ❖ 2,25 l de cidre
- ❖ 15 cl de vin jaune
- ❖ Sel et poivre

POUR LA FARCE :

- ❖ 3 boudins blancs
- ❖ 3 pommes
- ❖ 2 échalotes
- ❖ Poivre

Vous pouvez ajouter un peu de crème à la sauce. Pour une viande encore plus tendre, ne mettez pas le beurre sur la peau mais entre celle-ci et la chair, et n'hésitez pas à l'aromatiser. Il est possible de remplacer les pommes par des poires et le cidre par du poiré. Le même procédé de cuisson peut être réalisé en remplaçant les boudins blancs par une farce plus traditionnelle à base de chair à saucisse.

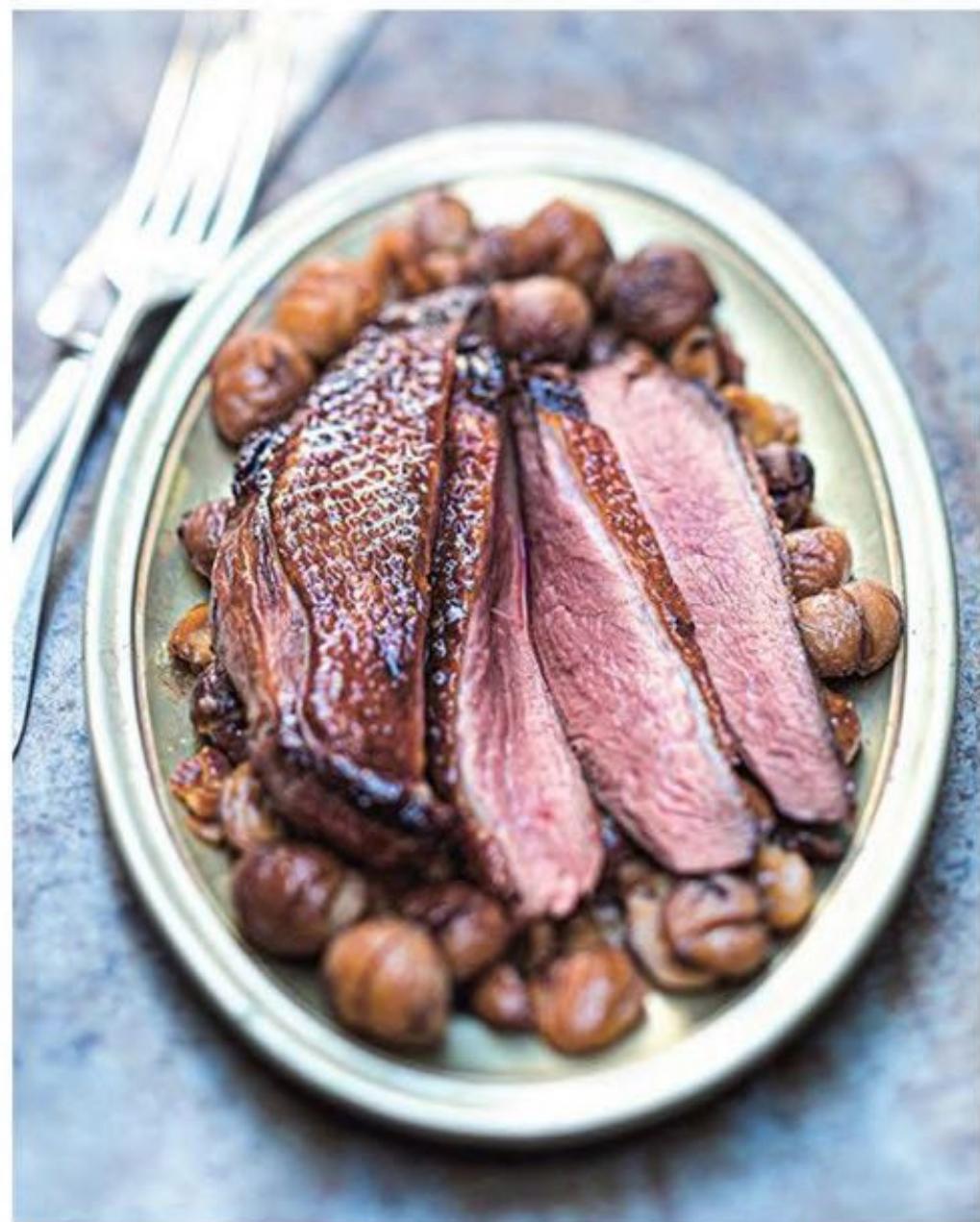
1 Salez et poivrez l'intérieur du chapon. Dans un grand faitout, versez le cidre et autant d'eau. Salez, poivrez, ajoutez la sauge et portez à ébullition. Versez la crème et mélangez bien. Plongez-y la volaille et laissez frémir 45 minutes. Égouttez-la en conservant le bouillon. Préchauffez le four à 210 °C.

2 Préparez la farce : ôtez la peau des boudins puis, dans un plat, écrasez la chair à la fourchette. Épluchez, épépinez les pommes et coupez-les en tout petits morceaux. Pelez et hachez les échalotes. Versez le tout dans le plat, poivrez et mélangez.

3 Farcissez le chapon, tartinez-le avec le beurre et assaisonnez. Posez-le dans un plat à four. Pelez l'oignon et les échalotes et placez-les autour. Arrosez d'un peu de bouillon. Enfournez pour 30 minutes. Ramenez la température du four à 180 °C, et poursuivez la cuisson 1 h 30 en arrosant régulièrement la volaille avec du bouillon (il doit toujours y en avoir dans le plat). Mouillez avec le vin puis enfournez de nouveau pour 15 minutes.

4 Sortez le chapon. Enveloppez-le de 4 couches de papier aluminium et laissez-le reposer 30 minutes pour qu'il termine sa cuisson grâce à la chaleur emmagasinée en périphérie.

5 Pendant ce temps, dégraissez la sauce du plat, ajoutez un peu d'eau et chauffez 2 à 3 minutes pour faire fondre les sucs collés au fond. Rectifiez l'assaisonnement si besoin et versez dans une saucière chaude. Découpez le chapon et présentez-le sur un plat chaud avec la farce au milieu.



Magret à la vergeoise et aux châtaignes

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN CUISSON 25 MIN

- ❖ 2 magrets
- ❖ 50 g de beurre
- ❖ 600 g de châtaignes en bocal
- ❖ 2 c. à soupe de vergeoise
- ❖ 1 c. à soupe de vinaigre balsamique
- ❖ Sel et poivre

1 Dégraissez légèrement les magrets, déposez-les dans une poêle côté gras. Laissez cuire les magrets sans les retourner pendant 10 minutes à feu doux. La graisse doit bien fondre et la peau devenir croustillante.

2 Dégraissez la poêle, salez et poivrez. Saupoudrez les magrets de vergeoise, puis retournez-les et faites-les cuire 5 minutes de plus sur l'autre face.

3 Arrosez-les avec le jus de cuisson, ajoutez le vinaigre balsamique. Continuez de les arroser quelques minutes pour les laquer. Stoppez le feu, et laissez-les reposer 6 à 7 minutes en les retournant 2 ou 3 fois. Dans une poêle, faites revenir les châtaignes avec le beurre.

4 Découpez les magrets dans la longueur, déposez les tranches sur les châtaignes, nappez avec le jus de cuisson, puis dégustez.



Brochette de magret de canard au foie gras

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN CUISSON 20 MIN

- ❖ 3 magrets de canard
- ❖ 300 g de foie gras de canard cru
- ❖ 5 cl de cidre brut
- ❖ 3 c. à soupe de miel
- ❖ 2 c. à soupe de vinaigre de xérès
- ❖ Huile
- ❖ Sel et poivre

1 Entaillez la peau des magrets. Badigeonnez-la de miel et poivrez. Dans une grande poêle huilée, déposez la viande côté chair vers le haut. Cuisez 10 minutes en retirant la graisse de canard au fur et à mesure. Retournez-la et poursuivez la cuisson 5 minutes. Laissez refroidir sur une grille au-dessus d'un plat pour conserver le jus rendu.

2 Retirez la peau puis tranchez les bords et les extrémités pour obtenir des magrets de forme rectangulaire. Taillez en cubes réguliers. Coupez le foie gras de la même façon.

3 Alternez la viande et le foie gras sur 6 pics en bois ou en métal, salez et poivrez. Chauffez une poêle sans matière grasse, faites cuire ces brochettes 2 minutes environ en les retournant régulièrement. Retirez.

4 Déglacez la poêle avec le vinaigre de xérès. Remuez, ajoutez le cidre et fouettez. Arrosez-en les brochettes. Accompagnez, par exemple, d'une poêlée de champignons aux herbes de Provence.

Dinde farcie aux marrons

POUR 6 PERSONNES PRÉPARATION 30 MIN

CUISSON 2 H 45 REPOS 15 MIN

- ❖ 1 dinde de 3 kg environ
- ❖ 300 g de chair à saucisse coupée fine
- ❖ 100 g de foies de volaille hachés
- ❖ 3 tranches de poitrine fumée de 1,5 cm d'épaisseur sans couenne
- ❖ 2 bottes de petits oignons rouges ou blancs
- ❖ 1 oignon jaune
- ❖ 2 échalotes
- ❖ 2 branches de persil plat
- ❖ 10 cl de lait
- ❖ 90 g de beurre
- ❖ 500 g de marrons en bocal au naturel
- ❖ 80 g de cerneaux de noix
- ❖ 30 g de sucre semoule
- ❖ 1 grosse tranche de pain de mie
- ❖ 8 cl d'huile de tournesol
- ❖ 2 c. à soupe de cognac
- ❖ Piment d'Espelette
- ❖ Sel

1 Émiettez le pain de mie dans un bol, couvrez-le de lait. Pelez et hachez l'oignon et les échalotes. Faites-les fondre dans 30 g beurre dans une poêle. Ajoutez les cerneaux de noix et la moitié des marrons grossièrement hachés. Mélangez et laissez refroidir.

2 Versez le contenu de la poêle dans un récipient avec le pain imbiber de lait, la chair à saucisse, les foies de volaille, le cognac, du sel et du piment d'Espelette. Mélangez pour obtenir une farce homogène.

3 Farcissez-en la dinde et fermez-la fermement. Massez la dinde avec 30 g de beurre, arrosez-la avec la moitié de l'huile, salez et saupoudrez de piment d'Espelette. Enfournez la dinde dans le four froid. Réglez la température à 150 °C. Laissez cuire 2 h 15 à 2 h 30 en arrosant régulièrement avec le jus de cuisson. Au bout de 30 minutes de cuisson, ajoutez 20 cl d'eau chaude dans le fond du plat, continuez la cuisson.

4 Pelez et lavez les petits oignons. Faites-les revenir 5 minutes dans le beurre restant, dans une sauteuse. Ajoutez le sucre, du sel et du piment d'Espelette. Quand les oignons sont dorés, couvrez-les d'eau froide. Couvrez le tout avec une feuille de papier cuisson, laissez cuire 20 minutes sur feu moyen.

5 Coupez la poitrine fumée en gros cubes. Faites-les dorer 20 minutes sur toutes leurs faces dans une poêle dans le reste d'huile, sur feu très doux, salez-les légèrement et saupoudrez-les de piment d'Espelette. Sortez la dinde du four, laissez-la reposer 15 minutes recouverte d'une feuille de papier aluminium.

6 Laissez un peu refroidir, puis retirez à la cuillère le gras qui remonte à la surface, ajoutez les marrons restants, les petits oignons et les cubes de lard. Faites chauffer le tout dans le jus de cuisson. Découpez la dinde, servez-la avec sa farce et la garniture. Parsemez de persil plat ciselé.

Vous pouvez aussi glacer les oignons en les faisant revenir dans du sucre, de l'eau et du beurre. Recouvrez-les dans un papier emballé avec du papier sulfurisé. Au bout d'une dizaine de minutes, enlevez-les, laissez le liquide s'évaporer quasi entièrement et effectuez un mouvement circulaire afin de les enrober avec le caramel.



Pour les champignons, vous pouvez mettre des cèpes ou encore des girolles (au goût un peu moins fort). Évidemment, il y a toujours les champignons de Paris (plus économiques).

Pour plus de goût, vous pouvez les saisir quelques minutes dans une poêle chaude avec une persillade



Chapon rôti aux champignons

POUR 6 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 40 MIN 🍲 CUISSON 2 H 30

- ❖ 1 chapon prêt à cuire
- ❖ 1 kg de champignons mélangés
- ❖ 3 échalotes
- ❖ 1 gousse d'ail
- ❖ 50 g de beurre mou
- ❖ 10 cl de muscat
- ❖ 4 cubes de bouillon de volaille
- ❖ 2 c. à soupe d'huile
- ❖ 2 c. à soupe de fond de veau déshydraté
- ❖ 2 c. à soupe de gelée de coing (ou de pomme)
- ❖ Sel et poivre

1 Versez 3 litres d'eau dans une marmite. Ajoutez les cubes de bouillon et portez à ébullition. Plongez-y la volaille et laissez cuire 30 minutes à frémissement. Égouttez-la puis séchez-la.

2 Préchauffez le four à 210 °C. Posez le chapon dans un plat sur une cuisse. Tartinez-le de beurre, salez et poivrez. Enfournez pour 30 minutes. Ce temps passé, posez-le sur l'autre cuisse et prolongez la cuisson 30 minutes. Remettez ensuite le chapon sur le dos, arrosez-le de jus de cuisson. Réglez la température du four à 180 °C et prolongez la cuisson 1 heure.

3 Nettoyez les champignons et coupez les plus gros. Pelez et hachez l'ail. Épluchez et ciselez les échalotes. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et mettez les échalotes à fondre 5 minutes, sans coloration. Ajoutez l'ail haché et les champignons. Salez, poivrez, puis faites-les sauter jusqu'à ce qu'ils rendent leur eau de végétation.

4 Sortez le chapon du four et réservez-le sur un plat, à l'entrée du four ouvert, recouvert d'une feuille de papier aluminium. Versez le jus de cuisson dans une casserole. Ajoutez le muscat, la gelée et le fond de veau. Faites réduire jusqu'à obtenir une sauce onctueuse, puis filtrer la et versez-la en saucière.

5 Dressez le chapon coupé en morceaux sur un plat de service. Ajoutez les champignons et arrosez d'un peu de sauce. Servez aussitôt.



Pintade exotique

POUR 4 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 20 MIN 🍲 CUISSON 1 H

- ❖ 1 pintade coupée en morceaux
- ❖ 6 kumquats
- ❖ 2 oignons
- ❖ 2 mangues
- ❖ 2 c. à soupe de jus de citron vert
- ❖ 30 g de beurre
- ❖ 30 cl de bouillon de volaille
- ❖ 2 gousses de vanille
- ❖ 3 clous de girofle
- ❖ 2 c. à soupe de miel liquide
- ❖ 2 c. à soupe d'huile
- ❖ Sel et poivre

1 Lavez et séchez les kumquats. Pelez et émincez les oignons. Faites chauffer l'huile avec le beurre dans une cocotte, ajoutez les oignons émincés et faites-les revenir sans coloration.

2 Ajoutez les morceaux de pintade et faites-les dorer sur toutes leurs faces. Salez, poivrez, arrosez avec le bouillon de volaille, et le jus de citron vert. Ajoutez le miel, les clous de girofle, les kumquats et les gousses de vanille fendues en deux. Faites cuire à feu doux pendant 35 minutes.

3 Pendant ce temps, pelez les mangues et coupez-les en tranches. Ajoutez-les à la pintade et poursuivez la cuisson pendant 15 minutes. Servez immédiatement.



Pintade au foie gras et fricassée forestière

POUR 6 PERSONNES

PREPARATION 40 MIN
CUISSON 45 MIN

- ❖ 1 pintade de 1,8 kg
- ❖ 200 g de foie gras cuit
- ❖ 250 g de girolles
- ❖ 250 g de cèpes
- ❖ 250 g de trompettes-de-la-mort
- ❖ 250 g de mousserons
- ❖ ½ citron vert (jus)
- ❖ 1 c. à soupe de ciboulette ciselée
- ❖ 1 c. à soupe de cerfeuil
- ❖ 40 g de beurre
- ❖ 1 c. à soupe de cognac
- ❖ 1 c. à soupe d'huile
- ❖ ½ c. à café de quatre-épices
- ❖ Sel et poivre

Pour parer la cuisson des champignons et les parer, salez-les en début de cuisson et faites-les sauter sur feu vif 5 minutes. Réduisez la puissance du feu puis prélevez l'eau de végétation rendue. Faites réduire ce jus dans une petite casserole puis reversez-le dans la poêle et poursuivez la cuisson des champignons une dizaine de minutes à découvert.

1 Préchauffez le four à 240 °C. Mélangez l'huile avec le jus de citron. Salez et poivrez et ajoutez les quatre-épices. Badigeonnez la pintade de ce mélange à l'aide d'un pinceau. Déposez-la dans un plat et enfournez pour 15 minutes.

2 Au bout de ce temps, réglez la température du four à 180 °C et poursuivez la cuisson encore 20 minutes.

3 Pendant ce temps, lavez les champignons et égouttez-les. Coupez les plus gros en morceaux. Faites-les sauter dans une grande poêle avec le beurre bien chaud sur feu vif. Remuez sans cesse jusqu'à complète évaporation de l'eau rendue par les champignons. Ciselez finement la ciboulette et le cerfeuil puis ajoutez-les dans la poêle. Salez et poivrez. Retirez du feu et réservez couvert.

4 Sortez la pintade du four, dégraissez le jus de cuisson et versez-le dans une casserole. Découpez la pintade et récupérez le jus rendu, versez-le également dans la casserole.

5 Remettez les morceaux de pintade dans le plat et enfournez à nouveau pour 5 minutes. Éteignez ensuite le four et laissez le plat à l'intérieur, couvert de papier d'aluminium.

6 Dans la casserole, versez le cognac et faites-le chauffer 2 minutes. Incorporez le foie gras en morceaux en fouettant, chauffez 2 minutes et retirez du feu. Filtrez au chinois et réservez. Servez les morceaux de pintade avec la fricassée de champignon et la sauce à part.

i-COOK'in

Mettre les petits plats dans l'écran!

Parmeier de canard, purée de carottes



i-Cook'in® c'est le robot de cuisine connecté et évolutif pour un robot toujours à la pointe !

Plus de 10 000 recettes gratuites. Laissez-vous guider par son mode pas à pas pour réussir vos recettes à coup sûr.

Plus d'infos sur
ICOOKIN.GUYDEMARLE.COM



GUY DEMARLE
La cuisine nous réunit

À chacun sa volaille

Dinde, chapon ou poulet ? Le choix de la volaille de fêtes n'est pas qu'une question de poids ou de prix, chacune a ses propres spécificités et sa préparation idéale.



La dinde, l'économique

Un gros volatile, femelle du dindon, importé d'Amérique par les conquistadors.

COMMENT LA CHOISIR ? Privilégiez vraiment une dinde labellisée, IGP ou AOC. Un peu plus chère, certes (pour les fêtes, on peut se faire un peu plaisir), mais à la consistance et au goût incomparables par rapport à une dinde élevée en batterie, dont le poids peut réduire de moitié à la cuisson.

2 ERREURS À NE PAS COMMETTRE :

- **Ne pas la préparer.** La dinde est la viande la moins grasse de toutes, ce qui est très bon pour la santé, d'accord, mais qui lui confère aussi une certaine sécheresse. Pour une viande moelleuse, faites-la pocher quelques minutes dans un grand volume d'eau à ébullition avec des aromates avant de l'enfourner.
- **Oublier la farce.** Son goût est subtil et demande à être boosté par une farce de votre choix, mais toujours relevée d'herbes et d'épices.

Le chapon, l'exceptionnel

Lui, c'est un coq, châtré à l'âge de 10 semaines puis engrangé pendant un mois. Bien plus gros qu'un poulet, sa chair est aussi plus fine en goût et plus savoureuse.

COMMENT LE CHOISIR ? Entier, avec sa tête pour être sûr qu'il s'agit bien d'un vrai chapon (il ne doit pas avoir de crête), Label rouge de préférence ou, pour un must gustatif, AOC chapon de Bresse.

3 ERREURS À NE PAS COMMETTRE :

- **Le cuire à froid.** Ainsi qu'il soit à la fois tendre et doré, laissez-le à température ambiante 2 heures avant de l'enfourner.
- **Le couvrir de sauce ou d'épices.** Sa chair est si goûteuse qu'il ne faut pas en gâcher la saveur, contentez-vous de le cuire avec des herbes aromatiques et de l'arroser régulièrement de jus de cuisson.
- **Le cuire en cocotte.** C'est possible mais c'est dommage, le chapon doit être rôti au four ou à la broche. Point !



Le poulet fermier, la tradition

Élevé en plein air au minimum pendant 81 jours, il est plus gros et plus musclé qu'un poulet de batterie, sa chair et ses os sont beaucoup plus fermes et sa saveur plus prononcée.

COMMENT LE CHOISIR ? Les Label rouge, bio et AOC garantissent un véritable poulet fermier. Le must étant l'AOC poulet de Bresse, élevé durant 90 jours. Dans toutes les régions françaises, on peut aussi facilement trouver de petites exploitations qui ne bénéficient pas de label mais qui élèvent néanmoins des poulets fermiers.

2 ERREURS À NE PAS COMMETTRE :

- **Le laver.** Ne passez pas votre poulet sous l'eau avant de l'enfourner, l'eau empêchera la peau de griller.
- **Le cuire trop chaud.** Débutez la cuisson à une température élevée (220 °C) pour faire griller la peau puis baissez le thermostat, une cuisson lente permet d'éviter le dessèchement.



POUR NOËL! ABONNEZ-VOUS À marmiton

VOTRE
CADEAU

UN MOULE
POUR RÉALISER
VOS SABLÉS
DE NOËL



Abonnez-vous vite !



6 NUMÉROS
+ VOTRE CADEAU

19,90
SEULEMENT!

Retournez ce bon d'abonnement accompagné de votre règlement à :
Marmiton Service Abonnements, 56 rue du Rocher, 75008 Paris.

oui, je souhaite m'abonner ou renouveler la personne de mon choix et recevoir les 6 prochains numéros de marmiton pour seulement 19,90€* + en cadeau la plaque à sablés de Noël

MES COORDONNÉES

Nom :
Prénom :
Adresse :
CP : Ville :
Tél :
E-mail :

J'accepte de recevoir les offres et informations de la part de Marmiton OUI NON
J'accepte de recevoir des offres et informations de la part des partenaires de Marmiton OUI NON

MON RÈGLEMENT

Quantité : x 19,90 = (total de ma commande)

Date et signature
obligatoires

* mon abonnement débutera avec le prochain numéro. Vous pouvez abonner d'autres personnes en nous indiquant leurs coordonnées sur papier libre. Offre exclusivement réservée aux nouveaux abonnés en France métropolitaine valable jusqu'au 29/02/2020. Photo non contractuelle (suggestion de présentation). Vous recevez votre cadeau après enregistrement de votre règlement, sous 4 à 6 semaines maximum, par pli séparé, dans la limite des stocks disponibles. En retournant ce formulaire, vous acceptez que Marmiton, responsable de traitement, utilise vos données personnelles pour les besoins de votre commande, de la relation Client et d'actions marketing sur ses produits et services. Les données collectées via ce formulaire sont indispensables à ces traitements et sont destinées aux services concernés de MARMITON, de ses sous-traitants, et, si vous avez consenti, elles pourront être communiquées aux partenaires commerciaux. Nous vous rappelons que vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'effacement, de portabilité, de limitation, de retrait de votre consentement à tout moment, ainsi que du droit de décliner des directives relatives au sort de vos données personnelles en cas de décès. Vous disposez également du droit de vous opposer sans motif au traitement de vos données à des fins de prospection, y compris publicité ciblée et prologue. Pour exercer vos droits précisés, il vous suffit d'écrire à notre Délégué à la Protection des Données par email : dpo@marmiton.org ou par courrier : MARMITON DPO - 8, rue Saint Fiacre - 75002 Paris. En cas de difficultés, vous pouvez vous rendre directement sur le site de la CNIL : <https://www.cnil.fr/fr/plaintes>

LES COORDONNÉES DE LA PERSONNE QUE J'ABONNE

MARMHS19

Nom :
Prénom :
Adresse :
CP : Ville :
Tél :
E-mail :

Je règle par chèque à l'ordre de : MARMITON



N°

Expire fin

N° de contrôle

(merci de noter les 3 derniers chiffres du numéro qui figurent au dos de votre carte bancaire)



EN NORVÈGE, la cuisine DES MERS scandinaves

La froidure et la grisaille qui suivent le manteau blanc de l'hiver incitent à se casser chez soi. Du coup, on a le temps de cuisiner. Pourquoi pas les spécialités de ces régions du monde où il fait le plus froid ? Forts d'une expérience qui remonte à leurs ancêtres vikings, Norvégiens et consorts ont bien des recettes à nous apprendre. *Par Xavier Provence*



Les côtes norvégiennes abritent plus de 200 espèces de poissons et crustacés.



À votre santé !

L'aquavit, du latin « aqua vitae », littéralement eau-de-vie, est un alcool scandinave distillé à partir de pommes de terre, plus rarement de céréales, et parfumé avec des épices : carvi, aneth, anis, coriandre... Surnommé « snaps » en Suède, « schnapps » au Danemark, l'aquavit a habituellement une teinte jaune mais peut être transparent à brun clair. C'est en Norvège qu'il est le plus foncé et le plus parfumé. Lors de la fête nationale, le 17 mai, les adultes ont coutume d'entamer la journée par un petit déjeuner de hareng et d'aquavit. Le plus réputé est le Linie Aquavit norvégien. Après la distillation, l'alcool est transvasé dans des anciens fûts de xérès en chêne. Ils sont embarqués à bord de navires qui les font voyager jusqu'en Australie. Au retour, après plusieurs mois de navigation, l'aquavit « de ligne », soumis au roulis et au tangage, a pris une couleur ambrée et un arôme caractéristique. Au verso de l'étiquette sont mentionnés le nom du bateau et les dates du voyage.



Des trois États scandinaves, le Royaume de Norvège est sans doute le plus riche gastronomiquement parlant. En témoignent les cinq Bocuse d'or, trois d'argent et trois de bronze remportés par des chefs norvégiens depuis la création du prix et qui placent la patrie des Vikings au premier rang de ce prestigieux concours. Participant à cette richesse culinaire les extraordinaires ressources marines des 2 500 kilomètres de côtes du pays, pour partie réchauffées par le Gulf Stream, qui abritent plus de 200 espèces de poissons et crustacés.

Les eaux limpides des ords

À tout seigneur, tout honneur, le saumon est la première de ces ressources. Pionniers de l'aquaculture, les Norvégiens développent les premiers parcs aquacoles dans les années 60. Après quelques errements inhérents au démarrage d'une nouvelle activité humaine, ces parcs sont aujourd'hui très surveillés par les autorités afin de garantir la préservation des écosystèmes et le respect de l'environnement, auxquels les Scandinaves sont énormément attachés. Dans les eaux froides et limpides des ords, le saumon est élevé selon son cycle naturel. La chair ferme et délicate de ce poisson s'accommode quasiment de tous les types de préparations, raison pour laquelle d'innombrables recettes existent, influencées par les différentes cuisines du monde. Cru, poché, braisé, frit, mariné... le saumon s'autorise tout et se marie avec toutes les épices imaginables.

Le cabillaud, richesse ancestrale

Si la Norvège est réputée pour son saumon, elle dispose aussi de la plus importante réserve de cabillauds sauvages au monde. Le cabillaud, aussi appelé morue et « skrei » en norvégien, est un des meilleurs poissons comestibles sur le marché et l'un des plus maigres. Il est offert comme poisson frais, gelé, fumé, salé ou comme filet. En outre, ici, le cabillaud est transformé en « stockfisch ». On peut cuire le cabillaud frais dans de l'huile ou le pocher et l'utiliser pour une multitude de plats. On savoure le cabillaud salé ou fumé plutôt cuit à la vapeur ou dans des soupes et ragoûts.

La qualité de production d'un bon « stockfisch » est



L'cabillaud séch durant d longs mois sur d s tr illag s d bois.





Délices sucrés de fêtes

À l'approche de Noël, pas un cuisinier norvégien qui ne réalise son « **adventskrans** », la couronne briochée de l'Avent, traditionnellement ornée de quatre bougies nommées Paix, Foi, Amour et Espoir. La légende veut que les trois premières, éteintes, furent rallumées par la main d'un enfant, grâce à la flamme de la dernière.

Côté délices sucrés, il ne faut pas rater le « **blotake** », une génoise fourrée de confiture de « **moltes** », des mûres arctiques, et nappée de chantilly, servi dans les grandes occasions, de même que la grande variété de pains de Noël, ou « **julebrod** », farcis de fruits secs ou d'épices.



comparable à celle d'un havane, d'un armagnac ou d'un jambon cru : le poisson doit être préparé immédiatement après sa capture. Éviscétré, il est suspendu à l'air libre, de février à mai, par la queue sur des treillages de bois. Puis, durant plusieurs semaines encore, il achève de sécher dans une cave sèche et bien ventilée. Après ces traitements, la morue perd 70 % de son poids en eau, mais conserve ses principaux éléments nutritifs : protéines, vitamines, fer et calcium. Des siècles de commerce de marins scandinaves avec Lisbonne et l'Europe du Sud ont fait de la morue séchée un élément important de la tradition alimentaire de ces pays.

Pêche de saint-jacques à la main

Bien d'autres poissons viennent agrémenter l'ordinaire des sujets de sa majesté. Citons la truite des fjords, à la chair délicatement rosée, le flétan blanc, ou le lieu noir qui fraye le long de la côte des Lofoten dans le nord jusqu'à la mer du Nord. Sans oublier les crustacés : crabe royal, langoustine, homard, coquille Saint-Jacques... Cette dernière a la particularité d'être pêchée exclusivement à la main depuis la fin des années 90. Les mollusques, de taille respectable (jusqu'à 15 cm), ont une chair plus ferme et moins iodée que leurs cousins bretons ou normands.

Viandes et fromages

Dans ce pays de landes pierreuses, de rivières et de forêts, avec une faible densité de population, les grands animaux trouvent encore des espaces à leur mesure. Aussi le gibier abonde-t-il. Élans, cerfs et, bien sûr, rennes se retrouvent également dans l'assiette norvégienne. En automne, lorsque la chasse est ouverte, le voyageur appréciera cette merveille gustative qu'est la perdrix des neiges, parfois accompagnée d'airelles ou de baies polaires, de grosses mûres de couleur jaune à maturité. Outre le gibier, agneau et porc sont souvent au menu. Au rayon fromages, on trouve le « **jarlsberg** », une variété locale d'emmental à base de lait de vache, le « **gammelost** », dont les Vikings raffolaient déjà, qui s'apparente au camembert, et le « **brunost** », spécialité norvégienne mi-chèvre, mi-vache au goût caramélisé, de couleur brune, d'où son nom. Ces fromages sont surtout dégustés au petit déjeuner, sur des tartines de « **kneippbrod** », le pain norvégien.

SAINT-JACQUES Que cache- t-elle sous sa COQUILLE ?

Les fonds sablonneux de la mer demeurent son terrain de jeu, son repaire. La coquille la plus chic de toutes a tout pour elle : des bienfaits santé multiples (vitamines, oligoéléments, acides gras excellents pour l'organisme), une teinte nacrée délicate... mais surtout une belle polyvalence en cuisine qui la rend indispensable. *Par Julien Trubert*

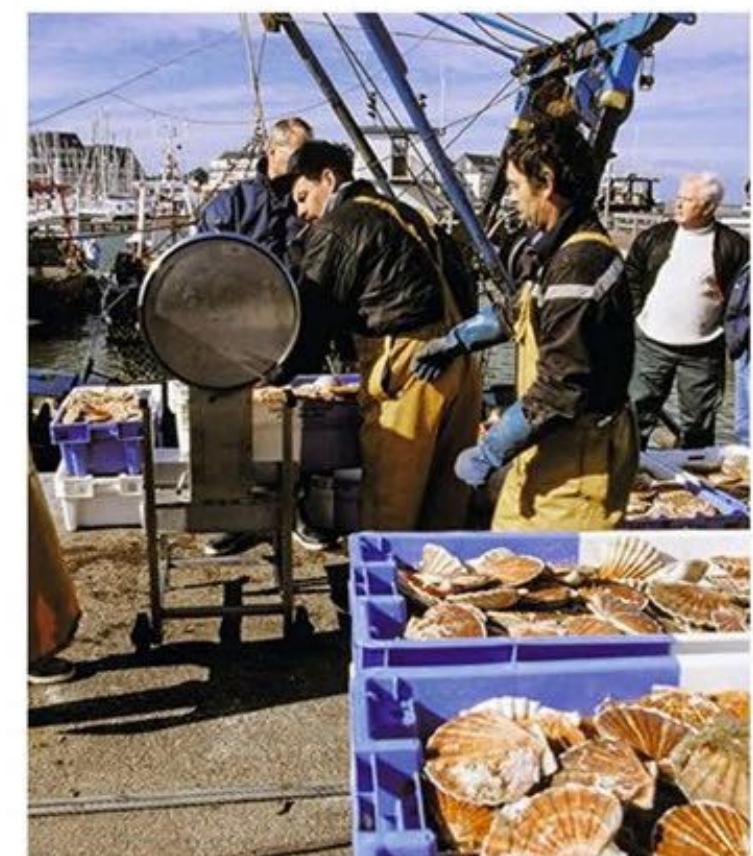




125 000

TONNES CONSOMMÉES CHAQUE
ANNÉE DANS L'HEXAGONE...

... dont un quart seulement venues de côtes françaises puisque la plupart des saint-jacques vues sur les étals viennent de l'étranger. Royaume-Uni, Chili, Pérou, États-Unis, Canada sont les principaux exportateurs.



Une pêche très calibrée

EN DÉCEMBRE:

LE PIC DE LA PÊCHE (ET DE LA CONSOMMATION)

La pêche, ouverte depuis le 1^{er} octobre, a lancé la saison de la coquille Saint-Jacques, mais c'est en décembre que la période est la plus haute. En effet, les pêcheurs français gagnent alors le droit d'accéder aux zones les plus reculées, là où les coquilles se cachent pour mieux grandir. Le 15 mai sonne la fin de la pêche et le temps du repos pour la saint-jacques.

QUOTAS: LA FRANCE EST BONNE ÉLÈVE!

La France sait que le cheptel de saint-jacques est fragile le long de ses côtes normandes, bretonnes et charentaises. Un système de quotas a donc été mis en place pour préserver l'espèce tout en permettant une pêche annuelle. Problème: seule la France applique ce système vertueux. Les autres pays européens pêchent donc la saint-jacques tout au long de l'année...

48 HEURES: C'EST LE DÉLAI ENTRE LA PÊCHE ET LA COMMERCIALISATION

Les « coquilliers », ces bateaux spécialistes de la saint-jacques, draguent les sols sablonneux pour dénicher les coquilles avant de les mesurer. Pour pêcher la saint-jacques, un permis spécial est nécessaire tant le gisement est fragile. Les coquilles les plus petites sont ainsi préservées.



TENDRE NOIX

Elle se retire à l'aide d'une cuillère. On enlève ensuite, au couteau, le pied collé à cette noix, dont la texture est caoutchouteuse. Signes à scruter au moment de l'achat ? Une belle brillance et une couleur parfaitement nacrée !

CORAIL PARFOIS MAL-AIMÉ

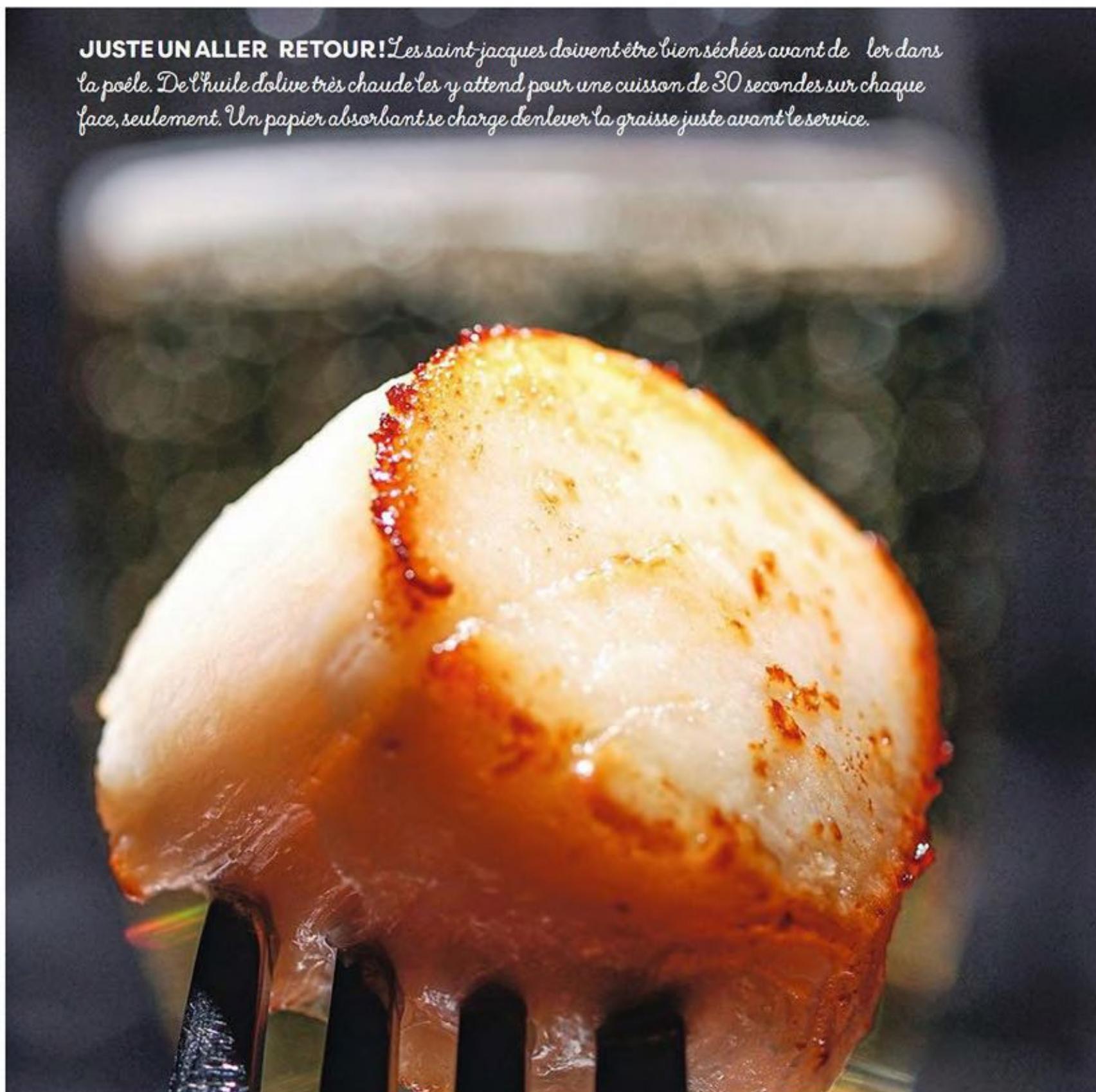
C'est la glande sexuelle de la saint-jacques. Certains la consomment, d'autres s'en débarrassent... Le corail est plus imposant chez les saint-jacques normandes que bretonnes. Les produits étrangers en sont la plupart du temps dépourvus.



**DEUX LABELS
À RECHERCHER!**

Pour s'assurer de déguster une saint-jacques française, regardez les labels « coquille Saint-Jacques fraîche et entière » et « noix de coquille Saint-Jacques fraîche » présents sur les étals. Ces deux Label rouge, gagnés en 2002 et 2009, assurent une coquille péchée en Normandie.





JUSTE UN ALLER RETOUR! Les saint-jacques doivent être bien séchées avant de lancer dans la poêle. De l'huile d'olive très chaude les y attend pour une cuisson de 30 secondes sur chaque face, seulement. Un papier absorbant se charge d'enlever la graisse juste avant le service.

INSOLITE

La saint-jacques est méfiante. Ses yeux se comptent ainsi par centaines pour scruter les alentours et éviter son ennemie majeure, l'étoile de mer !

La saint-jacques en chiffres



450

BATEAUX

200 bateaux en baie de Seine, 250 autres dans le golfe normand-breton... la flotte française pour la pêche de la coquille Saint-Jacques reste importante malgré les quotas.



40 M€

En France, entre 25 000 et 30 000 tonnes sont pêchées par an, représentant 40 millions d'euros.



11 cm

C'est la taille minimale que doit avoir une coquille pour être commercialisée. Les plus petites sont rejetées en mer et y continuent leur croissance.

La saint-jacques peut aussi se déguster crue, notamment en carpaccio, à condition qu'elle soit fraîche, préparée dans les 24 heures suivant l'achat.



Le fin DESSERT final

C'est lui qui sonne la fin des festivités. Évidemment, si l'on suit la tradition à la lettre, cela sera une bûche à la crème au beurre ! Mais plus les années passent et plus on lui fait des déliés en se tournant vers des bûches aux fruits ou même vers des desserts exotiques.



Truffes au chocolat blanc et noix de coco

POUR 30 BOUCHÉES **PRÉPARATION 20 MIN**
CUISSON 10 MIN **RÉFRIGÉRATION 1 H**

- ❖ **60 g de crème fraîche épaisse d'Isigny**
- ❖ **200 g de chocolat blanc**
- ❖ **100 g de noix de coco râpée**

1 Concassez le chocolat blanc et mettez-le dans une casserole avec la crème. Faites chauffer au bain-marie, en remuant avec une cuillère en bois, jusqu'à ce que le mélange soit lisse et crémeux. Versez dans un bol, laissez refroidir et placez 1 heure au réfrigérateur.

2 Versez la noix de coco dans une assiette. Prélevez des boulettes régulières avec une cuillère à café. Roulez-les entre les doigts, puis dans la noix de coco. Déposez-les au fur et à mesure dans des caissettes en papier ou sur un plateau. Filmez et réservez au réfrigérateur jusqu'au service.



Tiramisu au café

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION 15 MIN **RÉFRIGÉRATION 12 H**

- ❖ **3 œufs**
- ❖ **380 g de mascarpone**
- ❖ **30 cl de café fort et froid**
- ❖ **36 biscuits à la cuillère**
- ❖ **75 g de sucre**
- ❖ **2 c. à soupe de cacao non sucré**
- ❖ **1 c. à soupe de marsala**
- ❖ **1 pincée de sel**

1 Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Fouettez ces derniers avec le sucre puis ajoutez le mascarpone et le marsala. Montez les blancs en neige ferme avec la pincée de sel. Incorporez-les à la préparation précédente, en mélangeant délicatement, afin d'obtenir un appareil mousseux et léger.

2 Trempez les biscuits dans le café froid et tapissez-en le fond d'un plat rectangulaire (ou des verrines individuelles). Étalez la préparation au mascarpone. Renouvez l'étape. Placez au frais pour 12 heures minimum. Saupoudrez le tiramisu de cacao au moment de servir.

Chocolats à la cannelle

POUR 20 PIÈCES  PRÉPARATION 10 MIN  CUISSON 10 MIN  RÉFRIGÉRATION 30 MIN

❖ 200 g de chocolat noir à dessert

❖ 2 c. à soupe de sucre

❖ 2 c. à café de cannelle en poudre

1 Placez le chocolat dans une casserole après en avoir réservé 4 carrés. Faites fondre au bain-marie.

2 Râpez les 4 carrés de chocolat restant. Ajoutez-y le sucre et la cannelle puis mélangez. Hors du feu, versez ce mélange dans la casserole

et remuez, puis répartissez-le aussitôt dans un moule à chocolats. À l'aide d'un couteau, égarez la surface.

3 Placez au réfrigérateur 30 minutes au minimum, jusqu'à ce que soit ce soit bien dur pour que le démoulage soit plus facile.



Réalisez le déco en collant de petites pointes de me ingue avec la me ingue p éalablement rése vée. Ajoutez quelques éco ces do ange confite.



Bûche citron orange meringuée

POUR 8 PERSONNES **PRÉPARATION 1 H** **REPOS 6 H**

CUISSON 2 H 15 **CONGÉLATION 14 H**

RÉFRIGÉRATION 1 H

POUR LES PIQUES DE MERINGUE:

- ❖ 50g de blancs d'œufs
- ❖ 100g de sucre semoule

POUR L'INSERT À L'ORANGE:

- ❖ 500g de jus d'orange
- ❖ 50g de sucre
- ❖ 9g de gélatine

POUR LA MOUSSE AU CITRON:

- ❖ 20cl de jus de citron
- ❖ 6 œufs
- ❖ 50cl de crème
- ❖ 100g de beurre
- ❖ 100g de sucre

POUR LE SABLÉ BRETON:

- ❖ 6 jaunes d'œufs
- ❖ 200g de beurre demi-sel
- ❖ 200g de farine
- ❖ 150g de sucre
- ❖ 1 sachet de levure chimique
- ❖ Sel

1 Préparez les piques : montez la meringue en incorporant le sucre en trois fois et en augmentant la vitesse du batteur à chaque ajout de sucre. Versez dans une poche munie d'une douille lisse. Préchauffez le four à 90 °C. Sur une plaque allant au four, dressez des petites piques, en réservant un petit bol de meringue crue. Enfournez pour 2 heures.

2 Préparez l'insert à l'orange pendant ce temps : réhydratez la gélatine. Dans une casserole, faites chauffer le jus d'orange et le sucre. Ajoutez la gélatine. Versez dans un moule à cake en silicone. Réservez au congélateur pendant 2 heures.

3 Préparez la mousse au citron : faites blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre dans un cul-de-poule. Dans une casserole, faites chauffer le jus de citron et le beurre. À ébullition, versez sur le mélange œufs-sucre en fouettant énergiquement. Reverser dans la casserole, toujours en fouettant, jusqu'à ce que le mélange épaississe. Videz dans un plat à gratin, filmez au contact et réservez au frais pendant 1 heure. Montez la crème en chantilly. Incorporez de la chantilly dans le lemon curd et mélangez à l'aide d'une spatule. Versez peu à peu ce mélange dans la chantilly tout en fouettant. Remplissez à moitié la gouttière de mousse citron. Réservez le tout au congélateur.

4 Préparez le sablé breton : préchauffez le four à 170 °C. Faites blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre. Incorporez le beurre pommade, la farine tamisée et la levure. Travaillez la pâte jusqu'à obtenir un mélange homogène. Étalez la pâte sur une plaque allant au four. Enfournez pour 15 minutes. Sortez du four, laissez tiédir et découpez aux dimensions de la gouttière.

5 Démoulez l'insert à l'orange. Redécoupez aux dimensions de la gouttière. Déposez l'insert sur la mousse au citron. Videz le reste de mousse dans la gouttière, déposez le sablé breton. Décorez la bûche. Réservez au congélateur pendant une nuit. Sortez la bûche 6 heures avant de vous régaler.



Mendiants

POUR 10 PIÈCES **PRÉPARATION 15 MIN**

CUISSON 5 MIN **RÉFRIGÉRATION 1 H**

- ❖ 200g de chocolat
- ❖ 30g de cerneaux de noix
- ❖ 30g de noisettes décortiquées
- ❖ 30g d'amandes
- ❖ 20g de raisins blonds

1 Cassez le chocolat en petits morceaux. Placez-le dans une casserole au bain-marie et faites-le fondre. À l'aide d'une cuillère, répartissez-le sur une plaque en 10 tas d'environ 5 cm de diamètre.

2 Aussitôt, avant qu'ils ne se figent, déposez dessus un peu de chaque fruit sec. Placez 1 heure au frais pour durcir les mendiants avant de les décoller.

À réaliser aussi avec du choco au blanc.



Boîte surprise en chocolat

POUR 1 BOÎTE

⌚ PRÉPARATION 25 MIN 🍴 CUISSON 15 MIN

- ❖ 200 g de chocolat noir
- ❖ 1 truffe en chocolat

1 Cassez en morceaux 175 g de chocolat dans une terrine et faites fondre au bain-marie. Lissez à la spatule. Placez la terrine dans un récipient rempli d'eau froide (non glacée) et remuez le chocolat jusqu'à ce qu'il soit à une température de 27 °C.

2 Réchauffez quelques instants au bain-marie, toujours en mélangeant, jusqu'à ce que le chocolat soit à 31 °C. Versez-le sur une grande feuille de papier sulfurisé et recouvrez d'une autre. Étalez-le au rouleau en couche lisse et uniforme.

3 Une fois cette plaque refroidie, avec la lame d'un couteau légèrement chauffée, coupez dedans 4 carrés de 12 cm de côté. La moitié fera office de fond et de couvercle. Partagez en deux les 2 restants pour obtenir les 4 côtés de la boîte.

4 Dans une casserole, faites fondre à feu doux le reste de chocolat. Servez-vous-en pour souder les 4 côtés au fond, puis la truffe au couvercle afin de lui servir de poignée.

Vous pouvez garnir la boîte de bouchées en chocolat, de pâte de fruit, de fruit dégumé, etc.

Bûche de Noël aux marrons

POUR 8 PERSONNES 🍴 PRÉPARATION 20 MIN
🕒 CUISSON 10 MIN 🍔 RÉFRIGÉRATION 1 H

- ❖ 1 biscuit roulé pour 8 personnes
- ❖ 80 g de chocolat fondant
- ❖ 1 grosse meringue
- ❖ Sucre glace

POUR LA CRÈME À FOURRER:

- ❖ 40 g de beurre mou
- ❖ 130 g de crème de marron
- ❖ 4 c. à café de rhum

POUR LA CRÈME AUBERGE:

- ❖ 1 gros jaune d'œuf
- ❖ 130 g de beurre mou
- ❖ 65 g de chocolat fondant
- ❖ 50 g de sucre

1 Préparez la crème à fourrer : dans une terrine, battez ensemble le beurre, le rhum et la crème de marron jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

2 Déroulez le biscuit puis recouvrez-le de cette préparation. Roulez-le et coupez en biseau les 2 extrémités. Réservez au réfrigérateur.

3 Préparez la crème au beurre : hachez le chocolat, versez-le dans un bol, puis faites-le fondre au bain-marie. Pendant ce temps, dans un saladier placé sur un autre bain-marie, fouettez l'œuf et le sucre jusqu'à ce que le mélange soit mousseux. Incorporez ensuite le beurre par morceaux et le chocolat.

4 Tartinez la bûche de la crème au beurre. À l'aide d'une fourchette, formez des stries à la surface. Dessus, détaillez le chocolat en copeaux, puis parsemez de sucre glace. Placez 1 heure au réfrigérateur avant de servir parsemée de meringue émiettée.







Merveilleux au chocolat blanc

POUR 6 PERSONNES

■ PRÉPARATION 35 MIN ■ CUISSON 1 H

● REPOS 1 H

- ❖ **6 blancs d'œufs à température ambiante**
- ❖ **30 cl de crème liquide entière**
- ❖ **220 g de chocolat blanc**
- ❖ **140 g de sucre**
- ❖ **130 g de sucre glace**
- ❖ **1 gousse de vanille**
- ❖ **1 c. à café de féculle de maïs**

1 Placez un saladier et les fouets de votre batteur au réfrigérateur. Préchauffez le four à 110 °C. Fouettez les blancs d'œufs en neige dans un saladier, en ajoutant progressivement le sucre, lorsqu'ils commencent à monter. Fouettez jusqu'à ce que l'appareil soit lisse et brillant. Incorporez le sucre glace et la féculle tamisés. Versez dans une poche à douille ou un sac congélation dont vous aurez coupé un angle. Posez une feuille de papier cuisson sur une plaque à pâtisserie et dessinez en spirale 3 disques de 18 cm de diamètre. Enfournez pour 1 heure.

2 Laissez refroidir les meringues dans le four entrouvert 30 minutes, puis 30 minutes à température ambiante. Dans le saladier réservé au réfrigérateur, fouettez la crème liquide bien froide et la vanille en chantilly.

3 Faites fondre 150 g de chocolat au four à micro-ondes pendant 2 minutes en remuant toutes les 30 secondes. Laissez refroidir quelques instants avant d'incorporer 4 cuillerées à soupe de crème Chantilly. Mélangez le chocolat avec le reste de chantilly.

4 Posez 1 disque de meringue sur un plat, étalez un peu de crème au chocolat dessus et répétez l'opération en superposant les disques restants. Nappez le tour et le dessus du gâteau à l'aide d'une spatule.

5 Râpez le reste de chocolat en copeaux à l'aide d'un Économe et répartissez-les sur le gâteau.



Terrine de pain d'épices au chocolat et à l'orange

POUR 4 PERSONNES **PRÉPARATION 15 MIN**

CUISSON 5 MIN **RÉFRIGÉRATION 12 H**

- ❖ **1 orange**
- ❖ **2 œufs**
- ❖ **150 g de pain d'épices**
- ❖ **100 g de chocolat noir pâtissier**
- ❖ **50 g d'écorces d'orange con te**
- ❖ **1 c. à soupe de cacao en poudre**
- ❖ **Sel**

1 Pressez l'orange. Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Battez les blancs en neige avec 1 pincée de sel et quelques gouttes de jus d'orange. Versez le reste de jus d'orange en continuant de battre.

2 Faites fondre le chocolat au bain-marie. Hors du feu, incorporez les jaunes d'œufs, puis les blancs en neige, très délicatement.

3 Coupez le pain d'épices en tranches. Chemisez une petite terrine de lm alimentaire. Versez une couche de mousse au chocolat, puis recouvrez de pain d'épices. Renouvez l'opération jusqu'à ce que la terrine soit remplie jusqu'aux bords. Terminez par une couche de pain d'épices. Réservez au réfrigérateur pendant 12 heures au moins. Démoulez juste avant de servir, décoré de cacao en poudre et d'orange con te.

Bûche café praliné

POUR 6 PERSONNES **PRÉPARATION 40 MIN**

CUISSON 15 MIN **RÉFRIGÉRATION 7 H**

POUR LE BISCUIT:

- ❖ **4 œufs**
- ❖ **125 g de sucre en poudre**
- ❖ **125 g de farine**
- ❖ **2 sachets de sucre vanillé**
- ❖ **½ c. à café de levure chimique**

POUR LA CRÈME AUBÉURRE:

- ❖ **3 œufs**
- ❖ **375 g de beurre mou**
- ❖ **200 g de sucre en poudre**
- ❖ **150 g de pralin en poudre**
- ❖ **1 c. à soupe d'extrait de café**

1 Préparez le biscuit : préchauffez le four à 180 °C. Cassez les 4 œufs en séparant les jaunes des blancs. Dans une jatte, fouettez les jaunes et le sucre en poudre jusqu'à ce qu'ils blanchissent. Ajoutez la farine, le sucre vanillé et la levure en fouettant. Dans une autre jatte, montez les blancs en neige ferme. Incorporez-les délicatement au mélange précédent.

2 Étalez cette pâte sur une plaque à pâtisserie tapissée de papier sulfurisé et lissez avec une spatule. Enfournez pour 10 minutes, jusqu'à ce que la pâte blondisse et soit souple au toucher. À la sortie du four, recouvrez la pâte d'un torchon humide, retournez le tout et retirez le papier. Enroulez la pâte sur elle-même en vous aidant du torchon, et en serrant un peu. Réservez la pâte emballée dans le torchon humide.

3 Préparez la crème au beurre : dans une casserole, mettez les 3 œufs et le sucre. Posez sur feu doux et travaillez à la spatule jusqu'à ce que le sucre soit bien fondu. Laissez refroidir en remuant fréquemment. Réduisez le beurre en pommade en le maniant à la cuillère en bois, sans le faire chauffer. Ajoutez-le au mélange œufs et sucre refroidi, petit à petit, sans cesser de tourner. La crème doit être lisse et homogène. Ajoutez alors l'extrait de café. Prélevez deux tiers de cette crème et mélangez-la à la moitié du pralin. Réservez le reste de crème au réfrigérateur. Déroulez doucement le biscuit. Recouvrez-le entièrement de crème au pralin. Enroulez-le à nouveau en serrant. Emballez-le dans du lm étirable, serrez bien, et placez-le au moins 6 heures au réfrigérateur.

4 Passé ce temps, sortez du réfrigérateur le reste de crème au beurre (fouettez-la pour la rendre plus souple) et la bûche. Retirez le lm étirable, coupez les 2 extrémités. Posez la bûche sur un plat de service et recouvrez-la du reste de crème à l'aide d'une spatule, puis avec le reste de pralin. Remettez la bûche au frais 1 heure pour que la crème durcisse. Servez frais.

Préparez vous-m me votre pralin en concassant des fruits secs (noisettes, noix, amandes...), que vous torréfiez ensuite à la po le ou au four. Préparez un caramel, versez-le sur une plaque et concassez-le à froid. Mélangez.



Bûche glacée aux marrons

POUR 6 PERSONNES ■ PRÉPARATION 45 MIN ■ RÉFRIGÉRATION 12 H

- ❖ 100 g de beurre
- ❖ 400 g de crème de marron sucrée et vanillée
- ❖ 200 g de marrons glacés
- ❖ 5 cl de rhum
- ❖ 20 g de chocolat blanc râpé
- ❖ 2 c. à soupe de cacao en poudre

1 Commencez la recette la veille : réduisez le beurre en pommade, puis ajoutez la crème de marron et mélangez bien. Tapissez un moule à cake de papier aluminium, puis montez la bûche. Versez une couche de crème aux marrons, puis recouvrez de marrons glacés (réservez-en quelques-uns pour la déco). Arrosez d'un filet de rhum et tapissez d'une nouvelle couche de crème aux marrons.

2 Tassez la bûche en frappant le dessous du moule à cake sur la table. Réservez au réfrigérateur pendant 12 heures.

3 Continuez la recette le jour même : démóulez la bûche puis décorez de cacao, de chocolat et garnissez le dessus de marrons glacés.



Confectionnez de bûchettes individuelle à l'aide de petit moule pour changer de la présentation traditionnelle de la bûche.



Bouchées de pâte d'amande au chocolat

POUR 10 PERSONNES **PRÉPARATION 20 MIN**

CUISSON 5 MIN **RÉFRIGÉRATION 1 H**

❖ **500 g de pâte d'amande**

❖ **200 g de chocolat noir**

1 Avec la pâte d'amande, façonnez une trentaine de boules. Cassez en morceaux le chocolat sur une assiette, puis faites-le fondre 2 minutes au micro-ondes à puissance moyenne.

2 Placez l'assiette sur une autre remplie d'eau chaude pour que le chocolat ne durcisse pas. Roulez les boules de pâte d'amande dans le chocolat en vous servant d'un pic à brochette. Déposez-les au fur et à mesure sur une plaque tapissée de papier aluminium. Laissez refroidir 1 heure au réfrigérateur.



Bûche pâtissière au chocolat

POUR 8 PERSONNES

PRÉPARATION 10 MIN

❖ **15 g de beurre**

❖ **1 biscuit roulé pour 8 personnes**

❖ **200 g de chocolat pâtissier**

1 Concassez le chocolat. Versez-le dans un bol avec le beurre et 10 cl d'eau. Faites fondre au micro-ondes et mélangez pour obtenir une texture lisse.

2 Déroulez le biscuit. Nappez-le de la moitié de la préparation. Enroulez-le en serrant bien pour que la bûche se tienne bien. Étalez dessus la préparation restante. Décorez à votre guise.



Linzer Torte

POUR 8 PERSONNES ■ PRÉPARATION 30 MIN

■ CUISSON 30 MIN ■ RÉFRIGÉRATION 5 MIN

- ❖ 2 œufs durs
- ❖ 1 blanc d'œuf cru
- ❖ 150 g de beurre + pour le moule
- ❖ 150 g de farine
- ❖ 125 g de cerneaux de noix
- ❖ 100 g de confiture de framboise avec les pépins
- ❖ 80 g de sucre
- ❖ 1 c. à café de cacao en poudre
- ❖ 1 c. à café de cannelle
- ❖ 1 clou de girofle

1 Écrasez nement les jaunes des œufs durs. Pilez les noix grossièrement. Pilez le clou de girofle. Dans un saladier, mélangez la farine, le sucre, les cerneaux de noix, les jaunes d'œufs durs, le clou de girofle pilé, la cannelle et le cacao en poudre. Ajoutez le blanc d'œuf cru et le beurre ramolli. Mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte. Réservez au réfrigérateur pendant 5 minutes.

2 Préchauffez le four à 150 °C. Beurrez un moule à tarte. Sortez les deux tiers de la pâte du réfrigérateur et étalez-la à la main dans le moule à tarte, en plaçant le pâton au centre du moule et en le repoussant vers les bords. Veillez à garder une bonne épaisseur de pâte pour une meilleure cuisson.

3 Étalez la confiture de framboise sur l'ensemble du fond de la tarte. Sortez le reste de pâte. Étalez-la sur le plan de travail à l'aide d'un rouleau à pâtisserie et découpez des étoiles. Disposez-les sur la tarte. Enfournez pour 30 minutes environ. Laissez refroidir puis dégustez.

Bûchettes mi-ange mi-démon

POUR 6 PERSONNES ■ PRÉPARATION 50 MIN

■ CUISSON 12 MIN ■ RÉFRIGÉRATION 5 H

POUR LE BISCUIT:

- ❖ 4 œufs
- ❖ 50 g de beurre fondu + 10 g pour la cuisson
- ❖ 120 g de sucre en poudre
- ❖ 100 g de farine
- ❖ 1 pincée de sel

POUR LA GARNITURE:

- ❖ 15 cl de crème liquide entière
- ❖ 60 g de beurre
- ❖ 200 g de chocolat pâtissier praliné
- ❖ 150 g de minimeringues
- ❖ 100 g de chocolat noir
- ❖ 10 cl de sirop de sucre de canne
- ❖ 2 c. à soupe de rhum
- ❖ 1 c. à soupe de vermicelles en chocolat

1 Préparez le biscuit : préchauffez le four à 210 °C. Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Fouettez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez la farine tamisée et le beurre fondu. Montez les blancs en neige avec le sel et incorporez-les à la préparation précédente. Étalez cette pâte sur 1 cm, sur une plaque recouverte de papier cuisson beurré. Enfournez pour 10 à 12 minutes.

2 À la sortie du four, faites glisser le biscuit sur le plan de travail. Roulez-le encore chaud, dans sa plus grande largeur, emballez-le dans son papier et laissez refroidir.

3 Pour la garniture : faites fondre le chocolat praliné cassé en morceaux au bain-marie. Versez la crème liquide chaude, puis ajoutez 30 g de beurre. Mélangez jusqu'à obtenir une ganache lisse. Laissez refroidir puis réservez 1 heure au réfrigérateur. Montez ensuite cette ganache au fouet électrique, comme pour une chantilly.

4 Déroulez le biscuit, badigeonnez-le du sirop mélangé au rhum. Tartinez-le des deux tiers de la ganache. Roulez à nouveau. Enveloppez la bûche de film alimentaire en serrant bien. Réservez 2 heures au réfrigérateur.

5 Retirez le film puis coupez la bûche en deux. Coupez chaque extrémité. Recouvrez toute la surface de la première bûche du reste de ganache. Parsemez de vermicelles. Faites fondre le chocolat noir avec le reste du beurre, au bain-marie. Recouvrez-en le dessus de la deuxième bûche. Décorez des meringues. Réservez les bûchettes au moins 2 heures au frais avant de les servir.







Mini Christmas cakes

POUR 20 MINICAKES PRÉPARATION 20 MIN

✿ CUISSON 15 MIN REPOS 1 H

- ❖ 1 orange non traitée (zeste et jus)
- ❖ 1 citron non traité (zeste et jus)
- ❖ 3 œufs
- ❖ 125 g de beurre à température ambiante
- ❖ 150 g de farine
- ❖ 125 g de sucre roux ou sucre muscovado
- ❖ 125 g de raisins secs
- ❖ 125 g de raisins de Corinthe
- ❖ 125 g de raisins blonds
- ❖ 125 g d'airelles séchées
- ❖ 100 g de poudre d'amande
- ❖ 1 c. à soupe de zeste d'orange confit
- ❖ 5 cl de cognac
- ❖ 1 c. à café de cannelle en poudre
- ❖ 1 c. à café de gingembre en poudre
- ❖ 1 pincée de sel

POUR LE GLAÇAGE:

- ❖ 3 c. à soupe de jus d'orange
- ❖ 200 g de sucre glace
- ❖ 40 zestes d'orange confit

1 Placez tous les raisins et les airelles dans un bol, arrosez avec le cognac, le jus et le zeste de l'orange et du citron. Laissez macérer pendant 1 heure.

2 Préchauffez le four à 160 °C. Mélangez la farine, les épices, la poudre d'amande et 1 pincée de sel. Dans une grande jatte, battez le beurre et le sucre pendant 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que le mélange devienne crémeux. Ajoutez les œufs un par un, sans cesser de mélanger, puis incorporez le mélange farine, épices et poudre d'amande. Ajoutez enfin les fruits secs et leur marinade. Mélangez bien.

3 Remplissez les petits moules, puis enfournez pour 15 minutes environ. Vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau. Laissez refroidir dans les moules, puis démoulez.

4 Préparez le glaçage. Mélangez le sucre glace et le jus d'orange jusqu'à ce que le mélange soit lisse puis recouvrez-en les cakes à la spatule. Décorez de zeste d'orange confit.

Si vous voulez colorer les pommes sans utiliser d'additif, remplacez le colorant par un peu de jus de raisin. Bien sûr, la couleur sera moins intense, mais vous y gagnerez en goût.



Bûche glacée décor en écailles de pomme rose

POUR 6 PERSONNES ■ PRÉPARATION 45 MIN

■ CUISSON 15 MIN ■ CONGÉLATION 4 H

■ REPOS 15 MIN

POUR LA BÛCHE:

- ❖ 2 œufs
- ❖ 2 blancs d'œufs
- ❖ 50 g de beurre
- ❖ 90 g de poudre de noisette
- ❖ 80 g de sucre en poudre + 1 c. à soupe
- ❖ 50 cl de glace vanille
- ❖ 30 cl de sorbet poire
- ❖ 1 c. à soupe de farine

POUR LES ÉCAILLES:

- ❖ 3 pommes Pink Lady
- ❖ 1 citron (jus)
- ❖ Quelques gouttes de colorant rouge

1 Sortez le sorbet poire du congélateur et remplissez-en l'insert de votre moule à bûche. Remettez au congélateur.

2 Préchauffez le four à 180 °C. Dans le bol d'un robot, mélangez le beurre mou et le sucre jusqu'à obtenir un mélange crémeux. Ajoutez ensuite les œufs entiers, puis la poudre de noisette et la farine. Montez les blancs en neige en ajoutant, dès qu'ils moussent, la dernière cuillerée à soupe de sucre.

3 Mélangez délicatement les deux préparations. Versez la pâte sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, étalez-la à la spatule sur 1 cm d'épaisseur. Enfournez pour 10 à 12 minutes. Laissez refroidir.

4 Sortez la glace vanille du congélateur 15 minutes à l'avance. Tapissez un moule à bûche de film étirable. Tapissez le fond et les côtés d'une épaisse couche de glace vanille. Démoulez l'insert à la poire et disposez-le au centre. Recouvrez du reste de glace vanille.

5 Découpez dans le biscuit un rectangle aux dimensions de votre moule. Déposez-le sur la glace en appuyant légèrement. Filmez le dessus et réservez au moins pendant 4 heures au congélateur.

6 Pour la finition : pelez les pommes, retirez les coeurs et les pépins puis détaillez-les en très fines lamelles à la mandoline. Mettez-les dans un saladier avec le jus de citron, 40 cl d'eau et le colorant. Faites cuire pendant 3 minutes au four à micro-ondes. Égouttez les lamelles de pomme sur une plaque. Laissez-les refroidir.

7 Démoulez la bûche sur un plat de service. Recouvrez le dessus de lamelles de pomme, en les faisant se chevaucher. Réservez au congélateur jusqu'au moment de servir.



Tartelette au chocolat et aux noisettes

POUR 8 PERSONNES

■ PRÉPARATION 20 MIN ■ CUISSON 15 MIN

POUR LA PÂTE:

- ❖ 1 citron bio
- ❖ 3 jaunes d'œufs
- ❖ 140 g de beurre + pour le moule
- ❖ 210 g de farine
- ❖ 70 g de sucre

POUR LA GARNITURE:

- ❖ 1 œuf
- ❖ 150 g de beurre ramolli
- ❖ 100 g de chocolat noir
- ❖ 100 g de sucre glace
- ❖ 100 g de noisettes grillées entières
- ❖ 50 g de noisettes hachées

1 Préparez la pâte : râpez le zeste du citron. Versez la farine et le sucre sur le plan de travail et faites un puits. Mettez-y les jaunes d'œufs, le beurre en parcelles et le zeste. Pétrissez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.

2 Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte et coupez 8 disques réguliers. Roulez-les en boule et foncez 8 moules à tartelettes beurrés. Il est inutile de piquer le fond. Enfournez pour 15 minutes. Démoulez encore chaud et laissez refroidir.

3 Préparez la garniture pendant ce temps : râpez le chocolat noir et faites-le fondre au bain-marie. Dans un saladier, travaillez le beurre avec le sucre glace. Ajoutez le chocolat fondu, puis l'œuf fouetté, et mélangez jusqu'à ce que la crème soit homogène.

4 Garnissez les tartelettes de crème au chocolat, et lissez la surface à la spatule. Parsemez de noisettes hachées, et répartissez les noisettes entières. Conservez au frais jusqu'au moment de servir.



Cake roulé aux fruits confits

POUR 6 PERSONNES

■ PRÉPARATION 20 MIN ■ CUISSON 45 MIN

- ❖ 3 petits œufs
- ❖ 125 g de beurre
- ❖ 175 g de farine
- ❖ 125 g de sucre glace
- ❖ 100 g de cerises confites entières
- ❖ 80 g de fruits confits hachés
- ❖ 80 g de raisins blancs secs (macérés dans un demi-verre de rhum)
- ❖ 50 g de cerneaux de noix
- ❖ 50 g de noisettes
- ❖ Levure chimique
- ❖ Sel

1 Malaxez le beurre avec le sucre glace, puis incorporez les œufs en deux fois tout en travaillant la pâte. Ajoutez la farine additionnée d'un demi-sachet de levure chimique et du sel, mélangez.

2 Préchauffez le four à 170 °C. Incorporez les fruits confits hachés, puis les raisins avec le rhum, les noix, les noisettes et enfin les cerises confites. La pâte est très épaisse.

3 Versez dans un moule à cake chemisé de papier sulfurisé. Décorez de cerises confites et de quelques cerneaux de noix. Enfournez pour 45 minutes. Vérifiez la cuisson à l'aide d'un couteau et prolongez-la si nécessaire.

Gâteau roulé à la confiture de châtaigne

POUR 8 PERSONNES

■ PRÉPARATION 40 MIN ■ CUISSON 10 MIN

- ❖ 4 œufs
- ❖ 40 g de beurre
- ❖ 100 g de sucre en poudre
- ❖ 100 g de féculle de maïs
- ❖ 1 c. à café d'extrait de vanille

POUR LA CRÈME:

- ❖ 30 cl de crème fleurette
- ❖ 1 pot de 370 g de confiture de châtaigne
- ❖ 150 g de noisettes
- ❖ 2 c. à soupe de sucre glace

1 Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Battez les jaunes avec le sucre puis ajoutez le beurre fondu, la vanille et la féculle de maïs tamisée. Mélangez bien. Battez les blancs en neige puis incorporez-les délicatement à la pâte.

2 Préchauffez le four à 200 °C. Tapissez une plaque à four de papier cuisson, puis étalez la pâte en recouvrant toute la surface à l'aide d'une spatule. Enfournez pour 10 minutes.

3 Retournez le biscuit sur un autre papier cuisson, puis décollez celui qui a été dans le four avec le biscuit et jetez-le. Laissez refroidir et nappez la surface du biscuit avec 300 g de confiture de châtaigne.

4 Montez la crème fleurette très froide en chantilly, avec un batteur électrique, puis étalez-en les trois quarts sur la confiture. Parsemez toute la surface de noisettes concassées (réservez-en un peu pour le décor) et roulez le biscuit dans la longueur en vous aidant du papier cuisson.

5 Nappez-le de la confiture restante, décorez avec la chantilly et les noisettes restantes. Saupoudrez de sucre glace et réservez au frais jusqu'au moment de servir.



Petit guide du chocolat

Il en existe de plusieurs couleurs, de goûts différents, on trouve même des grands crus. L'offre est vaste, mais lesquels choisir pour ses desserts de fêtes ?



Tout en noir

Il est composé de pâte de cacao, de beurre de cacao et de sucre. Il contient au minimum 43 % de cacao et 100 % au maximum. Le chocolat dit « pâtissier » basique en contient en général autour de 50 %. Spécialement conçu pour fondre parfaitement, il est donc le plus adapté à la réalisation de gâteaux ou des truffes en chocolat de Noël, par exemple. Selon vos goûts, vous pouvez bien sûr choisir un chocolat plus fort en cacao, mais sachez que plus le pourcentage est fort, plus le goût est amer, à réservé donc aux recettes qui contiennent davantage de sucre et surtout aux palais les plus aguerris. À plus de 70 % de cacao, le chocolat noir devient un chocolat de dégustation, plus difficile à utiliser en pâtisserie, idéal en revanche dans les recettes salées, notamment les sauces au vin.



DOUCEUR DE LAIT
En plus des ingrédients du chocolat noir, il contient du lait en poudre. Pour garder le nom de chocolat, il doit comporter au minimum 25 % de cacao. Il peut s'utiliser lui aussi pour la confection de pâtisseries, si l'on veille à le faire fondre tout doucement et exclusivement au bain-marie pour éviter que le lait brûle à la cuisson. Idéal pour les mousses et ganaches.

EN HABIT BLANC

Fabriqué avec du beurre de cacao, du lait en poudre, du sucre et généralement des arômes, il ne contient pas de pâte de cacao. Il peut bien sûr entrer dans des recettes de desserts, mais sachez qu'il se mélange difficilement aux autres ingrédients. Idéal en revanche pour glaçage de la bûche.



SOUS COUVERTURE

Très utilisé par les pros, le chocolat de couverture est indispensable pour réaliser décors ou enrobages de fêtes (pour les bonbons, par exemple). Sa forte teneur en beurre de cacao (32 % minimum) lui confère un aspect brillant lorsqu'il est fondu et le rend facile à travailler. On le trouve en boutiques spécialisées, souvent sous forme de billes.



QUAND
VOUS REFERMEZ
UN 
UNE NOUVELLE VIE
S'OUVRE À LUI.

EN TRIANT VOS JOURNAUX,
MAGAZINES, CARNETS, ENVELOPPES,
PROSPECTUS ET TOUS VOS AUTRES
PAPIERS, VOUS AGISSEZ POUR UN MONDE
PLUS DURABLE. DONNONS ENSEMBLE
UNE NOUVELLE VIE À NOS PRODUITS.

CONSIGNESDETRI.FR

CITEO

Le nouveau nom d'Eco-Emballages et Ecofolio



Avec leurs mille et une couleurs, leurs saveurs acidulées, ils apportent de la fraîcheur au cœur de l'hiver, période où peu de fruits sont disponibles sur les étals. Pendant les fêtes, ils permettent aussi, en dessert, d'alléger la facture calorique de nos repas, ou en tout cas de se sentir plus léger. Zoom sur des fruits aussi beaux que bons.

Par Alice Duras

Fruits exotiques Échappée belle aux TROPPIQUES



Avec l'ananas, le fruit de la Passion est l'un des très exotiques les plus faciles à utiliser en cuisine. Ses graines explosent en bouche et se marient facilement à d'autres ingrédients.

Dans la corbeille...

1 LA CARAMBOLE Elle se décline en deux variétés. La plus répandue s'utilise dans les tartes ou encore les poêlées.

2 LE FRUIT DE LA PASSION

Il s'agit du fruit de la passiflore. Les variétés les plus connues sont le maracuja et la grenadille. Outre ses usages sucrés, on peut aussi s'en servir en coulis, sur un poisson blanc.

3 LA GRENADE C'est un fruit qui a la cote à l'heure des super salades. On peut donc le croquer tel quel ou disperser ses grains sur un plat ou un dessert. Elle est aussi excellente en jus.

4 LE LITCHI C'est un habitué des panières de fruits pendant les fêtes. On apprécie son doux parfum et son arôme marqué, presque floral. Il est aussi bien gorgé de jus, ce qui le rend très agréable à manger en fin de repas.

5 LE MANGOUSTAN Il se présente sous forme de quartiers et s'apprécie un peu comme un agrume. Si on peut l'utiliser dans une simple salade de fruits, on peut également le mixer pour en faire un sorbet.

6 LA MANGUE C'est un classique de la cuisine indienne, où on la déguste en lassi (boisson où l'on mixe de la mangue et un yaourt). Riche en goût, c'est une valeur sûre pour une note sucrée en fin de repas.

7 LA PAPAYE Contrairement à ce que pourrait laisser penser la couleur de sa chair, son goût n'est pas très fort. Elle est donc idéale en salade, avec des fruits plus prononcés en bouche. En version salée, on l'associe avec des crustacés.

8 LE PITAYA Aussi surnommé fruit du dragon, sa couleur détonne et sa forme aussi. Il fait toujours son effet. On l'apprécie tel quel, ou en carpaccio, avec un coulis.

9 LE RAMBOUTAN On ne se pas à son aspect poilu. Sous sa peau se cache une chair riche en jus et en goût. Cela vaut donc la peine de le chercher dans les épiceries spécialisées.



3



4



7



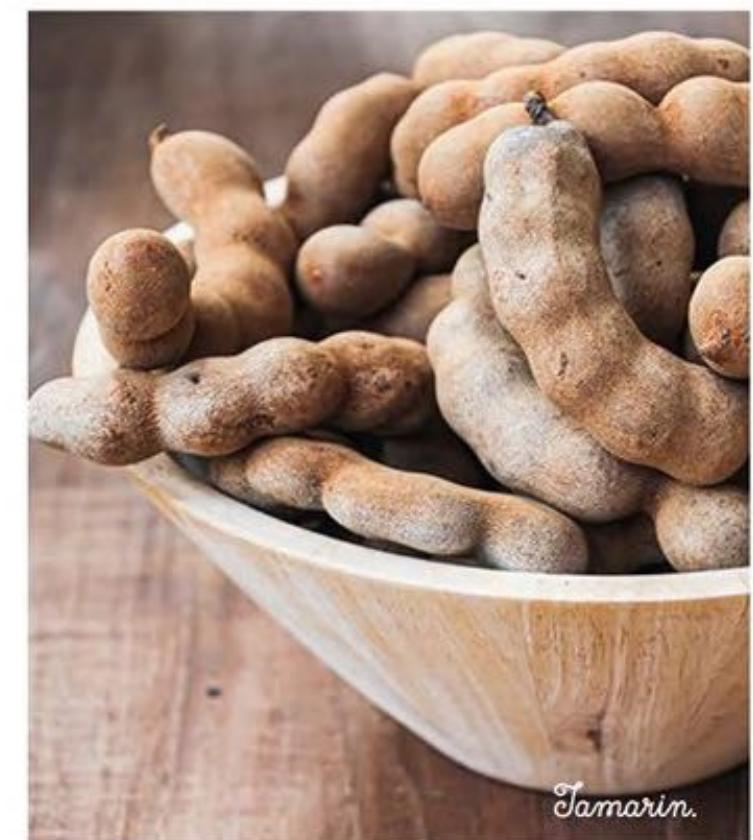
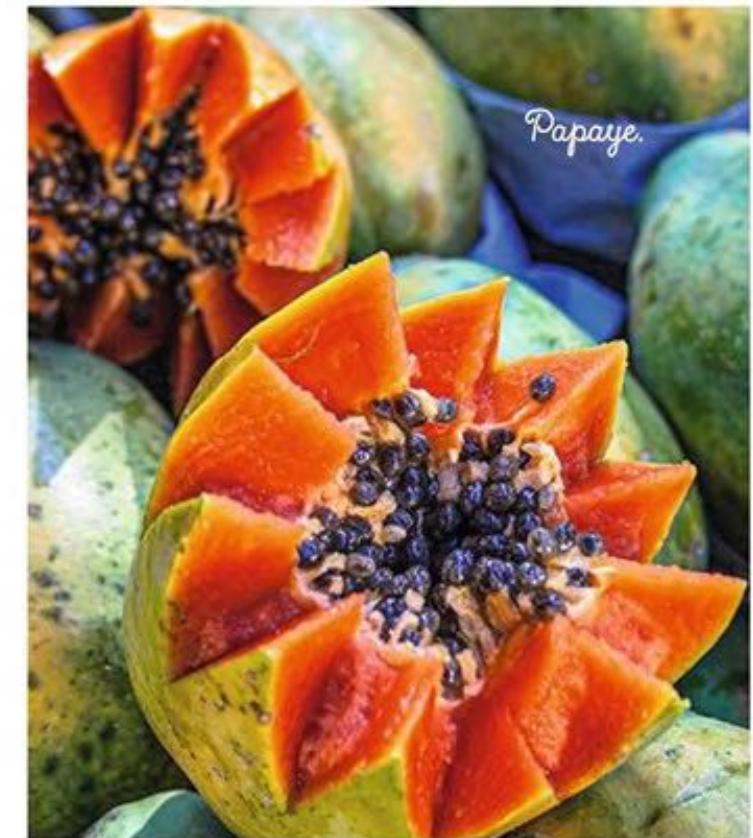
8



9



Certains, comme le litchi, sont des habitués de nos tables de fêtes. D'autres commencent à avoir une certaine renommée, comme la grenade qui s'apprécie de plus en plus dans les salades. Enfin, quelques-uns comme le ramboutan sont de nouveaux venus et méritent d'être goûtés.



Nos belles salades de fruits

POURQUOI FRUITS EXOTIQUES ?

Cela ne recouvre pas une réalité scientifique mais plutôt géographique par rapport à l'Occident. Ils se cultivent tous dans des régions lointaines comme l'Extrême-Orient, l'Amérique latine, l'Afrique ou les Antilles. C'est pour cela qu'on les appelle aussi fruits tropicaux. Évidemment, leur empreinte écologique n'est pas anodine mais on ne les consomme en général qu'une fois par an.

MADE IN FRANCE

Via les DOM-TOM, comme La Réunion (on y trouve des mangues, des pitayas ou des litchis) ou la Guyane (de son côté, elle produit également des mangues et des litchis), on peut dire que nous disposons d'une production française. Autre star made in France que l'on n'a pas évoquée dans ce portfolio ? La banane ! Cependant, cette culture française ne réduit pas les trajets pour les faire venir jusqu'en métropole.

ET LA CONSERVATION ?

Ils se cultivent dans des pays au climat spécifique : à la fois beaucoup d'humidité et une température élevée (proche des 30 °C) et sans changement brusque. Ce qui explique qu'ils soient très fragiles et ne supportent pas le moindre choc, notamment les températures froides. On évite donc de les placer au réfrigérateur et on les consomme rapidement après l'achat.



DÉSHYDRATÉS, LA BONNE IDÉE Comme ils conservent difficilement et qu'ils viennent d'assez loin, c'est le bon moyen pour en profiter à l'année sans mordre. Côté balancé, il n'y a pas de culpabilité, leurs bienfaits nutritionnels sont intacts et même davantage concentrés. On les savoure autant que les fruits, à croquer, que parsemés sur un salad.



ON PASSE EN CUISINE

Séchés, on les glisse facilement dans un gâteau, dans des biscuits ou encore dans un brioché pour un brunch gourmand. Une bonne idée pour l'endurance avant Noël.

Les fruits exotiques en chiffres



30

C'est le nombre de variétés de fruits exotiques régulièrement commercialisées en France.



71,5 mg

C'est l'apport en vitamine C de 100 g de litchis.



900 000

C'est, en tonnes, la quantité de fruits exotiques qu'importe la France chaque année.



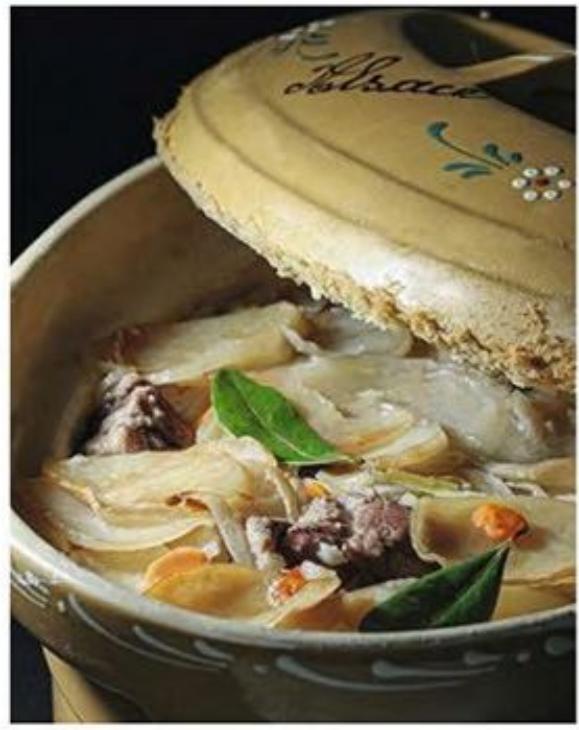
1er

fruit exotique consommé en France, évidemment, c'est la banane. Elle provient surtout de Martinique et de Guadeloupe. Les Français en consomment à l'année, notamment parce qu'elle est appréciée des enfants, et excellente pour les sportifs.



L'ALSACE fête Noël

S'il n'y avait qu'une région à élire comme ambassadrice des fêtes de fin d'année, l'Alsace l'emporterait sans doute haut la main. Merci à ses marchés de Noël, sa gastronomie traditionnelle généreuse, son froid sec, ses maisons typiques... *Par Julien Trubert*





Les meilleurs plats du coin (et le resto incontournable)

LE BAECKEOFFE: 24 heures de préparation, un mélange d'agneau, de porc et de bœuf, de légumes d'hiver... Les ingrédients macèrent avant de lever en cuisson hermétique (idée par une pâté) dans un plat en terre cuite.

LA FLAMMEKUECHE et son fameux débat sur la présence ou non de fromage blanc dans cette tarte flambée! Les puristes, eux, ne misent que sur de la crème fraîche sur laquelle on pose oignons et lardons.

MAISON KAMMERZELL: incontournable, c'est l'adresse où déguster les merveilles alsaciennes dans un cadre somptueux et très bien préservé. Un restaurant situé place de la cathédrale, à Strasbourg.



Les chiffres donnent le tournis : 340 000 hectares de terres agricoles, 100 % de la production nationale de houblon, 75 % de celle de chou dédiée à la choucroute, une quetsche alsacienne qui domine le marché, un vignoble fort... Mais l'Alsace est bien plus que ça. Riche en histoire, riche en terroir, la belle se targue d'une identité à découvrir absolument.

Une tradition gourmande qui inspire les grands chefs

Avec 31 établissements étoilés sur 8 000 km², l'Alsace peut se vanter de compter un bataillon de grands chefs, Marc Haeberlin, de l'Auberge de l'Ill, en tête. Risotto aux cèpes de la région, salade de choucroute nouvelle pour accompagner un filet de merlan, la carte du chef montre les possibilités liées aux produits alsaciens. Les immanquables munster, kouglof et pain d'épices savent, eux aussi, se travailler en cuisine ou se laisser déguster dans leur recette traditionnelle.

On y va aussi pour ses villes pleines de charme

Mulhouse, Strasbourg et Colmar ont chacune un tempérament et une âme à découvrir en flânant. Du côté de l'assiette, on peut s'amuser à chercher les subtiles différences d'une ville à l'autre, tout en dégustant, bien sûr, un verre de riesling ou de gewurztraminer, et juste avant de se diriger vers les fabuleux marchés de Noël que l'Alsace sait si bien mettre en valeur.



De l'entée au dessus, un verre de riesling s'accorde parfaitement avec tous les mets !



À Colmar, on est sûr de vivre la vraie magie de Noël.



Où trouver leurs bons produits près de chez nous

LA BIÈRE MÉTÉOR Des milliers de bars proposent à travers la France la Météor et ses petites sœurs (Wendelinus, Ackerland...). Pas étonnant : la marque existe depuis 1640 !

STOEFFLER: la première charcuterie ouverte en 1946 par Robert Stoeffler a bien grandi. Aujourd'hui, ses produits (plats préparés, saucisses, pièces de viande...) se trouvent partout pour découvrir les saveurs d'Alsace, chez soi.

EN LIGNE: des épiceries alsaciennes livrent dans toute la France. C'est le cas du Marché de Riquewihr, qui propose une sélection de fromages, de pains d'épices, de produits en croûte...



L'UNIQUE CRÈME FRAÎCHE FLUIDE LABEL ROUGE

SANS ADDITIF

Avec son goût délicat et sa blancheur raffinée, c'est l'ingrédient d'exception pour réussir votre chantilly, vos ganaches et toutes vos pâtisseries.

RETROUVEZ NOTRE RECETTE DE LA BÛCHE FAÇON FORÊT NOIRE ET BIEN D'AUTRES IDÉES GOURMANDES SUR www.alsace-lait.com

Lait sélectionné et collecté par nos soins sur un rayon de 60 km autour de notre coopérative.



Joyeuses fêtes !



AMUSE BOUCHES

• Bouchées de betterave sucrées-salées	18
• Miniburgers au foie gras, con ture de gue	18
• Bouchées aux écrevisses	20
• Bruschetta à la crème de betterave	20
• Blinis à l'encre de seiche	22
• Toast au miel et au saumon	23
• Bûche au saumon fumé	23
• Dip de truite fumée et crème fromagère	24

ENTRÉES

• Crème d'avocat et roquette aux œufs de saumon	26
• Tartare d'huître et crevettes	26
• Feuilleté aux escargots	27
• Médaillons de langouste aux agrumes	29
• Oursins à la coque aux œufs de caille	29
• Aumônière de boudin blanc	30
• Tartare de crevette, mangue et avocat	32
• Tartare de saumon à l'huile de sésame	32
• Cassolette de fruits de mer	35
• Mousseline de panais et tourteau au tandoori	35
• Paupiette de saumon fumé	36
• Endive croquante à la mousse de ricotta, à l'aneth et au saumon fumé	36
• Terrine de foie gras au micro-ondes	38
• Verrine de foie gras, pomme et pain d'épices	39
• Foie gras au gros sel	40
• Velouté de topinambour et panais	40
• Soupe de châtaigne aux champignons	41



• Huîtres chaudes façon Françoise 42

• Petite soupe veloutée butternut et noisette 42

• Velouté d'endive à la noix de saint-jacques 43

• Mousse d'avocat à la truite fumée 44

PLATS

• Saint-jacques, sauce aux champignons	58
• Curry de langoustes aux fruits exotiques	58
• Saint-jacques rôties au sel fumé, jambon ibérique et purée de topinambour	59
• Papillote de lotte aux épinards, légumes et rouille	61
• Langoustines flambées	61
• Darne de lotte enlardée au munster et sauge	62
• Cassolette de saint-jacques, gambas et purée à la truffe	62
• Langouste au beurre vanillé	65
• Queue de lotte à l'orange	66
• Saumon en croûte aux champignons	66
• Tourte au saumon	68
• Pommes de terre duchesse aux amandes	69
• Filet mignon de veau Wellington	71
• Rôti de veau roulé au gorgonzola	71
• Chapon farci aux poires, sauce aux gues	72
• Chapon poché et rôti	75
• Magret à la vergeoise et aux châtaignes	75
• Brochette de magret de canard au foie gras	76



•Dinde farcie aux marrons	76
•Chapon rôti aux champignons	79
•Pintade exotique	79
•Pintade au foie gras et fricassée forestière	80

DESSERTS

•Truffes au chocolat blanc et noix de coco	96
•Tiramisu au café	96
•Chocolats à la cannelle	97
•Bûche citron orange meringuée	99
•Mendians	99
•Boîte surprise en chocolat	100
•Bûche de Noël aux marrons	100
•Merveilleux au chocolat blanc	103
•Terrine de pain d'épices au chocolat et à l'orange	104
•Bûche café praliné	104
•Bûche glacée aux marrons	106
•Bouchées de pâte d'amande au chocolat	107
•Bûche pâtissière au chocolat	107
•Linzer Torte	108
•Bûchettes mi-ange mi-démon	109
•Mini-Christmas cakes	111
•Bûche glacée décor en écailles de pomme rose	113
•Tartelette au chocolat et aux noisettes	113
•Cake aux fruits confits	114
•Gâteau roulé à la confiture de châtaigne	114



USTENSILES



INGRÉDIENTS



CHOCOLATS



PÂTE À SUCRE



DÉCORATION



COLORATION



PRÉSENTATION

VENTE D'INGRÉDIENTS &
D'USTENSILES POUR LA PÂTISSERIE
ATELIERS DE PÂTISSERIE

www.legateausouslacerise.com

Venez visiter notre magasin au 26 rue de Strasbourg à Nantes



COMITÉ ÉDITORIAL MARMITON

Claire Debruille, Stéphanie Hauville, Audrey Ferrante, Alice Duras, Manon Wild, Amanda Schrepf, Véronique Sorbé

ONT COLLABORÉ À CE NUMÉRO

Juliette Romance, Gwenaëlle Conraux, Lise Lafite, Emmanuelle Bézières, Céline Roussel

RÉALISATION

COM'Presse

6 rue Tarnac, 47220 Astaffort

Tél. 05 53 48 17 60.

Direction artistique : Žiga Rajic

Chef de studio : Olivier Lemesle

Secrétaire général de la rédaction :

Laurent Dibos

Secrétariat de rédaction :

Nicolas Chrétien, Gaëlle Combacron, Marine Couturier, Marion Pires, Olivier Vignancour

Rédactrice en chef photo : Caroline Quinart

Service photo : Delphine Duteil, Carole Hiro, Mathilde Loncle

ÉDITION Stéphanie Hauville, Audrey Ferrante

Distribution : MLP

Vente au numéro : DESTINATION MÉDIA

01 56 82 12 07 (numéro réservé aux diffuseurs et dépositaires de presse)

Service abonnement et anciens numéros :

Marmiton, 56 rue du Rocher, 75008 Paris

Tél. 01 44 70 00 07

abonnement-magazine@marmiton.org

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION

Olivier Abecassis

ISSN : 2114 - 110 X

CPPAP : 0222K91573

Dépôt légal : à parution

Tarif abonnement : 1 an = 22 euros

Ce numéro est un hors-série du bimestriel Marmiton



CARNET D'ADRESSES

- **Kikkoman** : kikkoman.fr
- **Freixenet** : freixenet.fr
- **Famille Mary** : famillemary.fr
- **Pousse pousse** : pousse-pousse.com
- **OCNI** : ocni-factory.com
- **Comtesse du Barry** : comtessedubarry.com
- **Pierre Marcolini** : eu.marcolini.com
- **Häagen Dazs** : haagen-dazs.fr

- **Stohrer** : stohrer.fr
- **La Maison française** : lamaisonfrancaise.com
- **Concurrence parisienne** : concurrence-parisienne.com
- **Au marché de Riquewihr** : marche-de-riquelihr.com

CRÉDITS PHOTOS

Couverture:OsAdiemus/GettyImages. P6-8 : DR, glazuno /Adobe Stock. P14-16 : Svetlana Chistobaeva/GettyImages. P18-19 : sarsmis/Adobe Stock, Syl d Ab/Sucré Salé. P20-21 : sarsmis/Adobe Stock, Marek Kucera/Apetit/Sunray Photo, Manina Hatzimichali, Paquin/Sucré Salé. P22-23 : Guedes/Saveurs/Sunray Photo, Marielle/Viel/Sucré Salé. P24 : Iryna Melnyk/Adobe Stock. P26-27 : sarsmis/Adobe Stock, Manina Hatzimichali, Marielle/Sucré Salé. P28-29 : Lhomme-Mallet/Saveurs/Sunray Photo. P30-31 : Radvaner/Sucré Salé. P32-33 : Viel/Barret/Sucré Salé. P34-35 : Marielle/Sucré Salé. P36-37 : Marina Hatzimichali, Studio/Sucré Salé. P38-39 : Thomas Durio, Manina Hatzimichali. P40-41 : Fénöt/Sucré Salé, Mariha-kitchen/Adobe Stock, Alena Hrbkova/Apetit/Sunray Photo. P42-43 : Fénöt/Sucré Salé, Fénöt-Czerw/Saveurs/Sunray Photo. P44 : Viel/Saveurs/Sunray Photo. P46 : M.Studio/Tomas Ragina/Gresei/Adobe Stock Pannonia/GettyImages. P48-49 : Peredniakina/Adobe Stock. P50-51 : Moirenc Camille-Morandi Tuul et Bruno-Sudres JeanDaniel/Hemis.fr, Grandadam laurent/Sime/Photononstop, Roman Sigaev/Adobe Stock. P52-53 : Lisovskaya/kate_smirnova/GettyImages, harmony/Richard Villalon/Ryzhkov/Adobe Stock. P54-55 : Brette Stevens/Cultura/Photononstop, iuraatom/Adobe Stock. P58-59 : Emanuela Cino/Cuisine d'Ici/Sunray Photo, Schmiit/Sucré Salé, Lhomme/Saveurs/Sunray Photo. P60-61 : StockFood/Sucré Salé, Jarry/Saveurs/Sunray Photo. P62-63 : Perrin/Sucré Salé, Manina Hatzimichali. P64-65 : Guedes/Sucré Salé. P66-67 : Manina Hatzimichali, Jarry/Saveurs/Sunray Photo. P68-69 : Radvaner/Sucré Salé, Fénöt/Saveurs/Sunray Photo. P70-71 : Kriima2000/Adobe Stock, Balme/Saveurs/Sunray Photo. P72-73 : Nurra/Sucré Salé. P74-75 : Pierre Soissons, Mallet/Saveurs/Sunray Photo. P76-77 : muh23/Adobe Stock, Viel/Saveurs/Sunray Photo. P78-79 : Mallet/Radvaner/Sucré Salé. P80 : Pizzi Alessandra/StockFood. P82 : fotomaster/Fabio Roncaglia/Adobe Stock, georgeclerk/GettyImages. P84-85 : izhairungs/GCShutter/Lisovskaya/Anastasia Shavshyna/GettyImages, Johner/Photononstop, Sofie Delauw/Cultura/Photononstop, Jan greune/Look/Photononstop, Michael Lender/Nordic Photos/Photononstop. P86-87 : Maurizio Rellini/Sime/Photononstop, Tim E White/Cultura/Photononstop, Koldunov/GettyImages, Guy Bouchet/Photononstop. P88-89 : Czerw/Saveurs/Sunray Photo. P90-91 : Martine Doucet/GettyImages, Rieger Bertrand/Hemis.fr, Jean-Michel Leligny/Photononstop, Jarry/Saveurs/Sunray Photo, robynmac/Adobe Stock. P92-93 : etherize/SkaneKato/cislander/GettyImages. P94 : Mèche Hilde/StockFood. P96-97 : badmanproduction/manuta/GettyImages, Melima/Adobe Stock. P98-99 : Thomas Durio, Hall/Sucré Salé. P100-101 : Manina Hatzimichali, Carnet/Sucré Salé. P102-103 : Emanuela Cino/Cuisine d'Ici/Sunray Photo. P104-105 : Fondacci-Markezana/Sucré Salé, Catherine Madani/Marie-Claire Copyright. P106-107 : Veigas/Czerw/Sucré Salé, knape/GettyImages. P108-109 : Anna Shepulova/GettyImages, Gousses de Vanille/Sucré Salé. P110-111 : Fénöt/Saveurs/Sunray Photo. P112-113 : Syl d Ab/Sucré Salé, tirik/Adobe Stock. P114-115 : baroli6/GettyImages, Fénöt/Saveurs/Sunray Photo. P116 : Eivaisla/GettyImages, baibaz/Pixel-shot/Adobe Stock. P118-119 : AlexZachen/GettyImages. P120-121 : Mallivan/Bart/maxandrew/lichaoshu/ThanhThu/ChantalS/Adobe Stock, Creativeye99/ansomniamo/enviromantic/GettyImages. P122-123 : robertkuehne/aloto/Amawasri/preechafakmee/luriSokolov/GettyImages, Syda Productions/Adobe Stock. P124-125 : serts/Razvan/GettyImages, objectif saveurs/Jérôme Rommé/Michael Tewes/zig3000/Adobe Stock, Fred de Noyelle/Godong/Photononstop, Sime/Photononstop. P126-127 : Chlorophylle/Adobe Stock, Razvan/AMzPhoto/GettyImages.

Gretel

... CHAQUE MOIS, ...
**RECEVEZ 5 SNACKS
FUN & GOURMANDS**

À PARTAGER AVEC TOUTE LA FAMILLE



*Valable pour tout nouvel abonnement mensuel, trimestriel, 6 mois, 1 an, valable du 21/11 au 31/12/2019 - Paris B 423780113

L'INSTANT GOURMAND À NOËL

-20%

sur votre abonnement*

AVEC LE CODE
MARMITON

www.gretel-box.com

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGERBOUGER.FR

CULTIVEZ VOS AROMATES FRAIS
TOUTE L'ANNÉE SANS EFFORT !



Offrez un potager d'intérieur Véritable®



Véritable® invite les aromates frais au cœur de votre cuisine pour des expériences culinaires uniques. Dotés d'un éclairage LED horticole haute performance et d'un système d'irrigation automatique, nos potagers autonomes assurent des récoltes régulières et abondantes sans aucun effort.

2 LINGOTS®
OFFERTS*

avec le code :
LINGOTMBO

Véritable®