

Régal

N°1 DE LA PRESSE CUISINE
HORS-SÉRIE N° 20 - NOVEMBRE DÉCEMBRE 2020HORS-
SÉRIE
COLLECTOR

À CHACUN SON MENU DE FÊTE!

*Choisissez,
cuisinez,
savourez...*

23 MENUS SUR MESURE

EN 72 FICHES : CLASSIQUE, CHIC,
TERROIR, VÉGÉTAL, EXOTIQUE...

BEL 3,90 € - DOM/S 3,80 € - LUX 5,90 € - SUI 9,00 CHF

M 04822 - 20H - F: 4,95 € - RD

uni
médias



QUI PEUT
**FONDRE LE
CHOCOLAT**
COMME UN PÂTISSIER ?

KENWOOD
CAN*

Le nouveau robot TITANIUM CHEF PATISSIER XL
de Kenwood vous permet de fondre du chocolat
et réaliser un sabayon directement dans le bol.
En savoir plus sur Kenwood.fr

*Kenwood peut





© FRANÇOISE NICOL

BALLOTTINES DE VOLAILLE
Fiche recette page 38

23 MENUS POUR LE 24

On ne choisit pas son menu de fête par hasard. Foie gras - dinde farcie aux marrons - bûche pâtissière pour ne pas déroger à la tradition; soupe de châtaignes et magret de canard en accord avec le terroir; symphonie végétale audacieuse pour affirmer son engagement durable; cuissons savantes et grands dressages pour décrocher les étoiles... Chaque réveillon a sa signature, sa couleur, son histoire. Et cette question de la trilogie magique « entrée-plat-dessert », qui alignera les planètes au bon moment, nous taraude invariablement entre fin novembre et début décembre. Pour vous aider à choisir le bon menu, nous avons composé 23 combinaisons gourmandes classées par grandes thématiques, des plus classiques aux plus exotiques. Quant au Père Noël, vous en croiserez cinq sous leur toque blanche. Cinq chefs qui nous racontent, comme si c'était hier, le Noël de leur enfance et leurs plus belles émotions culinaires : l'orange précieuse, la truffe cachée dans la farce, les réveillons entiers passés derrière les fourneaux, le pâté créole à la viande en guise de galette des rois, les grains de caviar béluga « gros comme des chevrotines »... Un grand plat de fête est un souvenir qu'on goûte pour la vie !

Eve-Marie Zizza-Lalu
Directrice de la rédaction

Sommaire



PHOTO DE COUVERTURE

KOULIBIAC

FICHE RECETTE PAGE 34

© JULIE SCHWOB / JEAN-BLAISE HALL

RAPIDE, SIMPLE ET SÉCURISÉ,
ABONNEZ-VOUS À RÉGAL SUR WWW.BOUTIQUE.REGAL.FR



Carnet d'adresses

Michel Guérard lespresdeugenie.com
Barthouil barthouil.fr
Salma salma.fr
Mowi mowi-saumon.fr
Alain Dutournier carredesfeuillants.fr
Vins des Terres de Vénus terresdevenus.com
Cinco Jotas cincojotas.fr
Bellota Bellota bellota-bellota.com
Labeyrie labeyrie.com
Delpyarat delpyarat.com
Lafitte lafitte.fr
Maison Monfort maisonmontfort.com
Marc Haeberlin auberge-de-l-ill.com
Bernachon bernachon.com
Bonnat bonnat-chocolatier.com
Sève chocolatseve.com
Cluizel cluizel.com
Alain Passard alain-passard.com
Traiteur Moreau moreautraiteur.com
Sabaton sabaton.fr
Philippe Agesidame luxresorts.com
Le Roy René calisson.com

MENUS CLASSIQUES

L'INTERVIEW DE MICHEL GUÉRARD 6

MENU COCOTTE DE VOLAILLE 7

- Foie gras aux abricots moelleux et pistaches, mini-betteraves confites 10
- Cocotte de volaille lutée aux girolles 10
- Bûche choco-coco 10

MENU POULARDE 11

- Foie gras au sésame, chutney de patates douces 12
- Queue de langouste au beurre d'agrumes rôties au four 12
- Pouarde au vin jaune et morilles 12
- Nougat glacé aux fruits secs 12

MENU DINDE FARCI 13

- Huîtres en sabayon de champagne 14
- Foie gras au vin chaud, poêlée de légumes d'hiver 14
- Dinde farcie aux marrons 14
- Bûche tiramisu aux spéculoos 14

MENU MAGRET DE CANARD 15

- Le foie gras de Michel Guérard 16
- Magret de canard à l'orange 16
- Tarte de noël aux deux chocolats 16
- Bûche roulée coco-framboise 16

MENU CANETTE À L'ORANGE 17

- Terrine de foie gras aux noisettes, fruits poêlés 18
- Canette à l'orange 18
- Tiramisu aux poires et noix de pécan 18
- Biscuits sablés cannelle 18

PRODUIT D'EXCEPTION

BARTHOUIL, LE SECRET DES SAUMONS FUMÉS DANS L'ADOUR 20

PRODUIT D'EXCEPTION

LES HUÎTRES SORTENT DE LEUR COQUILLE 24

MENUS ÉLÉGANTS

L'INTERVIEW DE ALAIN DUTOURNIER 26

MENU BŒUF WELLINGTON 27

- Œufs brouillés à la truffe noire 30
- Bœuf Wellington 30
- Lingot forêt noire 30

MENU BAR EN CROÛTE 31

- Verrine de patate douce aux noix de saint-jacques 32
- Petit tartare de saint-jacques, citron vert, clémentine et caviar 32
- Bar en croûte de sel 32
- Bûche vanille, marrons et mikado 32

MENU KOULIBIAC 33

- Pop cubes de noël 34
- Crème de courge et foie gras poêlé au mélange d'épices 34
- Koulibiac 34
- Tiramisu au chocolat et au brownie 34

MENU FILET DE CERF 35

- Aumônières de saint-jacques au gingembre 36
- Ravioles de céleri-rave à la noisette 36
- Filet de cerf et purée de panais 36
- Pandoro des neiges 36

MENU BALLOTTINES DE VOLAILLE 37

- Caviar de chou-fleur aux œufs de poisson 38
- Ballottines de volaille 38
- Couronne glacée « mont-blanc » 38
- Tiramisu grenade & champagne 38

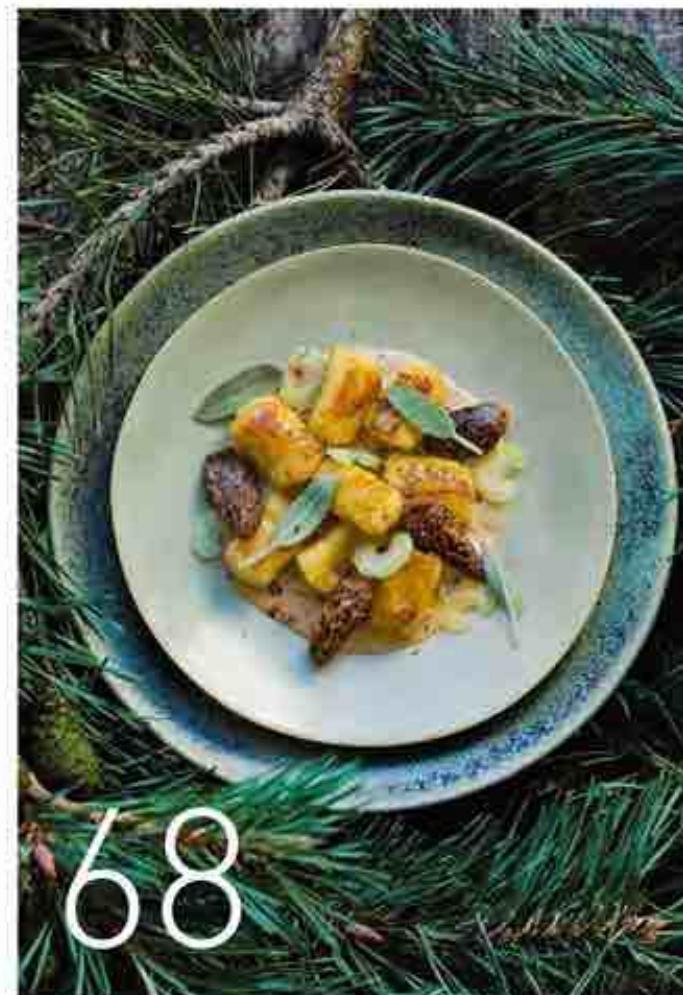
PRODUIT D'EXCEPTION

PATA NEGRA, L'ÉTOFFE D'UN GRAND D'ESPAGNE 40

PRODUIT D'EXCEPTION

LE FOIE GRAS. FAITES LE BON CHOIX 44

...+ de recettes sur
regal.fr



MENUS TERROIR

L'INTERVIEW DE MARC HAEBERLIN 46

MENU CHAPON EN COCOTTE 47

- Foie gras au sauternes et aux épices 50
- Chapon en cocotte luttée, farci au foie gras et truffé 50
- Bûche crèmeuse au citron 50

MENU MAGRETS DE CANARD 51

- Soupe de potimarron en coque, chips de légumes 52
- Coquilles saint-jacques au beurre de cèpes 52
- Magrets de canard aux pommes, clémentines et patates douces 52
- Pain d'épices fondant à l'orange 52

MENU FILET MIGNON 53

- Rösti à la truite fumée et fromage frais 54
- Rôti de filet mignon farci aux cèpes, poêlée de raisins et châtaignes 54
- Forêt blanche aux marrons glacés 54
- Truffes au chocolat 54

MENU COFFRE D'AGNEAU 55

- Foie gras de canard fumé à l'ananas 56
- Soupe de châtaignes aux graines de sésame noir 56
- Coffre d'agneau aux herbes 56
- Gâteau de pommes au sirop d'érable 56

PRODUIT D'EXCEPTION

LE CACAO, LES ROIS DE LA FÈVE 58

MENUS VERTS

L'INTERVIEW D'ALAIN PASSARD 64

MENU GNOCCHIS AUX MORILLES 65

- Velouté de châtaignes et pommes granny 68
- Gnocchis aux morilles 68
- Bûche aux fruits exotiques et coco 68

MENU RISOTTO D'ÉPEAUTRE 69

- Crème de chou-fleur à la ciboulette et au poivre 70
- Carpaccio de noix de saint-jacques 70
- Risotto d'épeautre à la betterave 70
- Entremets ananas-coco 70

MENU ROULÉS DE SOLE 71

- Crèmes de haricots blancs à la truffe 72
- Ravioles au chèvre et sa sauce au cresson et noix 72
- Roulés de sole au poivre, purée de céleri à l'huile de truffe 72
- Verrines crostifondantes de mangue, meringue et chantilly au cacao 72

MENU RÔTI DE LOTTE 73

- Crème de châtaignes au foie gras 74
- Rôti de lotte farci aux herbes fraîches, salade d'endives-clémentines 74
- Blanc-manger coco 74
- Bûche citron-coco-framboise 74

MENU RÔTI DE CABILLAUD 75

- Carottes et yaourt à la fleur d'oranger 76
- Rôti de cabillaud à la poitrine fumée et courge au miel 76
- Mousses glacées coco-litchi 76
- Mini-bûches glacées rhum-raisins 76

PRODUIT D'EXCEPTION

MARRON GLACÉ, LE DIAMANT DE LA CONFISERIE 78

MENUS D'AILLEURS

L'INTERVIEW DE PHILIPPE AGESIDAME 82

MENU MAGRETS DE CANARD 83

- Huîtres chaudes croustillantes aux herbes 84
- Rôti de magrets de canard aux fruits secs 85
- Cheesecake de noël 86

MENU SAUTÉ DE DINDE 87

- Crackers de cheddar à la gelée de vin rouge 88
- Boudin blanc truffé et pommes au caramel au beurre salé 88
- Sauté de dinde à la sauge 88
- Tarte à la citrouille, façon crème brûlée 88

MENU CAILLES FARCIÉS 89

- Rosaces de gravlax 90
- Crevettes en tempura pimentée 90
- Cailles farcies au foie gras et aux cèpes 90
- Tarte au pavot 90

MENU JAMBON LAQUÉ 91

- Saumon mariné à la betterave façon gravlax 92
- Jambon laqué rôti aux clous de girofle 92
- Mini-cheesecakes façon crème brûlée 92
- Tarte tatin à l'ananas 92

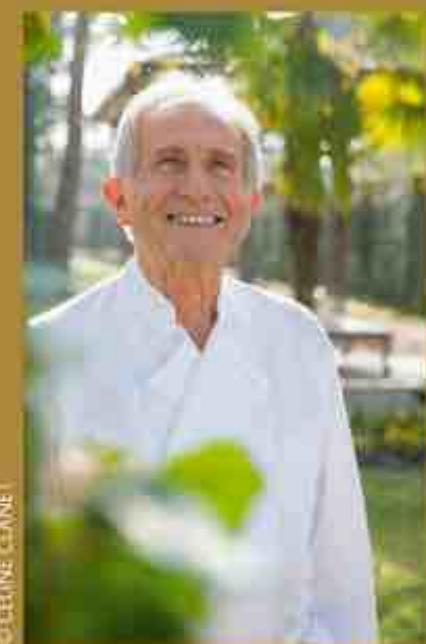
PRODUIT D'EXCEPTION

LE ROI DES CALISSONS FÊTE SON PREMIER SIÈCLE 94

INDEX DES RECETTES 98

Grande tradition classique

LE CONTE DE NOËL DE MICHEL GUÉRARD
SAVOURER LE GRAIN DE CHAQUE ÉPOQUE



© ETHENE CLAVET

MICHEL GUÉRARD

Il est l'homme qui a su concilier les mots manger et maigrir. « Inventeur » de la cuisine minceur en 1974, à Eugénie-les-Bains dans les Landes, il a obtenu trois étoiles coup sur coup en 1975, 1976 et 1977. À 87 ans, ce père heureux travaille avec ses filles dans un lieu magique qui, comme son enthousiasme, n'a pas pris une ride.

Tous au restaurant

Je suis né en 1933, alors mes tout premiers souvenirs de Noël sont ceux de cette époque : dans les meilleures années, on avait une orange ; dans les pires, on espérait juste que la guerre se termine et qu'on en sorte vivants. Adolescent, j'ai fait mon apprentissage chez un pâtissier-traiteur à Mantes-la-Jolie. Autant dire qu'à Noël, on travaillait encore plus dur que d'habitude ! L'écrivain Bernard Clavel a décrit très fidèlement cette ambiance dans son roman *La Maison des Autres*, où il raconte son apprentissage de boulanger. C'était très dur, façon XIX^e siècle, mais on apprenait bien. Et surtout, on avait la grande fierté d'être récompensé : après les fêtes, le patron nous emmenait tous déjeuner dans un restaurant deux étoiles. Ces grandes tables joyeuses, on les vivait comme une noblesse.

Échange café contre langouste

J'ai fait mes 28 mois de service militaire dans la Marine. Au mess des officiers, à Cherbourg, j'étais chargé entre autres de broyer le café à la main. Il fallait deux kilos de grains pour obtenir un résultat potable... Mais j'ai réussi à mettre la main sur l'un des tout premiers moulins électriques. Soudain, il ne me fallait plus que 200 g pour un résultat nettement meilleur. Alors je suis allé vendre le surplus de grains aux commerçants du coin, et avec l'argent gagné, les

copains et moi, on s'est payé pour Noël un repas de langoustes au restaurant !

Noëls à thème

Mes restaurants ont toujours été ouverts à Noël. Quand j'avais le Pot-au-Feu à Asnières (deux étoiles Michelin), le réalisateur John Frankenheimer et l'acteur-chanteur Danny Kaye sont venus dîner un 24 décembre. C'étaient des fans de jazz, on a fait une sacrée fiesta ! À Eugénie, il y a chaque année un thème à Noël. On a fait « Un Tango en Hiver » avec un orchestre argentin, « Les Jardins du Roy Soleil » l'an dernier...

Caviar et tarte aux pommes

En famille, nous avons toujours fait le réveillon deux ou trois jours après les autres. C'est moi qui m'en occupe. Le menu est immuable : du caviar que j'affine depuis le mois de mai en retournant les boîtes deux fois par semaine, une côte de bœuf grillée dans la cheminée sur des sarments de vigne, et des frites à la graisse d'oie. Pour le dessert, c'est soit une tarte feuilletée aux pommes rubinette, soit une marquise au chocolat réalisée d'après une recette de ma maman. Dans les verres, c'est d'abord champagne, puis le vin rouge du vignoble que j'ai planté en 1983, et une lichette d'armagnac. On s'arrête juste avant l'ivresse absolue.

Menu Cocotte de volaille

>>> L'entrée



FOIE GRAS AUX ABRICOTS MOELLEUX ET
PISTACHES, MINI-BETTERAVES CONFITES

>>> recette page 10



15 min
+2h45

>>> Le plat

COCOTTE DE VOLAILLE
LUTÉE AUX GIROLLES

>>> recette page 10



40 min
+ 1h10

>>> Le dessert



BÛCHE CHOCO-COCO

>>> recette page 10

1h
+4h10

Menu Cocotte de volaille



FOIE GRAS AUX ABRICOTS MOELLEUX ET PISTACHES, MINI-BETTERAVES CONFITES

POUR 4 À 6 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN REPOS 2 H

CUISSON 1 MIN 45 À 2 MIN + 45 MIN

1 foie gras cru déveiné de 500-600 g • 10 g de sel • 2 g de poivre blanc • 15 cl de sauternes • 8 abricots moelleux • 30 g de pistaches.

POUR LES MINI-BETTERAVES CONFITES

• 600 g de mini-betteraves • 100 g d'oignons grelots • 20 cl de vinaigre blanc • 200 g de sucre • 1 c. à soupe de sel • 1 c. à soupe de graines de moutarde • ½ c. à café de graines de carvi ou de cumin • Quelques graines de coriandre.

- Sortez le foie, séparez les lobes. Mélangez le sel et le poivre avec le vin, puis arrosez le foie gras de cette préparation, couvrez et laissez mariner 2 h au réfrigérateur.
- Sortez le foie pour qu'il se réchauffe à température ambiante. Retirez-le de la marinade, disposez les abricots et les pistaches entre les deux lobes, refermez et placez-le dans une terrine adaptée pour le micro-ondes. Cuisez à 900 watts entre 1 min 45 et 2 min.
- Récupérez et filtrer la graisse, réservez. Pressez la terrine avec une plaquette de bois ou de carton emballée de film alimentaire aux dimensions de la terrine et posez par-dessus un poids. Lorsque la terrine est froide, placez-la au réfrigérateur.
- Faites fondre la graisse réservée et versez sur le foie avant de le remettre au frais. Idéalement, ce foie gras se déguste 3 jours après avoir été préparé.

LES MINI-BETTERAVES CONFITES

- Lavez les betteraves et coupez les branches. À l'exception des betteraves, mélangez tous les ingrédients dans la casserole et ajoutez 80 cl d'eau. À ébullition, ajoutez les betteraves et faites cuire à feu moyen pendant 45 min ■



COCOTTE DE VOLAILLE LUTÉE AUX GIROLLES

POUR 4 À 6 PERSONNES

PRÉPARATION 40 MIN CUISSON 1 H 10

1 poulet fermier vidé • 600 g girolles • 25 g de beurre • 3 échalotes • 2 gousses d'ail • 20 cl de crème fraîche épaisse • 1 jaune d'œuf • 1 pâte feuillettée • Huile d'olive • Sel, poivre.

- Grattez les pieds des girolles avec la pointe d'un couteau. Nettoyez-les avec une brosse.
- Dans une cocotte bien chaude allant au four (de 28 cm de diamètre maximum), faites cuire les girolles avec un filet d'huile d'olive pendant 3 min, puis égouttez-les. Dans la même cocotte chaude, colorez les girolles avec le beurre pendant 3 à 4 min, puis ajoutez deux échalotes émincées et une gousse d'ail pelée. Salez, poivrez et réservez. Rincez grossièrement la cocotte.
- Préchauffez le four à 180 °C. Placez le poulet dans la cocotte avec une échalote pelée et coupée en deux et une gousse d'ail en chemise. Arrosez d'huile d'olive et enfournez pour 45 min. Retirez du four, coupez le poulet en morceaux et remettez-le dans la cocotte avec les girolles et la crème. Mélangez délicatement et recouvrez la cocotte avec la pâte feuillettée. Utilisez un peu de jaune d'œuf pour la faire adhérer aux bords. Remettez au four pendant 15 min. Posez la cocotte sur la table et cassez la pâte pour servir ■

BÛCHE CHOCO-COCO

POUR 8 PERSONNES PRÉPARATION 1 H

CUISSON 10 MIN REPOS 4 H

POUR LA GÉNOISE AU CACAO • 4 œufs

• 90 g de sucre • 20 g de farine • 50 g de Maïzena • 40 g de cacao en poudre non sucré • 1 pointe de couteau de levure chimique • 1 pincée de sel.

POUR LA MOUSSE NOIX DE COCO

• 400 g de mascarpone • 150 g de lait concentré sucré • 100 g de noix de coco râpée.

POUR LE GLAÇAGE • 100 g de chocolat noir

• 150 g de pâte à tartiner • 2,5 cl d'huile de tournesol • 25 g de noix de coco râpée • Grué de cacao (facultatif).

LA GÉNOISE AU CACAO ● Préchauffez le four à 200 °C. Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Fouettez les jaunes avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Montez les blancs en neige, puis incorporez-les délicatement aux jaunes à l'aide d'une spatule. Tamisez ensemble la farine, la Maïzena, la levure, le cacao et le sel. Ajoutez petit à petit au mélange précédent sans faire retomber les blancs. Versez la préparation sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé (sur un rectangle d'environ 30 x 40 cm), lissez la surface et enfournez pour 8 min environ. Sortez la plaque du four et démoulez sur un torchon humide. Roulez la génoise avec le torchon et laissez refroidir.

LA MOUSSE NOIX DE COCO ● Au batteur électrique, fouettez le mascarpone avec le lait concentré, jusqu'à obtention d'une mousse bien aérée. Ajoutez la noix de coco, mélangez délicatement.

LE MONTAGE ● Déroulez délicatement la génoise et étalez la mousse de façon homogène sur l'ensemble de la surface. Roulez la bûche en serrant un peu, filmez-la et placez-la au frais pendant quelques heures pour qu'elle fige.

LE GLAÇAGE ● Faites fondre le chocolat puis incorporez la pâte à tartiner et l'huile de tournesol. Mélangez bien à l'aide d'une maryse. Déposez la bûche sur une grille et recouvrez-la de glaçage. Saupoudrez de noix de coco râpée et de grué de cacao. Réservez au réfrigérateur. Sortez la bûche 10 min avant de la déguster ■

>>> Entrée

FOIE GRAS AU SÉSAME,
CHUTNEY DE PATATES
DOUCES

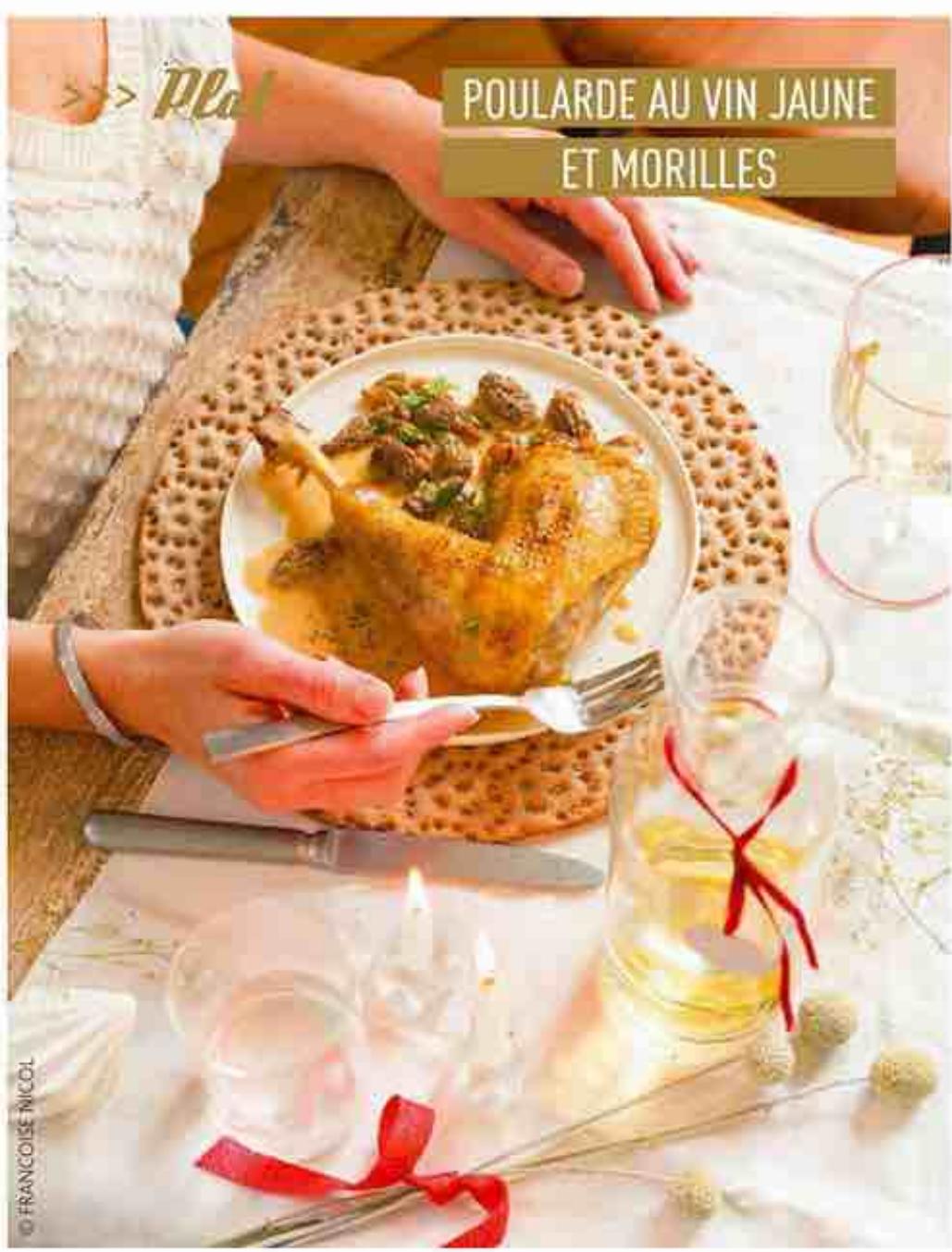


© FRANÇOISE NICOL

Menu Pouarde

>>> Plat

POULARDE AU VIN JAUNE
ET MORILLES



© FRANÇOISE NICOL

Menu Pouarde

>>> Entrée

QUEUES DE LANGOUSTE
AU BEURRE D'AGRUMES
RÔTISSÉES AU FOUR



© FRANÇOISE NICOL

Menu Pouarde

>>> Dessert

NOUGAT GLACÉ
AUX FRUITS SECS



© FRANÇOISE NICOL

Menu Pouarde

QUEUES DE LANGOUSTE AU BEURRE D'AGRUMES RÔTIES AU FOUR

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 6 MIN

2 queues de langoustes d'environ 170 g chacune • 50 g de beurre salé à température ambiante • Les zestes d'une mandarine et d'un citron vert bio • Poivre.

- Pensez à sortir le beurre à l'avance. Prélevez le zeste de la mandarine et du citron vert et incorporez-le au beurre mou. Poivrez, puis roulez le beurre en forme de boudin dans du film alimentaire. Laissez durcir au réfrigérateur.
- Allumez le gril du four. Coupez les langoustes en 2 dans le sens de la longueur et disposez-les dans un plat côté carapace. Puis, tranchez des rondelles de beurre d'agrumes et déposez-les sur les queues. Enfournez 6 min environ. Attention, si les langoustes sont plus grosses, veillez à augmenter le temps de cuisson. Servez avec des bâtonnets de carottes jaunes et de céleri sautés à la poêle ■

FOIE GRAS AU SÉSAME, CHUTNEY DE PATATES DOUCES

POUR 4 À 6 PERSONNES ET 3 POTS DE CHUTNEY

PRÉPARATION 20 MIN REPOS 12 H + 12 H CUISSON 45 MIN

1 foie gras cru déveiné de 500-600 g • 10 g de sel fin • 2 g de poivre blanc • 5 cl de cognac ou d'armagnac • 50 g de graines de sésame noir et blanc. **POUR LE CHUTNEY DE PATATES DOUCES** • 800 g de patates douces • 2 échalotes • 1 oignon • 15 g de gingembre frais • 1 demi-fève tonka • 200 g de sucre • 40 cl de jus d'orange • 15 cl de vinaigre blanc • Sel et poivre.

- **La veille**, préparez la marinade avec le sel, le poivre et l'alcool. Détachez les lobes du foie, placez-les dans un plat et arrosez-les de marinade. Couvrez et placez au réfrigérateur 12 h en retournant les lobes une fois.
- Laissez le foie se réchauffer à température ambiante. Posez-le sur un torchon humide, enroulez en serrant bien pour former un cylindre. Attachez les extrémités avec de la ficelle. Plongez-le dans un faitout d'eau bouillante salée et coupez le feu. Couvrez et laissez tiédir. Sortez le baluchon, déroulez le foie délicatement puis serrez à nouveau le torchon autour pour extraire le gras et tasser le foie. Réservez-le 12 h au frais. Torréfiez à sec les graines de sésame. Retirez le torchon et roulez le foie gras dans le sésame encore tiède en pressant pour qu'elles adhèrent. Filmez-le et réservez au réfrigérateur 2 jours avant de déguster.
- LE CHUTNEY DE PATATES DOUCES** ● Émincez les échalotes et l'oignon, épandez puis coupez les patates douces en cubes de 2 cm. Mettez le tout dans une casserole avec le reste des ingrédients. Cuisez à feu doux 45 min en mélangeant souvent. Mixez et versez dans des pots. Ce chutney se conserve 6 mois ■

NOUGAT GLACÉ AUX FRUITS SECS

POUR 6 À 8 PERSONNES

PRÉPARATION 45 MIN CUISSON 20 MIN REPOS 8 H

150 g de fruits secs (amandes, pistaches, noisettes) • 50 g d'abricots secs et cranberries • 3 blancs d'œufs • 30 cl de crème liquide entière • 150 g de sucre • 110 g de miel.

- Faites torréfier les fruits secs au four à 150 °C pendant 15 min.
- Dans une casserole, faites un caramel avec le sucre et 5 cl d'eau. Dès qu'il devient blond (thermomètre à 155 °C), coupez le feu et ajoutez les fruits secs torréfiés (gardez-en un peu pour la présentation). Mélangez bien, puis versez sur une plaque recouverte de papier sulfurisé. Une fois la préparation refroidie, déposez un torchon propre et cassez finement la nougatine à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- Commencez à monter les blancs en neige et, pendant ce temps, dans une casserole, faites bouillir le miel à 110 °C, puis versez-le en filet sur les blancs déjà fermes. Continuez de mélanger au batteur jusqu'à refroidissement total de la meringue.
- Montez la crème en chantilly. Mélangez-la ensuite avec la meringue, puis ajoutez la nougatine et la moitié des fruits secs coupés en petits morceaux. Versez dans un moule chemisé de papier sulfurisé. Placez au congélateur 8 h au minimum.
- Pour servir, démoulez et ajoutez le reste des fruits secs. Servez avec un coulis de fruit ■

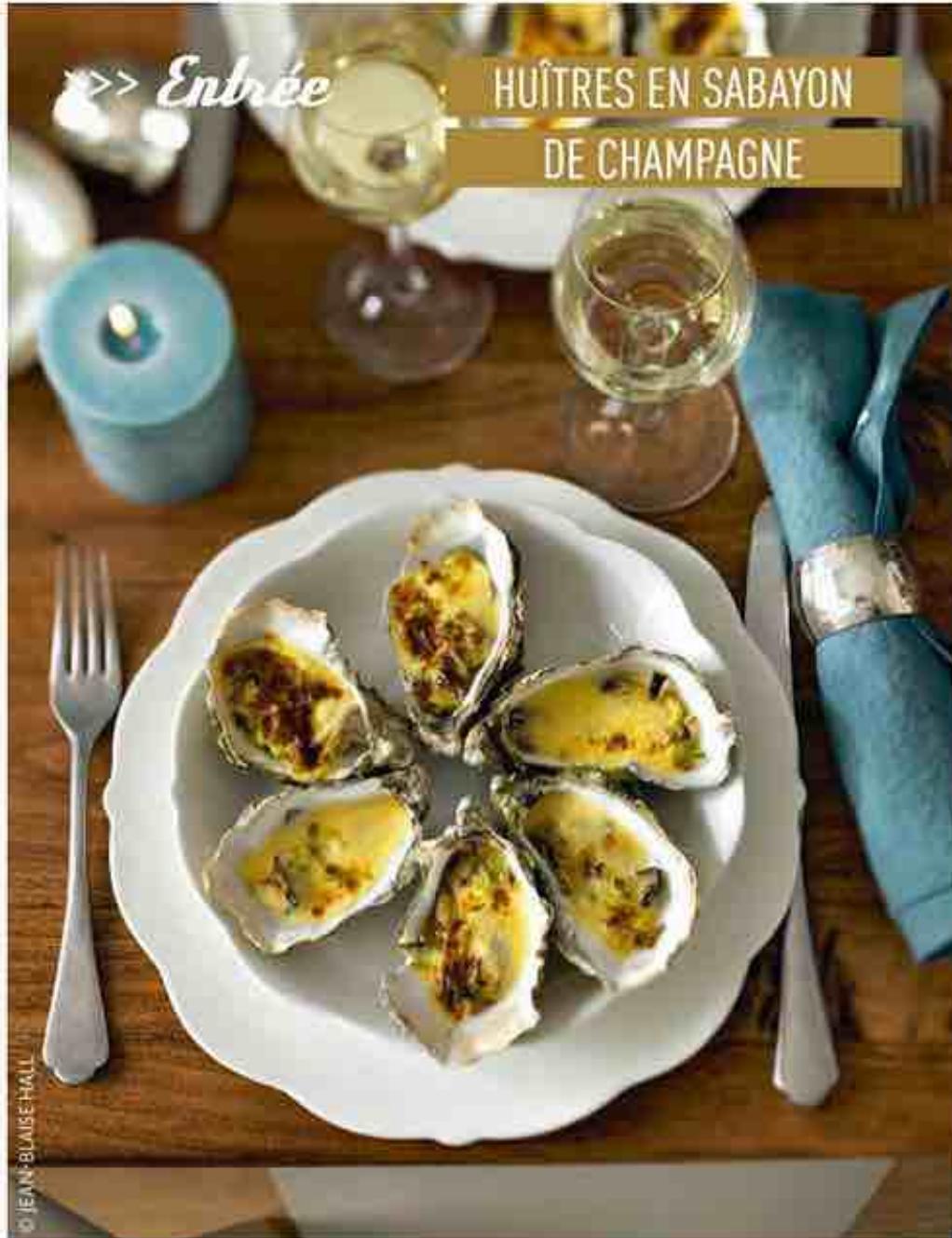
POULARDE AU VIN JAUNE ET MORILLES

POUR 6 PERSONNES

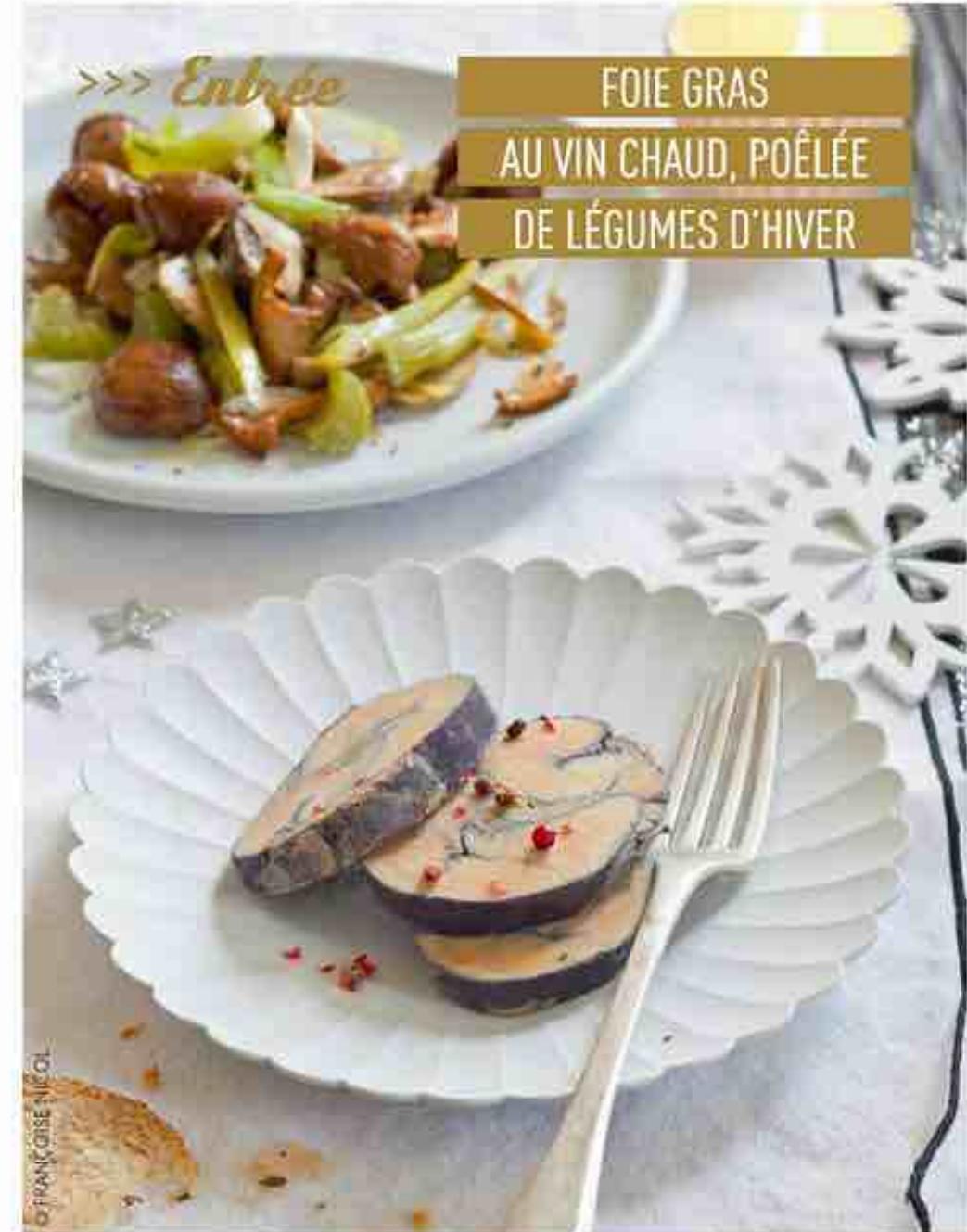
PRÉPARATION 35 MIN CUISSON 1 H 20 REPOS 3 H

1 poularde d'environ 2 kg découpée par le boucher • 50 cl de vin jaune du Jura (ou vin d'Arbois) • 20 cl de crème fraîche • 1 bouillon cube de légumes et l'eau des morilles (50 cl) • 1 oignon • 80 g de morilles séchées • 50 g de beurre salé • 2 feuilles de laurier • Cerfeuil frais • Sel et poivre.

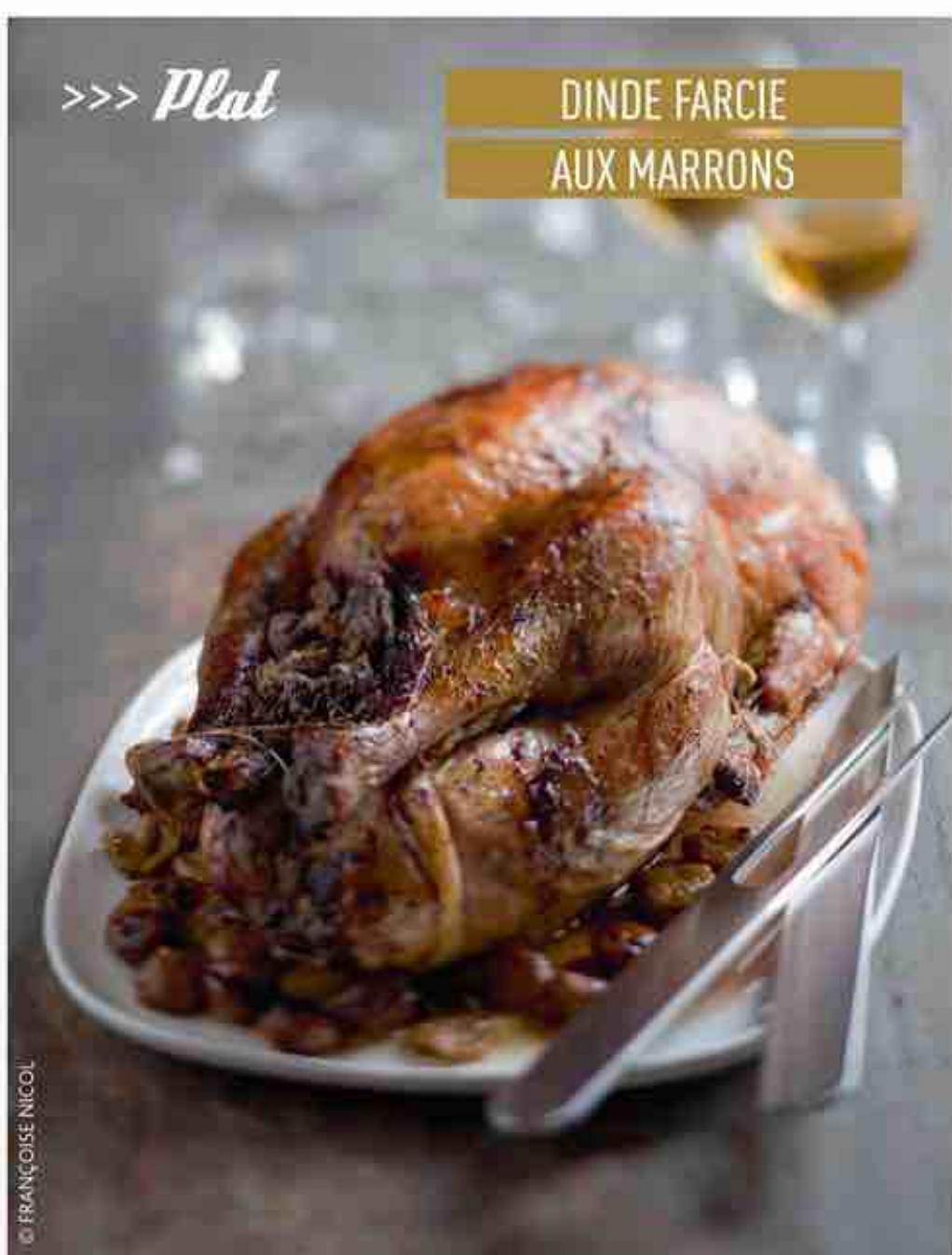
- **3 h avant**, réhydratez les morilles dans un bol d'eau tiède.
- Filtrez l'eau dans une passoire fine. Puis, versez-la dans une casserole avec les morilles et laissez cuire 10 min à feu moyen. Filtrez le jus de nouveau, réservez les morilles et ajoutez le bouillon cube au jus.
- Épluchez et émincez l'oignon. Dans une cocotte, faites dorer les morceaux de volaille dans le beurre avec le laurier. Retirez-les une fois saisis et mettez l'oignon à fondre 5 min à feu moyen. Remettez les morceaux de volaille dans la cocotte, versez le vin jaune, portez à ébullition 5 min et ajoutez le jus. Couvrez et laissez cuire pendant 45 à 50 min.
- Retirez les morceaux de poularde, réservez-les au chaud. Puis faites réduire le liquide de cuisson aux 2/3, incorporez la crème fraîche et les morilles. Laissez bouillir 2 min. Servez les morceaux de volaille avec la sauce, vérifiez l'assaisonnement. Parsemez de cerfeuil.
- Accompagnez avec des panais ou des carottes ■



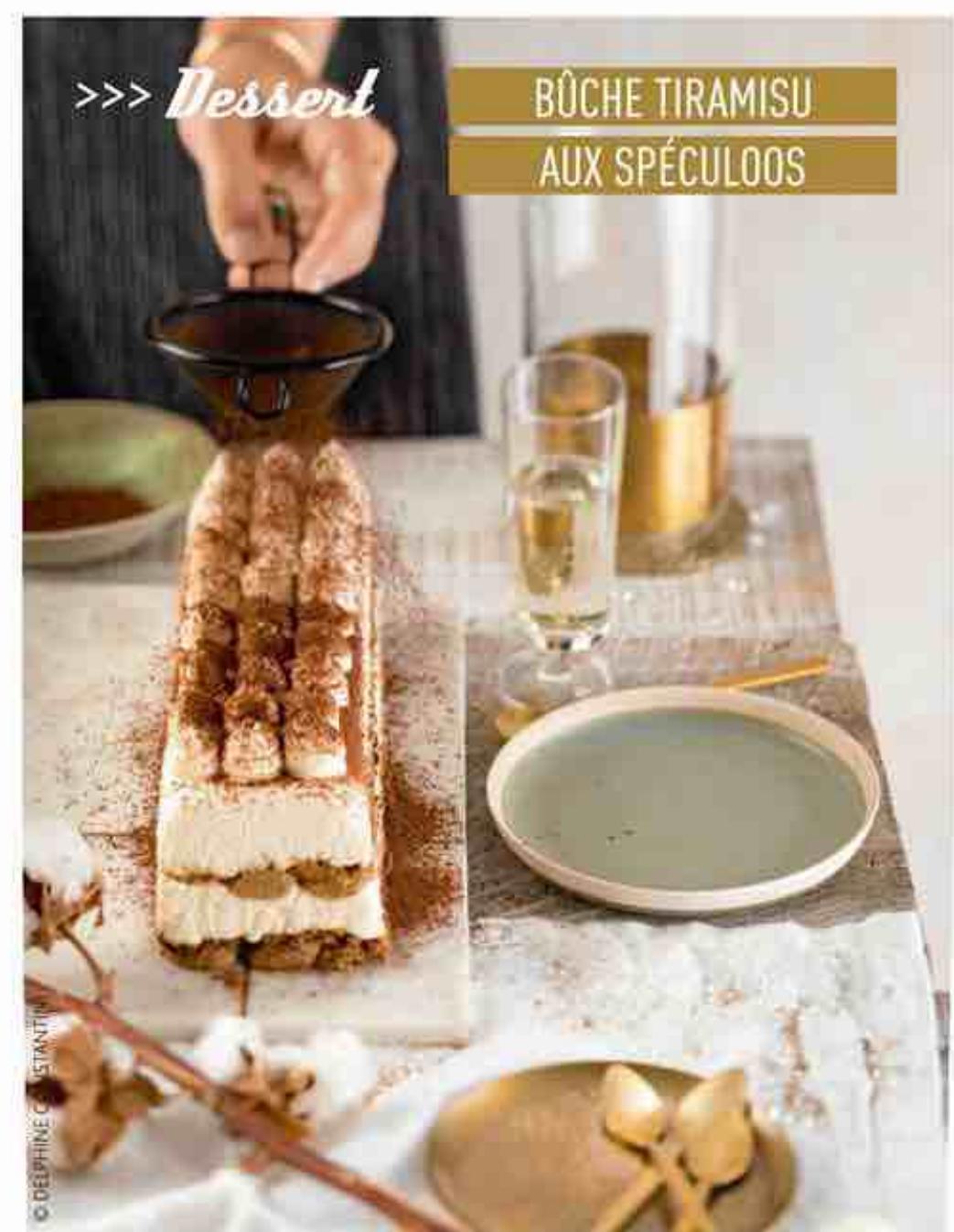
Menu Dinde farcie



Menu Dinde farcie



Menu Dinde farcie



Menu Dinde farcie

FOIE GRAS AU VIN CHAUD, POËLÉE DE LÉGUMES D'HIVER

POUR 4 À 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN REPOS 1 H CUISSON 20 MIN

1 foie gras cru déveiné de 600 g environ • 1 bouteille de vin rouge (type gaillac) • 1 c. à soupe de sucre • 8 g de sel fin • 2 g de poivre moulu • 20 g de gingembre frais • 3 graines de cardamome • 1 demi-bâton de cannelle • Le zeste d'une orange. **POUR LA POËLÉE DE LÉGUMES D'HIVER** • 80 g de beurre salé • 200 g de marrons cuits • 5 petits poireaux • 2 branches de céleri • 300 g de champignons (cèpes, girolles, pleurotes...) • Sel et poivre.

- Séparez les lobes et répartissez dessus le sel et le poivre. Refermez-les, filmez-les. Réservez 1 h à température ambiante.
- Portez le vin à ébullition avec le sucre, le gingembre épluché et tranché, les zestes d'orange et les épices. Plongez-y le foie sans le film et coupez le feu. Couvrez et laissez refroidir. Sortez le foie, filmez-le bien serré pour former un cylindre et conservez-le au réfrigérateur 2-3 jours avant de le déguster.

LA POËLÉE DE LÉGUMES D'HIVER

- Coupez les poireaux en tronçons puis en quatre dans la longueur, coupez le céleri et les champignons en lamelles.
- Faites fondre le beurre salé dans une sauteuse, commencez par faire dorer les champignons. Après quelques minutes, ajoutez les poireaux et le céleri branche, mélangez et laissez cuire 5 min à feu moyen.
- Ajoutez les marrons, couvrez et poursuivez la cuisson 5 min. Poivrez et ajoutez du sel si besoin ■

HUÎTRES EN SABAYON DE CHAMPAGNE

POUR 6 PERSONNES PRÉPARATION 40 MIN CUISSON 15 MIN

3 douzaines d'huîtres • 30 cl de champagne • 3 poireaux • 4 échalotes • 30 g de beurre • 6 jaunes d'œufs • 40 g de beurre pour le beurre clarifié • Sel, poivre.

- Ciselez les échalotes. Émincez finement les poireaux. Dans une poêle, faites suer quelques minutes dans le beurre les échalotes puis les poireaux. Salez, poivrez. Mélangez et réservez.
- Ouvrez les huîtres, retirez la première eau. Réservez la chair entière. Récupérez la seconde eau dans une casserole et ajoutez la moitié du champagne.
- Rincez les coquilles, disposez-les dans un grand plat à gratin de façon à ce qu'elles soient bien stables (vous pouvez utiliser un peu de gros sel pour vous y aider). Disposez dans chaque coquille une huître entière et un peu de fondue de poireaux. Préparez le beurre clarifié en faisant fondre le beurre puis en retirant le petit-lait.
- Dans une casserole, versez les jaunes d'œufs, ajoutez la moitié du champagne restant (7,5 cl). Chauffez à feu doux en fouettant constamment et en formant un 8 avec votre fouet pour mélanger la totalité du sabayon. Petit à petit, le sabayon devient mousseux et s'épaissit. Lorsque vous pouvez former un creux dans le sabayon et qu'il est onctueux, retirez du feu (ne le cuisez pas trop fort, sinon gare à l'omelette). Salez, poivrez. Incorporez le beurre clarifié et le champagne en fouettant à nouveau.
- Remplissez chaque huître de sabayon. Passez le plat sous le gril du four pendant quelques minutes, pour saisir les huîtres et dorer le sabayon. Servez immédiatement ■

BÛCHE TIRAMISU AUX SPÉCULOOS

POUR 8 PERSONNES

PRÉPARATION 1 H CUISSON 1 MIN RÉFRIGÉRATION 1 NUIT

20 biscuits à la cuillère • 25 spéculoos • Cacao en poudre non sucré. **POUR LE SIROP** • 6 tasses de café expresso • 2 c. à soupe d'amaretto. **POUR LA CRÈME AU MASCARPONE** • 375 g de mascarpone • 30 cl de crème fraîche liquide entière très froide • 3 œufs • 75 g de sucre • 4,5 feuilles de gélatine.

- Mélangez les 6 tasses d'expresso à l'amaretto. Laissez tiédir. **LA CRÈME** ● Réhydratez la gélatine. Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Fouettez les jaunes avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Prélevez 1 c. à soupe de mascarpone, faites-le chauffer, puis ajoutez la gélatine essorée. Mélangez. Incorporez le reste de mascarpone aux jaunes blanchis, puis ajoutez la gélatine mêlée au mascarpone. Laissez refroidir. Montez la crème liquide en chantilly et incorporez-la au mélange précédent. Montez les blancs en neige, ajoutez-les délicatement. **LE MONTAGE** ● Garnissez un moule à cake avec du film alimentaire. Versez une couche de crème au mascarpone dans le moule, puis ajoutez 15 spéculoos concassés. Imbibez de sirop la moitié des biscuits à la cuillère et disposez-les par-dessus. Réservez la moitié de la crème restante. Mélangez le reste des spéculoos concassés à l'autre moitié et faites une couche dans le moule. Terminez par une couche de biscuits à la cuillère imbibés de sirop. Réservez au frais 1 nuit.
- Détez le reste de crème au fouet, puis appliquez-la avec une poche à douille sur la bûche démolée. Saupoudrez de cacao ■

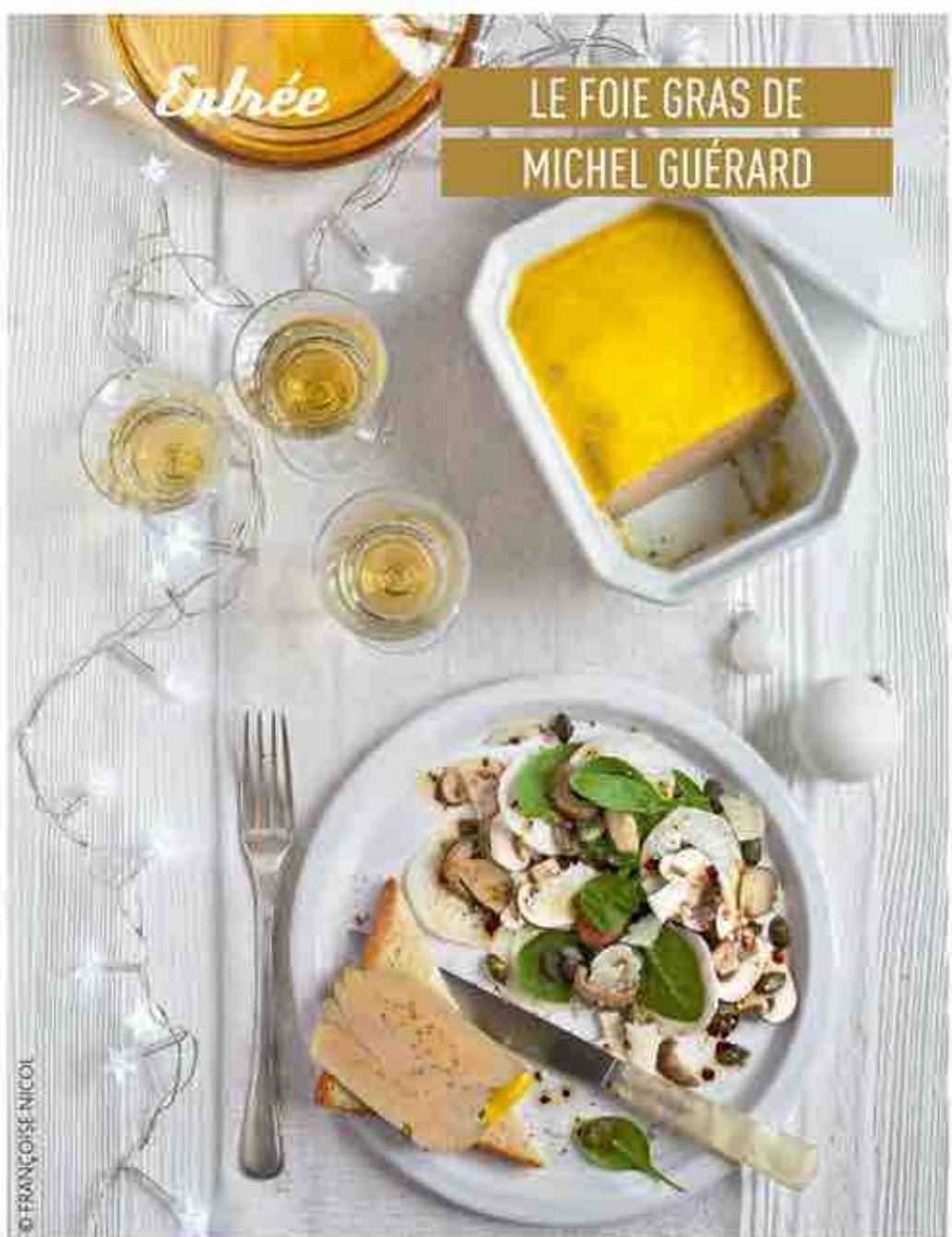
DINDE FARCI AUX MARRONS

POUR 6 PERSONNES

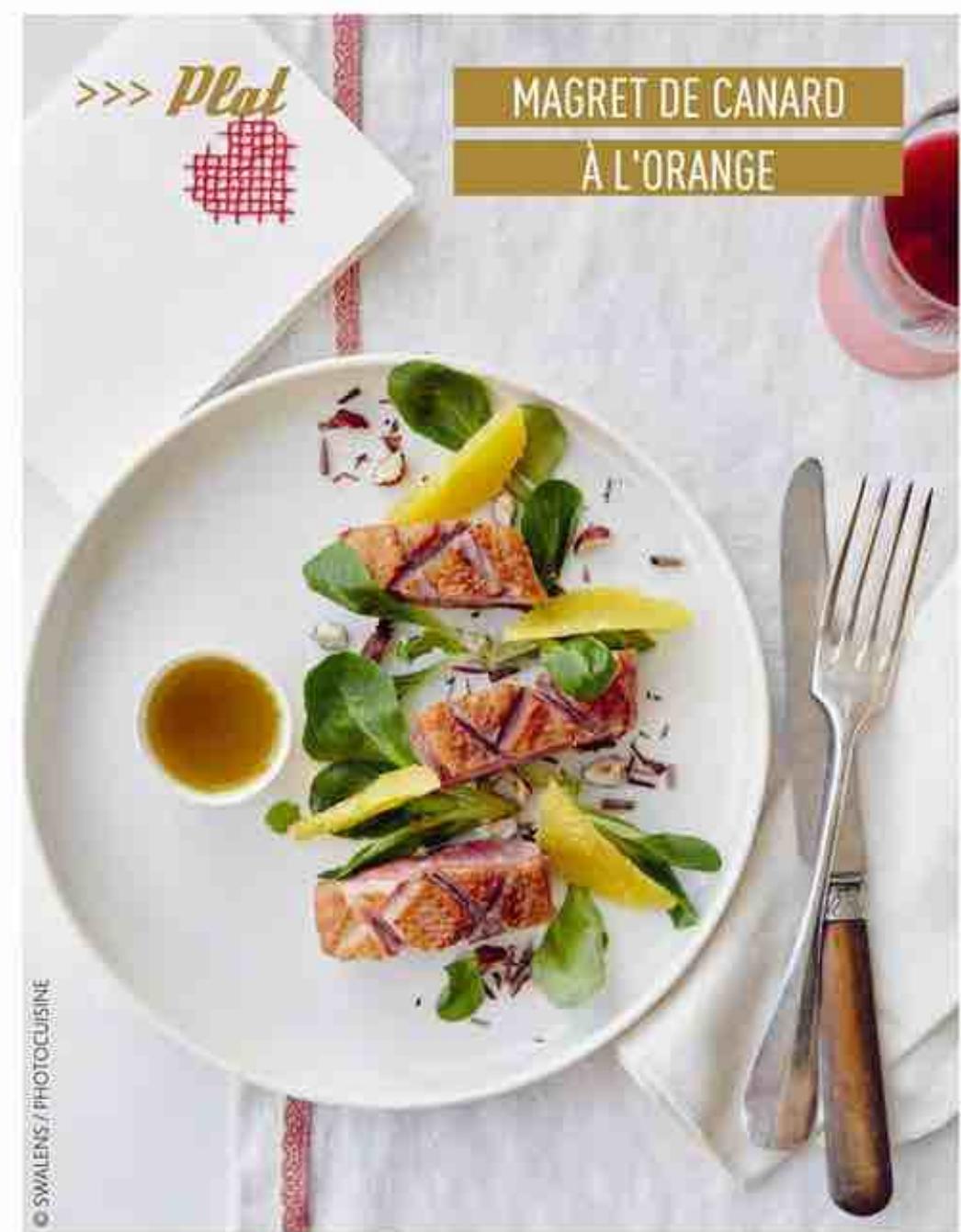
PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 2 H 30 REPOS 15 MIN

1 dinde fermière de 3 kg • 250 g de foies de volaille déveinés • 120 g de foie gras mi-cuit • 400 g de marrons cuits • 60 g de cerneaux de noix • 1 échalote • 60 g de mie de pain blanc ou brioché • 25 cl de lait • 1 œuf battu • 50 g de beurre • 3 c. à soupe de cognac • 1 c. à café de noix de muscade • Sel et poivre.

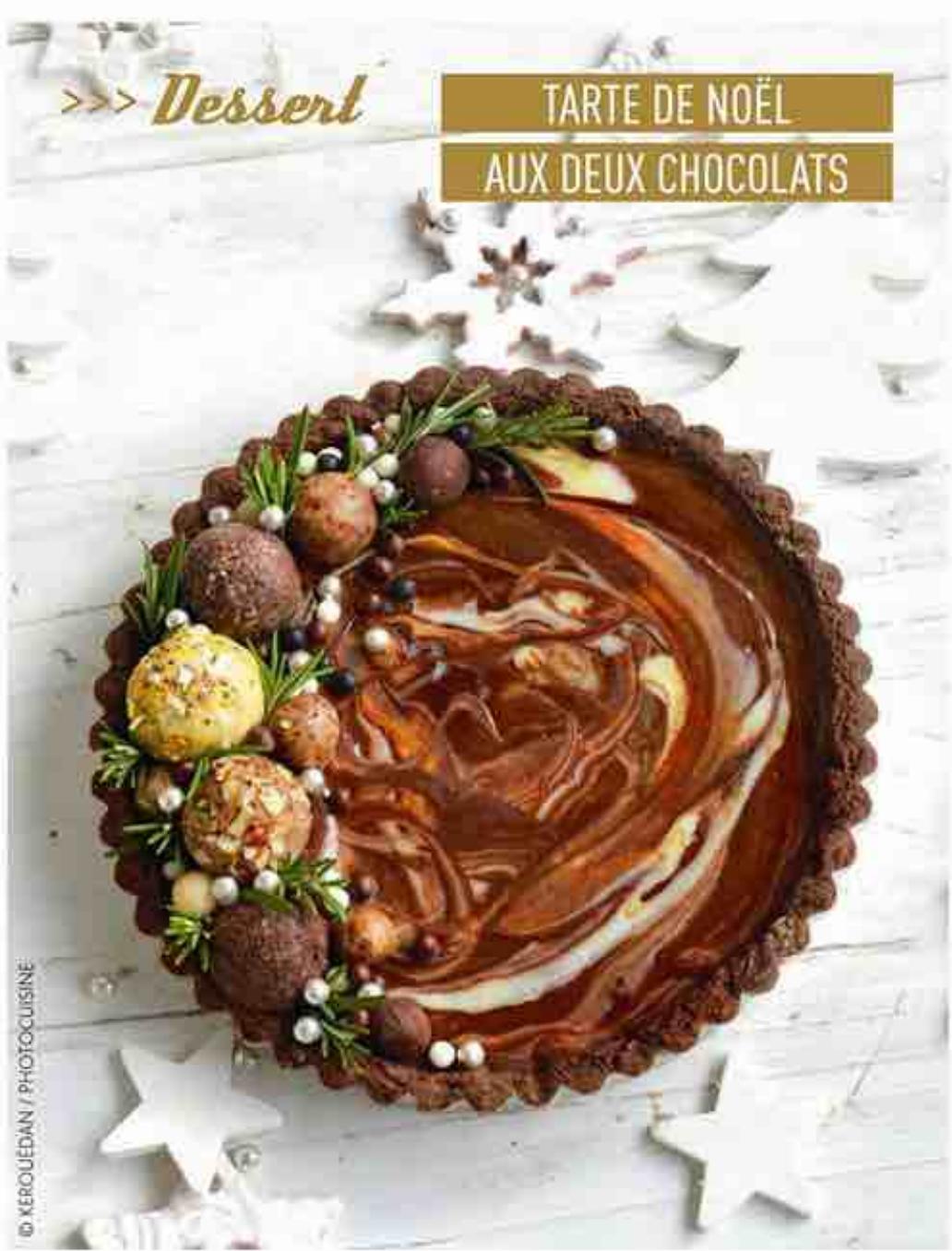
- Ciselez l'échalote. Faites-la suer 2 à 3 min dans 15 g de beurre. Ajoutez les foies de volaille. Faites-les raidir 2 min à feu vif. Salez, poivrez. Coupez-les, ainsi que le foie gras, en dés. Hachez les noix et 150 g de marrons. Mettez le tout dans un saladier.
- Faites tremper la mie de pain dans le lait, pressez-la pour l'égoutter. Ajoutez-la dans le saladier avec l'œuf, la muscade et 2 c. à soupe de cognac. Salez, poivrez. Mélangez.
- Farcissez la dinde de ce mélange et fermez l'ouverture avec des piques en bois. Salez, poivrez. Ficelez la dinde. Mettez-la dans un plat à rôtir. Enduissez-la de beurre. Mettez le plat dans le four froid. Allumez-le sur 180 °C et laissez cuire 1 h 30. Arrosez souvent la dinde de son jus allongé de 1 à 2 c. à soupe d'eau. Ajoutez le reste des marrons. Poursuivez la cuisson 1 h à 160 °C.
- Laissez ensuite reposer la dinde 15 min à la verticale dans un saladier, tête en bas, afin que le jus se répartisse dans la chair des filets. Réservez les marrons au chaud. Dégraissez le jus. Déglacez avec 10 cl d'eau froide. Faites bouillir et réduire en grattant les sucs. Rehaussez de 1 c. à soupe de cognac. Présentez ce jus avec la dinde entourée des marrons ■



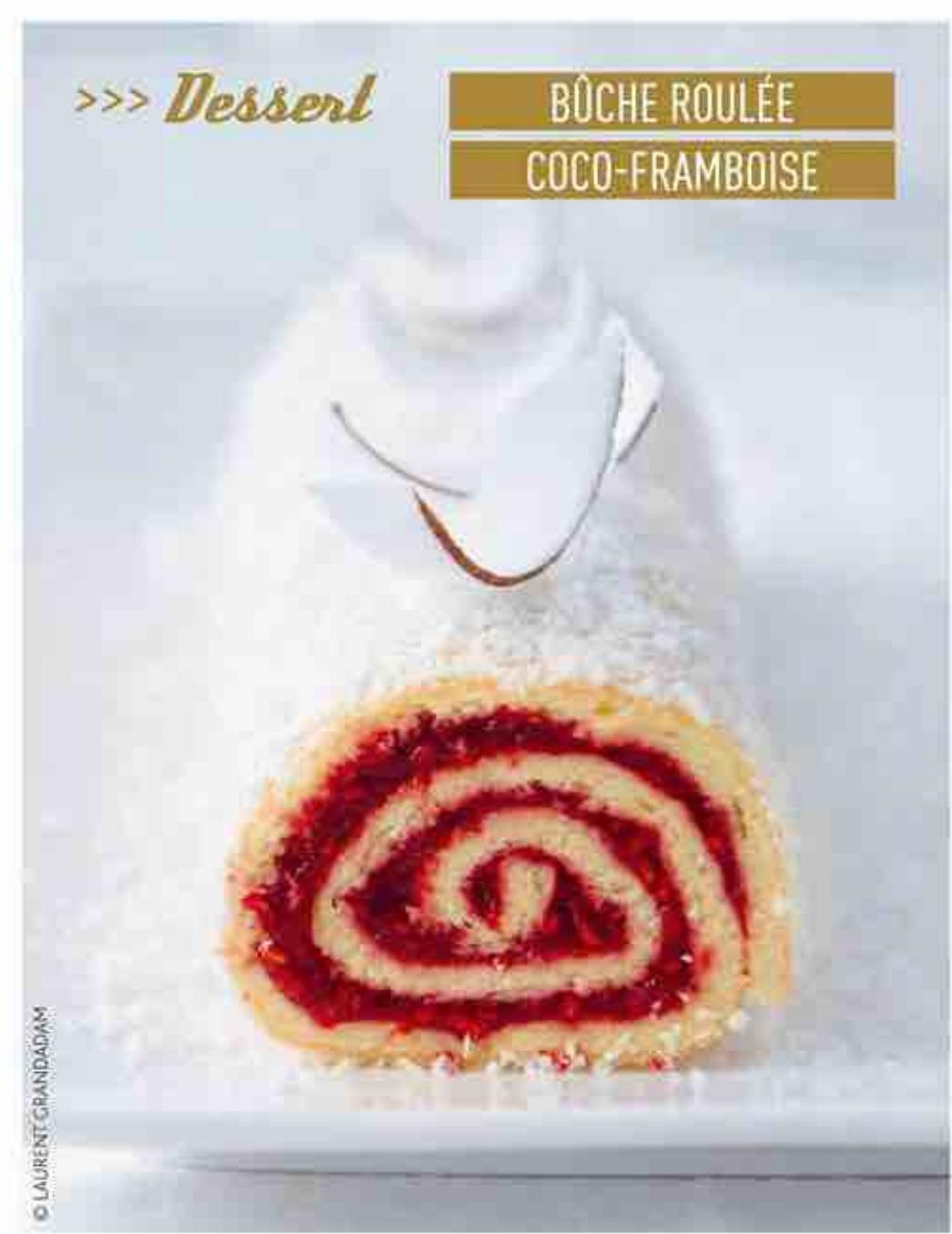
Menu Magret de canard



Menu Magret de canard



Menu Magret de canard



Menu Magret de canard

MAGRET DE CANARD À L'ORANGE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN REPOS 30 MIN CUISSON 20 MIN

3 magrets de canard • 40 g de noisettes • 3 oranges • 150 g de mâche • 3 c. à soupe d'huile d'olive • 2 c. à soupe de vinaigre de cidre • 1 c. à soupe de miel • 1 c. à café de quatre-épices • Sel, poivre.

- Prélevez les suprêmes des oranges et recueillez le jus restant. Mélangez le jus avec le miel, le quatre-épices, salez et poivrez. Entaillez les magrets côté peau et mettez-les dans un plat. Arrosez-les de marinade à l'orange. Réservez 30 min au frais.
- Égouttez les magrets, puis faites-les cuire à sec sur un gril en fonte 10 min côté peau. Jetez la graisse rendue, puis retournez les magrets. Faites-les cuire 5 min de l'autre côté et réservez-les 10 min sur un plat sous une feuille de papier aluminium.
- Faites griller les noisettes à sec dans une poêle, puis hachez-les grossièrement. Dans un bol, mélangez l'huile, le vinaigre, salez, poivrez.
- Coupez les magrets en tranches épaisses. Dressez-les avec la salade et les oranges. Servez avec la vinaigrette ■

LE FOIE GRAS DE MICHEL GUÉRARD

POUR 6 À 8 PERSONNES

PRÉPARATION 40 MIN REPOS 12 H CUISSON 40 MIN

2 lobes de foie gras cru déveinés de 500 g chacun • 4 g de sel fin • 2 g de poivre blanc • 1 pincée de quatre-épices • 1 pincée de noix de muscade • 1 c. à café de sucre en poudre • 2,5 cl de porto • 1,5 cl de xérès • 1,5 cl d'armagnac.

- La veille, détachez les lobes des foies gras, placez-les dans un plat. Mélanger les alcools, le sel, le poivre, les épices et le sucre. Versez-les sur les lobes, couvrez et laissez mariner au frais 12 h, en retournant les lobes au moins une fois. Sortez-les 1 h avant la cuisson afin qu'ils soient à température ambiante.
- Préchauffez le four à 120 °C. Préparez un plat avec de l'eau chaude pour le bain-marie. Placez-le dans le four. Vérifiez la température de l'eau avec un thermomètre, elle doit être à 75 °C.
- Tassez les lobes dans une terrine puis posez celle-ci dans le plat du bain-marie. La température va descendre à 70 °C, maintenez-la à cette température pendant la durée de cuisson de 40 min. N'hésitez pas à rajouter de l'eau froide si l'eau est trop chaude ou, à l'inverse, de l'eau bouillante si la température baisse.
- Sortez la terrine du four et récupérez le gras, filtrez-le, puis réservez-le et laissez-le tiédir. Versez une partie du gras dans la terrine et pressez avec une plaquette de bois ou de carton emballée de film alimentaire aux dimensions adéquates et déposez un poids dessus. Lorsque la terrine est refroidie, placez-la au réfrigérateur. Dégustez-la le 3^e jour, elle sera meilleure. Elle peut se conserver 1 semaine ■

BÛCHE ROULÉE COCO-FRAMBOISE

POUR 6 À 8 PERSONNES

PRÉPARATION 45 MIN CUISSON 10 MIN

POUR LE BISCUIT • 85 g de sucre glace • 85 g de noix de coco râpée • 1 œuf • 3 jaunes d'œufs • 30 g de farine • 5 blancs d'œufs • 35 g de sucre semoule. **POUR LE CONFIT DE FRAMBOISES** • 320 g de framboises • 95 g de sucre • 4 g de pectine NH • 1 citron. **POUR LE DÉCOR** • Noix de coco.

LA VEILLE LA PRÉPARATION DU BISCUIT

- Préchauffez le four à 210 °C. Mélangez au batteur, à vitesse moyenne, le sucre glace, la noix de coco, les œufs et la farine, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Montez les blancs en neige et incorporez le sucre semoule. Mélangez les deux préparations et étalez la pâte obtenue sur une plaque de cuisson couverte d'une feuille de papier sulfurisé.
- Faites cuire le biscuit 5 à 7 min au four, jusqu'à ce qu'il blondisse, sans dessécher. Laissez-le refroidir.

LE CONFIT DE FRAMBOISES

- Dans une casserole, faites tiédir les framboises avec 50 g de sucre. Incorporez le sucre restant mélangé à la pectine NH. Portez à ébullition pendant 3 min sans cesser de remuer. Ajoutez le jus du citron. Réservez, filmez au contact et placez au frais.

LE JOUR MÊME LE DRESSAGE

- Retournez le biscuit pour décoller la feuille de cuisson. Étalez le confit sans atteindre les bords. Roulez-le dans la largeur, en serrant bien. Humidifiez le biscuit avec un pinceau et parsemez de noix de coco. Coupez les extrémités de la bûche ■

TARTE DE NOËL AUX DEUX CHOCOLATS

POUR 8 PERSONNES

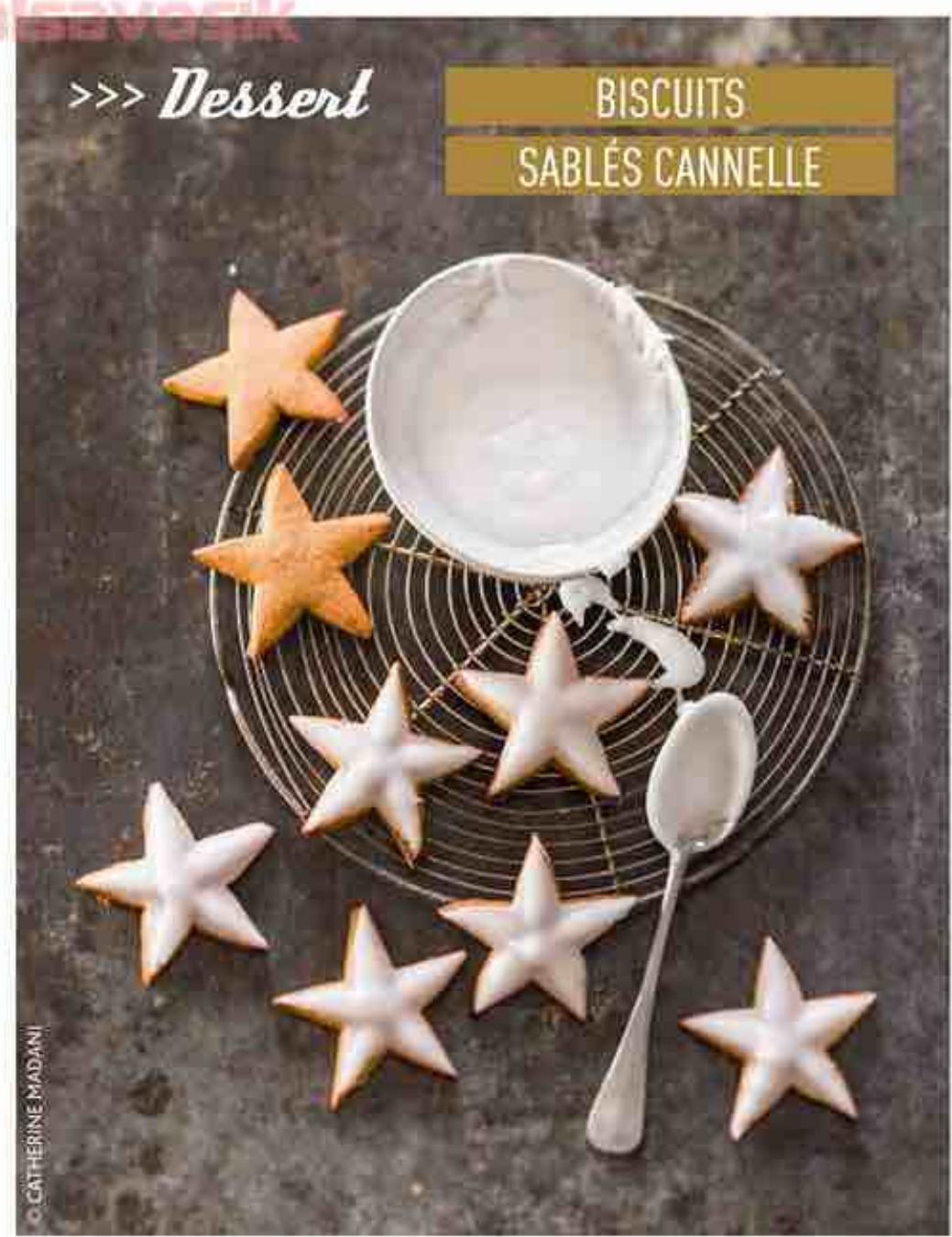
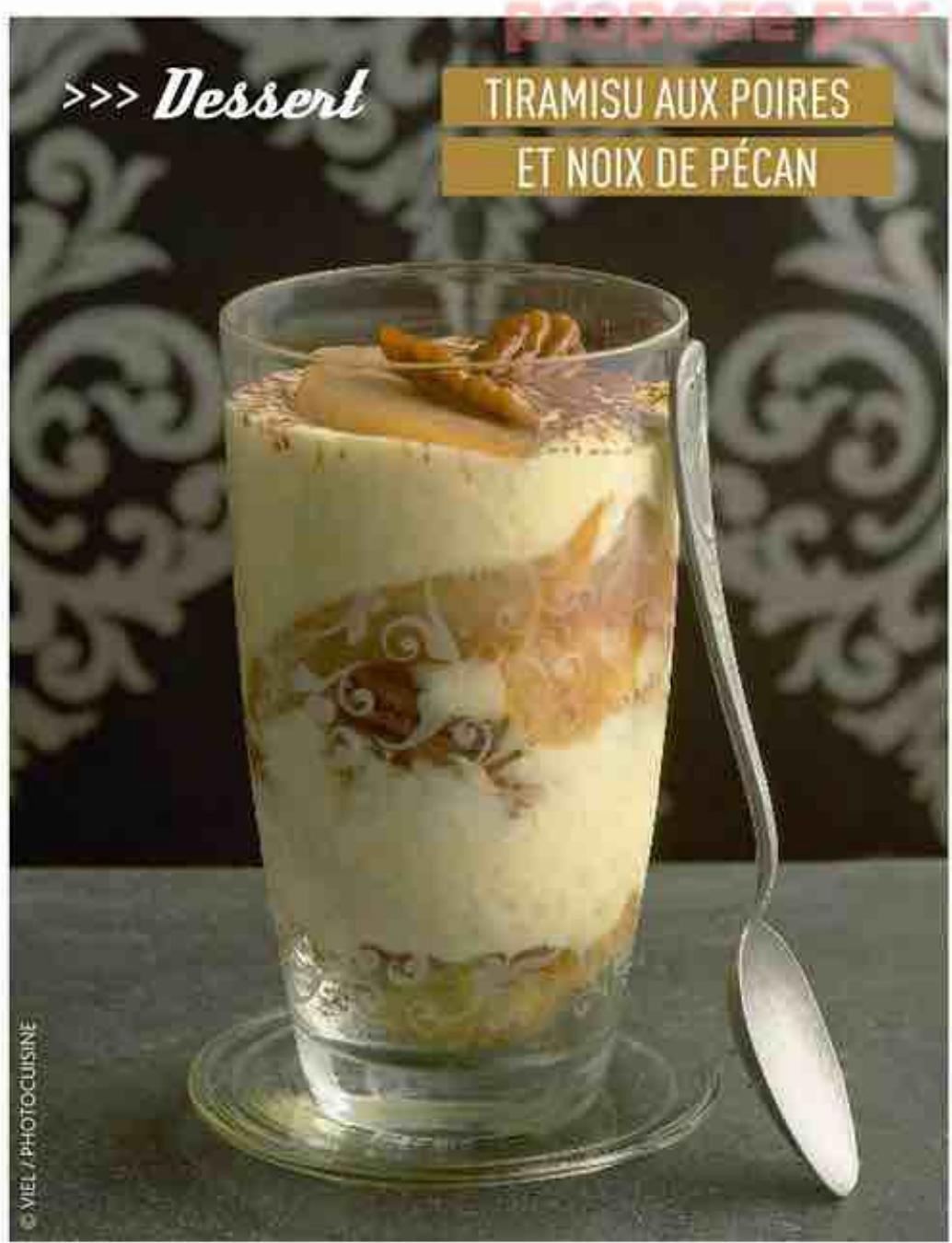
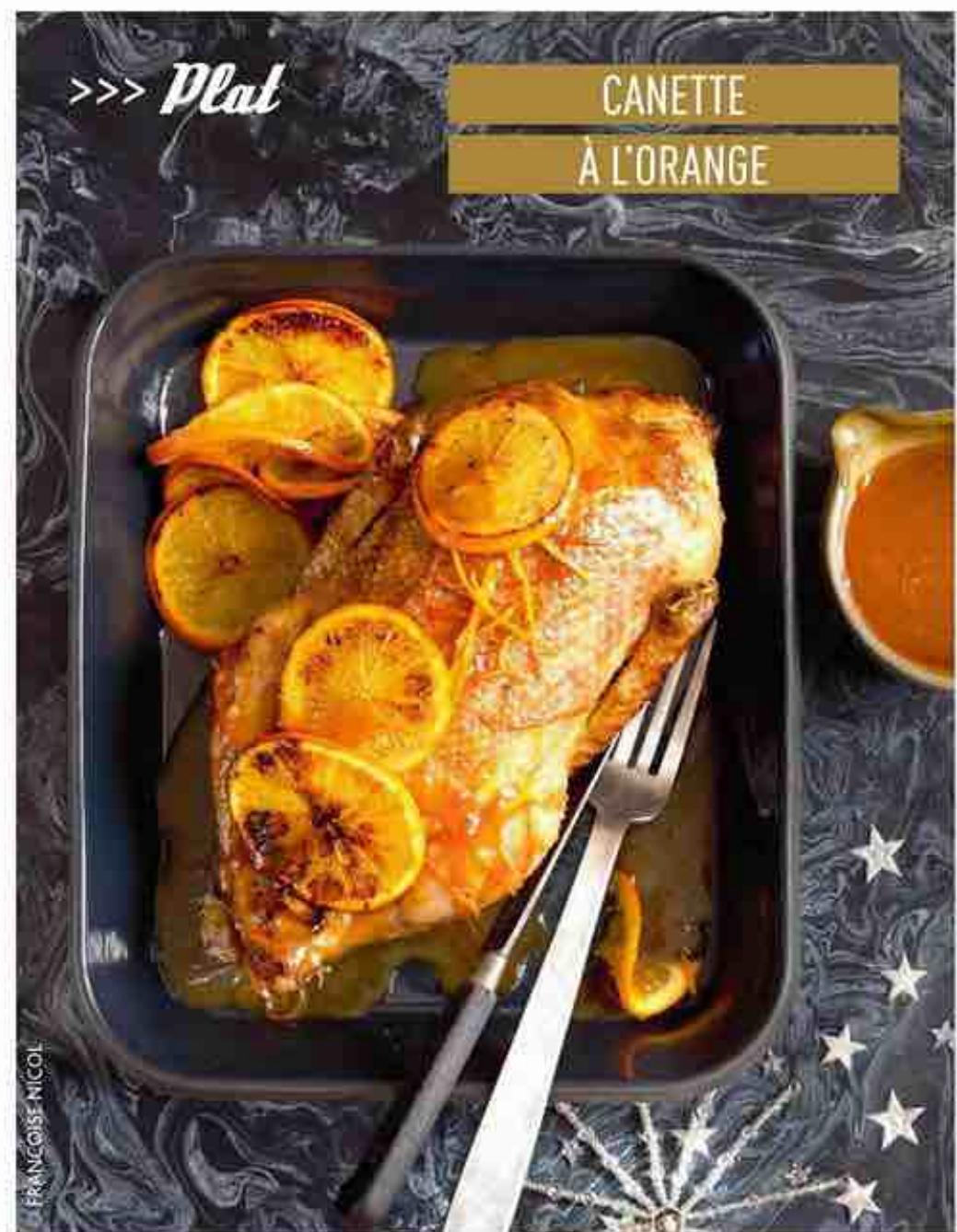
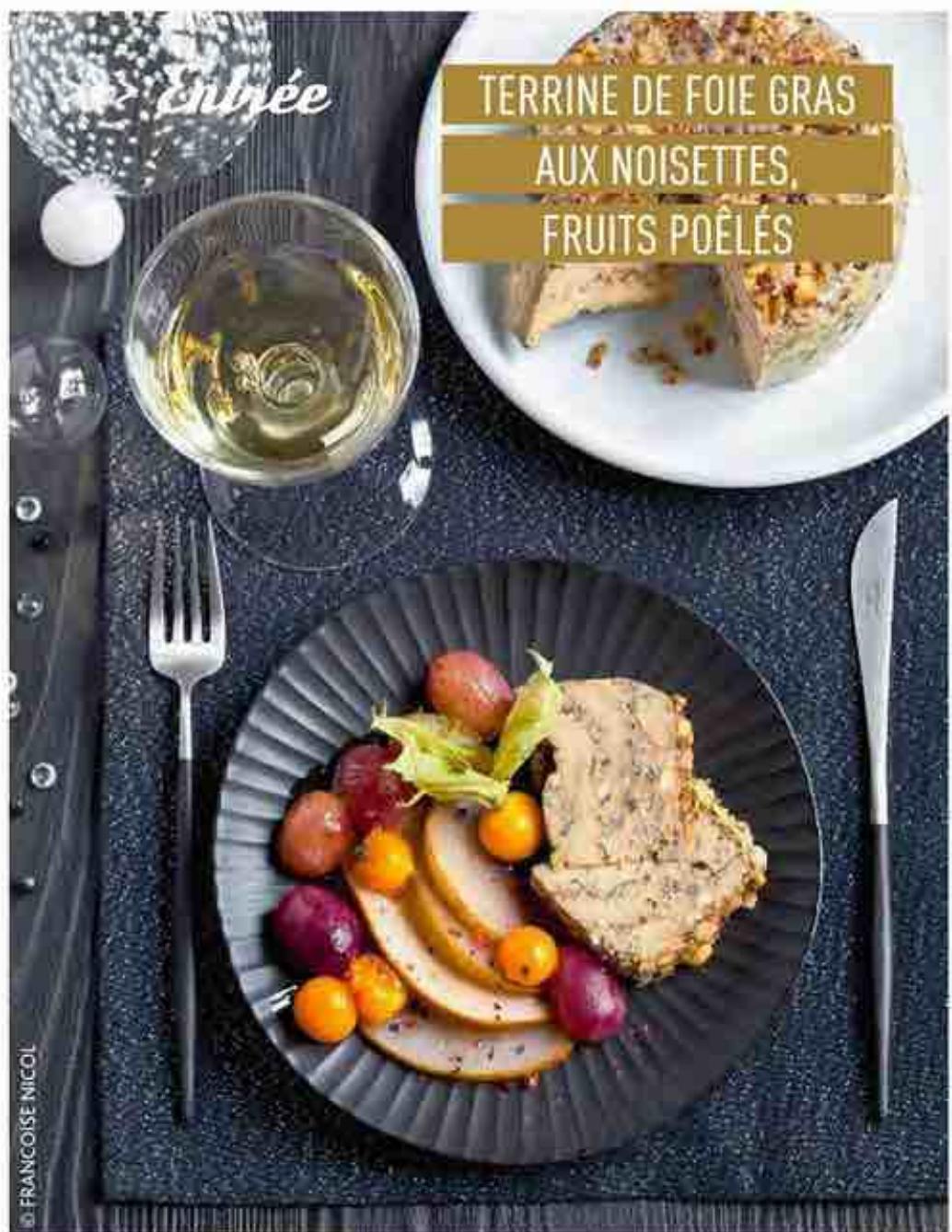
PRÉPARATION 1 H REPOS 3 H CUISSON 30 MIN

125 g de beurre demi-sel • 130 g de sucre glace tamisé • 230 g de farine • 20 g de cacao en poudre • 30 g de poudre d'amande • 1 œuf. **POUR LES GANACHES** • 220 g de chocolat noir • 50 g de chocolat blanc • 30 cl de crème liquide • 20 g de miel.

- Dans la cuve du robot mettez la farine, le sucre, le cacao, la poudre d'amande et le beurre froid en dés. Procédez au sablage. Ajoutez l'œuf et mélangez afin d'obtenir une pâte. Formez une boule que vous aplatissez, filmez et laissez reposer au frigo 1 h.
- Préchauffez le four à 200 °C. Farinez un plan de travail et étalez la pâte pour garnir un moule à tarte légèrement beurré et fariné. Recouvrez le fond de tarte de papier cuisson et ajoutez des billes de cuisson. Baissez le four à 150 °C et enfournez pour 20 min. Retirez le papier et les billes de cuisson et enfournez 10 min pour finir la cuisson. Laissez refroidir sans démouler.

LES GANACHES ● Faites chauffer 20 cl de crème liquide avec le miel. À la première ébullition, versez sur le chocolat noir coupé en morceaux. Mélangez délicatement la ganache en partant du milieu vers l'extérieur. Veillez à ne pas incorporer d'air.

- Faites chauffer le restant de crème liquide et versez dès ébullition sur le chocolat blanc, mélangez comme pour la ganache au chocolat noir. Versez la ganache au chocolat noir dans le fond de tarte, puis versez celle au chocolat blanc délicatement et faites des marbrures avec un cure-dent. Placez au frigo pendant 2 h avant démoulage. Décorez avec des truffes ■



Menu Canette à l'orange

Menu Canette à l'orange

CANETTE À L'ORANGE

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 1H 15 CUISSON 1H REPOS 15 MIN

1 canette de 2 kg • 3 oranges bio • 2 carottes • 60 g de sucre
+ 1 c. à soupe • 1 oignon • 1 bouquet garni • 2 c. à soupe d'huile de tournesol • 10 cl de Grand Marnier • 6 cl de vinaigre de vin • 10 cl de vin blanc • 30 cl de fond de veau • Sel, poivre.

- Préchauffez le four à 200 °C. Dans une cocotte allant au four, faites dorer la canette sur toutes ses faces dans de l'huile. Retirez la graisse et ajoutez les carottes taillées en dés, l'oignon émincé, le bouquet garni, puis mouillez avec le vin blanc. Enfournez pour 50 min.
- Taillez les zestes d'1 orange en bâtonnets, avant de les blanchir 1 min dans l'eau bouillante. Égouttez-les.
- Dans une casserole, faites fondre à sec 60 g de sucre, quand le caramel se forme, versez le vinaigre, continuez de mélanger sur feu doux, puis ajoutez 25 cl de jus d'orange et les zestes. Remuez jusqu'à obtention d'une sauce lisse. Faites réduire, puis réservez la sauce aigre-douce sur feu doux.
- Retirez la canette cuite de la cocotte et emballez-la dans du papier aluminium, réservez dans le four éteint. Sur le feu, déglacez les sucs de la cocotte avec le Grand Marnier, puis ajoutez le fond de veau, remuez et laissez frémir quelques minutes, filtrer et assaisonnez. Incorporez ce jus à la sauce aigre-douce et laissez encore réduire 5 min.
- Laissez reposer la canette encore au chaud 15 min. Décorez avec les rondelles d'orange saupoudrées de sucre et passées sous le gril du four quelques minutes, puis servez avec la sauce ■

BISCUITS SABLÉS CANELLE

POUR 20 BISCUITS ENVIRON

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 10 MIN REPOS 30 MIN

200 g de farine type T45 • 100 g de beurre mou • 100 g de vergeoise brune • 30 g de sucre semoule • 1 cl de lait • ½ œuf • 1 c. à café de cannelle en poudre • 1 c. à café rase de levure chimique • 1 pincée de sel.

POUR LE GLAÇAGE BLANC • 10 cl de jus de citron pour environ 300 g de sucre glace (on peut remplacer le jus de citron par 1 blanc d'œuf).

- Dans un saladier, mélangez le beurre mou, le sucre semoule, la vergeoise et le sel. Incorporez l'œuf et le lait. Ajoutez la farine tamisée avec la cannelle et la levure chimique. Mélangez. Dès que la pâte est homogène, enveloppez-la dans du film alimentaire et laissez reposer au réfrigérateur 30 min.
- Préchauffez le four à 180 °C. Sortez la pâte, étalez-la avec un rouleau à pâtisserie sur une épaisseur de 3 mm. Détaillez-la à l'emporte-pièce et placez les biscuits sur une plaque de cuisson couverte de papier sulfurisé. Enfournez pour une dizaine de minutes.

LE GLAÇAGE BLANC ● Dans un saladier, versez petit à petit le jus de citron sur le sucre glace en remuant avec une spatule en bois. Le mélange doit être crémeux.

- Pour appliquer ce glaçage sur les biscuits, plongez-les directement dedans et laissez-les s'égoutter sur une grille ou étalez le glaçage délicatement à la spatule ■

TERRINE DE FOIE GRAS AUX NOISETTES,

FRUITS POËLÉS

POUR 4 À 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN REPOS 2 H CUISSON 2 MIN + 10 MIN

1 foie gras cru déveiné de 600 g environ • 7 g de sel fumé • 1 g de poivre moulu • 200 g de noisettes. POUR LES FRUITS POËLÉS • 20 physalis • 300 g de raisins noirs • 2 belles poires bio • ½ citron • 1 c. à soupe de miel • 1 c. à soupe de vinaigre de xérès • 50 g de beurre salé • Poivre.

- Mélangez le sel fumé et le poivre. Détachez les lobes, assaisonnez-les sur toutes leurs faces et filmez-les. Laissez-les 2 h au frais puis coupez-les en tranches de 2 cm d'épaisseur. Passez-les dans les noisettes grossièrement hachées, réservez.
- Chemisez un moule de papier sulfurisé ou de film alimentaire. Saisissez à la poêle les tranches de foie gras, 1 min de chaque côté à feu doux puis tassez-les à plat dans le moule au fur et à mesure. Pressez la terrine avec une plaquette filmée de bois ou de carton, aux dimensions du moule. Placez un poids par-dessus le temps que le foie gras refroidisse. Retirez la presse, couvrez et conservez au réfrigérateur 3 jours avant de déguster.

LES FRUITS POËLÉS

- Lavez les raisins et les poires. Coupez des lamelles de poires, arrosez-les de jus de citron. Dans une poêle, faites fondre le beurre à feu vif, ajoutez tous les fruits, mélangez et ajoutez le vinaigre. Après 3 min, ajoutez le miel, poivrez et continuez la cuisson à feu moyen 5 à 8 min. Rectifiez l'assaisonnement en fleur de sel si besoin ■

TIRAMISU AUX POIRES ET NOIX DE PÉCAN

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 5 MIN

RÉFRIGÉRATION 12 H

350 g de mascarpone • 3 œufs extra-frais • 85 g de sucre • 2 grosses poires • 100 g de noix de pécan • 30 g de beurre • 12 fines tranches de génoise ou de quatre-quarts • 2 c. à soupe de miel • 3 cl de liqueur de poire • 2 c. à soupe de cacao en poudre.

- Pelez, épépinez et coupez les poires en petits dés. Faites chauffer le beurre dans une poêle. Ajoutez le miel et les poires et faites caraméliser quelques minutes sur feu vif. Ajoutez les noix de pécan concassées. Mélangez et laissez refroidir.
- Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Fouettez les jaunes avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez le mascarpone, mélangez au fouet. Montez les blancs en neige ferme et incorporez-les délicatement au mélange précédent.
- Versez la liqueur et 5 cl d'eau dans une assiette creuse. Imbibez les tranches de génoise. Disposez-en la moitié dans le fond de 6 verres. Recouvrez de crème. Ajoutez le reste de génoise, puis les poires et les noix de pécan. Terminez par le reste de crème.
- Réservez une nuit au frais avant de déguster. Saupoudrez de cacao au moment de servir ■

L'Appenzeller®, le fromage le plus corsé de Suisse



Puissant et aromatique, le fromage Appenzeller offre une saveur aussi étonnante qu'incomparable, grâce à un lent affinage avec une saumure à base d'herbes des montagnes d'Appenzell.

Appenzeller®
SWITZERLAND

www.appenzeller.ch

Rejoignez-nous sur notre page Facebook



Suisse. Naturellement.

Les Fromages de Suisse. +

www.fromagesdesuisse.fr

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE
www.mangerbouger.fr



Barthouil, le secret des saumons fumés dans l'Adour

© LOUIS-LAURENT GRANDADAM

Les saumons de l'Adour ont disparu mais la maison Barthouil perpétue sa technique de fumage artisanal mise au point en 1958... avec des saumons pêchés dans les fjords de Norvège et en mer Baltique. Et depuis peu, des thons germons du golfe de Gascogne.

TEXTE JEAN-PAUL FRÉTILLET PHOTOS LOUIS-LAURENT GRANDADAM

C'est en ouvrant les portes hautes des fumoirs noircis par la fumée que l'on découvre l'un des secrets de la maison Barthouil. À l'intérieur, les saumons sont pendus, tête en haut et queue en bas... « C'est un truc que les Danois nous ont appris, le fumage se fait en douceur et les vapeurs chargées de goudron qui se forment, ruissellent et tombent sans s'accrocher au poisson », explique Jacques Barthouil avec son accent un poil rocailleux du pays landais.

« Si l'on fumait à plat, on aurait un plus grand rendement mais je ne crois pas que l'on obtiendrait la même qualité ». À Peyrehorade, les Barthouil fument le poisson depuis trois générations. La maison a pignon sur l'Adour, un fleuve pyrénéen qui se jette dans l'Atlantique, entre Anglet et Tarnos, près de Bayonne. « Mes grands-parents étaient charcutiers à Peyrehorade. Ils fabriquaient aussi du foie gras et dans les années 30, ils ont eu l'idée de fumer

le saumon. Il y en avait encore beaucoup en ce temps-là », raconte Pauline. Désormais, elle dirige l'entreprise familiale avec sa sœur Guillemette. « En 1958, un de nos employés est parti pour le Danemark. Là-bas, il a appris à fumer le poisson et nous a rapporté la méthode que nous utilisons toujours. Notre histoire de fumeur de saumon a vraiment commencé ». À cette époque, dans l'Adour, frontière naturelle entre les Landes et le Pays

basque, le saumon était comme un poisson dans l'eau. Au printemps, l'intrépide salmonidé, de retour de sa migration dans l'Atlantique Nord, revenait se reproduire où il était né. Les pêcheurs l'attendaient, et chez les Barthouil, à Peyrehorade, on ne fumait que du saumon de l'Adour.

CHASSÉS DU PARADIS DE L'ADOUR

L'histoire était trop belle. Des barrages installés empêchant le poisson de remonter la rivière, des pêcheurs trop gourmands, la pollution... les saumons de l'Atlantique ont déserté. « *On aimerait croire qu'ils reviennent. Mais je n'en suis pas certain*, regrette Jacques Barthouil. Vous savez que si l'on équipait tous les barrages d'échelle à saumon, nous aurions deux fois plus de poisson » ajoute-t-il, agacé par l'indolence des compagnies électriques et des pouvoirs publics. Alors faute de saumons sauvages dans l'Adour, les Barthouil achètent des poissons venus d'Irlande, de Norvège et d'Écosse. Tantôt il est sauvage et il a été pêché dans les eaux de Norvège ou en mer Baltique. Plus souvent, il a été élevé dans l'une des fermes installées à proximité des côtes comme dans les fjords de Norvège. « *Nous achetons nos saumons auprès de petites coopératives qui pratiquent, de préférence, des méthodes d'élevage biologique*, souligne Pauline. Face à des industriels qui produisent en un jour ce que nous fumons en un an, nous n'avons que la qualité pour exister. »

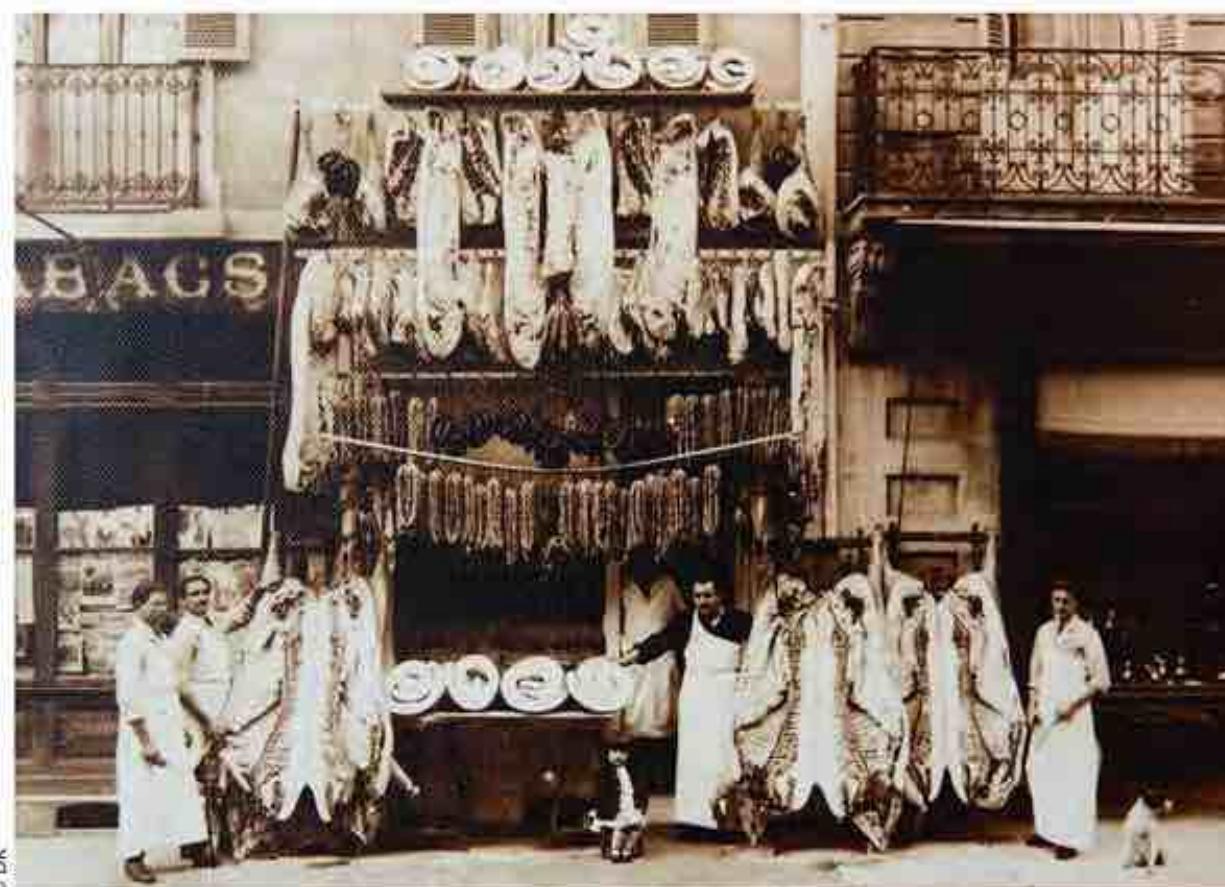


À LA PÊCHE AU THON GERMON

Depuis quelques mois, les fumeurs de Peyrehorade renouent avec les origines locales pour un autre poisson pêché dans le golfe de Gascogne et vendu à la criée de Saint-Jean-de-Luz. Il s'agit du thon blanc, dit germon (celui que l'on retrouve « au naturel » aussi dans les boîtes de conserve). Rien à voir avec le thon rouge dont la pêche excessive en Méditerranée est décriée. « *Le thon germon est pêché à la ligne de traîne au large du port basque et sa pêche est très réglementée*, précise Pauline Barthouil. *Elle est contingentée et limitée à quatre mois, de juin à fin septembre.* » Le thon frais est salé et fumé comme le saumon. Sa chair ferme se révèle fondante à la dégustation et la fumée tempère son caractère affirmé.

Une douce fumée

La fumée est nourrie par une braise de chutes de sabots de bois d'aulne d'un artisan voisin. « *On s'inquiète qu'il parte à la retraite sans remplaçant* », ajoute Pauline. La confection de sabots n'est pas un métier d'avenir... « *On a choisi cette essence, après avoir fait beaucoup d'essais*, poursuit Jacques. *L'aulne donne une fumée très douce, ce qui nous va bien, car on cherche avant tout à préserver la saveur du saumon. Après tout, on veut manger du poisson, pas de la fumée qui n'est qu'une trouvaille des hommes pour conserver la nourriture.* »



© LOUIS-LAURENT GRANDADAM

Barthouil en trois saumons d'exception

Le saumon sauvage de la Baltique

Dans cette mer intérieure du nord de l'Europe, moins salée, le saumon se nourrit de harengs, d'anguilles et de sprats et non de crevettes roses. Si bien que sa chair est beaucoup plus pâle et son goût plus typé que celui du saumon pêché dans l'Atlantique.

16,15 € les 2 tranches, 120 g (134,50 €/kg).
32,30 € les 4 tranches, 240 g (134,50 €/kg).

Le saumon sauvage de Norvège >>>

Ce qui était l'ordinaire des pêcheurs autrefois, est devenu l'exception des gourmets d'aujourd'hui. Ces saumons libres se nourrissent au hasard de l'océan. De ces agapes riches et variées, ils tirent une chair d'une grande finesse et d'une longueur en bouche exceptionnelle.

Filet entier, tranché main.

204,30 € les 22 tranches environ, 1,8 kg (113,50 €/kg).

Le saumon gravlax bio d'Ecosse

Dans cette recette d'inspiration nordique, le saumon est traité avec un mélange de sucre et de sel, agrémenté de trois variétés de poivres et de quelques graines de coriandre.

Au dernier moment, le produit est parsemé de feuille d'aneth. Il en résulte un saumon à la chair très tendre avec une bonne sensation de fraîcheur.

24,80 € les 4 tranches, 200 g (124 €/kg).

Commande sur www.barthouil.fr
et livraison à domicile en frais (0 °C/+4 °C).



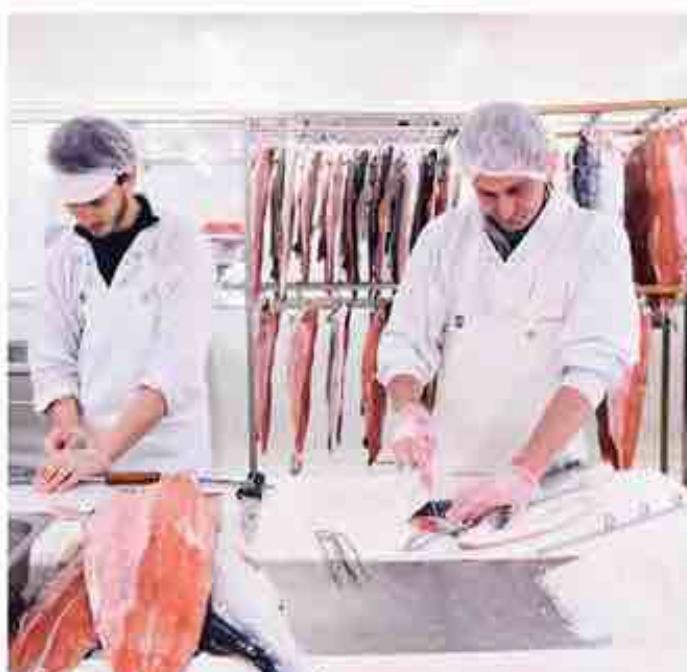
© DR

Un saumon salé dans les règles de l'art

Tout est fait à la main chez les Barthouil. Une fois les saumons filetés et parés, ils sont salés avec le sel sec de Salies-de-Béarn, une mine voisine. Cette action, assez délicate car il faut bien doser le sel, permet de faire sortir l'eau du poisson, beaucoup d'eau, puisqu'à la fin, le saumon a perdu la moitié de son poids! Tout l'inverse des industriels qui injectent une solution saline dans la chair. L'eau n'en sort pas mais y rentre! La ruse charge artificiellement le poids et accélère les cadences: le filet est fumé et emballé dans la journée! Et il a plus le goût de sel et de fumée que de poisson.



© LOUIS LAURENT GRANDADAM



© LOUIS-LAURENT GRANDADAM (4)

Savoir trancher à la main

La mention « tranchage à la main » souvent vantée sur les paquets de saumons fumés de la grande distribution n'est pas une qualité suffisante. Chez les Barthouil, elle est l'étape finale d'une chaîne de savoir-faire. Dans l'atelier, les femmes ont le geste précis et la lame semble fondre dans la chair du poisson. Apprendre à trancher en respectant le fil du poisson demande au moins six mois de formation et d'expérience. Dans leurs boutiques à Peyrehorade ou à Paris, rue Charlot, les Barthouil tranchent le saumon entier à la demande. Le *nec plus ultra* pour l'apprécier.

Un petit tour dans les rayons...

Élevé en France

Delpeyrat prépare dans ses ateliers normands des saumons français issus d'une aquaculture raisonnée dans le respect du milieu marin.

De belles tranches au goût bien équilibré.

Saumon fumé de France
Maison Delpeyrat.

7,90 € les 4 tranches,
140 g (56,40 €/kg).
En GMS.



Responsable

Un saumon fumé de Norvège à la texture tendre et fondante. Certifié ASC, la garantie d'une aquaculture responsable.

Saumon fumé Norvège Mowi Pure : 5,79 € les 4 tranches, 100 g (57,90 €/kg) et 7,99 € les 6 tranches, 150 g (53,25 €/kg). En GMS.



Voir toutes nos adresses page 5

Bio et délicat

La nouvelle gamme Labeyrie propose une approche originale centrée sur le goût, permettant au consommateur de choisir un produit qui répond à ses attentes. Le saumon bio plaira aux palais attirés par la délicatesse.



Saumon Fumé Dégustation Labeyrie Bio Délicat : 10,99 € les 8 tranches, 255 g (43,10 €/kg). En GMS.

100 % pur saumon

Pour les amateurs de saumon nature, à déguster en sashimi ou snackée en tataki, la longe Salma est disponible en version XL. Sans peau ni arête, elle est conditionnée sous vide sur l'île de Bömlø en Norvège, juste après la pêche, sans aucun ajout (pas de sel, pas d'atmosphère modifiée). Longe Salma XL, 34,97 € la longe de 700 g environ (49,95 €/kg). La Grande Epicerie / LaBelleVie.fr





Les huîtres sortent de leur coquille

Vertes ou grises, petites ou grosses, plates ou creuses, elles sont les stars des plateaux de fruits de mer. Même les plus réticents en prévoient pour leurs convives... Comment les choisir, les ouvrir, les préparer : tous nos conseils avant de plonger.

TEXTE AURIANE VELTEN ET HÉLÈNE PIOT

HUIT RAISONS DE MANGER DES HUÎTRES

0 fatigue. C'est l'aliment anti-coup de pompe par excellence. Non négligeable en période de fiestas non-stop, du déjeuner de Noël au réveillon qui porte bien son nom, sa forte concentration en éléments anti-asthénie et anti-anémie en fait un allié précieux.

1 gramme de lipides. Un gramme pour 4 huîtres, 100 calories pour une douzaine. Et ce, même pour les huîtres dites « grasses », qui ne sont pas riches en graisses mais en

glycogène, un sucre de réserve. De quoi reprendre une tartine beurrée sans scrupule.

(Oméga) 3. L'huître en regorge. Ces acides gras insaturés sont excellents pour la rétine, le cerveau et le système nerveux, réduisent le mauvais cholestérol et protègent des maladies cardiovasculaires. Tout bénéfice.

4 variétés d'huîtres sont commercialisées en France ; une plate, et trois creuses : fine de claire, spéciale de claire, pousse en claire. Le changement, c'est maintenant.

6 régions de production. Normandie-Mer du Nord, Bretagne, Pays de la Loire,

Poitou-Charentes, Arcachon-Aquitaine, Méditerranée : le tour de France dans votre assiette.

8 vitamines. Une seule huître couvre les besoins quotidiens en vitamine B12. Sans compter la B1, B2, B4, B12, A, C, D, E...

9 minéraux Sodium, fer, magnésium, calcium, cuivre, phosphore, sélénium, zinc et iode : vous aurez un moral d'acier.

643 producteurs français fournissent 90 % des huîtres européennes, soit environ 100 000 tonnes par an (98 % de creuses et 2 % de plates). Cocorico.

COMMENT LES CHOISIR ?

Ayez le nez creux (ou plat)

Les huîtres plates sont l'apanage des côtes bretonnes, et ne constituent que 2 % de la production française. Leur rareté explique leur prix élevé. Elles ont un goût très iodé, et ont longtemps été considérées comme la Rolls du genre. Mais la maladie dont elles ont été victimes dans les années 1970 les a détrônées au profit des creuses. Ces dernières peuvent être cultivées en pleine mer ou en claires. Ces anciens marais salants ont une eau moins salée et iodée, ce qui donne des mollusques moins bruts, plus délicats.

Un peu de clarté

Les huîtres poussées en claires sont elles-mêmes divisées en plusieurs catégories. La fine de claire, assez petite, est la plus subtile : une bonne porte d'entrée pour amateurs débutants. La fine de claire verte a un goût similaire mais un aspect plus végétal. Sa couleur est due à la présence plus importante d'une algue, la navicule bleue, dans l'eau des claires. La spéciale de claire, plus grosse, a une forme régulière et un goût équilibré, légèrement sucré. Enfin, la pousse en claire est la plus âgée et la plus charnue. Elle est quasiment croquante et longue en bouche.

1, 2, 3, l'embarras du choix

Les huîtres sont classées par taille et numéro. Assez bizarrement, plus le chiffre est petit, plus le coquillage est gros... Si, pour les creuses, une numéro 5 peut peser 30 à 45 g et être surnommée « papillon », les plus grosses ou « pieds de cheval » dépassent les 150 g. Côté plates, l'échelle varie de 000 (plus de 125 g) à 6 (20 g).

Les mois en R

De mai à août (les mois « sans r »), les huîtres sont en période de reproduction, elles deviennent laiteuses et perdent de leur saveur. La logique voudrait donc qu'on ne les consomme que l'hiver, et plus précisément de novembre à mars. Mais pour pouvoir vendre des coquillages toute l'année, des chercheurs ont créé une variété d'huîtres stériles dites « triploïdes », qui ne sont jamais laiteuses. Conçues en laboratoire, mais élevées en mer, elles consacrent toute leur énergie à grossir, et poussent environ deux fois plus vite que les huîtres naturelles.

Besoin d'aide ?

Si vous hésitez encore, le site huitresmarennes-oleron.info propose de vous aider à choisir. Vous indiquez vos attentes et hop !, il vous conseille sur la variété d'huître à demander à votre poissonnier préféré. Dernière option pour les plus pressés : la livraison à domicile, partout en France en 24 h, via le site luximer.com en direct de Bretagne. Par exemple, une bourriche de 12 huîtres creuses pour moins de 13 €. Vous pouvez même opter pour un tourteau ou un homard vivant dans la foulée. C'est la fête !

Et côté fraîcheur ?

Insérez délicatement le couteau entre les coquilles aux deux tiers de l'huître, à partir de la charnière. La résistance de l'huître est un gage de fraîcheur. Conservez-les au frais dans leur bourriche avec leur eau. La période optimale de consommation est de 3 à 5 jours.



Un millésime pour l'année,
une promesse pour la vie



PAUILLAC, GRAND CRU CLASSE EN 1855

Élégants festins

LE CONTE DE NOËL D'ALAIN DUTOURNIER
MI-ORANGE, MI-RAISIN



ALAIN DUTOURNIER

Le chef étoilé de deux restaurants parisiens, Le Trou Gascon depuis 1973 et le Carré des Feuillants depuis 1986, revendique haut et fort sa passion pour sa terre natale des Landes. Passionné de vins, il est également propriétaire des Caves de Marly, à Port-Marly (78).

Merci Maître

Mes premiers souvenirs de Noël sont ceux de l'enfance dans les années 50. En décembre, les élèves apportaient à l'instituteur des papiers argentés de tablette de chocolat que nos mamans avaient récupérés avec soin, pliés et mis de côté tout au long de l'année. En retour lors du goûter de Noël, devant le sapin de l'école communale, chaque élève recevait une orange roulée dans le fameux papier, et un pain au lait avec un bol de chocolat chaud (comme à Bayonne, sans lait bien sûr !). Le bonheur !

Bol de lait et feu sacré

Je n'ai pas le souvenir de grands festins particuliers pour Noël, mais je me rappelle parfaitement l'ambiance au retour de la messe de minuit. La cuisine embaumait le pastis. Pas l'apéro, hein ! Le pastis landais : un gâteau de pâte briochée parfumé à la fleur d'oranger et à l'anis, imbibe de rhum. C'était la fête : les hommes buvaient du vin chaud à la cannelle, enrichi d'eau-de-vie. Les femmes et les enfants, du lait chaud sucré. Mais il y avait tout un rituel ! D'abord, elles calaient un morceau de sucre dans les pincettes brûlantes de l'âtre. Puis elles maintenaient les pincettes quelques instants au-dessus des braises, et quand c'était bien chaud elles plongeaient ce sucre caramélisé dans nos bols de lait. Ce goût... c'était incroyable.

Le caviar du Shah d'Iran

Adulte, j'ai toujours travaillé à Noël, donc j'ai peu de souvenirs personnels du 24 ou du 25. Mais autour de cette date, oui ! Quand j'étais responsable de la cuisine centrale d'Air France, notamment, je gérais quatre à cinq tonnes de caviar qui transitaient là à destination de l'Elysée ou de la résidence du Shah d'Iran. Cela m'a donné l'occasion de goûter des grains de béluga gros comme des chevrotines, au goût de lait de noisettes. J'ai eu la chance inouïe de me faire un palais avec les plus beaux caviars du monde !

Noël à la Préhistoire

Je n'envisage pas de repas sans les vins qui vont avec. Quand c'est la fête, il faut des bouteilles exceptionnelles, pas forcément par leur prix, mais parce qu'on ne les boit pas tous les jours. Alors j'aime bien ouvrir quelque chose de spécial : Terres de Vénus. Ce n'est même pas un vin, mais une «boisson fermentée de baies de vignes sauvages». Avec trois amis, nous nous sommes lancés un jour dans ce projet fou : imaginer le vin tel qu'on le buvait il y a 10 000 ans. Nos vignes se situent dans les Landes, sur les terres où on a retrouvé la Dame de Brassempouy, la plus ancienne statuette à visage humain du monde. L'idée de boire un vin de la Préhistoire, en soi, c'est déjà un peu un conte de Noël, non ?

Menu Bœuf Wellington

>>> L'entrée

Œufs brouillés
à la truffe noire

>>> *recette page 30*

BAOKDZ.com
préparée par galsavosik

10 min
+ 15 min

Menus élégants

>>> Le plat

BŒUF WELLINGTON

>>> recette page 30

RECETTE A COMMENCER...
la veille!

EBOUIL
propos

1h
1h40

Menus élégants

>>> Le dessert



LINGOT FORÊT NOIRE

>>> recette page 30

EBÉGOKO ZAM
PROPOSÉ PAR GASTRONOMIE

1h05
+ 25 min



Œufs brouillés à la truffe noire

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 10 MIN REPOS 10 MIN
CUISSON 5 MIN

4 œufs • 5 g de truffe noire • 2 c. à soupe de crème fraîche épaisse • Quelques brins de ciboulette • 1 noisette de beurre • 2 tranches de brioche • Sel, poivre.

- Battez les œufs en omelette. Coupez la moitié de la truffe en tout petits dés et incorporez-les aux œufs. Ajoutez la crème fraîche et laissez infuser 10 min au frais.
- Faites chauffer le beurre dans une casserole à feu doux, versez-y les œufs, salez, poivrez et mélangez avec une spatule. Retirez du feu quand les œufs sont légèrement baveux.
- Servez en ajoutant un peu de ciboulette ciselée et le reste de truffe coupé en très fins copeaux.
- Dégustez avec des tranches de brioche beurrée légèrement grillées au four ■

ASTUCE

Si les œufs ont coagulé trop vite, ajoutez une cuillerée à soupe d'eau et remettez à cuire doucement.

Menu Bœuf Wellington



Bœuf Wellington

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 1 H CUISSON 30 MIN
REPOS 1 NUIT + 1 H 10

1 filet de bœuf de 800 g (évitez la viande charolaise qui serait trop ferme) • 280 g de pâte feuilletée • 300 g de champignons • 50 g de noix de pécan • 3 échalotes • 1 gousse d'ail • 4 brins de persil plat • 2 c. à soupe d'huile d'olive • 50 g de beurre • 1 jaune d'œuf • 5 cl de whisky ou cognac • Sel, poivre.

- La veille. Dans une sauteuse, faites fondre à feu vif 20 g de beurre avec l'huile pour saisir le filet sur toutes ses faces. Retirez du feu, salez et laissez reposer sur une grille. Emballez la viande refroidie dans un film, puis conservez-la au réfrigérateur jusqu'au lendemain. 1 h avant cuisson, sortez le filet de bœuf et réservez-le sur du papier absorbant.
- Préparez la farce. Hachez les échalotes, l'ail, le persil et les champignons. Concassez les noix. Dans une sauteuse, faites fondre 30 g de beurre et faites-y revenir le mélange. À feu moyen, ajoutez l'alcool, mélangez et laissez mijoter environ 10 min jusqu'à évaporation du jus. Salez, poivrez, puis laissez refroidir.
- Préchauffez le four à 250 °C. Étalez la pâte feuilletée en formant un rectangle. Mélangez 1 c. à café d'eau avec le jaune d'œuf, puis badigeonnez les pourtours de la pâte. Étalez la farce sur le fond de pâte et déposez le filet dessus. En partant d'un bord, enrôlez l'ensemble, serrez, pliez les extrémités, soudez pour bien refermer en rajoutant de l'œuf si besoin. Badigeonnez également l'extérieur de la pâte d'œuf et faites une ouverture en croix au centre à l'aide d'un couteau, puis dessinez des motifs au choix.
- Baissez le four à 210 °C et enfournez 20 min pour une cuisson saignante. Sortez le bœuf, laissez-le reposer 10 min avant de le trancher ■

Lingot forêt noire

POUR 8 À 10 PERSONNES

PRÉPARATION 1 H 05 CUISSON 25 MIN

POUR LE CROUSTILLANT CHOCOLAT

• 40 g de céréales Coco Pops • 20 g d'éclats de Gavotte • 35 g de chocolat noir. **POUR LA MOUSSE CHOCOLAT AUX GRIOTTES** • 200 g de chocolat noir • 16 cl de lait • 33 cl de crème liquide • 80 g de griottes au kirsch • 3 g de gélatine. **POUR LE GLAÇAGE AU CHOCOLAT** 150 g de sucre semoule • 80 g de cacao en poudre • 11 cl de crème • 50 g de sirop de glucose • 7 g de gélatine. **POUR LE BISCUIT CHOCOLAT** • 2 blancs d'œufs • 3 jaunes d'œufs • 25 g de beurre • 15 g de farine • 15 g de féculle de pomme de terre • 15 g de cacao • 60 g de sucre semoule.

POUR LA CHANTILLY VANILLE-KIRSCH 30 cl de crème liquide • 50 g de mascarpone • ½ gousse de vanille • 20 g de kirsch. **USTENSILE** • Cadre rectangulaire de 25 x 8 cm et 5 cm de hauteur.

LA VEILLE LE CROUSTILLANT • Faites fondre le chocolat noir au bain-marie. Mélangez-le aux céréales et aux Gavottes. Étalez le croustillant dans le cadre rectangulaire.

LA MOUSSE • Faites bouillir le lait et ajoutez la gélatine préalablement ramollie. Versez-le sur le chocolat haché. Montez la crème liquide bien froide au batteur. Lorsque le mélange au chocolat est tiède, incorporez la crème et les griottes au kirsch égouttées. Versez la mousse sur le croustillant et réservez au congélateur.

LE BISCUIT • Préchauffez le four à 170 °C. Tamisez ensemble la farine, la féculle, et le cacao. Faites fondre le beurre. Montez les blancs en neige, ajoutez le sucre. Incorporez les jaunes d'œufs délicatement avec une maryse, puis les poudres tamisées et le beurre fondu. Étalez le biscuit sur la moitié d'une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et cuisez pendant 10 à 15 min. Laissez refroidir puis détaillez une bande de biscuit de 23 x 7 cm de côté.

LE JOUR MÊME LA CHANTILLY • Montez la crème bien froide au batteur avec le mascarpone et les grains de la vanille. Incorporez le kirsch, puis réservez au réfrigérateur.

LE GLAÇAGE • Faites bouillir 5 cl d'eau et le sucre. À la première ébullition, versez le cacao. En parallèle, chauffez la crème et le sirop de glucose, puis ajoutez la gélatine. Additionnez les deux mélanges et mixez l'ensemble au mixeur plongeant.

LE DRESSAGE • Ôtez la bûche du cadre et nappez-la du glaçage. Dressez-la avec le biscuit sur le dessus et réalisez des pointes de chantilly avec une douille unie n° 14. Décorez avec des griottes au kirsch et des copeaux de chocolat ■

>>> Entrée

VERRINE DE PATADE

DOUCE AUX NOIX

DE SAINT-JACQUES



© FRANÇOIS NICOL

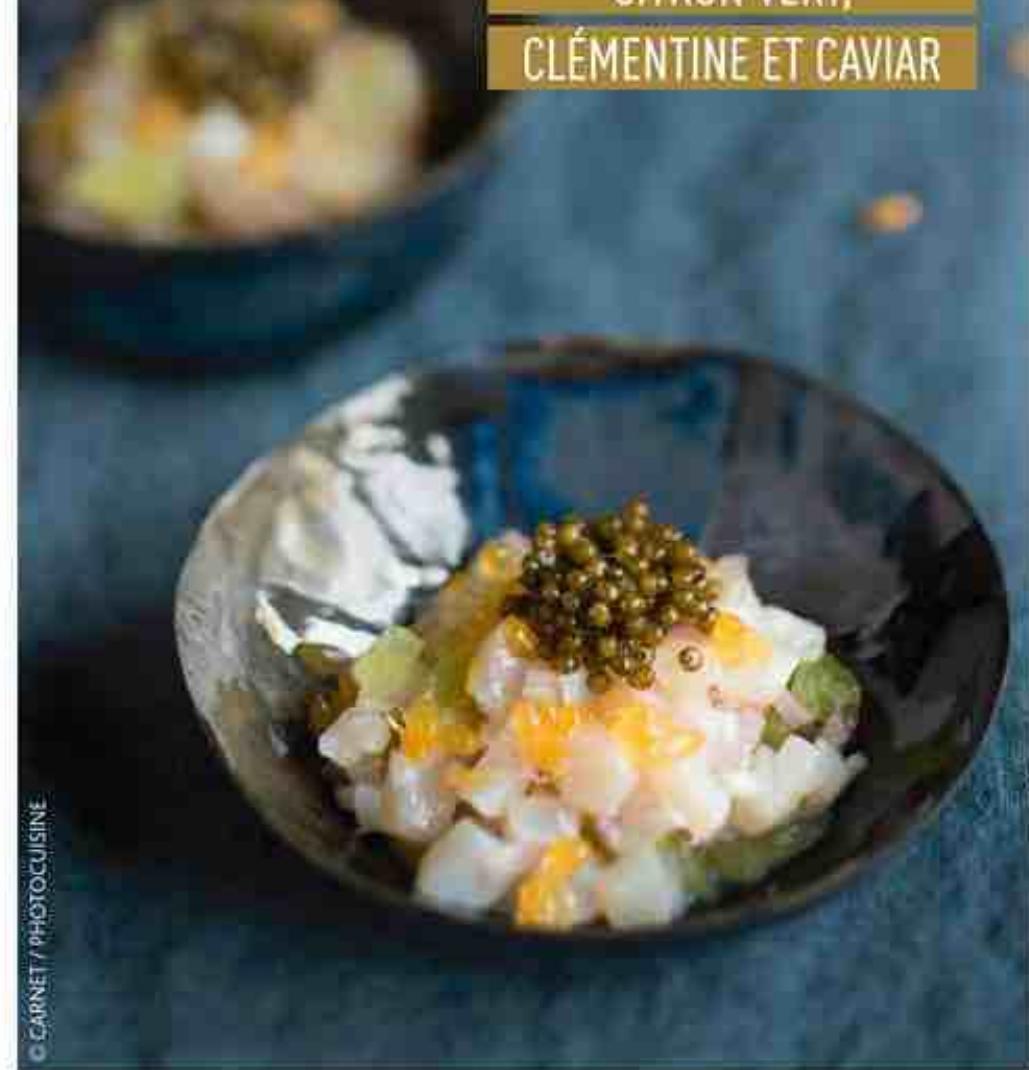
>>> Entrée

PETIT TARTARE

DE SAINT-JACQUES,

CITRON VERT,

CLÉMENTINE ET CAVIAR



© CARNET / PHOTOCUISINE

Menu Bar en croûte

EBOOKKDZ.com

préparé par galaxie cook

>>> Plat

BAR EN CROÛTE DE SEL



© FRANÇOISE NICOL

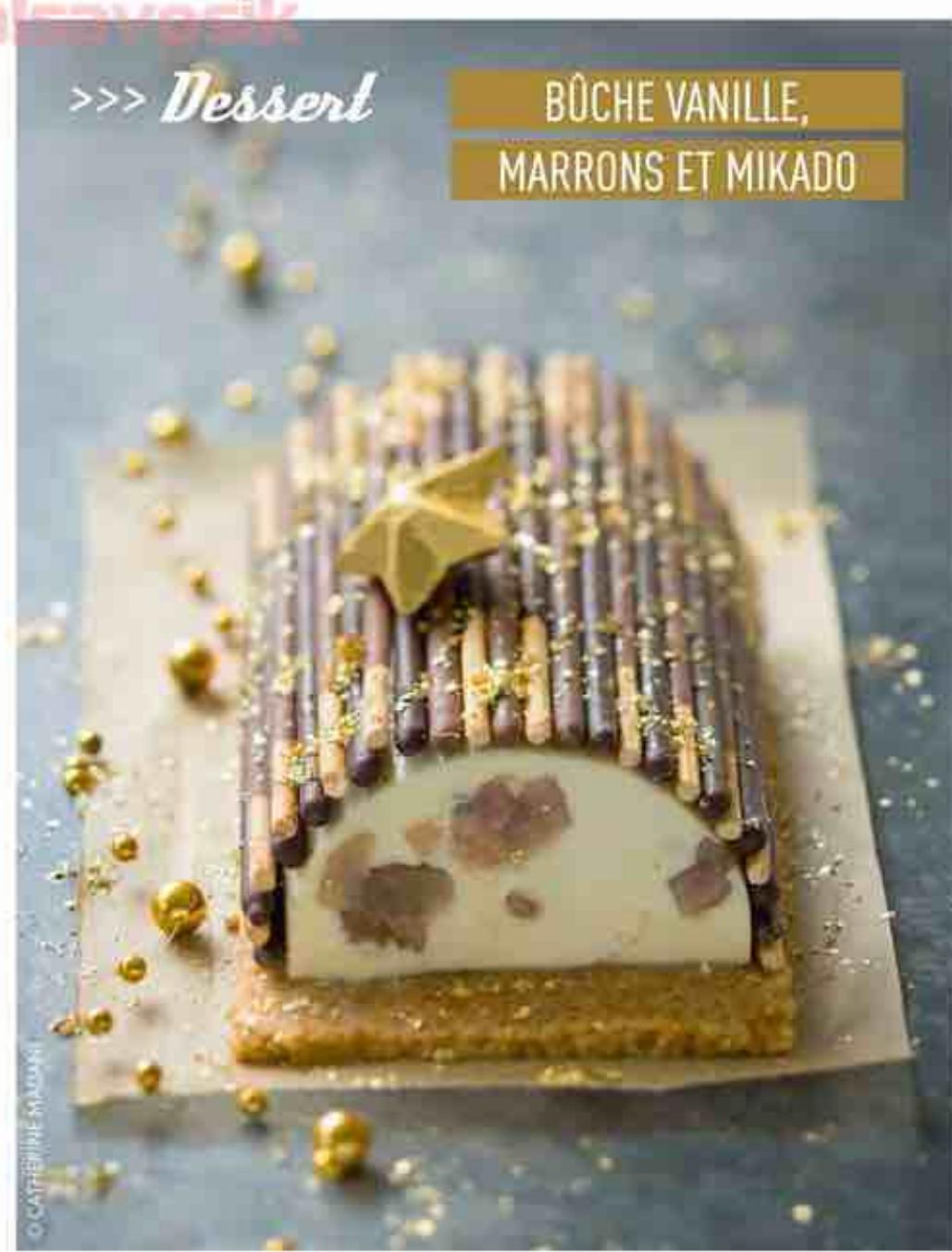
Menu Bar en croûte

galaxie cook

>>> Dessert

BÛCHE VANILLE,

MARRONS ET MIKADO



© CATHERINE MAMANI

Menu Bar en croûte

Menu Bar en croûte

PETIT TARTARE DE SAINT-JACQUES, CITRON VERT, CLÉMENTINE ET CAVIAR

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 25 MIN SANS CUISSON

18 noix de Saint-Jacques • 30 g de caviar • 2 clémentines
• 2 citrons verts • 4 c. à soupe d'huile d'olive • Sel, poivre.

- Pelez 1 clémentine à vif, prélevez les suprêmes à l'aide d'un petit couteau pointu puis coupez-les en petits morceaux. Pressez la deuxième clémentine. Faites de même avec les citrons verts.
- Rincez et épongez les noix de Saint-Jacques, détaillez-les en lamelles puis en dés. Mélangez-les aux dés et au jus des agrumes. Ajoutez l'huile d'olive, salez et poivrez, mélangez délicatement.
- Répartissez le tartare dans six coupelles, surmontez d'une petite cuillerée de caviar. Servez bien frais ■

VERRINE DE PATATE DOUCE AUX NOIX DE SAINT-JACQUES

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 20 MIN

1 petite patate douce • 6 noix de Saint-Jacques avec corail
• 4 tranches de pain d'épices • 2 c. à soupe de crème fraîche épaisse entière • 25 g de beurre demi-sel • Sel, poivre du moulin.

- Pelez et coupez la patate douce en cubes. Plongez-les dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 20 min. Égouttez-les et mixez-les avec la crème, rectifiez l'assaisonnement.
- Nettoyez les noix de Saint-Jacques sous un filet d'eau fraîche et épongez-les avec un papier absorbant. Faites-les sauter dans une poêle avec 10 g de beurre, poivrez.
- En parallèle, émiettez le pain d'épices et faites-le griller dans une poêle avec le reste de beurre pour qu'il soit bien doré et croustillant.
- Dressez la purée de patate douce dans le fond de six verrines. Ajoutez une noix de Saint-Jacques et parsemez de croûtons de pain d'épices. Servez sans attendre ■

BÛCHE VANILLE, MARRONS ET MIKADO

POUR 6 À 8 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 10 MIN REPOS 4 H

MATÉRIEL 1 MOULE-GOUTTIÈRE À BÛCHE

225 g de palet breton • 2 boîtes de biscuits Mikado • 70 g de beurre mou • 8 marrons glacés (ou au sirop) • 30 cl de crème anglaise (maison de préférence) • 25 cl de crème liquide entière • 4 feuilles de gélatine • Miel liquide • Poudre d'or alimentaire.

- Mixez les palets bretons avec le beurre pour obtenir une pâte. Étalez-la sur du papier sulfurisé sur une épaisseur de 0,5 cm en et sur une surface dépassant celle du moule de 3 cm au moins. Cette pâte servira de socle à la bûche. Réfrigérez bien à plat.
- Faites ramollir la gélatine dans l'eau froide. Chauffez la moitié de la crème anglaise (sans la laisser bouillir) et faites fondre la gélatine dedans. Versez dans une jatte et ajoutez le reste de crème anglaise. Montez la crème liquide en une chantilly bien ferme. Quand la crème anglaise est tiède, incorporez la chantilly.
- Placez un film alimentaire à l'intérieur du moule en le laissant dépasser sur les côtés. Versez la crème et incorporez des morceaux de marrons à l'intérieur de la bûche. Réfrigérez 4 h.
- Retournez délicatement la pâte aux palets bretons sur un plat de service bien plat et enlevez le papier sulfurisé. Démóulez la bûche sur ce socle et découpez la pâte à l'aide d'une règle et d'un couteau pointu pour ne laisser que 2 ou 3 cm autour.
- Badigeonnez la bûche d'un peu de miel et disposez les Mikado en les retaillant si besoin. Parsemez de poudre d'or alimentaire.
- Pour le service, retirez les biscuits pour faciliter la découpe ■

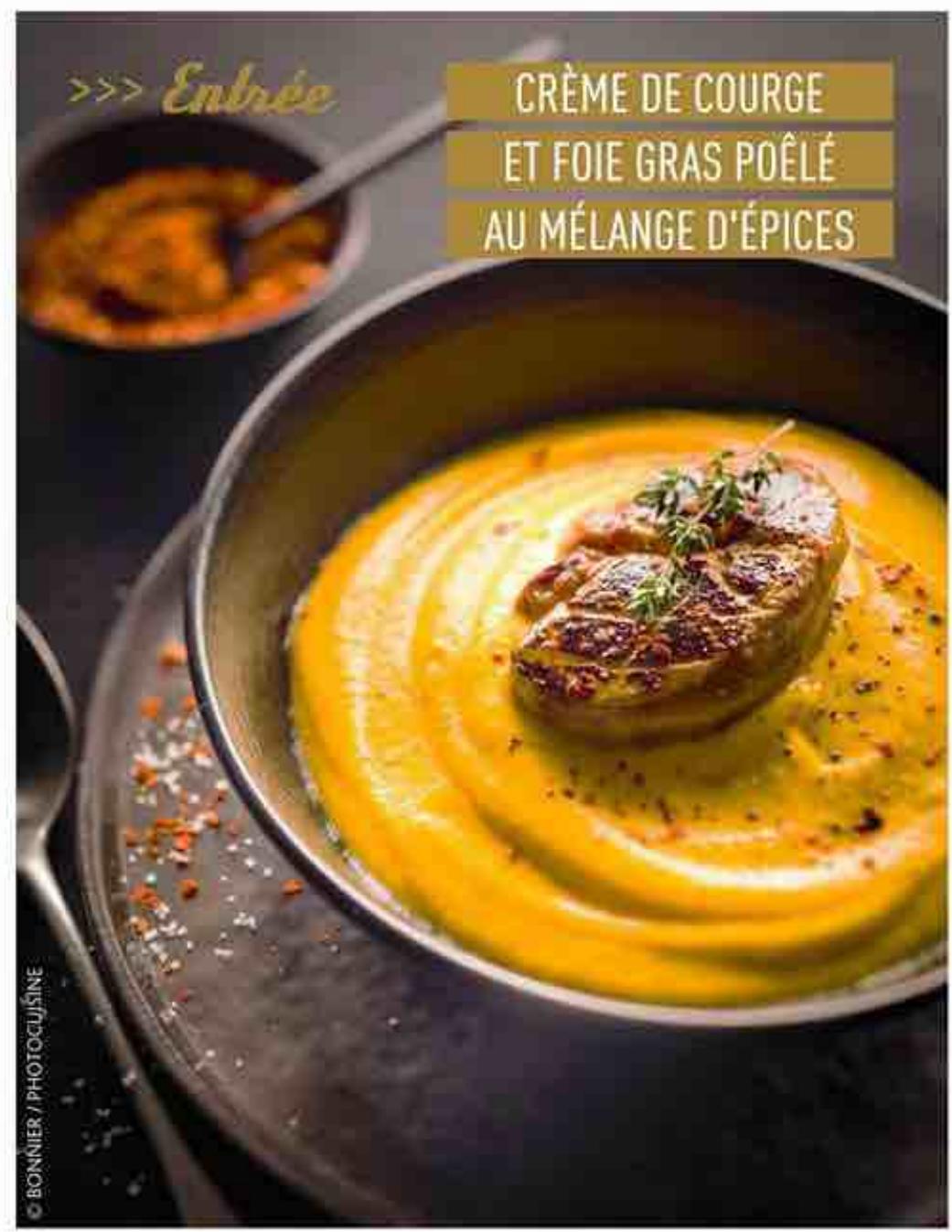
BAR EN CROÛTE DE SEL

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 30 MIN REPOS 10 MIN

1 bar de 1,2 kg vidé • 2 kg de gros sel gris de Guérande • 3 blancs d'œuf • 2 c. à soupe de fleurs exotiques séchées comestibles • 1 citron combava.

- Préchauffez le four à 200 °C. Découpez des tranches de combava. Farcissez le bar de ces tranches.
- Mélangez le sel avec les fleurs (réservez-en quelques-unes), incorporez les blancs d'œuf pour humidifier, puis malaxez à la main. Tapissez un plat allant au four d'une couche épaisse de ce gros sel aux fleurs, déposez le poisson par-dessus et recouvrez du reste de sel en suivant ses contours. Tassez bien et enfournez pour 30 min.
- Sortez le bar, laissez-le reposer 10 min avant de casser la croûte de sel avec un maillet de cuisine, ou avec le dos d'une cuillère.
- Décorez avec les fleurs réservées ■



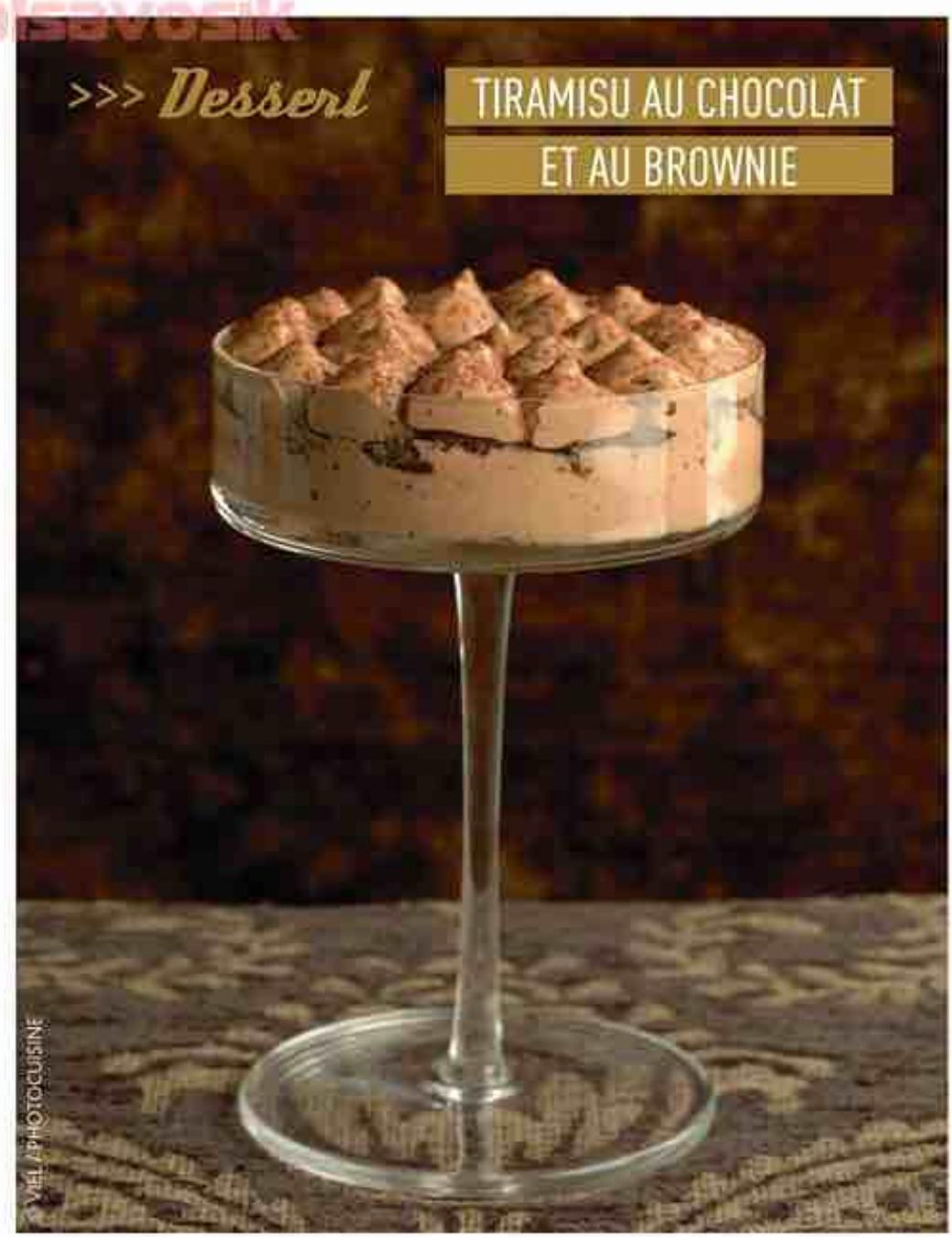
Menu Koulibiac

EBOOKKDZ.com

Proposé par galbavosik



Menu Koulibiac



Menu Koulibiac

CRÈME DE COURGE ET FOIE GRAS POËLÉ

AU MÉLANGE D'ÉPICES

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 25 MIN

6 escalopes de foie gras cru • 1 petite courge butternut • 1 belle patate douce • 2 c. à soupe de mascarpone • 2 l de bouillon de volaille • 2 c. à soupe de féculle de maïs (Maïzena) • 6 petits brins de thym • 1 c. à café d'épices satay • Fleur de sel, poivre du moulin.

- Portez à ébullition le bouillon. Pelez et coupez la courge et la patate douce en dés. Mettez-les à cuire dans le bouillon pendant 20 min. Récupérez-les à l'aide d'une écumeoire et déposez-les dans le bol d'un mixeur avec le mascarpone. Mixez et ajustez la texture en ajoutant un peu de bouillon, rectifiez l'assaisonnement. Réservez dans une casserole.
- Assaisonnez, puis poudrez très légèrement les escalopes de foie gras de féculle de maïs. Saisissez-les par 3 dans 2 poêles bien chaudes, simultanément. Comptez 1 à 2 min de chaque côté. Elles doivent être croustillantes.
- Faites réchauffer le velouté à feu doux si nécessaire, servez-le dans 6 assiettes creuses, puis déposez une escalope de foie gras par-dessus. Parsemez d'une pincée d'épices satay et de fleur de sel, décorez d'un brin de thym, puis servez sans attendre ■■■

TIRAMISU AU CHOCOLAT ET AU BROWNIE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN REPOS 12 H SANS CUISSON

250 g de mascarpone • 3 œufs extra-frais • 100 g de sucre • 100 g de chocolat noir • 4 brownies au chocolat • 2 c. à soupe de cacao.

- Cassez le chocolat dans un saladier. Faites-le fondre sur un bain-marie frémissant. Mélangez jusqu'à obtenir une ganache onctueuse. Laissez tiédir, puis ajoutez le mascarpone.
- Séparez les jaunes des blancs d'œufs. Fouettez les blancs en neige ferme et incorporez-les délicatement en trois fois au mélange chocolaté.
- Mettez les jaunes avec le sucre dans un saladier, posez celui-ci sur le bain-marie et fouettez au batteur électrique jusqu'à ce que la préparation double de volume.
- Mélangez délicatement le sabayon et la préparation au chocolat. Émiettez les brownies et disposez la moitié dans des coupes. Versez un peu de préparation au chocolat, puis disposez le reste des brownies. Recouvrez de la préparation au chocolat restante. Réservez une nuit au frais.
- Saupoudrez de cacao au moment de servir ■■■

POP CUBES DE NOËL

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 12 MIN REPOS 1 H

POUR LES CUBES ROUGES • 300 g de pâte de fruits rouges • 1 foie gras mi-cuit (185 g).

POUR LES CUBES JAUNES • 100 g de polenta • 90 g de parmesan râpé • 1 c. à soupe de zestes de citron • 100 g de haddock • 2 c. à soupe de curry • 1 c. à café de curcuma • Poivre.

POUR LES CUBES VERTS • 4 kiwis • 200 g de tomme basque.

CUBES ROUGES • Coupez le foie gras en tranches, puis en cubes. Coupez la pâte de fruits en carrés du même format. Déposez un carré de pâte de fruits sur chaque cube de foie gras.

CUBES JAUNES • Mélangez le parmesan, les zestes et les épices. Portez à ébullition de l'eau (1 volume de polenta pour 4 volumes d'eau). Versez la polenta et faites épaissir 2-3 min en remuant. Incorporez le parmesan, et versez dans un moule en silicone. Lissez la surface. Réservez au frais 1 h. Placez le haddock dans une casserole d'eau froide. Portez à ébullition, et faites pocher 10 min. Rincez-le, égouttez-le. Découpez des cubes de polenta, et déposez un morceau de haddock sur chacun.

CUBES JAUNES • Préparez des carrés de kiwi. Taillez la tomme en dés du même format. Déposez les carrés de kiwi sur les cubes de tomme ■■■

EBOOKDZ.com
propose par galsavosik

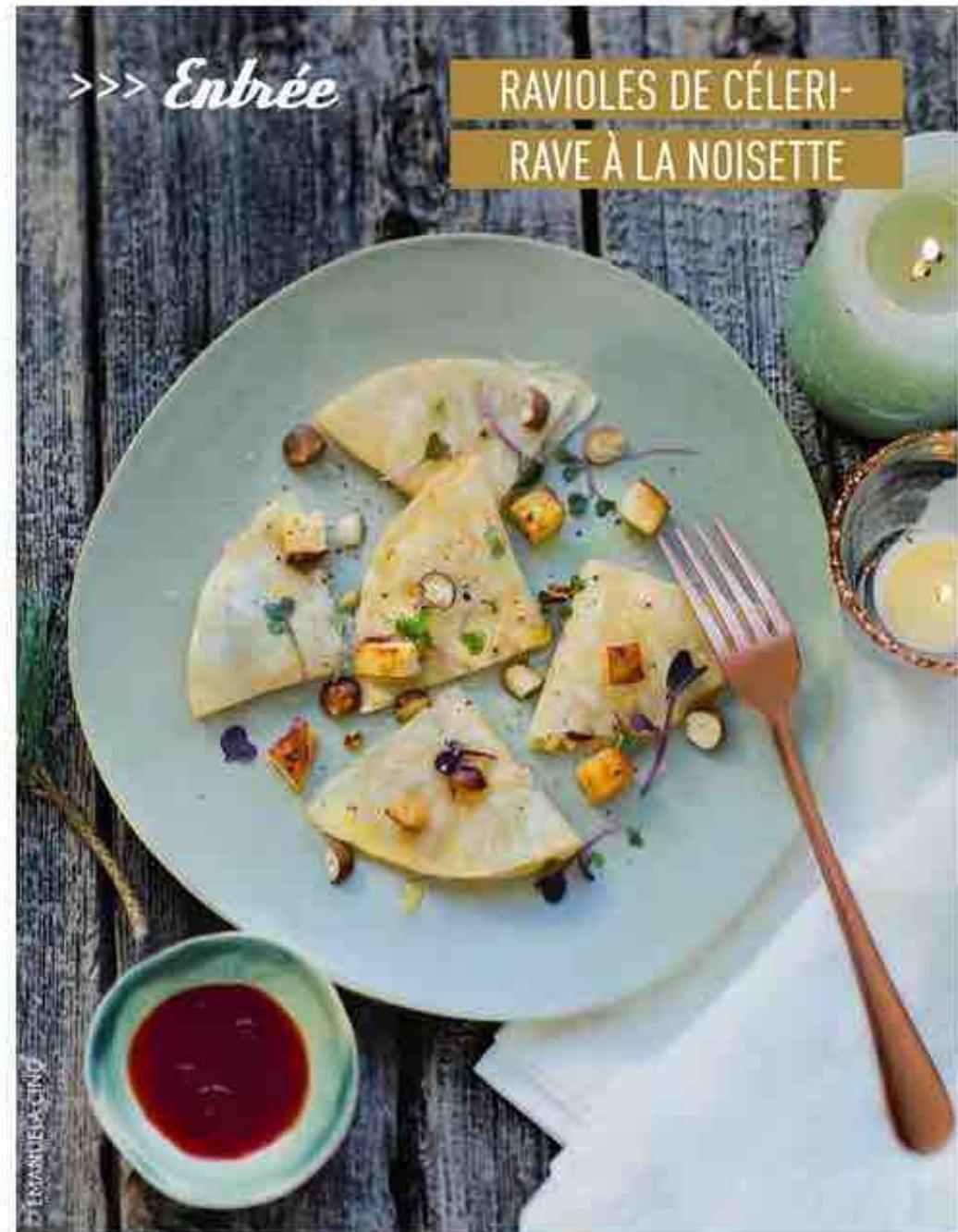
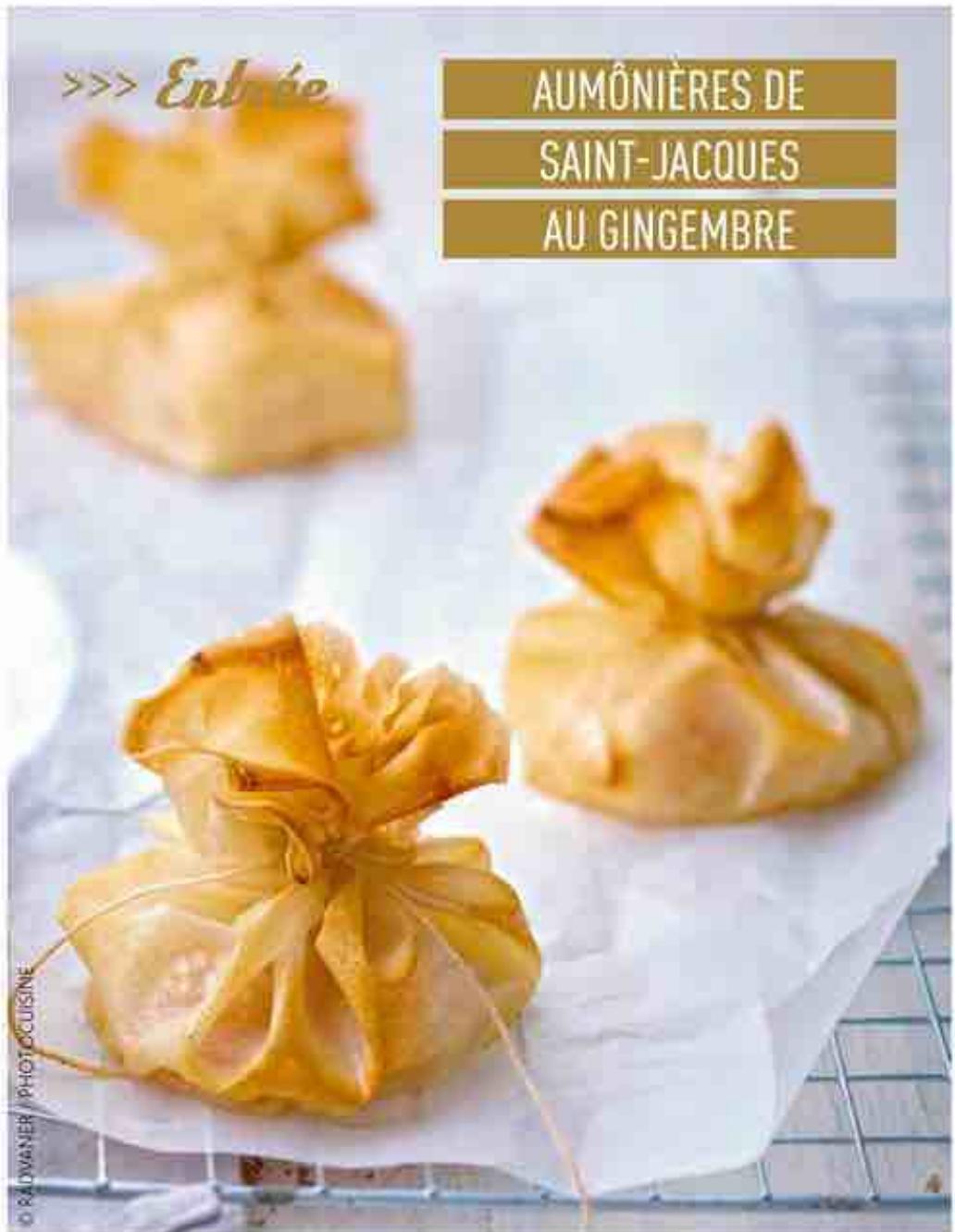
KOULIBIAC

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 25 MIN

1 pâte briochée feuilletée. **POUR LA GARNITURE** • 800 g de pavés de saumon cuits, sans la peau • 200 g de filets de sole ou de sandre • 1 c. à soupe de farine • 200 g de riz à risotto cuit • Aneth frais • 5 œufs durs émiettés • 250 g de champignons de saison • 2 échalotes ciselées • 80 g de beurre • 300 g d'épinards frais saisis au beurre • Citron • Crème fraîche • Sel, poivre.

- Faites revenir les filets de sole farinés dans 20 g de beurre fondu, 2 min de chaque côté. Salez et poivrez. Réservez.
- Émiettez la sole. Mélangez-la avec le riz froid et l'aneth ciselé.
- Faites revenir les champignons hachés avec les échalotes dans 40 g de beurre. Salez, poivrez et laissez cuire 15 min à feu doux en mélangeant régulièrement. Retirez du feu et laissez refroidir.
- Préchauffez le four à 210 °C. Beurrez la plaque de cuisson. Sur un torchon fariné, étalez-les $\frac{2}{3}$ de la pâte en un rectangle de 40 x 30 cm et 1 cm d'épaisseur. Au milieu de la pâte, déposez une bande de 10 cm de large de feuilles d'épinards puis d'œufs hachés. Continuez avec les pavés de saumon, puis les champignons. Terminez avec le riz. Étalez le dernier $\frac{1}{3}$ de pâte en une bande de la largeur de la farce. Posez-la sur la garniture. Rabattez chaque côté de la pâte et scellez bien en appuyant.
- Retournez le koulibiac sur la plaque de cuisson, déposez des décors de pâte. Dorez le tout au jaune d'œuf. Enfournez le koulibiac. Laissez dorer 15 min, abaissez le thermostat à 160 °C et laissez cuire 40 min. Servez avec une crème citron-aneth ■■■



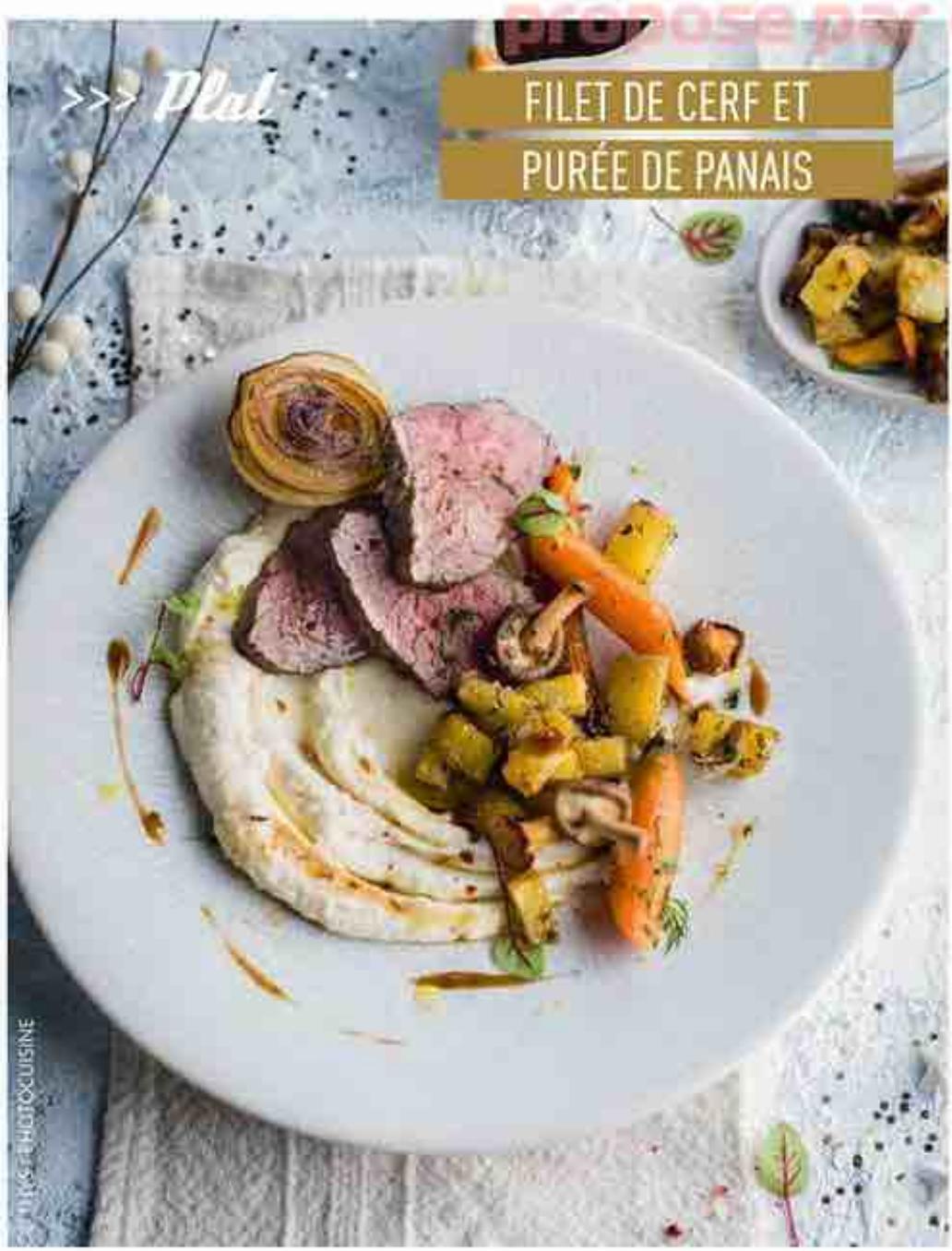
Menu Filet de cerf

EBOOKKDZ.com

propose aux galsavosik

>>> Plat

FILET DE CERF ET
PURÉE DE PANAIS



Menu Filet de cerf

Menu Filet de cerf

>>> Dessert

PANDORO
DES NEIGES



Menu Filet de cerf

RAVIOLES DE CÉLERI-RAVE À LA NOISETTE

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 45 MIN CUISSON 55 MIN

1 céleri-rave • 1 petite betterave crue • 350 g de topinambour • 25 noisettes • 40 g de parmesan fraîchement râpé • 30 g de beurre salé • 1 citron • 2 c. à soupe d'huile de noisette • Quelques pousses de roquette et de moutarde • Fleur de sel, poivre du moulin.

- Épluchez le céleri et coupez-le en 4. À l'aide d'une mandoline, découpez 20 tranches fines en forme de demi-lunes et citronnez-les aussitôt pour éviter qu'elles noircissent.
- Taillez le reste du céleri en petits dés. Faites-les dorer 5 min avec 15 g de beurre. Versez un fond d'eau et faites-les mijoter 15 min à feu doux. Réservez-en 1/3 au chaud et mixez le reste. Ajoutez l'huile de noisette, le parmesan et 20 noisettes grillées et concassées. Mixez rapidement, salez, poivrez et réservez au frais.
- Épluchez et découpez la betterave et les topinambours en cubes. Placez-les dans une casserole avec de l'eau à hauteur et portez à ébullition. Baissez le feu et laissez mijoter 30 min. Mixez le tout puis filtrez. Conservez le jus au chaud et réservez la chair des légumes pour une autre recette.
- Rincez et séchez les tranches de céleri. Faites fondre le reste de beurre dans une poêle, ajoutez les tranches bien à plat, un petit fond d'eau, couvrez avec un papier sulfurisé découpé au diamètre de la sauteuse et faites cuire 3 min. Réservez.
- Posez une boule de farce aux noisettes sur chaque tranche et repliez-les. Parsemez des dés de céleri réservés, du reste de noisettes concassées. Déposez quelques pousses, arrosez d'un filet d'huile de noisette avant de servir avec le jus de légumes ■

PANDORO DES NEIGES

POUR 6 À 8 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN CONGÉLATION 1 H

POUR LE BISCUIT • 1 pandoro (en vente dans les épiceries italiennes).

POUR LA GARNITURE • 1 bac de glace au caramel au beurre salé et noix de pécan.

POUR LE DÉCOR • Sucre glace et billes de sucre blanches et argentées • 1 petite meringue.

- À l'aide d'un grand couteau-scie, coupez le pandoro dans l'épaisseur en 6 ou 7 tranches régulières. Retirez les tranches des extrémités, puis utilisez un emporte-pièce rond pour découper des cercles de taille identique dans les tranches restantes.
- Replacez les tranches les unes sur les autres en respectant l'ordre croissant et décalez chaque tranche d'une pointe pour obtenir l'effet d'un sapin.
- Retirez la tranche du dessus, garnissez l'intérieur du pandoro de glace un peu molle. Replacez la tranche du dessus et conservez au congélateur jusqu'au moment du service et au moins 1 h.
- Avant de servir, saupoudrez généreusement le pandoro de sucre glace. Déposez des billes de sucre sur chaque pointe, et placez la petite meringue sur le haut du sapin ■

AUMÔNIÈRES DE SAINT-JACQUES AU GINGEMBRE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN MARINADE 1 H CUISSON 12 MIN

12 grosses noix de saint-jacques • 8 feuilles de brick • 1 tige de citronnelle • 1 cm de gingembre frais • 50 g de beurre fondu • 1 c. à soupe d'huile • 1 c. à soupe de sauce soja • Huile de sésame.

- Rincez les saint-jacques et épongez-les. Coupez-les en deux dans l'épaisseur.
- Dans un plat creux, mélangez le gingembre et la citronnelle finement hachés, la sauce soja et l'huile. Ajoutez les saint-jacques, mélangez et laissez mariner au frais pendant 1 h.
- Préchauffez le four à 180 °C. Séparez les feuilles de brick. Dans deux d'entre elles, découpez 6 disques de 15 cm de diamètre environ. Étalez les autres sur le plan de travail et beurrez-les. Posez un disque au centre de chaque feuille et beurrez à nouveau.
- Disposez les noix de saint-jacques au centre des feuilles. Arrosez d'huile de sésame, puis formez des aumônières et fermez-les avec de la ficelle de cuisine.
- Posez les aumônières sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, enfournez-les pour 12 min. Servez aussitôt ■

FILET DE CERF ET PURÉE DE PANAI

POUR 6 PERSONNES

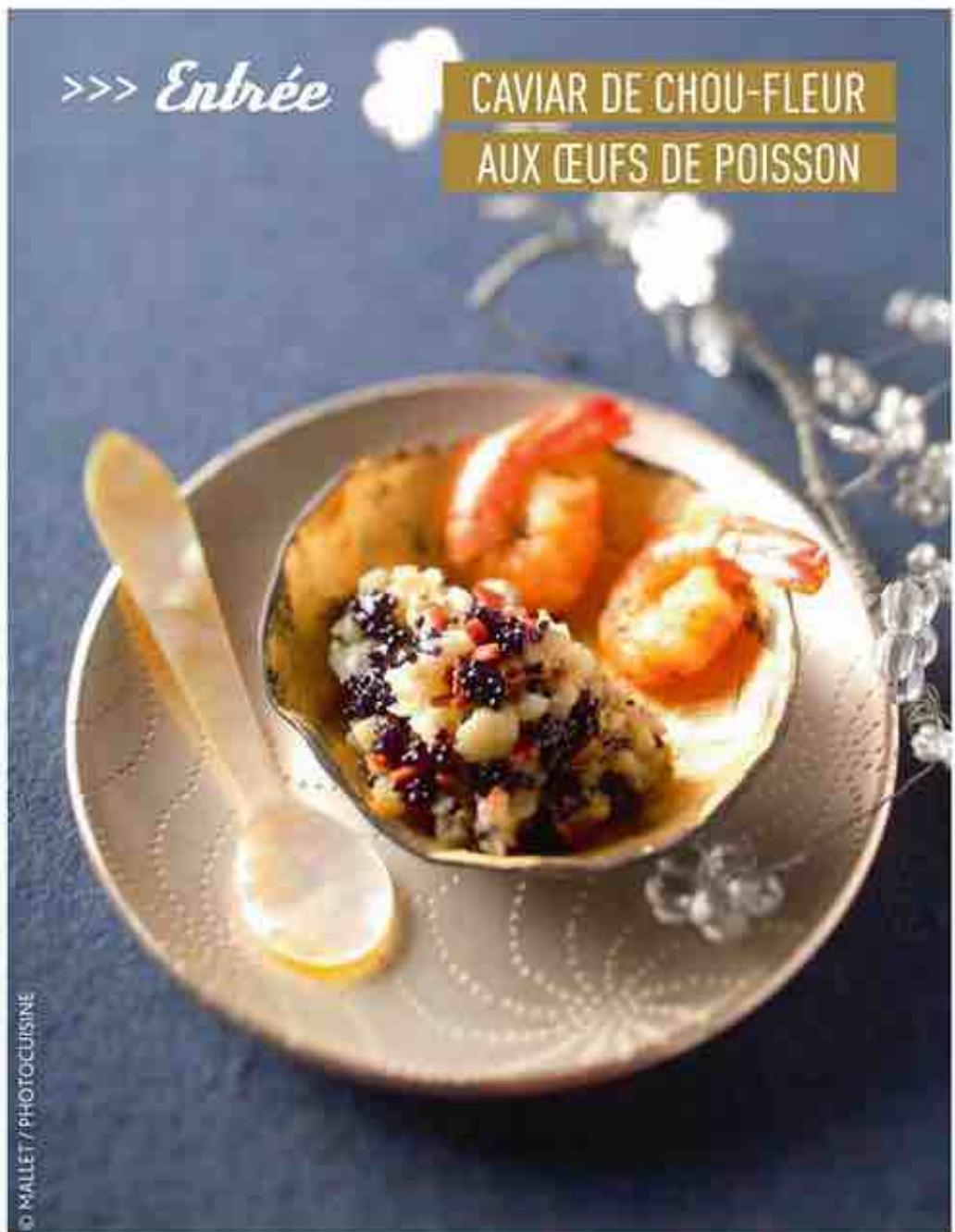
PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 1 H 20

1 filet de cerf • 3 panais • 3 oignons nouveaux • 125 g de mascarpone • 25 g de parmesan • 40 g de beurre • 4 pommes de terre moyennes • 6 carottes fanées • 150 g de champignons type mousserons • 2 brins de thym • 3 c. à soupe d'huile d'olive • 15 cl de porto • Sel, poivre.

- Pelez et coupez les panais en morceaux. Plongez-les dans une casserole d'eau bouillante 20 min. Égouttez-les et mixez-les avec le mascarpone et le parmesan.
- Préchauffez le four à 180 °C. Mélangez les pommes de terre et les carottes taillées en bâtonnets sur une plaque à four chemisée de papier cuisson. Arrosez-les d'huile d'olive, de thym et assaisonnez-les. Mélangez et enfournez 40 min.
- Assaisonnez le filet de cerf et saisissez-le dans une grande poêle avec 10 g de beurre 2 min sur chacune des 4 faces. Réservez dans un papier aluminium.
- Faites colorer les oignons dans la poêle avec 10 g de beurre.
- Déglacez la poêle avec le porto, faites réduire de moitié puis ajoutez 10 g de beurre.
- Faites sauter les mousserons dans une poêle avec 10 g de beurre pendant 5 à 6 min, assaisonnez. Servez le filet de cerf avec les légumes et la purée et quelques pousses de betterave ■

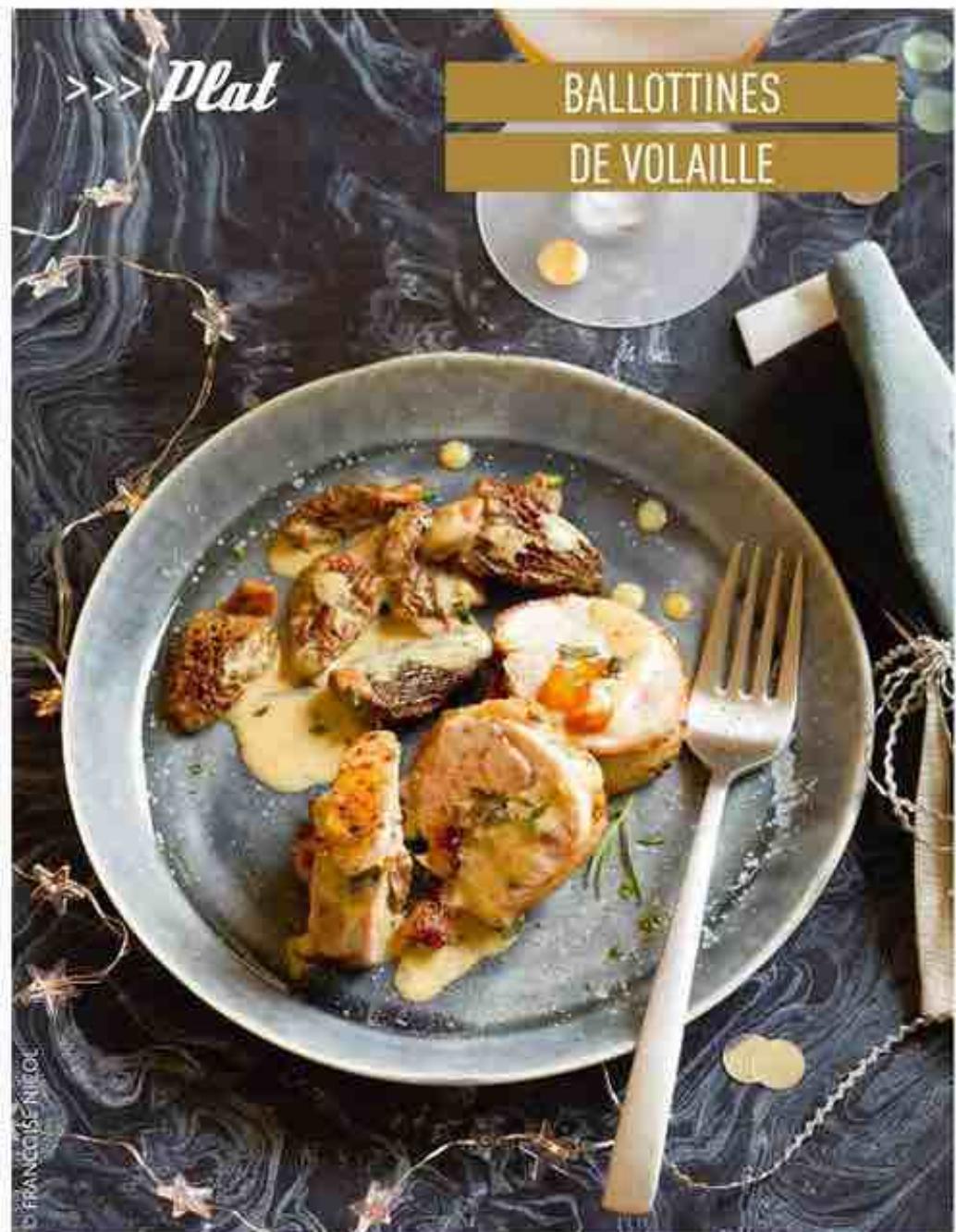
>>> Entrée

CAVIAR DE CHOU-FLEUR
AUX ŒUFS DE POISSON



>>> Plat

BALLOTTINES
DE VOLAILLE



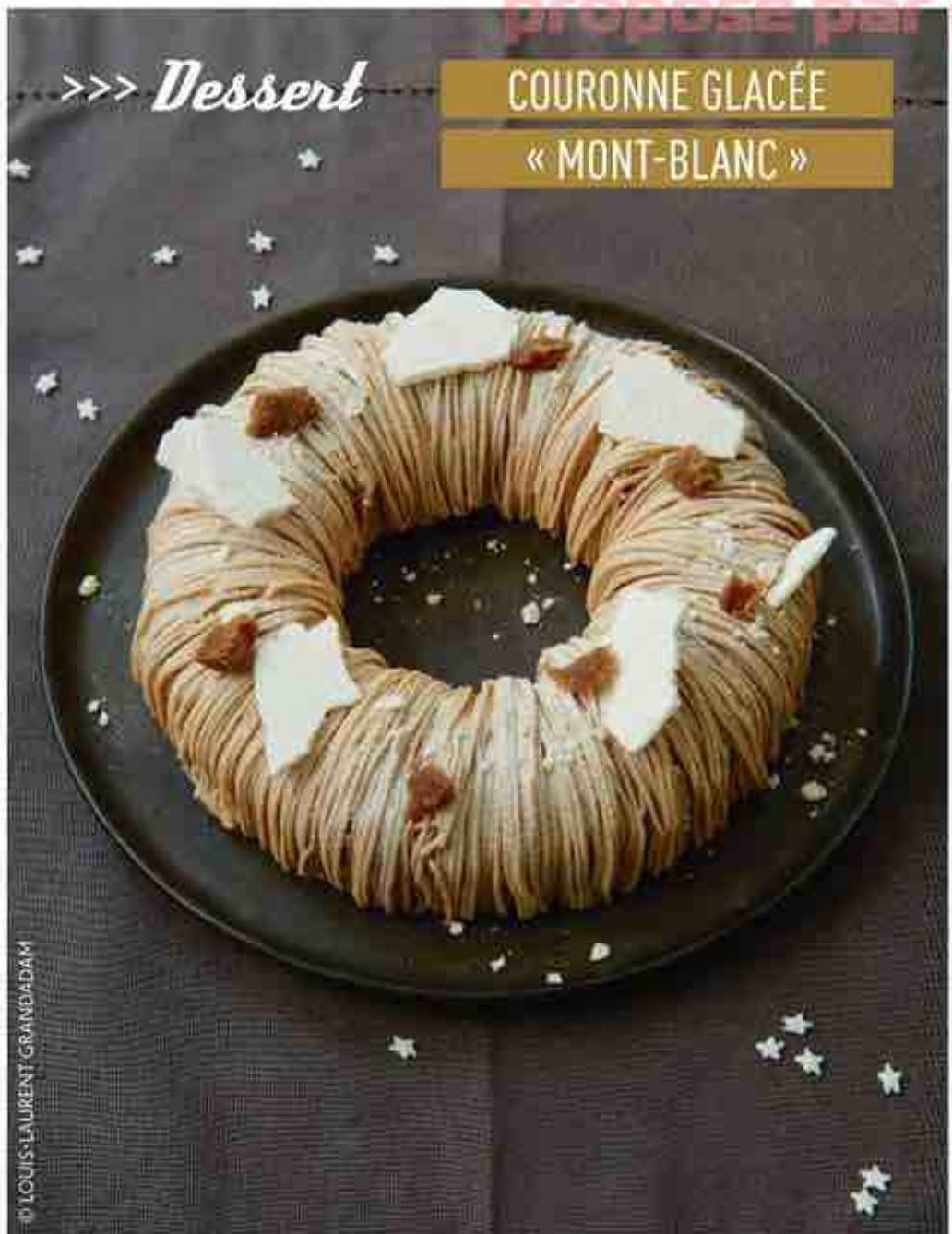
Menu Ballottines de volaille

EBOUDZ.com

proposé par galbavosik

>>> Dessert

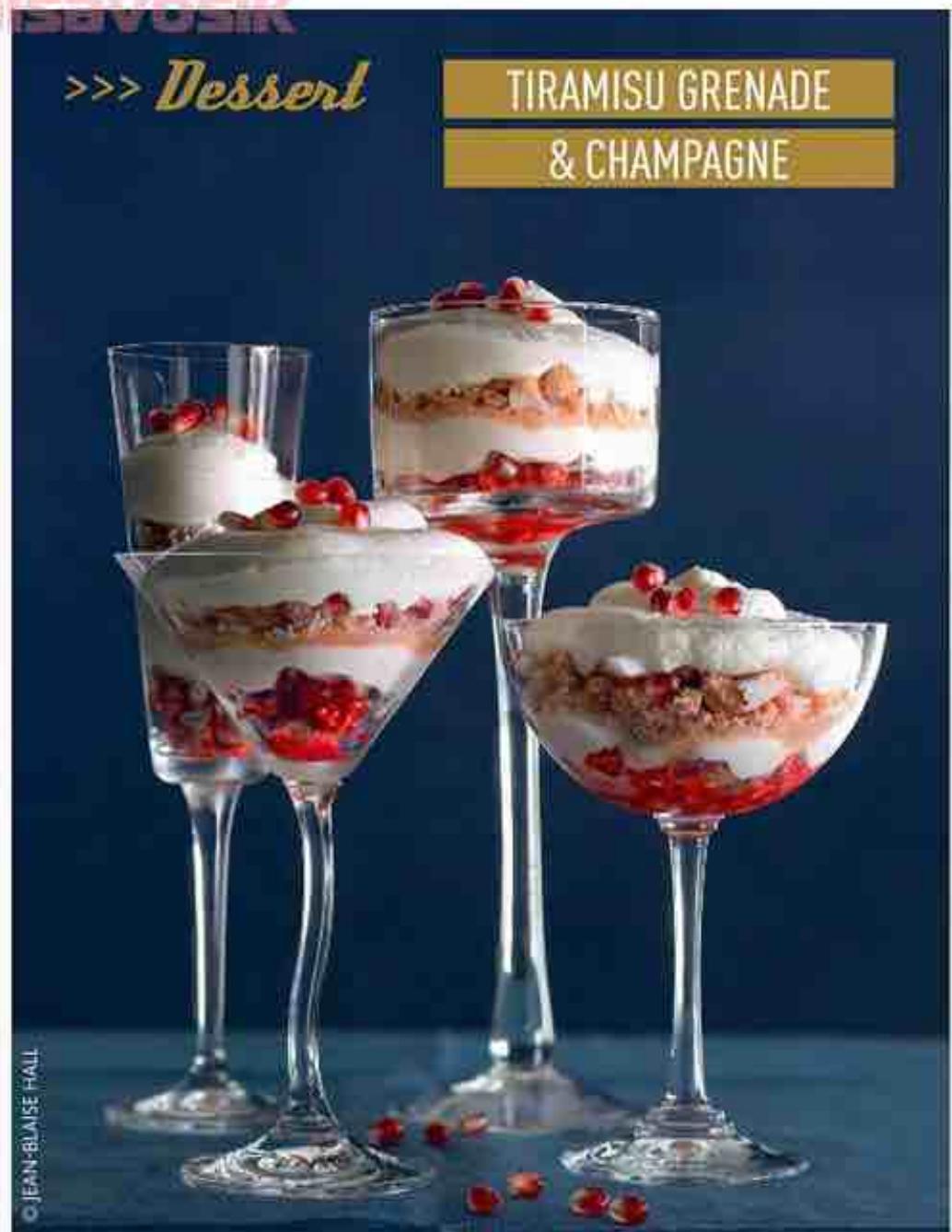
COURONNE GLACÉE
« MONT-BLANC »



Menu Ballottines de volaille

>>> Dessert

TIRAMISU GRENADE
& CHAMPAGNE



Menu Ballottines de volaille

BALLOTTINES DE VOLAILLE

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 35 MIN

4 cuisses de poulet désossées • 150 g de fromage frais (type St-Môret) • 1 blanc d'œuf • 6 morilles fraîches • 6 branches d'estragon • 1 c. à soupe de moutarde ancienne • 1 pomme • 1 c. à soupe d'huile d'olive • 45 g de beurre • Sel, poivre.

- Préparez la farce. Hachez l'estragon, taillez les morilles en petits morceaux, puis mélangez avec la moutarde, le fromage frais et le blanc d'œuf. Réservez.
- Pelez et coupez la pomme en cubes de 1 cm. Dans une poêle, faites fondre 15 g de beurre, faites-y dorer les cubes de pomme, salez et poivrez. Réservez.
- Sur une planche, posez les cuisses de poulet côté peau. Salez, poivrez. Étalez la farce sur la surface, ajoutez quelques cubes de pommes cuites et rabattez la viande autour, roulez pour obtenir un cylindre. Enroulez chaque ballotine dans plusieurs couches de film alimentaire en serrant bien. Ficelez les extrémités.
- Pochez-les dans l'eau frémisseante 25 min. Retirez-les avec une écumeoire, laissez tiédir avant d'ôter le film, puis faites-les dorer sur toutes les faces dans une poêle avec 30 g de beurre et 1 c. à soupe d'huile d'olive. Coupez-les en tranches et servez par exemple avec des morilles à la crème ■

CAVIAR DE CHOU-FLEUR AUX ŒUFS DE POISSON

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 30 MIN

1 chou-fleur • 30 g d'œufs de lump • 30 g d'œufs de saumon • 1 gousse d'ail • Le jus de ½ citron • 2 c. à soupe d'huile d'olive • Cumin • Paprika • Sel et poivre.

- Détaillez le chou-fleur en bouquets et faites-le cuire à l'eau bouillante salée pendant 15 min. Égouttez-le et mettez-le à chauffer dans une sauteuse avec l'huile d'olive.
- Ajoutez quelques pincées de cumin et de paprika, le jus de citron et l'ail haché. Salez, poivrez. Continuez la cuisson en écrasant avec une fourchette les bouquets et jusqu'à évaporation complète de l'eau. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin, laissez refroidir.
- Au moment de servir, répartissez le caviar de chou-fleur dans des coupelles. Déposez sur le dessus quelques œufs de poisson. Servez avec des crevettes sautées au citron vert ■

TIRAMISU GRENADE & CHAMPAGNE

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN REPOS 3 H

POUR LA GARNITURE • 8 biscuits roses de Reims • 2 grenades bien mûres • 10 cl de champagne.

POUR LA CRÈME • 300 g de mascarpone • 2 œufs • 25 cl de crème liquide entière • 20 g de sucre glace.

POUR LE DÉCOR • Des vermicelles et des billes décor en sucre.

- Ouvrez les grenades et détachez les graines. Conservez le plus de jus possible. Versez le champagne sur les graines et écrasez-les légèrement, placez au frais.
- Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Battez les blancs en meringue avec le sucre glace. Réservez. Fouettez le mascarpone avec les jaunes d'œufs, puis ajoutez la crème liquide. Fouettez pour obtenir une crème bien aérée. Ajoutez délicatement la meringue.
- Dans 4 grands verres à vin, répartissez les graines de grenade, puis les biscuits de Reims émiettés. Arrosez avec le jus de grenade et le champagne. Recouvrez de crème, disposez quelques décors en sucre et quelques grains de grenade. Réfrigérez au moins 3 h avant de servir ■

COURRONNE GLACÉE « MONT-BLANC »

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 40 MIN CUISSON 1 H

1 l de crème glacée à la vanille. **POUR LA MERINGUE FRANÇAISE** • 2 blancs d'œufs • 60 g de sucre semoule • 60 g de sucre glace. **POUR LES VERMICELLES AUX MARRONS** • 100 g de purée de marrons • 100 g de crème de marrons • 100 g de pâte de marrons • 10 g de rhum ou de cognac.

POUR LE DÉCOR • 50 g de brisures de marrons • Sucre glace.

LA MERINGUE FRANÇAISE ● Préchauffez le four à 90 °C. Dans la cuve d'un batteur, montez les blancs en neige et incorporez le sucre semoule quand les blancs sont fermes. Finissez le mélange à l'aide d'une maryse en ajoutant le sucre glace tamisé. Étalez la meringue sur une plaque de pâtisserie recouverte d'une feuille de papier sulfurisé sur une épaisseur de ½ cm. Enfournez et cuisez pendant environ 1 h, jusqu'à ce que la meringue soit sèche.

● Moulez la crème glacée à la vanille ramollie dans un grand moule à savarin, en incorporant les brisures de marrons et des éclats de meringue. Réservez au congélateur pour que la glace soit prise afin de pouvoir la démolir.

● Mixez ensemble les ingrédients des vermicelles. Dans une poche munie d'une douille à vermicelles, mettez le mélange de marrons et pochez-le sur la couronne de glace vanille.

● Saupoudrez légèrement de sucre glace et décorez avec quelques brisures de marrons et des éclats de meringue ■

EBOOKDZ.com
propose par galsavosik

VOUS N'AVIEZ JAMAIS GOÛTÉ UN JAMBON PAREIL.

Vous pensez que si? Mais était-ce un véritable jamón de Bellota 100% Ibérico «Pata Negra», affiné pendant 48 mois? Ah, voilà, vous commencez à douter. C'est normal, cet empereur des jambons est rare et souvent à un prix décourageant. Voilà justement la raison pour laquelle E.Leclerc a décidé de l'ajouter à sa collection L'origine du goût : pour mettre ce produit d'exception, comme tant d'autres, à la portée de tous. Mais revenons à nos cochons. Ce goût si recherché, le jambon «Pata Negra» le doit à un cahier des charges très précis, qui en fait une des appellations les plus envierées. Tout d'abord, les porcs sont d'une race très précise. De filiation 100% ibérique, on les reconnaît à leur robe noire ou à leurs ongles noirs qui leur vaut ce surnom de «patte noire». En Estrémadure

et en Andalousie où nous sommes allés les chercher, ils sont élevés en liberté dans les

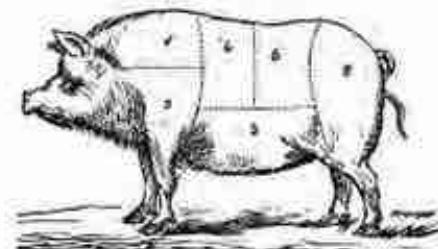
«Dehesa», des éco-systèmes naturels où poussent

essentiellement des chênes. Ainsi, ils sont élevés paisiblement en se nourrissant majoritairement de glands. C'est la combinaison

de leur origine et de cette alimentation si particulière qui permettra d'obtenir ces jambons à la chair si fondante, au goût prononcé de noisette.

Mais il faudra attendre 48 longs mois d'affinage, pour permettre à ces saveurs de se développer pleinement. Voilà. On a fait tout ce qui était possible pour vous offrir le meilleur jambon au meilleur prix. Que dire de plus? Des conseils de dégustation? Non. Prenez simplement une fine tranche de jambon «Pata Negra» et posez-la sur votre langue. Puisque vous êtes bien élevés, vous garderez alors la bouche

fermée en bredouillant «Mais ils ont raison, je n'avais jamais goûté un jambon pareil». 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 L'origine du goût.



Découvrez toute notre collection sur
www.loriginedugout.leclerc

L'origine du goût

E.Leclerc 



Pata negra, l'étoffe d'un grand d'Espagne

EBGON.COM

Le goût de l'exception

- Le cochon pata negra nourri aux glands porte une étiquette noire.
- Le gras est blanc, brillant, presque translucide et se liquéfie entre les doigts à partir de 24 °C.
- Une tranche de pata negra correspond à une bouchée, elle ne dépasse pas le format d'une carte de visite et contient naturellement beaucoup de gras.
- Plus on est proche de l'os, plus la couleur des tranches est foncée. Les amateurs raffolent des premières tranches (à l'extérieur), la partie la plus persillée, presque blanche.
- Au-delà de 36 mois, la durée d'affinage n'est pas forcément un signe de qualité. Attention au goût de rance.

© CINCO JOTOS

Considéré comme l'un des meilleurs jambons au monde, le pata negra a bien failli disparaître. Sa formidable richesse aromatique et la qualité de son gras l'ont sauvé. Voyage au cœur d'un écosystème où le cochon est synonyme d'art de vivre.

TEXTE EVE-MARIE ZIZZA-LALU

Oubliez tout ce que vous savez sur les jambons crus, le pata negra n'a pas d'équivalent. On peut le trouver trop gras, trop intense, trop cher... mais l'aventure qui donne naissance à ces dentelles de jambon, dont on ne fait qu'une bouchée au comptoir d'une bodega élégante, est unique. Le cochon pata negra 100 % ibérico est un seigneur, une sorte d'aristocrate du cochon régnant sur des hectares de terres, choyé et papouillé pendant plusieurs années par des dizaines de serviteurs zélés. Pourtant, ce jambon d'exception pour gourmets avertis a bien failli disparaître dans les années 80 tant cette merveille écologique représente une aberration économique. Jugez plutôt : le cochon pata negra, le vrai,

se promène en totale liberté dans un vaste domaine, à raison de 1 à 2 hectares par sujet...

UN PATRIMOINE GÉNÉTIQUE UNIQUE

La *dehesa* ? C'est l'écrin du cochon ibérique, une vaste étendue légèrement vallonnée qui s'étire comme un *green* anglais entre les chênes. On y trouve des graminées, des légumineuses, des plantes arbustives et, surtout, ces fameux glands de chêne (*bellota*, en espagnol) qui composent l'alimentation spécifique du pata negra. En se gavant pendant la période de la *montanera* (la glandée en français),

d'octobre à février, le cochon stocke l'huile et la transforme en bon gras, les fameux acides gras mono-insaturés, présents aussi dans les olives qui sont au cœur de la diète méditerranéenne.

La manière dont l'animal synthétise cette graisse est unique et tient à son patrimoine génétique, celui d'un cochon programmé à l'origine pour supporter sept mois de jeûne en vivant sur ses réserves... La *montanera* est réservée aux cochons de race 100 % Ibérico, dans les derniers mois de leur croissance. En soixante jours, ils parcourt des hectares de prairies et mangent 10 kg de glands par jour, passant d'un poids de 90 kg à 170 kg. Sacré régime !

C'est en Andalousie, au cœur d'une des zones d'élevage historiques du porc ibérique, que nous sommes partis à la rencontre de ces spécimens d'exception à 1000 € l'unité. L'hacienda Juan Pedro Domecq, est l'une des maisons les plus réputées pour ses cochons de race 100 % Ibérico depuis 1970. Leur *dehesa* de 3 000 hectares, située dans la province de Huelva, abrite un élevage de 3 000 têtes. Il faut une bonne vingtaine de minutes de safari à bord d'un solide 4x4 pour apercevoir les premiers cochons. Ils se promènent en bandes, oreilles tombantes et groin devant, noirs de la tête aux pattes jusqu'au sabot, d'où le nom de la race « pata negra » (patte noire). Dans ce paysage protégé à l'herbe moussue, on entend la drôle de mélodie à deux tons du *porquero* qui les guide d'une pâture à l'autre. La bête, habituée à l'homme, reste sauvage. Pas envie de se trouver seul, nez à nez avec son groin...

TEMPLES DU JAMBON

Restent quelques étapes cruciales qui feront de ces cochons des pata negra d'exception. L'abattage des bêtes, le profilage des jambons avec la couenne taillée en V typique des jambons ibériques, la salaison en usine avec du sel de mer, à laquelle se mêle une certaine proportion de sel recyclé aux arômes de jambon... jusqu'à l'étape finale du séchage dans les *secaderos* (caves d'affinage, ci-contre). Dans ces temples au parfum entêtant,

le séchage est entièrement naturel et le degré d'hygrométrie se règle en ouvrant et en refermant les fenêtres... L'affinage est un art qui repose sur tous les sens : la vue, le toucher, l'odorat et même l'ouïe. Pour savoir si le jambon est prêt, le maître affineur tâte les creux et les bosses et fait sonner les chairs. Un son de tambour signale que ça commence à fermenter à l'intérieur. Le bon jambon doit sonner mat. Lorsqu'il est prêt, une dernière vérification s'impose. L'affineur utilise la *cala*, un os de vache en forme de grosse aiguille, il pique le jambon en quatre points précis et hume la pointe. Le degré de maturation a un parfum... Selon la taille de la pièce, l'affinage peut varier de trois à cinq ans.

À LA CONQUÊTE DES CONSOMMATEURS

En France, le pata negra a commencé une timide percée dans les années 2000 avec l'ouverture d'un comptoir Bellota-Bellota à Boulogne-Billancourt. La marque française était la première à commercialiser auprès des chefs et d'un public averti le meilleur du jambon ibérique. D'autres acteurs sont arrivés ensuite sur le marché français, en particulier l'icône Cinco Jotas, la maison espagnole fondée en 1879, à l'origine de la sauvegarde de la race 100 % Ibérico à Jabugo. L'année 2014 marque un tournant : pour

faciliter le choix des consommateurs et encadrer les pratiques, le gouvernement espagnol vote une loi qui définit quatre niveaux de qualité dans l'AOP pata negra, représentés par quatre couleurs indiquant la race et le type de pâturage (voir encadré Le pata negra en 4 couleurs). La création de la catégorie « cebo de campo » met en valeur une technique d'élevage mixte (céréales et glands), qui n'était pas reconnue jusqu'ici et qui donne aussi de très bons résultats. C'est sur la base de ces nouveaux critères que les industriels français (Labeyrie, Fleury Michon, Aoste...) proposent désormais un jambon ibérique abordable, vendu en grandes surfaces.

Grâce à cette loi, le patrimoine génétique du cochon 100 % Ibérico est protégé en même temps que l'écosystème de la *dehesa*. Les races croisées ont également leur label et le consommateur sait où il met les pieds. Mais si l'étiquette informe, le vrai juge de paix reste le palais.



Hesako ?

MONTANERA : la glandée, période de maturité des glands. La qualité et la durée de la production varie selon les années.

BELLOTA : « gland », en espagnol, devenu à tort synonyme de pata negra

DEHESA : vaste pâture où poussent les chênes, lieu d'élevage des cochons ibériques.

JABUGO : ville d'Andalousie réputée pour la qualité de ses jambons (berceau de Cinco Jotas).

JAMÓN : jambon en espagnol.

MAESTRO CORTADOR : professionnel de la découpe du jambon.



Choisir son pata negra

Ces pétales de jambon au gras merveilleusement fondant ont acquis une réputation mondiale. Mais tous les pata negra ne se valent pas. Affûtez vos connaissances avant d'acheter.

OBJECTIF 100 % IBÉRICO

Le cochon de race 100 % ibérico est le plus pur des cochons ibériques, il est élevé en liberté et se nourrit de glands (*bellota* en espagnol...) qu'il trouve dans les *dehesas*, vastes domaines situés dans quatre régions d'Espagne. C'est la Rolls du jambon ibérique. D'autres races de cochon ibérique possèdent également le label « pata negra », comme le cebo de campo, mais elles développent moins de gras et les conditions d'élevage sont moins exigeantes. Ce gras qui fond dans la bouche, riche en bons acides gras, est la quintessence du grand bellota.

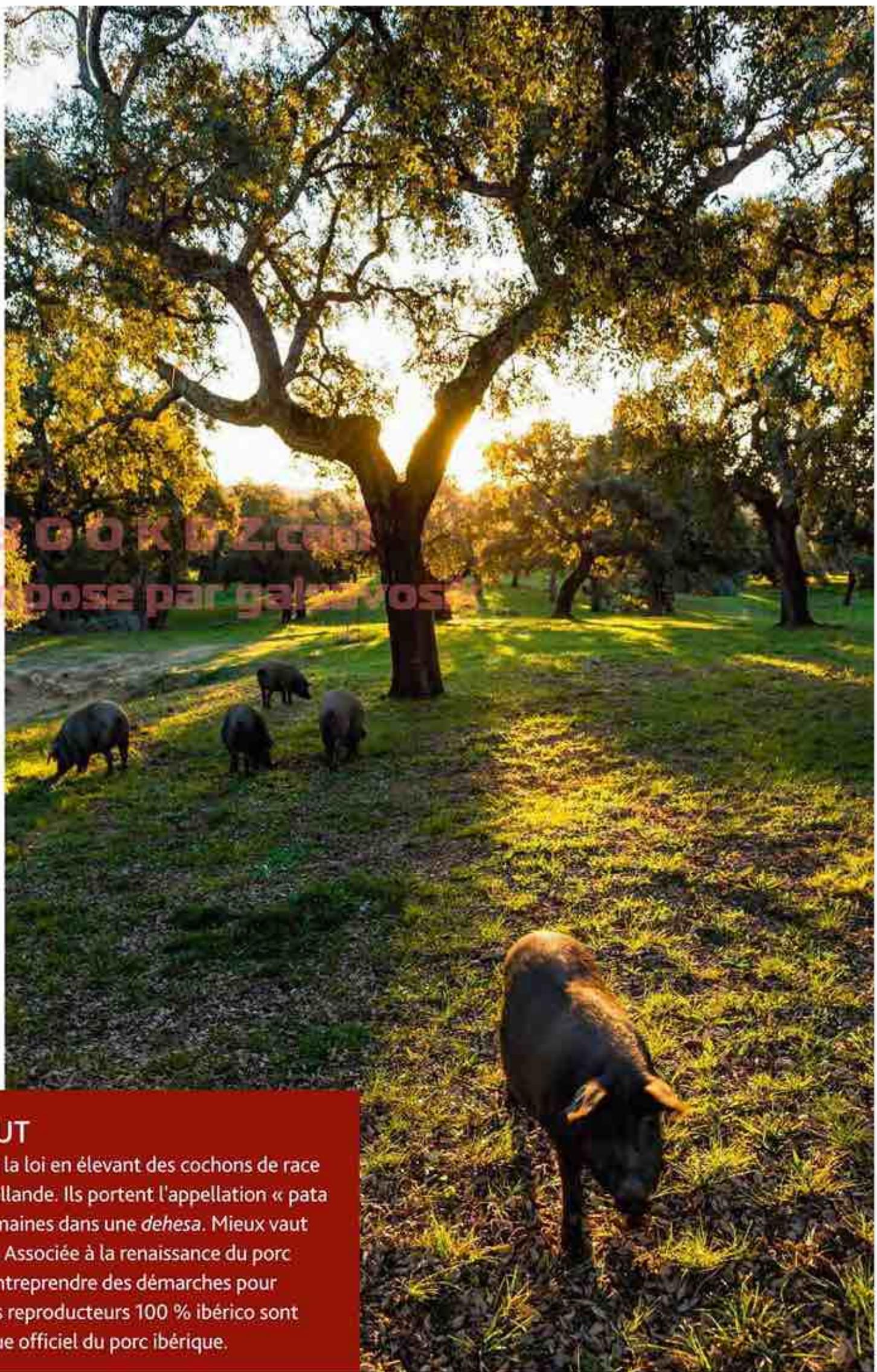
Le pata negra en 4 couleurs

Sur les jambons entiers, les étiquettes donnent une indication sur la race et le type de pâturage.

- **ÉTIQUETTE BLANCHE**: jambon ibérico à 50 % (dit cebo). Les cochons sont élevés dans une grange et nourris au fourrage.
- **ÉTIQUETTE VERTE**: Jambon ibérico à 75 % (dit cebo de campo). Les cochons sont élevés à l'air libre et nourris à l'herbe et au fourrage.
- **ÉTIQUETTE ROUGE**: jambon Bellota, ibérico à 75 %. Les cochons sont élevés en liberté et nourris aux glands.
- **ÉTIQUETTE NOIRE**: jambon Bellota, 100 % ibérico. Élevé en liberté (1 hectare par tête) et nourri aux glands.

N'EST PAS PATA NEGRA QUI VEUT

Certains industriels peu scrupuleux contournent la loi en élevant des cochons de race ibérique dans des fermes d'engraissement en Hollande. Ils portent l'appellation « pata negra » pour avoir passé leurs trois dernières semaines dans une *dehesa*. Mieux vaut se fier aux grandes marques comme Cinco Jotas. Associée à la renaissance du porc 100 % ibérico, elle a été parmi les premières à entreprendre des démarches pour sauvegarder la pureté de la race. Aujourd'hui, ses reproducteurs 100 % ibérico sont contrôlés et enregistrés dans le livre généalogique officiel du porc ibérique.





Conseil d'expert

Mickaël Piffard-Besnard, président de Bellota-Bellota, vous guide pour choisir le *nec plus ultra* du pata negra.

1 N'ACHETEZ JAMAIS À BAS PRIX.

Pour un cochon Bellota, il faut compter 18 mois de vie et trois à cinq ans de maturation dans les caves d'affinage. Ce temps a forcément un prix.

2 VÉRIFIEZ LA PROVENANCE ET LA RACE.

Il existe quatre régions pouvant se réclamer de l'AOP pata negra : l'Estrémadure, l'Andalousie, la région de Huelva (village de Jabugo) et Salamanque (Guijuelo). Si la zone est vague, c'est une façon de planquer l'origine, ce n'est pas un vrai pata negra.

3 REGARDEZ L'ÉTIQUETTE.

Vous cherchez une qualité premium, guettez l'étiquette noire, c'est un Bellota 100 % ibérico.

4 PRÉFÉREZ UN JAMBON À LA COUPE,

tranché minute et demandez la mise sous-vide pour le transport. Si vous l'achetez entier, il se conserve 2 à 3 semaines couvert d'un torchon à température ambiante.

5 DÉGUSTEZ-LE À TEMPÉRATURE

AMBIANTE. Pensez à le sortir du réfrigérateur 3 heures à l'avance, comme un vin ou un fromage, pour profiter de tous ses arômes.

6 VEILLEZ AU GRAS : un bon pata negra

transpire et fond sur la langue. Sur une patte de 8 kg, il faut compter 3 kg de viande ; 1 à 2,5 kg d'os. Tout le reste, c'est du gras (soit 2,5 à 4 kg !), mais du bon gras puisqu'il s'agit d'acides gras mono-insaturés, comme dans l'huile d'olive...

7 ACCORDEZ-LE AVEC UN VIN BLANC.

Il faut éviter les tanins trop puissants avec un produit qui a du caractère !



Un des quatre comptoirs Bellota-Bellota à Paris, rue Jean-Nicot, où l'on peut déguster un pata negra d'exception, sur une "assiette volcan" conçue pour révéler les parfums du jambon.

E B
propose par galsavosik

Notre sélection

Voir toutes nos adresses page 5



Grande tradition

Le coffret gourmand propose une sélection de deux jambons (100 g chacun) et de trois charcuteries (lomo, chorizo, lomito, de 100 g chacun également).

99 € le coffret (soit 198 €/kg). Dans les boutiques Bellota-Bellota et sur le site www.bellota-bellota.com



Retour aux sources

Cinco Jotas travaille avec les éleveurs de Jabugo aux sources du grand pata negra. Assortiment de quatre incontournables 100 % ibérico : épaule, jambon, lomos, saucisse. 75,50 € les 4 x 70 g (soit 269,65 €/kg).

Aux Galeries Lafayette et sur www.cincojotas.fr



Découverte

Un assortiment de charcuteries pata negra (de race cebo de campo), pour découvrir différentes parties de ce cochon bien élevé : saucisson, chorizo, lomo, paleta.

Rosace à partager Pata Negra Cebo de Campo 9,99 € les 130 g (soit 76,85 €/kg) - en GMS.

Foie gras

Éditions Z.com
Proposé par galavosik

Faites le bon choix

©VIELE / PHOTOCUISINE

92% des Français déclarent consommer du foie gras. Plus qu'hier et bien moins que demain ? L'engagement de la filière pour mettre en avant sa production, à travers le développement des labels, est plein de promesses. L'exception française a encore de beaux jours devant elle.

TEXTE HÉLÈNE PIOT ET EVE-MARIE ZIZZA-LALU

Désidément, la filière foie gras n'en finit pas d'affronter les crises. Après deux épidémies de grippe aviaire (2016-2017) et tandis que le redémarrage s'annonçait très prometteur en 2018-2019, le confinement du mois de mars a stoppé la reprise, compliquée par la loi Egalim sur la limitation des opérations promotionnelles. Les professionnels de la filière, rassemblés au sein du Cifog (Comité interprofessionnel du foie gras), sont toutefois confiants. Ils peuvent s'appuyer sur l'engouement des Français pour ce produit emblématique de leur terroir. En 2019, la production française de foie gras s'est d'ailleurs stabilisée à 16 400 tonnes, au même

niveau que 2018. Les initiatives favorisant la reprise fin 2020 ne manquent pas. L'arrivée d'un nouveau logo « foie gras de France » sur le marché facilite désormais l'identification de l'origine et rassure les consommateurs. Le foie gras ne manque pas non plus une occasion de faire parler de lui. Fin septembre, producteurs et fabricants ont ouvert grands leurs portes pour les Journées du patrimoine et Adrien Cachot, l'étonnant finaliste de *Top Chef*, soutiendra la 3^e édition de la Semaine du foie gras dans les restaurants français, du 30 novembre au 6 décembre 2020. Sans oublier un relais médiatique sur le site Démotivateur Food.

UN PLAISIR DE SAISON

Les Français n'entendent pas se priver de ce symbole festif, quelle que soit la pression des défenseurs de la cause animale. Pression qui donne lieu à une éternelle bataille de chiffres : si, selon les producteurs, 90 % de nos contemporains l'apprécient, 40 %, selon l'association L214, refuseraient d'en acheter pour des raisons éthiques d'opposition au gavage. Un chiffre difficile à avaler, tant le marché hexagonal se porte bien, même si les deux tiers des amateurs n'en achètent que deux fois par an en moyenne. Pour augmenter



© LAFITTE

la cadence, la filière rêve de désaisonnabiliser la consommation. Une gageure, le foie gras constituant pour 75 % des Français un produit incontournable des fêtes de fin d'année, devant le saumon fumé (61 %) et la bûche (57 %). Rien d'étonnant, donc, à ce que les trois quarts des ventes aient lieu à ce moment-là. Difficile de provoquer des achats en masse quand le thermomètre affiche 24 °C à Pâques... Selon les professionnels, ce côté exceptionnel explique que les amateurs ne se laissent pas influencer par le mouvement vegan. « Quant au flexitarisme, qui consiste à manger moins souvent des produits d'origine animale mais de meilleure qualité, il nous agrée complètement puisque c'est notre philosophie aussi ! », souligne, comme tous ses collègues, Ghislain Hanicotte, chef de produits senior chez Euralis, dont le fleuron, la marque Maison Montfort, représente à elle seule 12,3 % du marché français.

DÉMARCHE VERTUEUSE

Consciente néanmoins de la nécessité de faire des efforts, la filière met l'accent sur le Label Rouge, plus respectueux du bien-être animal. S'il ne représente encore que 5 % de la production française, ce chiffre devrait doubler dans les toutes prochaines années. À la clé : un produit de meilleure qualité, des exploitations plus petites, et des agriculteurs mieux rémunérés. Un cercle vertueux... si les consommateurs acceptent de payer un peu plus cher leur cadeau de Noël favori.

(1) Tous les chiffres sont issus de l'enquête Cifog/CSA de novembre 2019.

À quel label se vouer ?

• Foie gras de France : tout nouveau

Ce logo, lancé à l'automne 2019, se veut le signe de réassurance n° 1, et un prérequis essentiel pour les acheteurs français. Il garantit l'origine géographique de toutes les étapes de fabrication et le respect d'un cahier des charges rigoureux.

• IGP Sud-Ouest : la tradition

Ce critère d'origine porte à la fois sur la conduite d'élevage (alimentation, nombre de jours d'élevage, etc.) et la transformation des produits. Sur les 32,5 millions de canards gras produits chaque année en France, 21,5 millions en bénéficient, dans 17 départements d'Aquitaine et d'Occitanie.

• Label rouge : l'assurance anti-nitrite

Seuls 2 millions de canards, donc de foies gras, peuvent s'en prévaloir. De nombreux foies gras contiennent du nitrite de sodium (E250), un additif qui lui donne une couleur rose orangée. Problème : ce conservateur est cancérigène. Un mi-cuit « normal » doit être légèrement gris. Privilégiez donc les produits Label rouge, qui interdisent tout ajout de sel nitrité. Ou, à défaut, les produits qui font grise mine : c'est bon signe ! C'est le cas notamment de Dupérier, Reflets de France (produit par Maison Lafitte), Barthouil et Godard, mais aussi des marques qui indiquent la mention « sans conservateurs ».

• Canards fermiers : des animaux mieux traités

Cette mention implique de multiplier par deux l'espace imparti à chaque volatile durant le gavage (8 canards au mètre carré contre 15 selon le cahier des charges du Label rouge).

• Objectif local : pour acheter directement auprès d'un producteur près de chez soi, rendez-vous sur e-picure. community/fr/app/c/s/le-foie-gras/map

À SAVOIR

Même s'il est issu de canards élevés dans d'excellentes conditions et nourris de céréales bio, un foie gras ne peut pas être estampillé bio car le gavage est contraire à l'esprit même du label.

Notre sélection



Périgourdin

Un foie gras de canard façonné à la main dans le Périgord, bien équilibré en sel et en poivre.

Foie gras de canard entier du Périgord Delpeyrat, 23,90 € les 180 g (soit 132,80 € le kg) en GMS.



Matière première

Ce lobe de foie gras déveiné sous-vide est idéal pour préparer des terrines maison. Lobe de foie gras de canard cru extra des Landes déveiné Lafitte. 42,90 € les 480 g (soit 89,40 € le kg). Boutiques Lafitte et sur le site.



À l'ancienne

Un foie gras de canard entier cuit au torchon bien assaisonné et de belle texture.

Maison Montfort Grand Héritage. 24,99 € les 250 g (soit 99,96 € le kg). En GMS.

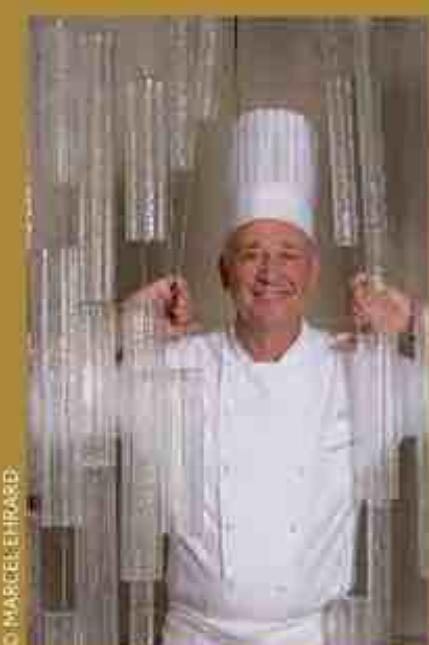
La question du gavage

Produire un foie gras sans gavage ?

Certains professionnels s'y essayent, comme Marcel Metzler en Alsace, mais il faudra encore du temps avant que la démarche ne soit largement partagée. Il faut toutefois savoir que, suivant la méthode traditionnelle, le gavage ne dure que quelques jours : une dizaine pour un foie gras sous IGP, une douzaine pour un Label rouge. Soit quelques secondes à chaque repas, deux fois par jour, c'est-à-dire 3 à 4 minutes au total dans toute la vie d'un canard, qui dure 3 à 4 mois.

Le terroir au menu

LE CONTE DE NOËL DE MARC HAEBERLIN
SOUVENIRS D'UNE BONNE FARCE



© MARCELLE EHRLICH

MARC HAEBERLIN

Il incarne la quatrième génération de cuisiniers à l'Auberge de l'Ill, à Illhaeusen. Le chef alsacien a trouvé un parfait équilibre entre sa passion du terroir et son goût pour la modernité. L'art de recevoir est ici un don familial partagé, pour la plus grande joie des convives.

EBO A RIBZ.com

Goûts d'enfance

En Alsace, Noël se fête le 24 décembre au soir. Vous connaissez le slogan « Noël a un pays, c'est l'Alsace »... Chez nous, c'est la fête de famille par excellence et la plupart des restaurants sont fermés, aujourd'hui comme autrefois. À l'Auberge de l'Ill, après le service de midi, toute la cuisine se vidait et mon père préparait le dîner de fête. C'était toujours le même menu : du foie gras ou du saumon fumé en entrée, un petit potage au tapioca, sans doute pour nous préparer à la suite, une dinde ou un chapon farci et une bûche accompagnée d'une salade de fruits.

Dans le secret des plats de fête

On avait droit à des grands classiques finalement. La dinde était farcie aux marrons et servie avec un jus au porto et des spätzle en garniture – les fameuses pâtes alsaciennes aux œufs en forme de petits rubans torsadés. Le chapon rôti était accompagné d'un gratin dauphinois et d'une salade. Quant à la bûche, il y avait deux parfums au choix : crème au beurre et chocolat...

Péché mignon

Dans la dinde ou le chapon, il y avait toujours une farce avec de beaux morceaux de truffe. Tout le monde savait que j'adorais la truffe. Alors mon père, mon oncle, mes tantes triaient soigneusement

les petites pépites noires et les mettaient dans mon assiette. En plus, on avait le droit d'ouvrir un premier cadeau juste après l'entrée et entre chaque plat. C'était vraiment la fête !

Sens du partage

Notre table familiale accueillait toujours un ou deux jeunes de la brigade qui ne pouvaient pas rentrer chez eux : un stagiaire japonais, un jeune allemand. Ils fêtaient Noël et se régalaient avec nous. Et puis, il y avait aussi toute la période de l'Avent : dans la cuisine, on préparait les petits biscuits, les bredele et les pains d'anis avec ma grand-mère et ma grand-tante. Et le 24 au soir, mon oncle Jean-Pierre prétextait une réunion à la mairie et filait se déguiser en père Noël...

Un 24 décembre mémorable

Le jour de mon mariage avec Isabelle. Nous avons choisi une date facile à retenir... C'était l'occasion ou jamais de rassembler la famille. À chaque Noël, on fête désormais notre anniversaire de mariage !

Le menu de Noël 2020...

Immuable depuis des années : un potage de poireaux et pommes de terre à la truffe, un plat de poisson ou une viande, des quenelles à la sauce Nantua et une bûche ! Et c'est ma sœur qui se déguise en père Noël...

Menu Chapon en cocotte

>>> L'entrée

15 min
+ 3h

RECETTE A COMMENCER...
la veille!

FOIE GRAS AU SAUTERNES
ET AUX ÉPICES

>>> recette page 50



EBAOKOZ.com
propose par galabao



>>> *Le plat*

50 min
+ 2 h 15

CHAPON EN COCOTTE LUTÉE,
FARCI AU FOIE GRAS ET TRUFFÉ

>>> *recette page 50*

ÉGOUTTÉ
proposé



>>> Le dessert

30 min
+ 2 h 40

BOUCHE CRÈMEUSE
AU CITRON

>>> recette page 50

EBOOKOZ.com
propose par galsavosik

Menu Chapon en cocotte



FOIE GRAS AU SAUTERNES ET AUX ÉPICES

POUR 6 À 8 PERSONNES
PRÉPARATION 15 MIN CUISSON 1 H
REPOS 2 H + 24 H

1 foie gras entier cru d'environ 500 g • 1 c. à café de sel fin • 1 c. à café de poivre noir du moulin • 1 c. à café de baies roses • ½ c. à café de poivre du Sichuan • 10 cl de sauternes.

- **La veille**, à température ambiante, retirez les veines principales du foie gras en ouvrant les lobes délicatement entre les pouces. Placez les morceaux de foie gras bien à plat dans une assiette creuse. Saupoudrez-les d'un mélange de sel et de poivre noir. Arrosez de sauternes. Au mortier, pillez les baies roses et le poivre du Sichuan et saupoudrez-en le foie gras. Mélangez délicatement de manière à imprégner tous les morceaux. Laissez reposer au réfrigérateur pendant 2 h.
- Préchauffez le four à 100 °C. Rangez les morceaux de foie gras dans une terrine en les tassant bien. Récupérez le sauternes de la marinade et versez-le par-dessus. Enfournez pour 1 h.
- À la sortie du four, laissez refroidir puis entreposez au réfrigérateur au minimum 24 h avant de le déguster ■



CHAPON EN COCOTTE LUTÉE, FARCI AU FOIE GRAS ET TRUFFÉ

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION 50 MIN CUISSON 2 H 15

1 chapon de 2,5 kg environ prêt à cuire • 300 g de foie de volaille • 300 g de farce fine (200 g de blanc de volaille, 2 blancs d'œufs, 25 cl de crème fraîche, sel fin) • 150 g de foie gras truffé • 50 cl de bouillon de volaille • 5 cl de lait • 70 g de beurre • 1 œuf • 2 carottes • 1 oignon • 1 grosse échalote • 10 g de brisures de truffe • 1 bouquet garni • 2 tranches de pain de mie (sans croûte) • Sel, poivre.

POUR LUTER LA COCOTTE • 125 g de farine.

- **La farce.** Coupez le pain de mie en petits morceaux, puis mettez-les dans un bol avec le lait. Nettoyez les foies de volaille. Pelez et ciselez l'échalote. Faites-la revenir pendant 5 min à la poêle dans 20 g de beurre. Ajoutez les foies de volaille et faites-les saisir à feu vif pendant 5 min. Salez et poivrez. Placez dans un mixeur les foies de volaille, l'échalote, la mie de pain essorée et l'œuf entier. Salez et poivrez. Mixez jusqu'à l'obtention d'une farce homogène. Ajoutez la farce fine et le foie gras coupé en dés. Mélangez soigneusement. Remplissez le chapon de farce et refermez l'ouverture avec de la ficelle de cuisine.
- Préchauffez le four à 210 °C. Pelez et coupez les carottes en rondelles. Pelez et émincez l'oignon. Faites chauffer le reste de beurre dans une grande cocotte allant au four, puis faites revenir l'oignon. Réservez.
- Ajoutez le chapon et faites-le doré sur toutes les faces. Salez et poivrez. Remettez l'oignon. Ajoutez enfin les brisures de truffes, les rondelles de carottes, le bouquet garni et versez le bouillon de volaille. Refermez la cocotte avec son couvercle.
- Préparez une pâte avec la farine et un peu d'eau. Formez un boudin. Lutez la cocotte avec la pâte. Enfournez et faites cuire 2 h. Cassez la pâte et servez aussitôt ■

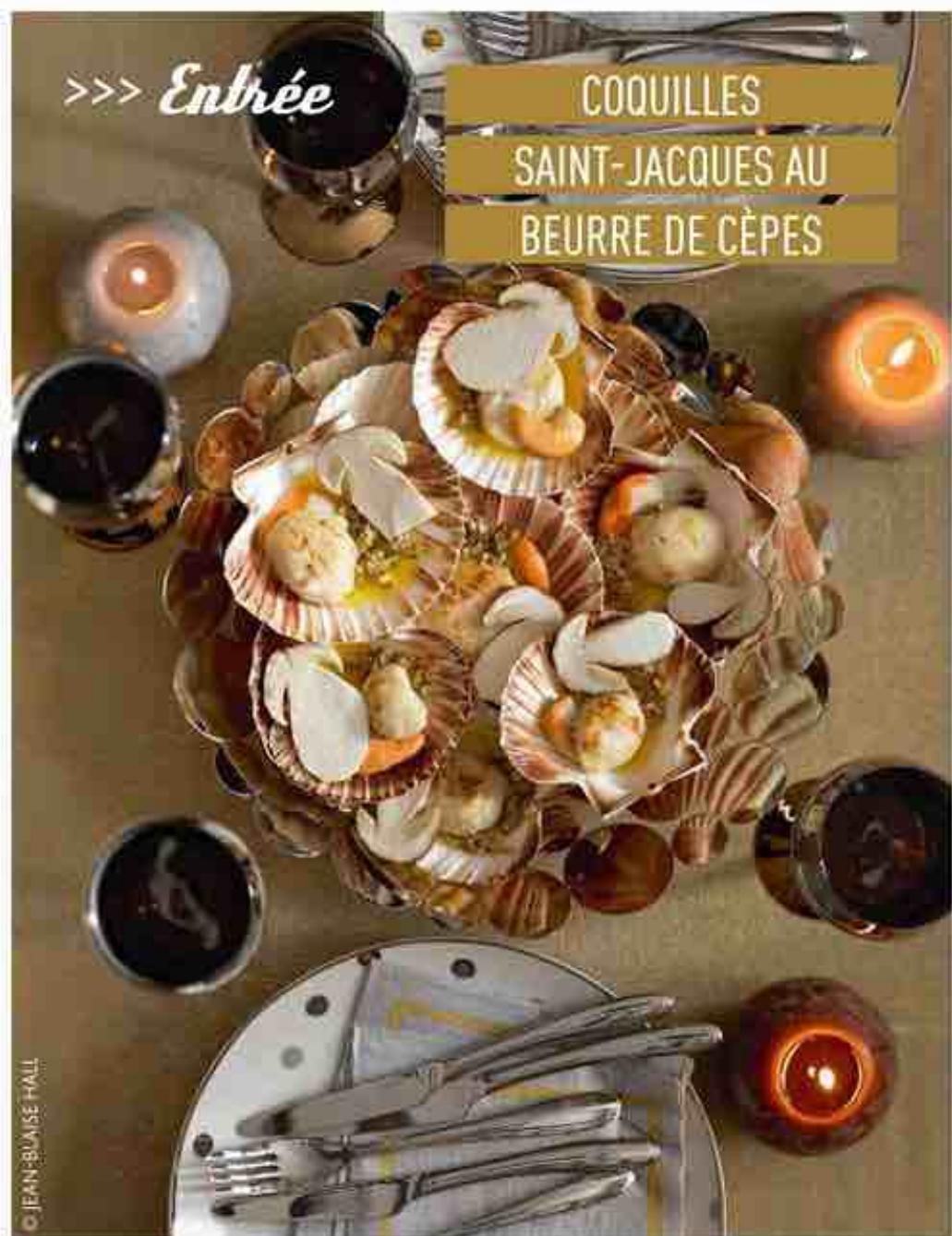
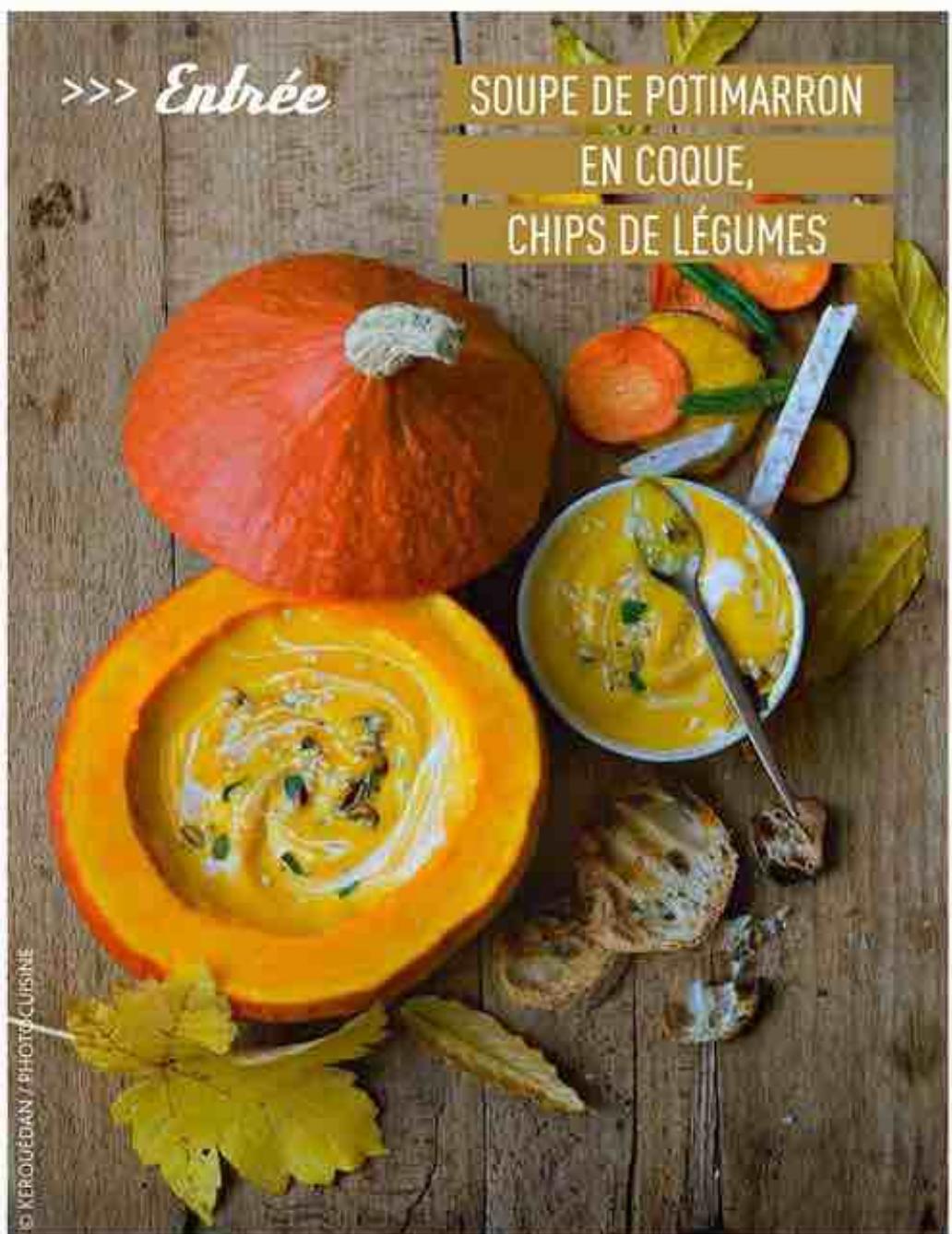


BÛCHE CRÉMEUSE AU CITRON

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 7 MIN
REPOS 2 H 30

120 g de farine • 200 g de lemoncurd (crème de citron) • 125 g de mascarpone • 25 g de beurre doux • 3 œufs • 6 c. à soupe de miel d'acacia • ½ sachet de levure chimique • 1 citron non traité • 1 dizaine de petites meringues suisses.

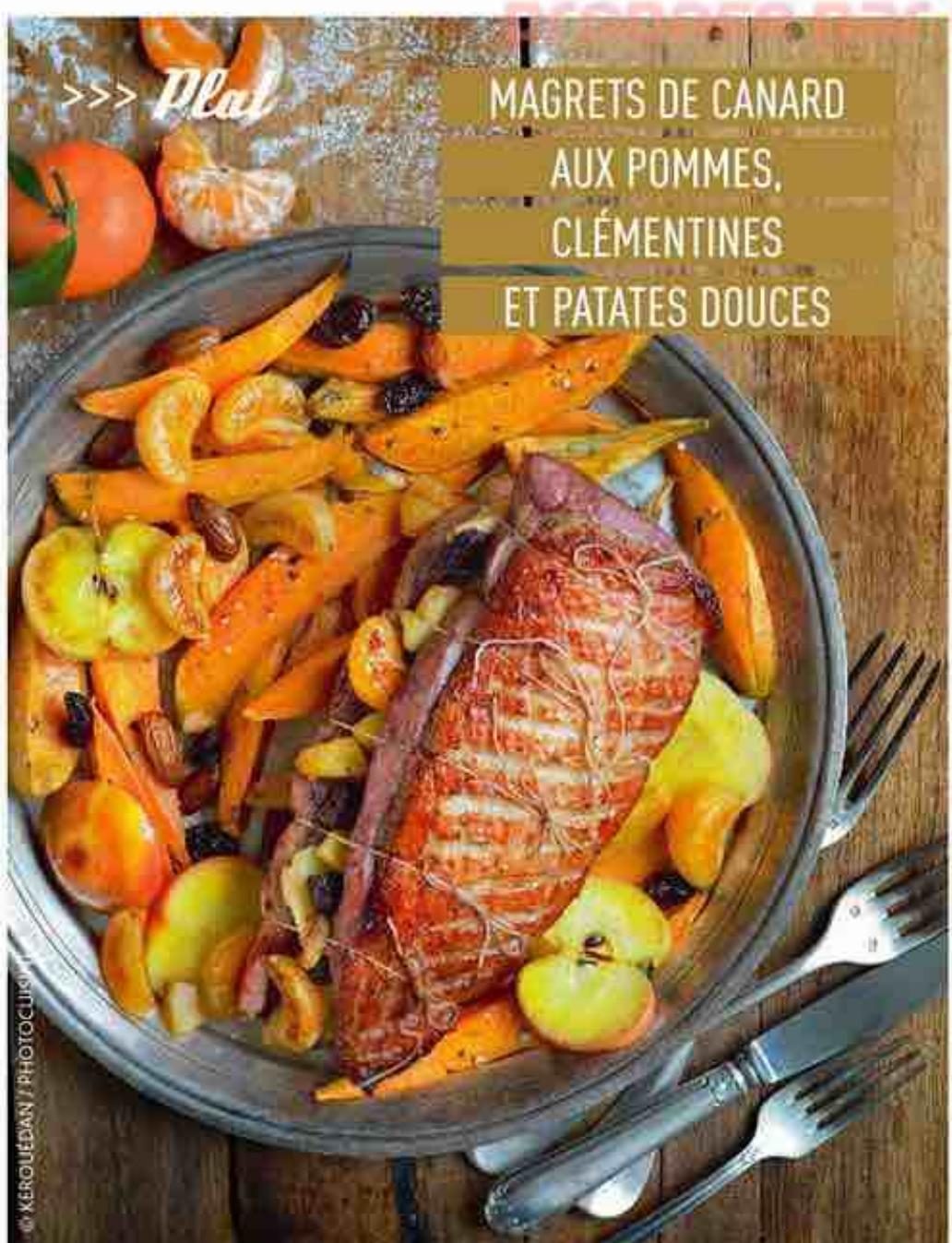
- Préchauffez le four à 200 °C. Fouettez les œufs entiers au batteur avec le miel 5 min jusqu'à ce qu'ils moussent. Incorporez la farine et la levure tamisées à la spatule.
- Chemisez de papier sulfurisé une plaque à four de 25 x 30 cm. Badigeonnez de beurre fondu puis versez la pâte. Enfournez 7 min.
- Dès la sortie du four, renversez le biscuit sur un torchon humide. Décollez le papier sulfurisé et roulez le biscuit sur lui-même. Laissez-le refroidir 30 min.
- Déroulez le biscuit. Râpez le zeste du citron et fouettez-le avec le mascarpone. Pressez son jus et fouettez-le avec 50 g de lemoncurd, imbibez-en le biscuit. Étalez ensuite la crème.
- Roulez de nouveau le biscuit sur lui-même en le serrant bien dans un papier film. Laissez-le refroidir au réfrigérateur pendant 2 h.
- Recouvrez la bûche du reste de lemoncurd et de meringues émiettées. Servez-la en tranches ■



Menu Magrets de canard

EBOOKD Z.com

Menu Magrets de canard



Menu Magrets de canard

Menu Magrets de canard

Régal

RECETTE

COQUILLES SAINT-JACQUES AU BEURRE DE CÈPES

POUR 12 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 15 MIN REPOS 1 H

24 noix de Saint-Jacques (et 12 coquilles pour la présentation)

• 250 g de cèpes frais • 5 échalotes • 1 c. à café de persil frais finement haché • 150 g de beurre doux • Sel, poivre.

● Pelez et hachez finement les échalotes. Nettoyez les cèpes. Réservez-en 2 petits que vous couperez en 12 tranches très fines à la mandoline pour le dressage, puis hachez finement le reste des cèpes.

● Dans une sauteuse, faites suer les échalotes avec une noisette de beurre, puis ajoutez les cèpes hachés et le persil. Laissez réduire jusqu'à obtenir une consistance bien sèche. Salez, poivrez, retirez du feu et laissez refroidir complètement.

● Assouplissez le beurre en le travaillant à la fourchette ou à la spatule. Ajoutez le mélange de cèpes puis façonnez votre beurre en un rouleau de diamètre équivalent à celui d'une noix de saint-jacques. Filmez-le pour obtenir un boudin bien compact. Laissez prendre au frais au minimum 1 h.

● Ouvrez les saint-jacques, détachez les noix et le corail, rincez-les sous l'eau fraîche. Nettoyez bien les coquilles.

● Dans chaque coquille, déposez une noix et son corail, ajoutez par-dessus une tranche de beurre aux cèpes. Déposez les coquilles sur la plaque du four (calez-les avec du gros sel si besoin). Faites-les cuire sous le gril du four pendant 2 à 3 min. Les saint-jacques doivent être juste dorées.

Ajoutez sur chaque coquille une tranche de cèpe détaillé à la mandoline et servez immédiatement ■

EBOOK102.com
propose par galsavosik

Régal

RECETTE

PAIN D'ÉPICES FONDANT À L'ORANGE

POUR 6 À 8 PERSONNES

PRÉPARATION 25 MIN CUISSON 50 MIN

POUR LE PAIN D'ÉPICES • 150 g de miel d'acacia • 150 g de farine • 90 g de beurre • 70 g de sucre semoule • 1 citron vert bio • 1 orange bio • 4 g d'anis vert en poudre • 1,5 g de poivre noir moulu • 2 g de quatre-épices • 5 g de bicarbonate de soude.

POUR LE GLAÇAGE AU CITRON • 300 g de sucre glace • 6 cl de jus de citron • 80 g de marmelade d'orange. **POUR LE DÉCOR** • Sucre glace, épices, écorces d'oranges confites.

LA VEILLE LE PAIN D'ÉPICES

● Préchauffez le four à 160 °C. Faites chauffer 15 cl d'eau, le miel et le sucre puis versez-les sur la farine et le bicarbonate réunis dans une jatte. Incorporez les épices et les zestes d'agrumes. Mélangez doucement au fouet. Ajoutez le beurre fondu. Mélangez à nouveau. Versez l'appareil dans un moule en forme d'étoile. Enfournez 45 min. Laissez refroidir avant de démoulez.

LE JOUR MÊME LE DRESSAGE

● Préchauffez le four à 180 °C. Placez le pain d'épices sur une grille. Étalez dessus la marmelade d'orange. Faites un glaçage en fouettant le sucre glace et le jus de citron. Nappez-en le pain d'épices pour le recouvrir, puis enfournez 5 à 10 min afin que le glaçage cristallise. Laissez refroidir.

● Avant de servir, saupoudrez les bords de l'étoile avec du sucre glace et décorez avec des écorces d'orange confite et des épices (anis étoilé, cannelle bâton...) ■

Régal

RECETTE

SOUPE DE POTIMARRON EN COQUE,

CHIPS DE LÉGUMES

POUR 6 PERSONNES PRÉPARATION 40 MIN CUISSON 45 MIN

2 potimarrons • 300 g de cèpes • 25 cl de crème fraîche épaisse • 90 g de pignons • 2 c. à soupe de graines de sésame • 2 pincées de muscade moulue • 2 pincées de curcuma • 1 pincée de clous de girofle moulus • 1 pincée de cannelle • 2 c. à soupe d'huile d'olive • Sel, poivre. **POUR LES CHIPS** • 2 pommes de terre • 1 carotte • 1 patate douce • Huile de friture • Sel.

● Épluchez et coupez en fines rondelles les légumes. Faites chauffer un bain de friture. Plongez-y les rondelles par petites quantités et faites frire jusqu'à ce qu'elles soient dorées et croustillantes. Égouttez-les sur du papier absorbant. Salez.

● Nettoyez et coupez les cèpes en dés. Faites-les sauter à feu vif dans l'huile d'olive pendant 10 min. Salez et poivrez. Réservez. Faites dorer les pignons dans une poêle chaude. Réservez.

● Coupez les potimarrons aux 3/4 de leur hauteur. Réservez les chapeaux. Retirez les graines et les filaments. Récupérez le maximum de chair sans abîmer la coque. Mettez-la dans une casserole, couvrez d'eau à hauteur. Salez, couvrez et portez à ébullition. Faites cuire 20 min. Égouttez la chair en gardant l'eau de cuisson. Mixez la chair en ajoutant peu à peu l'eau de cuisson jusqu'à l'obtention d'une soupe fine et épaisse.

● Versez-la dans une casserole, ajoutez les épices. Sur feu doux, incorporez la crème, les cèpes et les pignons. Quand la soupe est chaude, versez-la dans les potimarrons évidés. Parsemez de sésame et servez accompagné des chips de légumes ■

Régal

EBOOK102.com
propose par galsavosik

Régal

RECETTE

MAGRETS DE CANARD AUX POMMES,

CLÉMENTINES ET PATATES DOUCES

POUR 6 PERSONNES PRÉPARATION 40 MIN CUISSON 45 MIN

4 magrets de canard • 2 patates douces • 4 pommes reine des reinette • 6 clémentines • 75 g de raisins secs de Corinthe • 50 g d'amandes entières • 1 c. à soupe de miel d'oranger • Sel, poivre.

● Entaillez la graisse des magrets en croisillons. Salez et poivrez la chair. Séparez les quartiers de 1 clémentine et coupez-les en 2. Pelez et détailler 2 pommes en dés. Faites cuire 10 min à feu doux les magrets dans une poêle chaude, côté peau. La peau doit être dorée. Retirez les magrets de la poêle.

● Réservez la moitié de la graisse fondue. Laissez le reste dans la poêle. Faites-y revenir les dés de pommes 5 min à feu doux. Ajoutez 25 g de raisins et les quartiers de clémentines. Salez, poivrez, mélangez et retirez du feu. Réunissez les magrets 2 par 2, côté peau vers l'extérieur, en les garnissant au centre du mélange de fruits. Nouez avec de la ficelle pour faire 2 rôtis. Réservez sous une feuille de papier d'aluminium.

● Séparez les quartiers de 3 clémentines. Pressez le jus des deux autres. Coupez les pommes restantes en quartiers. Épluchez et coupez en tranches les patates douces. Chaitez la graisse réservée. Faites-y revenir 10 min les pommes et les patates douces. Arrosez de jus de clémentine et de miel. Ajoutez les amandes et les raisins restants. Salez et poivrez, couvrez et faites cuire à feu doux 15 min. Ajoutez les clémentines.

● Enfournez les rôtis 6 à 7 min à 220 °C. Servez avec la poêlée de patates douces aux fruits ■

>>> Entrée

RÖSTI À LA TRUITE FUMÉE
ET FROMAGE FRAIS



© PHOTOCUISINE / FOOD COLLECTION

>>> Plat

RÔTI DE FILET MIGNON
FARCI AUX CÈPES,
POËLÉE DE RAISINS
ET CHÂTAIGNE



© EMANUELA QUINTO

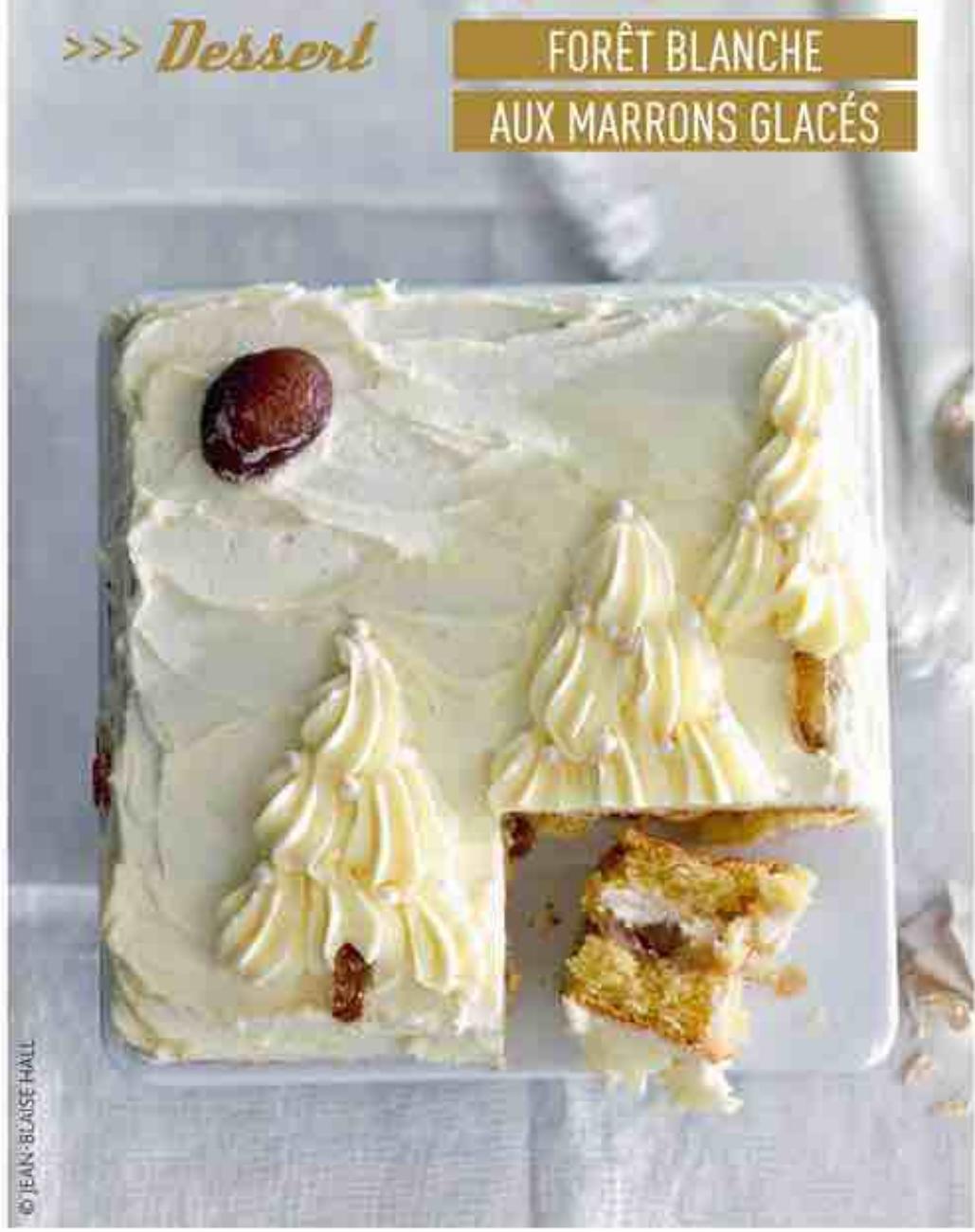
Menu Filet mignon

EBOOKDZ.com

préparé par galsavosik

>>> Dessert

FORÊT BLANCHE
AUX MARRONS GLACÉS

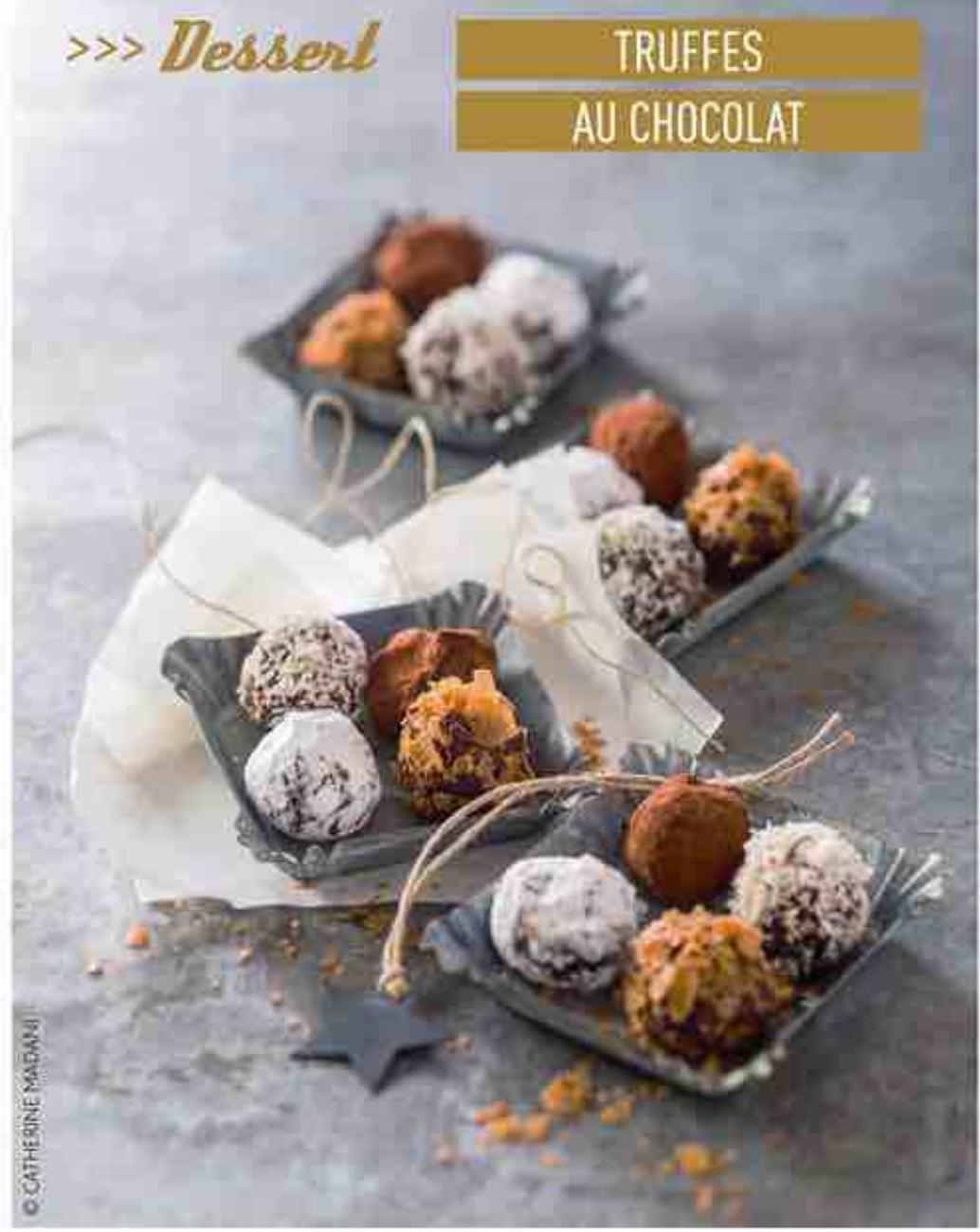


© JEAN-BAPTISTE HALL

Menu Filet mignon

>>> Dessert

TRUFFES
AU CHOCOLAT



© CATHERINE MADAÏ

Menu Filet mignon

RÔTI DE FILET MIGNON FARCI AUX CÈPES, POÊLÉE DE RAISINS ET CHÂTAIGNE

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 40 MIN CUISSON 50 MIN À 1 H

2 filets mignons de porc de 250 g chacun • 10 cl de crème fraîche épaisse • 40 g de beurre • 25 cl de vin blanc • 25 cl de bouillon de volaille • 2 c. à soupe d'huile • Sel, poivre. **POUR LA FARCE** • 400 g de cèpes • 2 échalotes • 40 g de beurre • 2 tranches de pain rassis • 3 jaunes d'œufs • 1/4 de botte de persil plat.

- **LA FARCE** Nettoyez les cèpes et hachez-les grossièrement. Faites suer dans le beurre les échalotes émincées, salez. Ajoutez les cèpes et faites dorer 5 min à feu vif. Transvasez l'ensemble dans un saladier, ajoutez le pain coupé en cubes, les jaunes d'œufs et le persil haché. Salez et poivrez, mélangez bien.
- Incisez les filets mignons dans l'épaisseur et garnissez-les de farce aux cèpes. Puis, ficelez-les tout autour en serrant bien. Dans une cocotte, faites chauffer l'huile, puis ajoutez le beurre. Faites dorer à feu vif les rôtis sur toutes les faces. Ôtez la graisse et versez le vin. Portez à ébullition pendant 2 min, ajoutez le bouillon de volaille. Couvrez et laissez mijoter pendant 40 min.
- À la fin de la cuisson, retirez les rôtis de la cocotte, enveloppez-les d'une feuille d'aluminium et faites réduire de moitié la sauce à feu moyen. Ajoutez la crème fraîche et poursuivez la cuisson à feu doux pendant 3 min en fouettant.
- Rectifiez l'assaisonnement. Coupez les rôtis en tranches, nappez de sauce et servez accompagné d'une poêlée de raisins aux châtaignes ■

TRUFFES AU CHOCOLAT

POUR UNE VINGTAINDE TRUFFES

PRÉPARATION 45 MIN CUISSON 3 MIN REPOS 2 H

200 g de chocolat noir 60 à 70 % • 10 cl de crème fraîche liquide entière • 25 g de beurre salé.

POUR LA DÉCO • 100 g de noix de coco en poudre • 50 g de sucre glace • 50 g de cacao en poudre • 5 biscuits gavottes (ou poudre d'Ovomaltine, noisettes hachées, pistaches, etc.).

- Hachez le chocolat et disposez-le dans un grand bol. Portez la crème à frémissement et versez-la sur le chocolat, tout en fouettant pour que les ingrédients se mélangent intimement.
- Incorporez le beurre coupé en dés. Mélangez bien. Laissez refroidir à température ambiante et réfrigérez au moins 2 h pour que la préparation durcisse.
- Prélevez l'équivalent d'une cuillerée à café et façonnez une boule entre vos mains. Recommencez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Réfrigérez les truffes jusqu'au moment de les utiliser.
- Préparez 4 petites assiettes remplies de sucre glace, de cacao, de noix de coco en poudre et de miettes de gavottes. Roulez les truffes dans ces mélanges ■

RÖSTI À LA TRUITE FUMÉE ET FROMAGE FRAIS

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 25 MIN CUISSON 20 MIN

4 tranches de truite fumée • 4 grosses pommes de terre type Bintje ou 400 g de pommes de terre râpées • 1 œuf • 1 c. à soupe de farine complète • 200 g de fromage frais (type St Môret) • 20 g de beurre demi-sel • 1 c. à soupe de raifort râpé • 1 bouquet de cerfeuil • 1 c. à soupe de baies roses • 1 c. à soupe d'huile d'olive • 1 pincée de noix de muscade • Quelques feuilles de roquette pour la présentation • Sel et poivre.

- Épluchez et râpez les pommes de terre. Égouttez-les au maximum et séchez-les avec du papier absorbant.
- Mélangez un œuf et la farine complète avec les pommes de terre râpées. Salez et poivrez et ajoutez la noix de muscade.
- Faites chauffer une poêle avec un peu d'huile d'olive. Avec vos mains, formez une petite galette et faites dorer les röstis 5 min de chaque côté. Préparez 2 röstis par personne.
- Préchauffez le four à 200 °C. Recouvrez une plaque de papier cuisson et déposez les röstis avec un petit morceau de beurre sur le dessus. Continuez la cuisson pendant 10 min.
- Pendant ce temps-là préparez le fromage frais en le mélangeant avec le raifort, les baies roses, le cerfeuil ciselé et du sel.
- Déposez une cuillère de ce mélange sur chaque rösti puis une demi-tranche de truite fumée sur le dessus. Décorez de quelques feuilles de roquette ■

EBOOKIDZ.com
propose par galsavosik

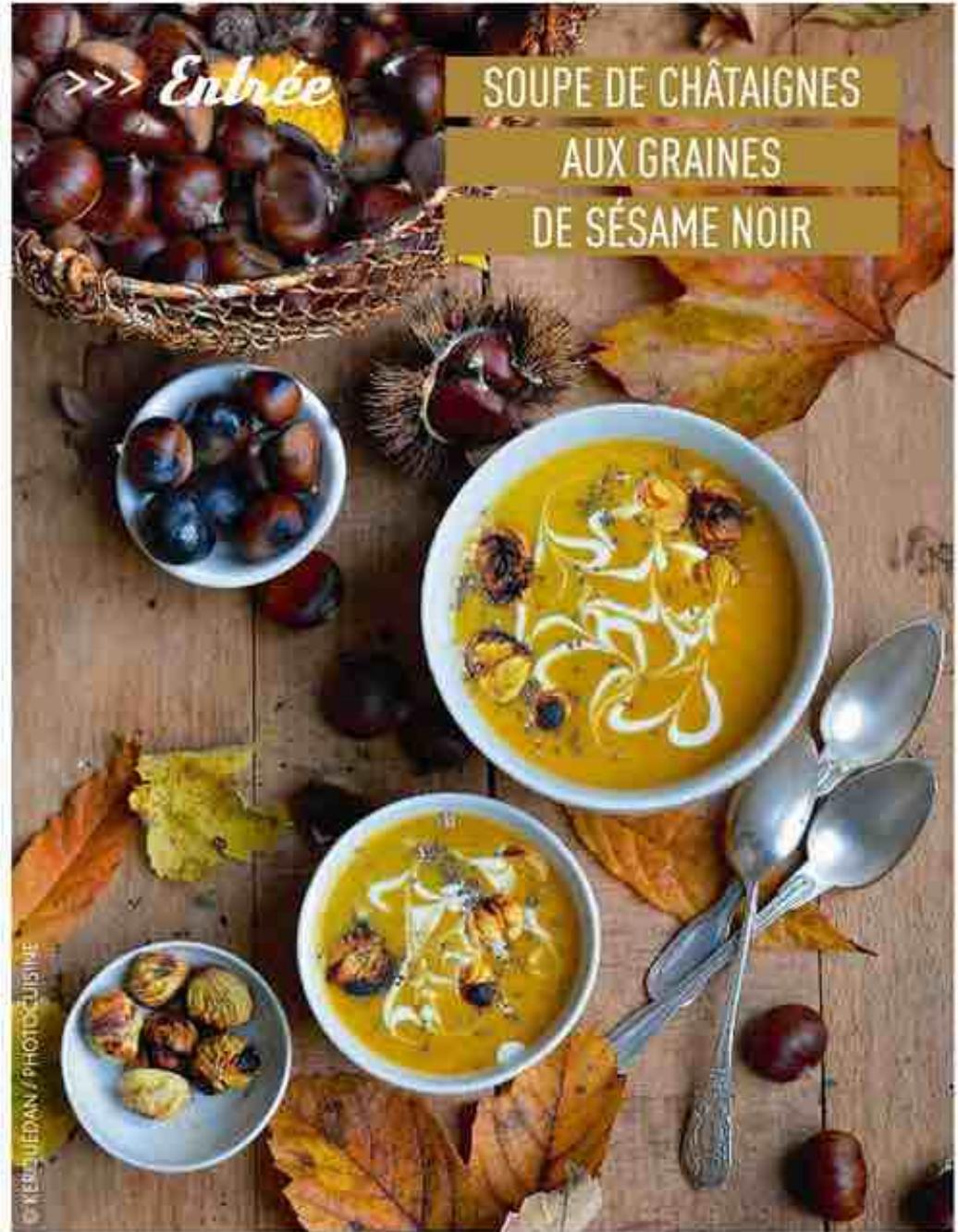
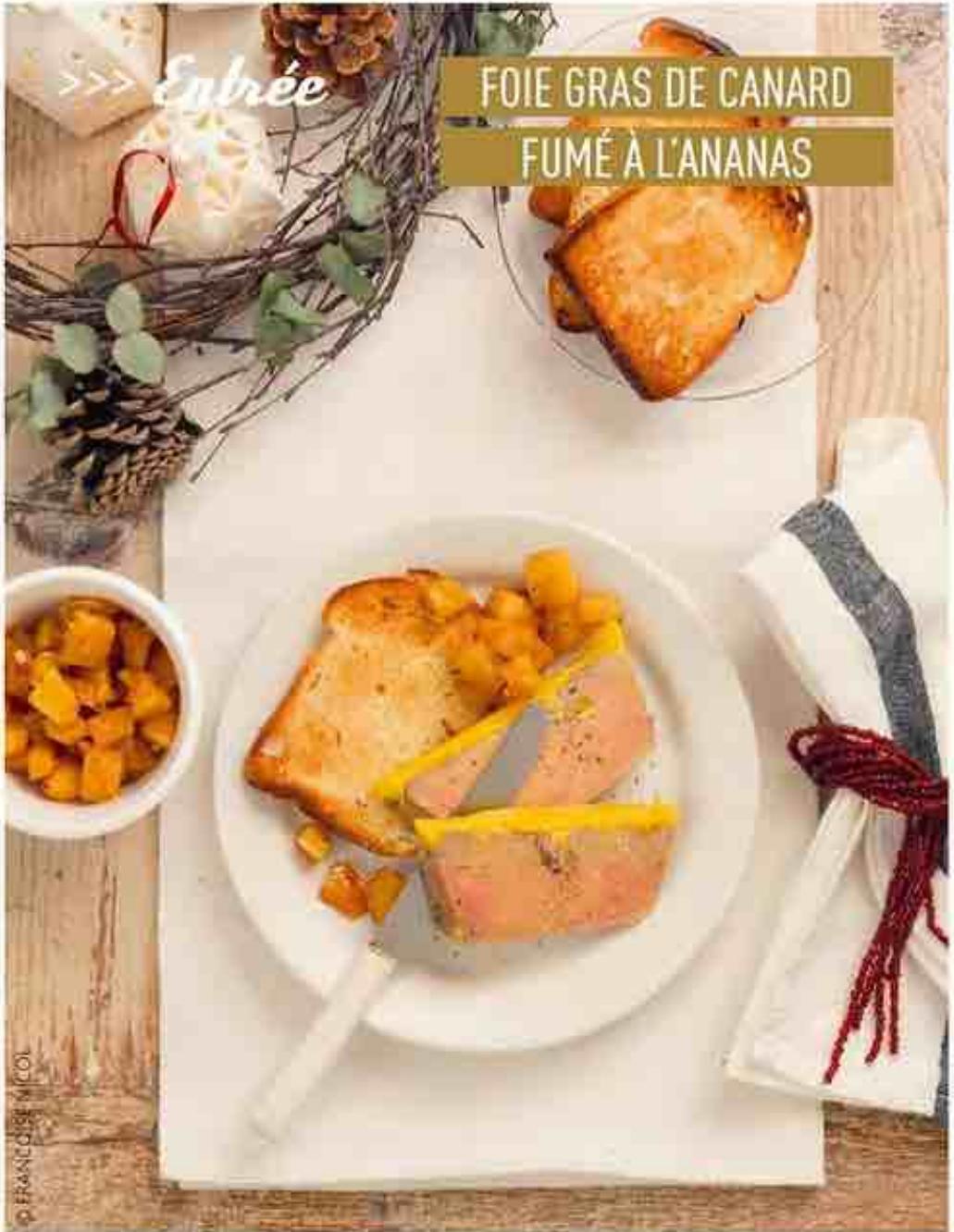
FORÊT BLANCHE AUX MARRONS GLACÉS

POUR 6 À 8 PERSONNES

PRÉPARATION 50 MIN CUISSON 25 MIN REPOS 1 H

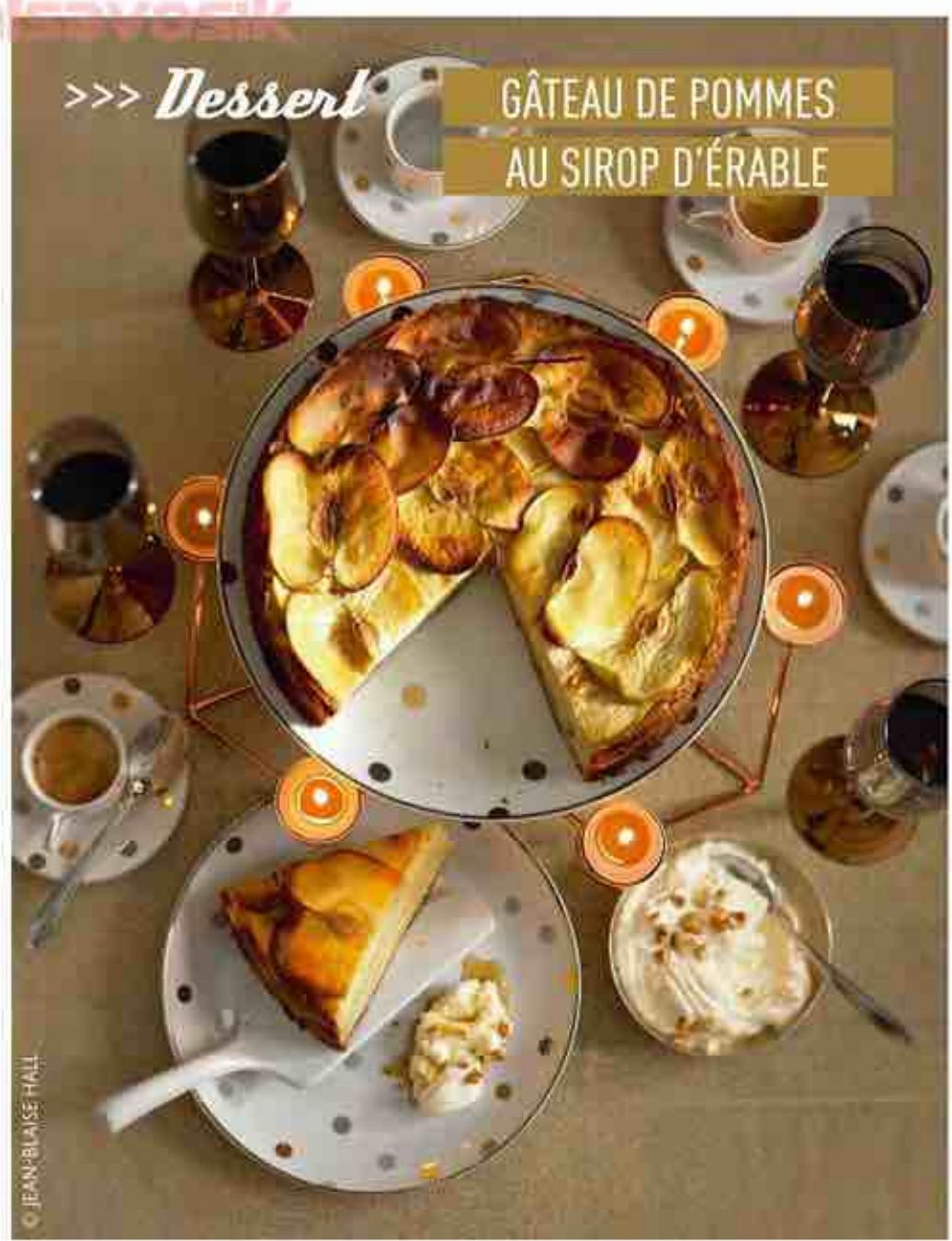
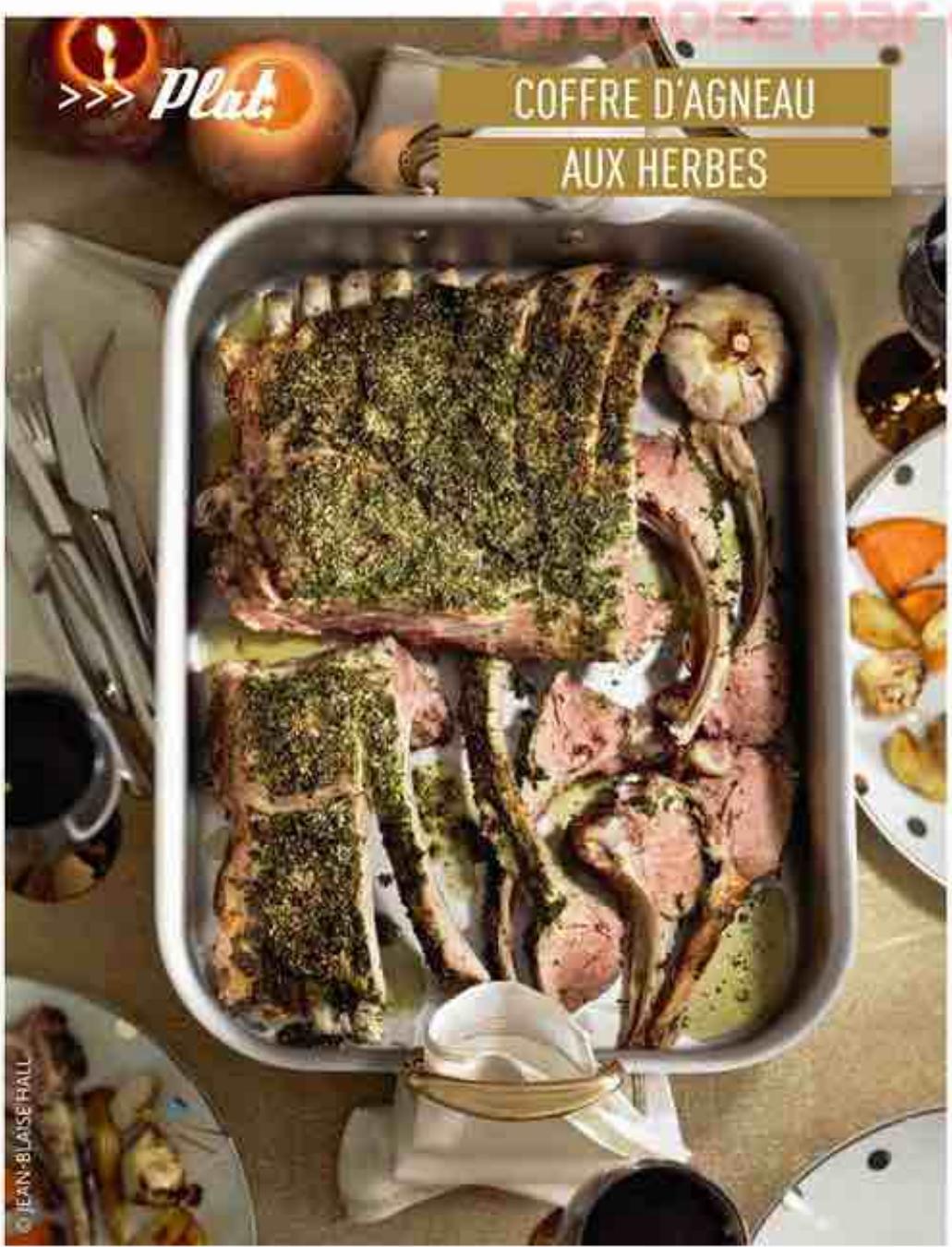
POUR LA GÉNOISE • 4 œufs • 120 g de sucre • 120 g de farine • 1 pincée de sel. **POUR LA CRÈME AU BEURRE EXPRESS** • 500 g de sucre glace • 230 g de beurre pommade • 1 gousse de vanille. **POUR LE SIROP** • 2 c. à soupe de crème de marron. **POUR LA GARNITURE** • 250 g de crème de marron • 4 marrons glacés + 1 pour le décor • Billes soufflées en sucre argenté.

- Préchauffez le four à 180 °C. Battez longuement les œufs avec le sucre jusqu'à ce qu'ils moussent et filent en rubans. Tamisez la farine et incorporez-la petit à petit et délicatement. Lorsque l'ensemble est homogène, versez dans un moule à génoise carré préalablement beurré et fariné. Faites cuire 25 min environ.
- Préparez la crème en mélangeant au batteur le beurre et les graines de la vanille. Ajoutez le sucre glace petit à petit. Réservez.
- Lorsque la génoise est froide, démoulez-la sur une grille et coupez-la en 2 dans l'épaisseur. Préparez le sirop avec la crème de marron et 10 cl d'eau et imbibez généreusement les surfaces intérieures des 2 génoises. Puis étalez à la spatule, sur la partie basse de la génoise, 1/3 de la crème au beurre sur la surface et les pourtours. Ajoutez une couche de crème de marron et des brisures de marrons glacés. Replacez le haut de la génoise et étalez un autre 1/3 de crème au beurre.
- Garnissez une poche munie d'une douille cannelée du reste de crème au beurre, et réalisez des sapins. Ajoutez des billes de sucre pour décorer les sapins et un marron glacé entier pour représenter la lune. Réfrigérez 1 h avant de servir ■



Menu Coffre d'agneau

Menu Coffre d'agneau



Menu Coffre d'agneau

Menu Coffre d'agneau

SOUPE DE CHÂTAIGNES AUX GRAINES

DE SÉSAME NOIR

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 35 MIN

600 g de courge • 450 g de châtaignes cuites • 30 cl de crème liquide • 25 g de beurre • 2 c. à soupe de graines de sésame noir • Muscade • Sel, poivre du moulin.

- Épluchez la courge, épépinez-la et coupez-la en dés. Égouttez les châtaignes. Réservez une douzaine de châtaignes. Mettez le reste avec les dés de courge dans une casserole et couvrez d'eau à hauteur. Portez à ébullition, couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 30 min.
- Retirez la casserole du feu, salez et poivrez, ajoutez un peu de muscade et mixez finement. Remettez la casserole sur feu très doux et ajoutez la moitié de la crème et le beurre en remuant. Maintenez au chaud.
- Faites chauffer une poêle antiadhésive sans matière grasse et faites dorner le reste des châtaignes quelques instants.
- Répartissez la soupe dans des bols, ajoutez le reste de crème, les châtaignes dorées et saupoudrez de graines de sésame noir. Servez aussitôt ■

FOIE GRAS DE CANARD FUMÉ À L'ANANAS

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 30 MIN

REPOS 1 NUIT + 3 JOURS

1 foie gras cru et déveiné de 600 g environ • 1 poignée de foin (ou copeaux de bois ou herbes sèches aromatiques) • ½ ananas • 20 g de beurre • 1 c. à café de mélange cinq-épices • 1 c. à café de gingembre • 1 c. à café de sucre • 1 c. à soupe de vinaigre de Xérès. POUR LA MARINADE • 2 c. à soupe de cognac (ou whisky) • 8 g de fleur de sel • 5 g de poivre.

- 4 jours avant, préparez la marinade avec le sel, le poivre et l'alcool. Séparez les deux lobes de foie gras, puis placez-les dans un plat et imbibez-les de la marinade. Couvrez et laissez reposer une nuit.
- Le lendemain, placez le foin dans le fond d'une cocotte en fonte. Couvrez et faites fumer à feu vif. Après 3 min, baissez sur feu doux et placez-y la terrine de foie gras sans couvercle. Fermez la cocotte et cuisez 5 min. Puis, retirez la terrine, entourez-la de film et continuez la cuisson 10 min encore.
- Ôtez le film et un peu de graisse. Filmez de nouveau et posez un poids sur la terrine. Réservez 3 jours au réfrigérateur.
- Le jour même, épluchez et coupez l'ananas en dés de 1,5 cm. Dans une casserole, faites-les dorner dans le beurre. Ajoutez le mélange cinq-épices, le gingembre, le sucre et le vinaigre, puis laisser confire 10 min à feu doux.
- Servez le foie gras nature ou avec l'ananas et des tartines de pain brioché ■

GÂTEAU DE POMMES AU SIROP D'ÉRABLE

POUR 12 PERSONNES

PRÉPARATION 25 MIN CUISSON 1 H

1,5 kg de pommes golden • 4 œufs • 75 g de beurre demi-sel fondu • 200 g de farine • 20 cl de sirop d'éryngie • 20 cl de lait.

- Rincez les pommes. À l'aide d'un vide-pomme, retirez le cœur et la queue des pommes puis coupez-les en fines lamelles (vous pouvez vous aider d'une mandoline). Conservez une pomme pour la finition. Battez les œufs en omelette, ajoutez le beurre fondu froid puis le sirop d'éryngie et le lait. Ajoutez la farine en pluie en évitant de faire des grumeaux.
- Beurrez et farinez un moule à charnière de 24 cm de diamètre. Préchauffez le four à 180 °C.
- Trempez chaque lamelle de pomme dans la pâte puis déposez-la dans le moule. Répétez l'opération pour toutes les lamelles. Finissez avec les tranches de la dernière pomme non évidée, pour décorer et tenir la préparation. Faites cuire 1 h environ jusqu'à ce que la pâte soit bien prise. Couvrez d'une feuille de papier d'aluminium si vous jugez que les pommes dorent trop vite.
- Retirez du four, laissez refroidir puis démoulez. Servez avec une chantilly au mascarpone ■

COFFRE D'AGNEAU AUX HERBES

POUR 12 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN CUISSON 40 MIN REPOS 20 MIN

1 coffre d'agneau préparé par votre boucher • 3 têtes d'ail frais • Quelques branches de thym frais • 2 bouquets de persil plat • 1 bouquet de cerfeuil • 15 cl d'huile d'olive • 50 g de noisettes mondées • 4 c. à soupe de moutarde • Sel, poivre.

- Préchauffez le four à 200 °C. Rincez les herbes et mixez-les avec les noisettes, 10 cl d'huile et la moutarde. Incisez légèrement la peau du coffre avec un couteau. Salez et poivrez la viande de tous les côtés.
- Dans une cocotte, ajoutez le reste d'huile d'olive. Faites colorer le coffre sur tous les côtés. Retirez du feu puis déposez-le sur un plat ou une plaque à four. Couvrez le coffre des herbes moulues en les faisant bien adhérer, ajoutez les têtes d'ail entières. Enfournez pour 20 min. Baissez le feu à 150 °C et poursuivez la cuisson 20 min supplémentaires, couvrez d'une feuille de papier aluminium.
- Laissez reposer à four éteint 20 min de plus pour que la viande finisse de cuire lentement. Les chairs seront plus moelleuses ■



On cuisine ensemble
avec Guillaume Sourrieu

Restaurant L'Épuisette*
au Vallon des Auffes à Marseille



Les rois de la fève

En France, une poignée d'artisans chocolatiers fabriquent leur chocolat de A à Z, de la fève de cacao à la tablette. Une démarche exigeante et jusqu'au-boutiste qui redonne au chocolat ses lettres de noblesse. Retour aux sources.

TEXTE SANDRA MOISSON ET EVE-MARIE ZIZZA-LALU

Au commencement était la fève... Une évidence qui, depuis les années 80, s'impose comme le credo des meilleurs artisans chocolatiers. Mais au petit jeu des origines, chacun tire la couverture à soi. Qui de Bernachon, Bonnat, Sève, Chapon, Pralus, Cluizel, ou tout récemment Thierry Mulhaupt en Alsace, est remonté le premier aux sources du grand chocolat ? Sans parler des fabricants à grande échelle comme Valrhona, qui lance en 1990 son Manjari 64 %, 1^{er} grand cru de terroir qui valorise le cacao des planteurs de Madagascar. Qu'importe aux consommateurs la querelle des origines, le résultat est là : le chocolat connaît une révolution comparable à celle qui traverse le monde du vin, du café ou de la bière. Pour sourcer leurs fèves de cacao, les artisans chocolatiers sillonnent les pays producteurs, en Afrique, en Amérique centrale et en

Amérique du Sud, à la recherche des meilleurs crus. Marc Cluizel, petit-fils du fondateur de la Manufacture Michel Cluizel a même créé un nom pour définir ce nouveau métier : « cacaofèvier », qui couvre la transformation de la fève en pâte de cacao, puis en chocolat haut de gamme. « *Nous nouons des partenariats étroits avec les planteurs de cacao, s'enthousiasme Marc Cluizel, Le goût est dans la fermentation de la fève. Nous faisons cinq essais de fermentation et autant d'essais de torréfaction, ce qui nous offre 25 combinaisons différentes ! Il nous reste à choisir l'association qui fonctionne le mieux.* »

UNE QUÊTE SPORTIVE

Qu'ils produisent quelques centaines de tonnes de chocolat à des milliers de tonnes par an, ces aventuriers de la fève perdue

sillonnent la planète à la recherche des meilleures origines. Richard et Gaëlle Sève, chocolatiers à Limonest près de Lyon, n'hésitent pas à parcourir la Malabar Forest, en Inde, ou les plateaux du nord de la Colombie. L'été dernier, pour visiter une plantation cultivée par les Arhuacos, une ethnie indigène, il leur a fallu demander une autorisation spéciale du gouvernement colombien et du chef de tribu avant de crapahuter pendant six heures pour atteindre la cacaoyère ! Plus encore qu'une façon de se démarquer de la grande distribution, cette quête de la fève rare est le reflet d'une vision hyperexigeante du métier. À l'image des vins qui tirent leur personnalité du terroir et d'une vinification experte, la qualité des crus de cacao et le long processus qui conduit à leur transformation finale donneront un grand chocolat.

Trois questions à Richard Sève, artisan chocolatier à Lyon

La maison Sève est désormais labellisée Entreprise du Patrimoine Vivant, une récompense qui couronne le travail du maître-chocolatier, emblématique de l'excellence à la française. Son musée-manufacture du chocolat, ouvert en 2017, met en scène depuis l'année dernière la transformation de la fève de cacao en tablette de chocolat. Entretien avec un mordu de chocolat.



Régal: En quoi ce musée est-il différent ?

Richard Sève. Ce n'est pas juste un musée, c'est aussi un lieu de production. D'un côté, on retrace l'histoire du cacao, dans l'esprit d'un cabinet de curiosités. De l'autre, on peut voir, suivre et goûter chaque étape du processus de transformation du chocolat, de la fève à la tablette. Les machines que vous voyez en action, nous avons sillonné toute l'Europe pendant six ans pour les dénicher. D'anciens artisans chocolatiers de la Loire, rachetés et remerciés par des industriels, ont fait du repérage pour nous. Ces papys étaient heureux de partir en vadrouille et de transmettre leur savoir-faire. Certaines de ces machines datent

des années 1940. Il a fallu les rénover, les mettre aux normes. C'était long. Nous aurions pu faire les choses plus rapidement en achetant les espèces de « dinettes » qui se vendent actuellement. Mais comme on dit, c'est dans les vieux chaudrons...

R: Comment les fèves de cacao arrivent-elles jusqu'ici ?

R. S. Nous allons d'abord sur place pour voir comment la plantation est entretenue. On goûte les fèves crues, à la cueillette, et après l'étape de fermentation. Nous procédons ensuite à des analyses bactériologiques pour vérifier que les fèves ne soient pas contaminées par les sols ou autres. Puis le cultivateur transporte notre commande jusqu'au port le plus proche de sa plantation. Les sacs de fèves sont placés dans des containers et acheminés par bateau jusqu'au Havre. De là, un camion prend le relais jusqu'au Musco.

R: Tout ce travail de « bean-to-bar », de la fève à la tablette, est-ce que le consommateur l'apprécie au final ?

R. S. Oui, car nous avons une clientèle avertie. Mais le but d'un lieu comme celui-ci, ouvert à tous les publics, aux écoles, à la petite enfance, est d'éduquer les papilles des consommateurs. Même s'ils ne goûtent qu'une fois un chocolat de grande qualité, ça sera déjà ça de pris !



© STUDIO ERICK SAILLET (x3)

Une nouvelle expérience de dégustation

Prenez votre téléphone, entrez l'adresse lessensduchocolat.com et choisissez un bonbon de chocolat dans la nouvelle collection **Les Exclusifs de la Manufacture Cluizel**: San Martin, Grain de Jour, Promesse d'Ailleurs... Une voix suave et pénétrante vous accompagne dans la découverte des textures et des parfums de ces douze créations, ganaches et pralinés. Surprenant, audacieux, dérangeant ? L'expérience est inédite et pousse à l'extrême la prise en main du consommateur. Mais le plaisir simple de savourer un bon chocolat doit-il vraiment s'accompagner de commentaire ?

Les Exclusifs n'en demeurent pas moins délicieux et riches en arômes. Ils sont garantis 100 % bio, sans arôme ajouté et sans colorant, préparés avec des ingrédients soigneusement sélectionnés: grand cru Chiapas du Mexique, gousse de vanille bourbon, miel des forêts des Ardennes, crème AOP d'Isigny. Une qualité qui se passe de mots.

Collection **Les Exclusifs 9** ganaches et pralinés, 13 € les 72 g.

Disponible aussi en 16, 32, 45 et 60 pièces, uniquement dans les boutiques Cluizel.



Voir toutes nos adresses page 5



Bernachon, une grande famille

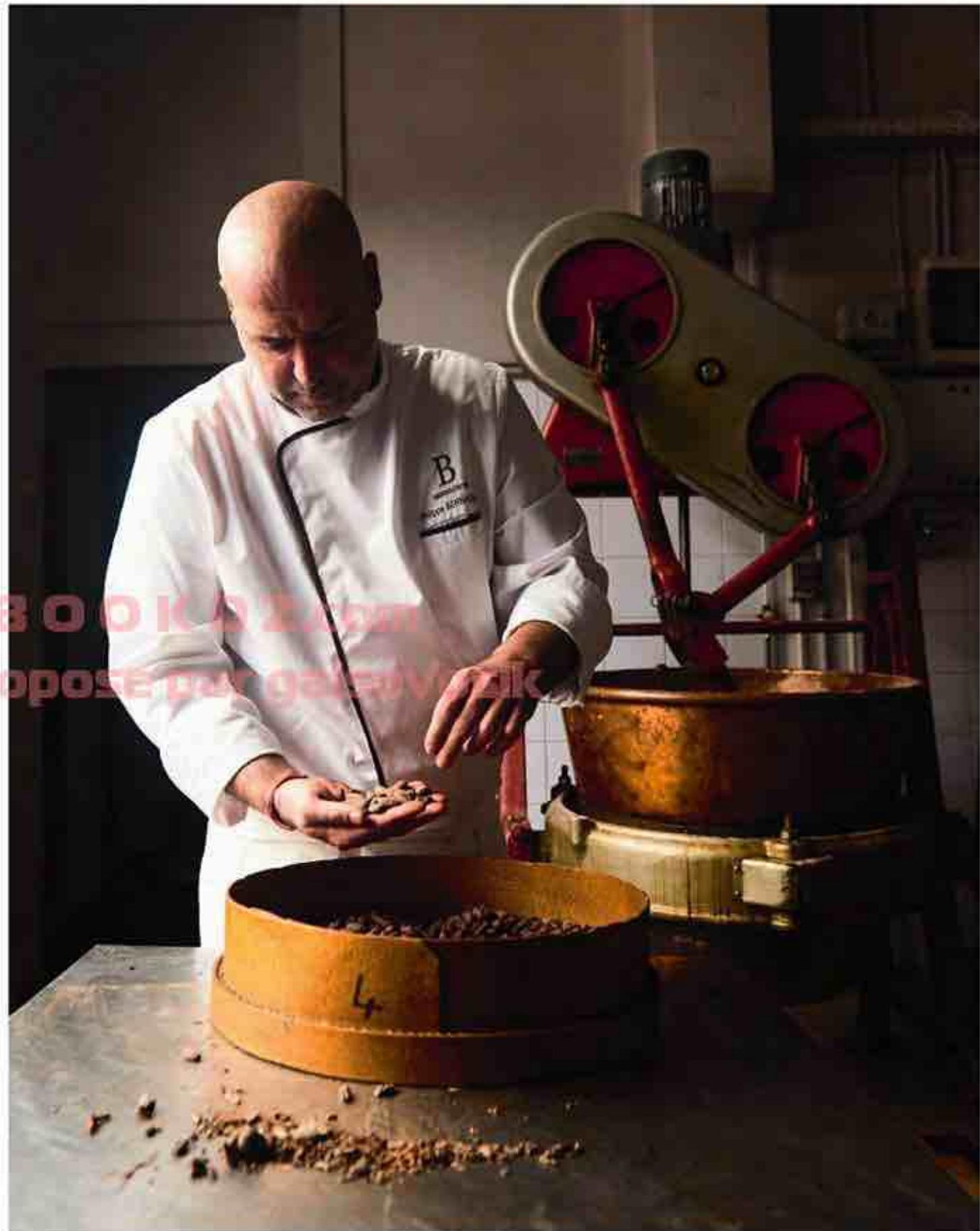
Philippe Bernachon incarne la troisième génération du mythique chocolatier lyonnais, avec toujours la même bonhomie, le même esprit d'équipe et une envie intacte de poursuivre l'histoire familiale. Des valeurs à l'image des créations maison : indémodables.

TEXTE JEAN-PAUL FRÉTILLET ET HÉLÈNE PIOT PHOTOS LOUIS-LAURENT GRANDADAM

Chez tout un chacun, Noël est par définition une fête conviviale. Mais chez les Bernachon, la coopération, c'est une religion ! La bûche 2020, inspirée de l'icône de la maison, le chocolat Palet d'or ? « *C'est Valentin, notre sous-chef, qui a mis au point cette base de biscuit roulé au chocolat, avec une ganache palet d'or 55 % et un enrobage chocolat noir brossé à la feuille d'or* », indique sans façon Philippe Bernachon. La boule de Noël en chocolat ? « *C'est ma sœur Stéphanie qui l'a imaginée en voyant des moules ronds à l'atelier l'an dernier. C'était le 22 décembre, elle a immédiatement exigé qu'on lui en fasse pour sa déco deux jours après* », taquine-t-il. L'entremets du jour de l'an ? « *C'est une coproduction : Valentin a imaginé sa base de brownie, et moi la crème brûlée sans le caramel. Le caramel sur la crème brûlée, c'est comme le cacao sur le tiramisu : j'ai toujours trouvé que ça n'apportait rien.* » Le nouveau bonbon de chocolat à la chartreuse jaune et verte ? « *On s'y est mis à plusieurs pour résoudre les problèmes liés à la coque de sucre* ». Idem pour le calendrier de l'Avent... recyclable l'année prochaine !

DE LA TORRÉFACTION AU CONCHAGE

Grand, solide, l'homme de la maison a la tranquille assurance de ceux qui se savent bien entourés. Les racines sont profondes : en 1953, le grand-père, Maurice, ouvrait sa première boutique à Lyon. En 1990, Jean-Jacques, le père (marié à Françoise Bocuse, la fille de Monsieur Paul), lui a succédé. Depuis, lui et ses sœurs, Candice et Stéphanie, ont repris le flambeau sans changer l'essentiel, à commencer par l'achat des fèves de cacao dans les plantations exotiques pour les torréfier, les concasser et les concher derrière les murs de la fabrique du cours Franklin-Roosevelt. « *Mon grand-père a même sa photo au musée du cacao de Chuao, au Venezuela !* », se réjouit Philippe. Dans les différentes salles de l'atelier lyonnais,



on ne respire que les odeurs de chocolat, fruit de l'assemblage (ou non) d'une dizaine d'origines (Pérou, Colombie, Équateur, Madagascar, etc.) mêlées aux parfums du caramel et du praliné en préparation. Si le chocolat exige des machines imposantes – encore d'époque chez les Bernachon – elles ne sont pas gouvernées par des ordinateurs. D'étape en étape, jusqu'au bonbon final,

l'humain est aux commandes, et les gestes appris et répétés expliquent la qualité. « *C'est un métier qui récompense les gourmands* », conclut Philippe Bernachon. Ici, nul besoin d'esbroufe créative pour fidéliser le client. On vient pour les valeurs sûres, l'indétrônable Président, par exemple, ou les palets d'or, d'une apparente et déconcertante simplicité.



DÉLICES LYONNAIS ET... PARISIENS

Mais les fidèles apprécient aussi à leur juste valeur les nouveautés, comme la Bernachoc' lancée en 2018, une pâte à tartiner réalisée avec 60 % de noisettes du Piémont et 40 % de chocolat réalisé à partir de dix variétés de fèves de cacao. Une version Intense vient de voir le jour, plus chocolatée, encore moins sucrée. Surtout, les Parisiens ont enfin accès à ces délices : en 2019, la fratrie a pris le chemin de la capitale pour ouvrir une boutique rue de Sèvres, dans le très chic 7^e arrondissement, à deux pas du Bon Marché. Seuls les chocolats y sont proposés à l'année. Pour les pâtisseries, il faut surveiller sur Internet l'annonce des rares week-ends où les gâteaux sont acheminés depuis Lyon. De quoi faire grandir l'impatience, la légende et le cercle des aficionados.

La fabrique du Président

Avec ses boucles en copeaux de chocolat noir, le Président est l'un des morceaux de bravoure de la maison Bernachon. Crée à l'occasion de la remise de la Légion d'honneur à Paul Bocuse, à l'Elysée, en 1975, il est devenu aussi mythique que la soupe VGE (pour Valéry Giscard d'Estaing) servie en croûte de pâte feuilletée et conçue par la brigade du « cuisinier du siècle » ce jour-là. Depuis, chaque jour, les Bernachon (Philippe Bernachon, à droite) en fabriquent des dizaines, la plupart prenant la route de l'Auberge du Pont de Collonges. Ce dessert est plus léger que l'original (qui pesait 3 kg), mais il semble indémodable : une ganache au chocolat et praliné noisette, imbibée de cherry et truffée de cerises confites... Son exploit, c'est de rester d'une légèreté (relative) qui lui laisse toutes ses chances aux côtés de l'île flottante, du riz au lait et de la très compétitive tarte Tatin, sur le chariot à desserts de la maison Bocuse.

Notre sélection

Bûche Palet Or

4-6 personnes

38 € en boutique à Lyon
et sur commande à Paris.

Boule de Noël en chocolat noir

55% parsemée de feuilles d'or et garnie de palets d'or

58 € les 250 g



Légende dorée

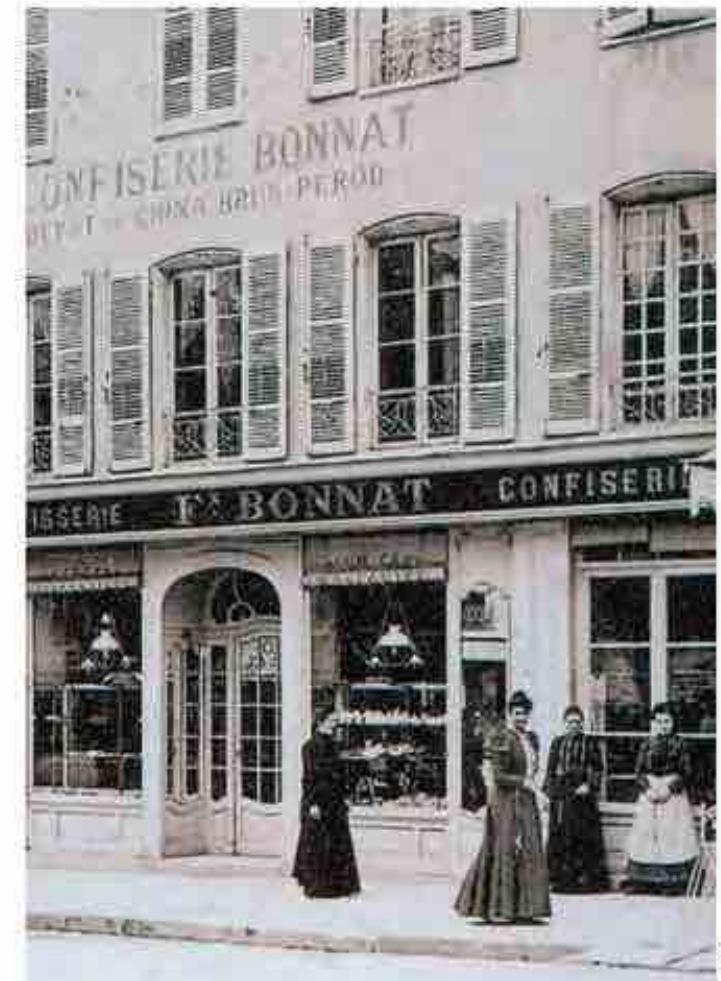
Les palets d'or prennent corps. Chaque bouchée est enrobée de chocolat noir de couverture à la main. Le secret de cette gourmandise réside dans la finesse de la ganache au chocolat (70 % de cacao) agrémentée de crème fraîche. C'est tout. Leur goût s'intensifie après quelques jours, mais rares sont les gourmands capables d'attendre suffisamment pour s'en rendre compte ! Les palets sont décorés avec des paillettes d'or 22 carats.

Voir toutes nos adresses page 5

Bonnat, la mémoire du chocolat

Installée à Voiron, en Isère, depuis près de 300 ans, la famille Bonnat a développé des connaissances et un savoir-faire exposés sur 500 pages d'une superbe encyclopédie parue en octobre. Son nom ? Chocolat.

TEXTE HÉLÈNE PIOT



DR

plantation au bonbon praliné. » Jamais fatigué de dérouler l'histoire des Bonnat. Installée à Voiron depuis 1751, cette lignée de liquoristes-confiseurs a fait du Dauphiné une plaque (de chocolat) tournante du cacao, connue dans le monde entier.

UN PEU D'HISTOIRE

Chaque génération a été une pionnière du secteur : les premiers à voyager jusque dans les plantations, à acheter des terres de cacaoyers, à produire du chocolat de cru... Derrière les petites lunettes rondes, sous les cheveux gris en brosse, les yeux de l'artisan pétillent, même à la quatorzième heure de travail, pour raconter les succès et les échecs. « *Quand mon arrière-grand-père, Félix, a lancé les deux premières tablettes Pure Origine, en 1904, ça a fait un flop total ! L'une avait un goût assez doux, l'autre plus tonique. À cette époque, les clients voulaient sans doute un goût de chocolat plus uniforme, cela n'intéressait personne de goûter tel cru plus amer ou tel autre plus acide. Ce qu'ils voulaient, c'était le tableau fini, pas toutes les couleurs de la palette. En 1983, quand mon père a repris l'idée en proposant huit tablettes « Grands*

Il aurait pu l'appeler Cacao. Comme certains vigneron n'envisagent d'aborder le vin qu'en commençant à parler de raisins, Stéphane Bonnat n'imagine pas une seconde parler chocolat sans remonter à la fève, à la cabosse, à l'arbre et au cultivateur. Résultat : sur six chapitres, quatre sont consacrés à la matière première. Impossible de faire autrement pour

celui qui pose volontiers en Indiana Jones du chocolat, chapeau vissé sur la tête, ou en gringo façon Jacques Vabre, nez sur le mucilage, dès les premières pages de l'une des plus belles sommes jamais publiées sur le sujet. Frimeur ? Fier, plutôt. Fou de joie d'être « *la cinquième génération, le septième dirigeant et le onzième de la famille à travailler le chocolat de la*

Crus», à base de fèves d'origine pure et garantie, il a provoqué la stupéfaction et obtenu un triomphe. » Stéphane parcourt lui aussi la planète pour dénicher les meilleures fèves depuis l'âge de 17 ans. Lorsqu'un terroir lui plaît, il noue un partenariat avec les paysans pour organiser les plantations et les modes de récolte selon ses standards. « L'idée, c'est de s'appuyer sur deux savoir-faire : celui des populations locales, ancestral, et le nôtre. Ils ont d'excellentes notions de botanique, et nous une idée très précise du degré de qualité qu'on veut atteindre. Mon but, c'est de retrouver à la torréfaction les arômes que j'ai perçus en goûtant le mucilage. »

UNE CHOCOLATERIE TOUTE NEUVE

Une exigence qui débouche sur l'arrivée de 200 tonnes de fèves de 58 origines chaque année à Voiron, via Amsterdam. Les murs d'origine sont trop étroits pour les contenir toutes en même temps. Seule une trentaine de tonnes au maximum peut être stockée et travaillée dans l'atelier qui jouxte la boutique bonbonnière centenaire du cours Senozan. Le four de boulanger datant de 1840 qui reste à 200 °C toute l'année, les broyeurs et les neuf machines de conchage (l'affinage du cacao pour obtenir la texture et les arômes voulus) vont donc bientôt déménager à trois kilomètres.

Au milieu de 5 hectares d'arbres fruitiers et de ruches, une chocolaterie flambant neuve de 4 000 m² s'apprête à les accueillir. C'est de là, désormais, que sortiront la quarantaine de tablettes et toutes les douceurs produites par la maison. Les historiques et les nouveautés, comme un projet de tablette à la chartreuse qui s'annonce révolutionnaire. De quoi compliquer encore un peu plus la tâche des fans de la maison, toujours indécis au moment de choisir quel carré croquer.

« Ah ça, c'est une question compliquée !, rigole Stéphane. Pour moi, tout dépend de l'heure. Le matin, j'aime bien un Équateur, doux, gentil, au goût de miel. En journée, j'opte souvent pour un Mexique ou un Pérou, qui peuvent offrir jusqu'à treize parfums consécutifs identifiables. Et au goûter, pour un chocolat d'assemblage. » La meilleure option ? Goûter toute la gamme pour décider vous-mêmes. À raison d'une quarantaine de tablettes, on peut recommencer tous les six mois... »



Voir toutes nos adresses page 5

L'encyclo du choco

Papier épais, sublimes photos, travail fouillé pendant plus d'un an et prix à l'avant... Dans le même esprit que le magnifique *Agrumes* publié en 2017 par Anne-Sophie Pic et le Conservatoire des Agrumes de San Giuliano, *Chocolat* explore toutes les facettes du sujet : géopolitique, culturelle, scientifique, technique, historique, et bien sûr gourmande.

Regroupées dans un livret ou disséminées au fil des presque 500 pages, 80 recettes achèvent de mettre l'eau à la bouche. Une trentaine signées Bonnat et une cinquantaine de chefs talentueux (le breton Patrick Jeffroy, le savoyard Jean Sulpice, le lyonnais Anthony Bonnet), mais aussi les copains chocolatiers : Philippe Bernachon, Patrick Roger, Pierre Hermé, Sébastien Bouillet, Arnaud Larher... Si vous rêvez d'épater votre monde à Noël, le « foie gras, ganache chocolat et chutney citron » ou les « Langoustines rôties, céleri, poire et vinaigrette au chocolat » de Jérôme Faure (L'Hôtel des Bains à Charavine) semblent tout indiqués !

CHOCOLAT, de Stéphane Bonnat, Julien Bouré et Elisa Montiel, Editions La Maison, 480 pages, 120 €



Hommage au végétal

LE CONTE DE NOËL D'ALAIN PASSARD
DES LÉGUMES DE L'ENTRÉE AU DESSERT

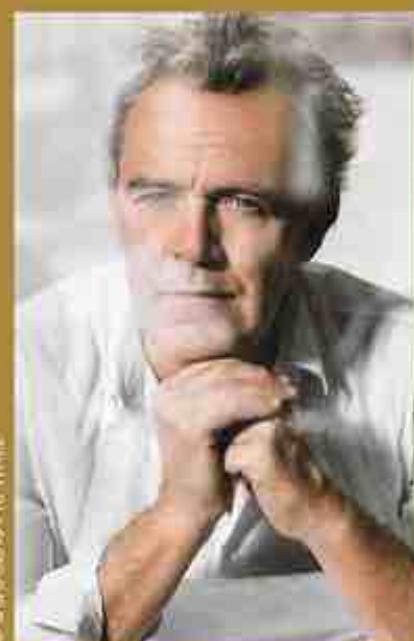


PHOTO : S. SPOHN / AGENCE ZOOM

ALAIN PASSARD

A la tête de trois étoiles au restaurant L'Arpège, à Paris, ce rôtisseur hors pair explore le monde des végétaux depuis 2001. Ses trois potagers, situés en Normandie et en Bretagne, lui fournissent la totalité de ses légumes. L'hiver, pour lui, n'est pas la saison de la bûche mais celle du soufflé chocolat-topinambours !

Légumes en fête

Un menu de Noël végétarien ? C'est tout à fait envisageable ! C'est l'époque des légumes racines originaux qui laissent toute la place à la créativité. On pourrait imaginer de commencer par un soufflé au panais monté à l'huile de noix, poursuivre avec une betterave en croûte de sel pour le côté spectaculaire, puis un gratin dauphinois au céleri-rave, et enfin une salade de rutabaga au citron pour la texture et la fraîcheur... avant de finir avec une mousseline de panais au praliné de noix. Joli, non ?

Réveillon en deux temps

Je le fête toujours en famille, dans mon village natal, La Guerche-de-Bretagne, en Ille-et-Vilaine. Comme mon frère est prêtre et qu'il travaille le 24 au soir, on fait quelque chose de très simple ce soir-là, juste pour marquer le coup : un boudin blanc acheté chez le super charcutier du village, Jean-Charles Moreau, avec une belle garniture de légumes. Et on attend le 25 pour faire les choses en grand.

Entrée...

Maman nous a quittés au printemps, mais jusque-là, c'était elle qui se chargeait du menu. Elle sortait son cahier de recettes, et je lui donnais des conseils... qu'elle ne suivait quasiment jamais ! Comme nous sommes en Bretagne, l'entrée était toujours composée de coquillages. Huîtres, saint-jacques

gratinées servies en coquille, ou encore timbales de coques fricassées au vin blanc avec un mélange d'herbes, d'ail et d'oignons et une pointe de curry...

Plat...

Ensuite, une volaille, toujours farcie parce que ça la rend plus moelleuse. Pour la farce, un mélange d'abats et de légumes de saison : une mirepoix de céleri, un matignon de carottes et de poireaux bien poivré... Les légumes sont indispensables, ne serait-ce que pour l'humidité qu'ils dégagent.

... Et dessert

Jusqu'en fin de repas, on peut privilégier le végétal avec des fruits de saison. Une tarte grillagée en pâte brisée avec pommes, poires, coings, devient très festive avec des éclats de dragées parsemés avant la cuisson pour le croustillant. Présentée avec un « caramel » chaud à base de miel et de beurre salé, servi en saucière, et une cuillerée à soupe de crème épaisse, je défie quiconque de regretter la bûche !

Quand nouveauté rime avec raté...

Quel que soit le menu, végétal ou non, un conseil : n'innovez pas ce soir-là. J'ai le souvenir d'un soufflé au chocolat où les blancs étaient partis en sucette, la crème pâtissière était trop liquide, tout est sorti du moule et le soufflé a fini sur la lèchefrite. Ça s'est fini en crêpes flambées au calvados !

Menusverts

Menu Gnocchis aux morilles

>>> L'entrée

20 min
+ 35 min

EBOOKDZ.com
propose par galsavosik

VELOUTÉ DE CHÂTAIGNES
ET POMMES GRANNY

>>> recette page 68

Menus verts

>>> Le plat

1h
+ 25 min

GNOCCHIS AUX MORILLES

>>> recette page 68



>>> Le dessert

RECETTE À COMMENCER...
la veille!

1h30
+ 5h30

www.z.com
Créée par galsavosik



BÛCHE AUX FRUITS
EXOTIQUES ET COCO

>>> recette page 68

Menu Gnocchis aux morilles



VELOUTÉ DE CHÂTAIGNES ET POMMES GRANNY

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 35 MIN

450 g de châtaignes entières cuites • 30 g de beurre • 60 cl de lait • 25 cl de crème fraîche entière liquide • 1 c. à café de curry en poudre + un peu pour la décoration • 1 pomme granny-smith • Beurre salé • Fleur de sel, poivre du moulin.

- Faites fondre le beurre dans une casserole et faites-y dorer les châtaignes. Ajoutez le lait et la crème, couvrez et laissez mijoter doucement 30 min.
- Retirez du feu, réservez un peu de lait et mixez le contenu de la casserole jusqu'à obtenir un velouté bien lisse. Ajoutez du lait si besoin pour ajuster la consistance. Salez, poivrez et ajoutez le curry.
- Découpez la pomme en 4 puis découpez de fines tranches à l'aide d'une mandoline. Découpez ces tranches en fines lamelles.
- Répartissez le velouté dans les assiettes et parsemez de lamelles de pomme. Saupoudrez d'un peu de curry et déposez quelques copeaux de beurre salé dans chaque bol. Servez aussitôt ■



GNOCCHIS AUX MORILLES

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 1 H CUISSON 25 MIN

500 g de ratten • 160 g de farine + un petit peu pour le plan de travail • 1 jaune d'œuf • 300 g de morilles séchées (réhydratées 3 h dans un bol d'eau tiède) • 1 échalote • 20 g de beurre • 40 cl de vin jaune du Jura • 5 cl de Noilly-Prat • 30 cl de fond de veau • 1 bouquet de sauge • 1 pointe de crème fraîche • 1 branche de céleri • Fleur de sel, poivre du moulin.

- Faites cuire les ratten jusqu'à ce qu'elles soient tendres et pelez-les. Réduisez-les en purée à l'aide d'une fourchette ou d'un presse-purée. Placez dans un saladier, ajoutez la farine et le jaune d'œuf et mélangez du bout des doigts pour former une boule de pâte homogène.
- Découpez la pâte en quatre morceaux de taille équivalente et formez avec chacun un boudin d'environ 2 à 3 cm de diamètre sur un plan de travail légèrement fariné. Tranchez ces boudins pour obtenir des petits tronçons d'environ 3 à 4 cm de long. Roulez chaque petit tronçon sur le dos d'une fourchette pour former des lignes sur sa surface.
- Plongez-les 3 min dans de l'eau bouillante salée. Retirez-les à l'aide d'une écumeoire, passez-les sous l'eau froide et réservez.
- Ciselez l'échalote et faites-la revenir dans une poêle avec la moitié du beurre. Ajoutez les morilles, faites cuire 5 min puis ajoutez le vin blanc et le Noilly-Prat et laissez réduire à sec. Ajoutez ensuite le fond de veau, 10 feuilles de sauge et laissez réduire de moitié. Ajoutez un peu de crème jusqu'à obtenir la consistance désirée, salez, poivrez et réservez au chaud.
- Faites fondre le reste du beurre dans une poêle et faites-y dorer les gnocchis sur toutes leurs faces.
- Ciselez la branche de céleri épépinée. Dans le fond de chaque assiette, déposez de la sauce. Répartissez les gnocchis, les morilles, parsemez de céleri, du reste des feuilles de sauge et servez aussitôt ■

BÛCHE AUX FRUITS EXOTIQUES ET COCO

POUR 8 PERSONNES

PRÉPARATION 1 H 30 CUISSON 30 MIN

REPOS 5 H + 1 NUIT

POUR L'INSERT MANGUE • 300 g de chair de mangue • 8 g de gélatine (4 feuilles). **POUR LE SIROP ANANAS-RHUM** • 40 g de sucre roux • 8 cl de jus d'ananas • 4 cl de rhum brun. **POUR LA GÉNOISE** • 45 g de sucre • 2 œufs • 50 g de farine. **POUR LA MOUSSE COCO** • 35 cl de lait de coco • 4 jaunes d'œufs • 80 g de sucre en poudre • 8 g de gélatine (4 feuilles) • 25 cl de crème liquide à 30 % • 200 g de mascarpone bien froid. **POUR LE DÉCOR** • Mangue • Ananas • Pousses de shiso. **USTENSILES** • Moule à bûche, gouttière à bûche étroite.

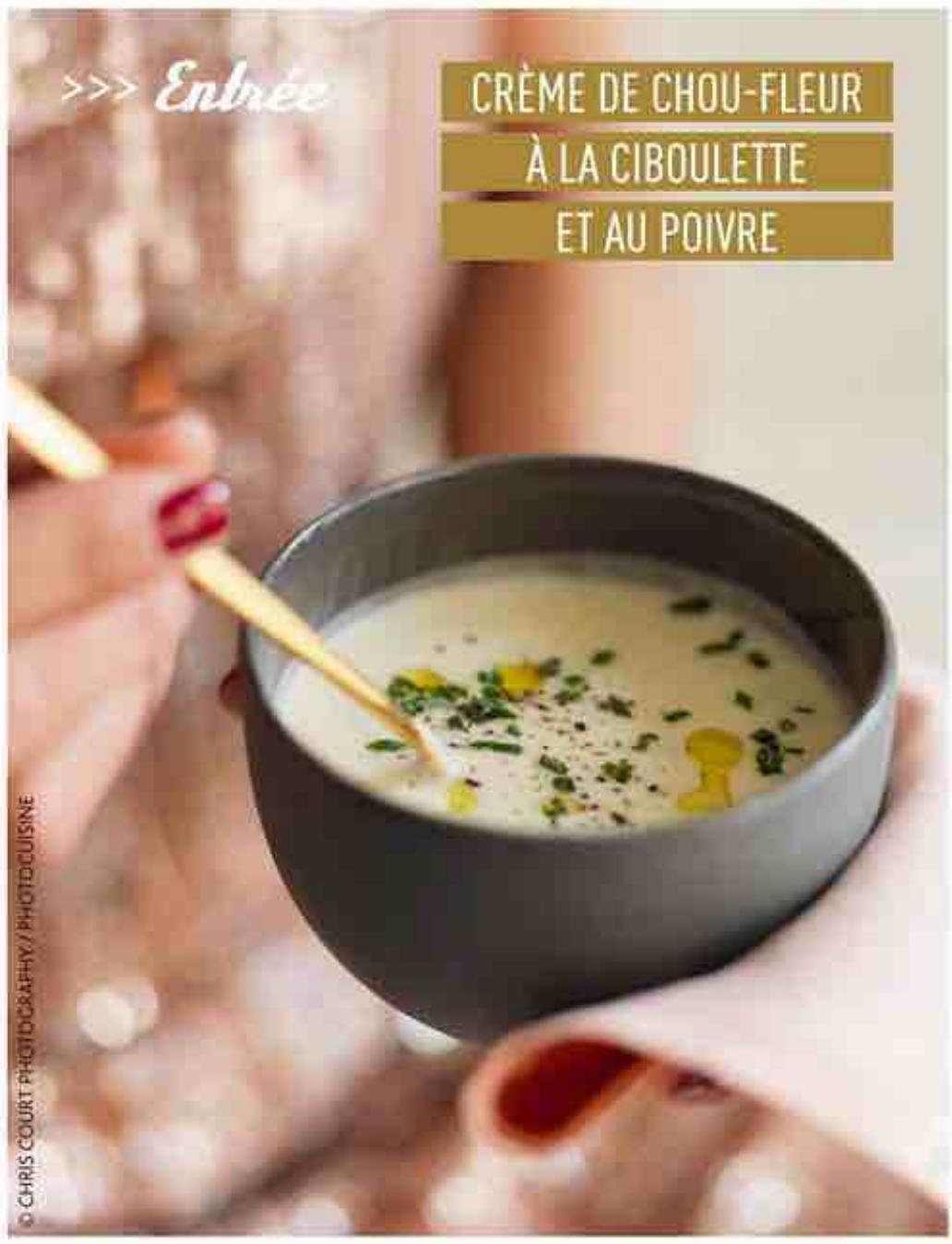
L'INSERT MANGUE • La veille, laissez tremper la gélatine dans un bol d'eau froide pendant 10 min. Mixez la mangue puis chauffez à feu doux la purée obtenue. Incorporez la gélatine essorée et versez le tout dans une gouttière à bûche. Placez au congélateur pour 3 h.

LE SIROP ANANAS-RHUM • Portez à ébullition le sucre et le jus d'ananas. Laissez refroidir puis incorporez le rhum.

LA GÉNOISE • Préchauffez le four à 180 °C. Fouettez au batteur les œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange triple de volume. Ajoutez la farine tamisée et mélangez délicatement. Étalez la pâte sur 1 cm d'épaisseur, sur un tapis de cuisson ou une plaque couverte d'une feuille de papier sulfurisé. Enfournez pour 15 min. Découpez la génoise refroidie à la taille de votre moule, puis imbibez-la de sirop froid.

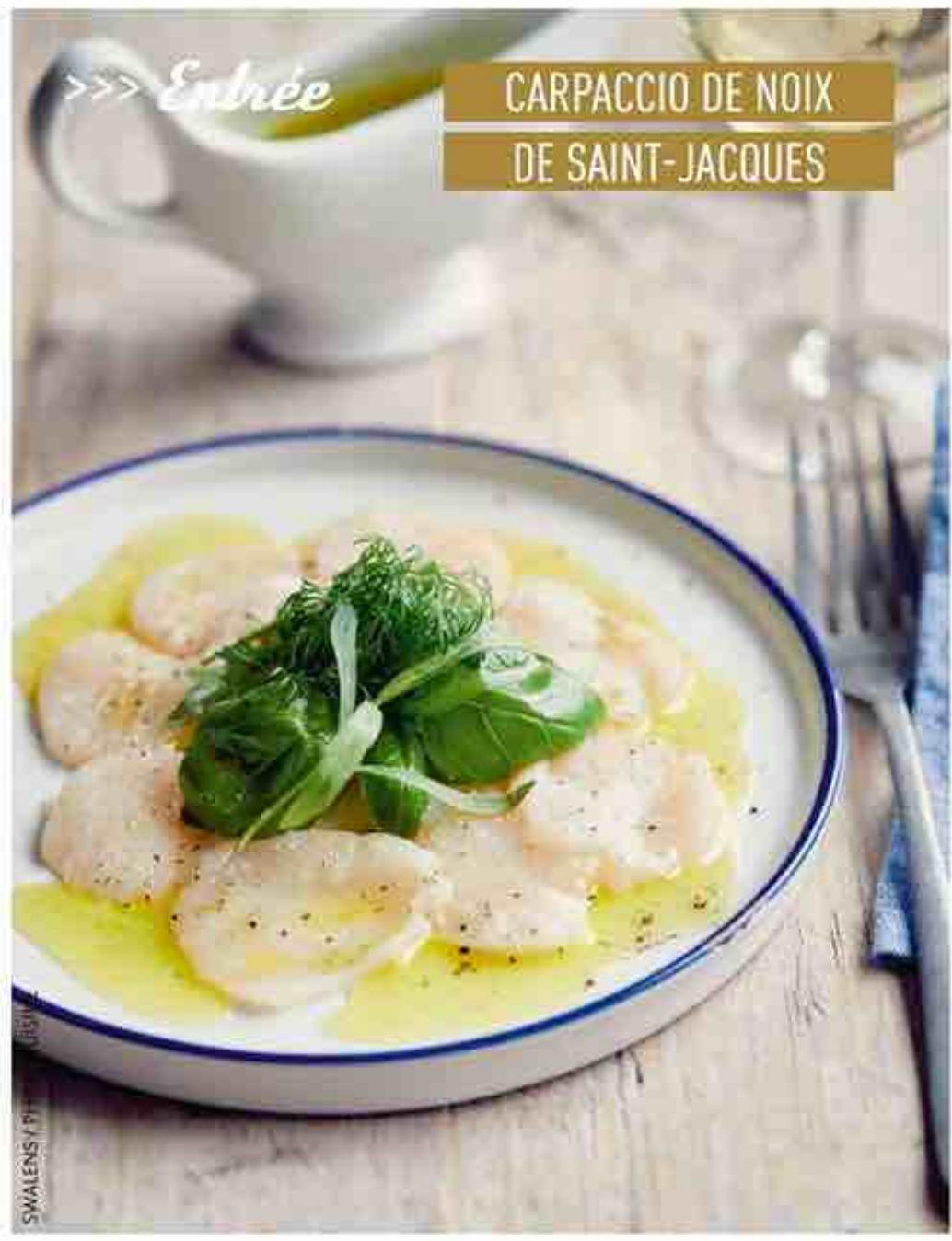
LA MOUSSE COCO • Laissez tremper la gélatine dans un bol d'eau froide pendant 10 min. Portez le lait de coco à ébullition. Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre dans une jatte puis incorporez-les au lait de coco chaud et cuisez sur feu doux sans cesser de mélanger pour obtenir une crème anglaise. Laissez épaissir sans faire bouillir jusqu'à ce que la crème nappe la cuillère. Hors du feu, incorporez la gélatine égouttée et laissez refroidir. Montez la crème et le mascarpone bien froids en chantilly, puis incorporez-la délicatement au mélange précédent. Versez la préparation dans un moule à bûche garni de film alimentaire. Démoulez l'insert mangue et glissez-le au cœur de la mousse. Recouvrez avec la génoise imbibée puis placez au congélateur pour une nuit.

Le jour même, démoulez la bûche en passant l'extérieur du moule sous un filet d'eau chaude puis placez-la 2 h au réfrigérateur. Ajoutez des dés de mangue et d'ananas avant de servir ■



>>> Entrée

CRÈME DE CHOU-FLEUR
À LA CIBOULETTE
ET AU POIVRE



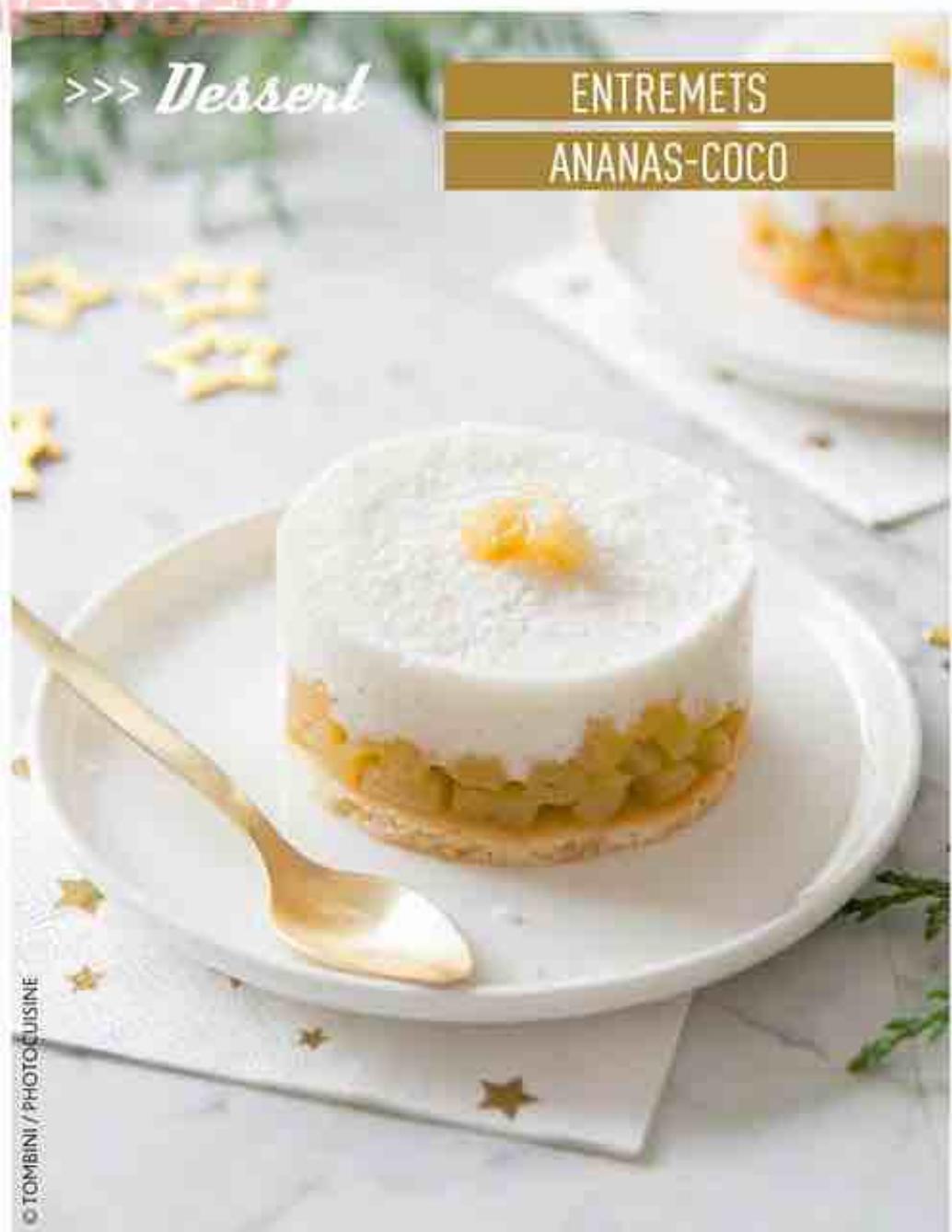
>>> Entrée

CARPACCIO DE NOIX
DE SAINT-JACQUES



>>> Plat

RISOTTO D'ÉPEAUTRE
À LA BETTERAVE



>>> Dessert

ENTREMETS
ANANAS-COCO

Menu Risotto d'épeautre

Menu Risotto d'épeautre

CARPACCIO DE NOIX DE SAINT-JACQUES

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN REPOS 1 H SANS CUISSON

12 grosses noix de saint-jacques (sans corail) • 1 petit bouquet d'herbes fraîches (aneth, basilic, estragon) • 6 cl d'huile d'olive • Fleur de sel, poivre du moulin.

- Rincez et essuyez les noix de saint-jacques. Mettez-les sur un plat et réservez-les 30 min au congélateur pour faciliter la découpe.
- Détaillez chaque noix de saint-jacques en 4 fines tranches et disposez-les en rosace sur les assiettes. Arrosez-les d'huile d'olive, parsemez de fleur de sel et donnez quelques tours de moulin à poivre. Réservez 30 min au frais.
- Lavez, effeuillez et séchez les herbes. Disposez-les au centre des assiettes et servez les carpaccios avec du pain grillé et des quartiers de citron ■

CRÈME DE CHOU-FLEUR À LA CIBOULETTE

ET AU POIVRE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 35 MIN

1 chou-fleur • 1 grosse échalote • 100 g de tofu soyeux • 80 cl de bouillon de légumes • 1 gros bouquet de ciboulette • 2 c. à soupe d'huile d'olive • 3 c. à soupe d'huile de noisette • Sel, poivre du moulin.

- Détaillez le chou-fleur en fleurettes, lavez-les à l'eau claire, puis recoupez-les en petits morceaux. Pelez et ciselez l'échalote. Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte et mettez l'échalote à fondre pendant 5 min, sans laisser colorer. Ajoutez le chou-fleur, poursuivez la cuisson 5 min sur feu moyen, salez et poivrez. Mouillez avec le bouillon, amenez à ébullition, puis faites cuire 20 min sur feu doux à couvert.
- Coupez le tofu en morceaux. À la fin du temps de cuisson, mixez le chou-fleur dans son bouillon, puis ajoutez le tofu et mixez à nouveau jusqu'à l'obtention d'une soupe fine. Remettez la cocotte sur feu doux et rectifiez l'assaisonnement.
- Ciselez la ciboulette. Répartissez la crème de chou-fleur dans des bols. Arrosez d'un trait d'huile de noisette, parsemez de ciboulette et donnez un tour de moulin à poivre. Servez aussitôt ■

ENTREMETS ANANAS-COCO

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 45 MIN CUISSON 10 MIN

RÉFRIGÉRATION 2 H

300 g d'ananas • 1 c. à soupe de sucre • ½ gousse de vanille.

POUR LE BISCUIT • 2 blancs d'œufs • 20 g de sucre • 40 g de poudre d'amandes • 10 g de sucre glace.

POUR LA MOUSSE • 30 cl de crème de coco • 25 g de sucre • 1 feuille de gélatine • 2 blancs d'œufs • 25 g de noix de coco râpée.

LE BISCUIT ● Préchauffez le four à 180 °C. Fouettez les blancs en neige. Ajoutez le sucre à la fin, puis le sucre glace et la poudre d'amandes. Étalez cette pâte sur une plaque recouverte de papier cuisson. Enfournez 10 min.

LA MOUSSE ● Faites tremper la gélatine dans un bol d'eau froide pendant 10 min. Dans un saladier, mélangez la crème de coco, la noix de coco râpée et le sucre. Essorez la gélatine, et faites-la fondre dans une casserole à feu doux, sans cesser de remuer en ajoutant une cuillère d'eau. Ajoutez-la à la crème. Montez les blancs en neige, puis incorporez-les également à la préparation. Réservez au frais.

● Taillez l'ananas en dés. Mélangez-les avec le sucre et les grains de vanille. Coupez le biscuit à l'aide d'un cercle de 8 cm

● Déposez l'ananas et la mousse en utilisant les cercles pour leur donner une forme régulière. Gardez 2 h au frais et démoulez ■

RISOTTO D'ÉPEAUTRE À LA BETTERAVE

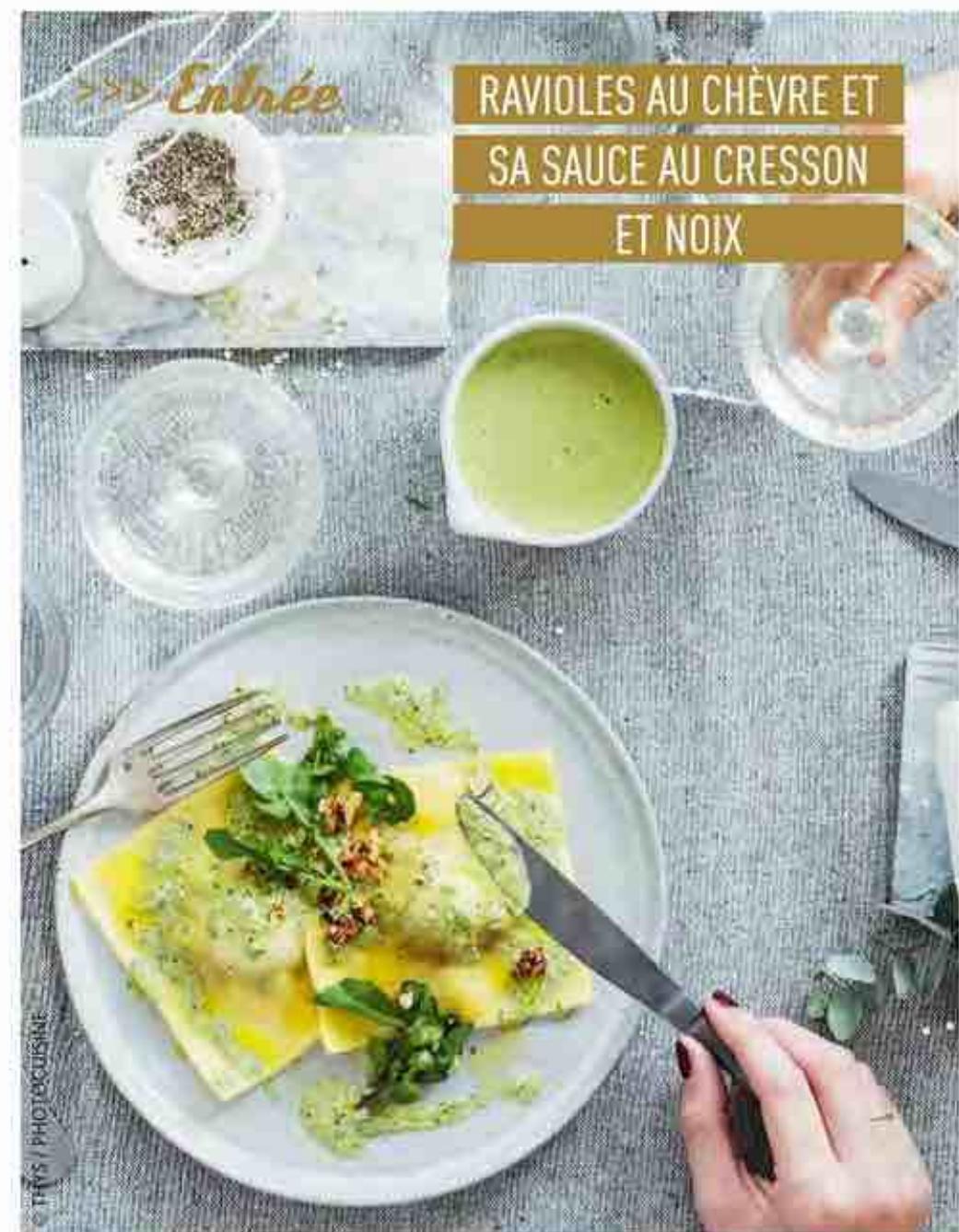
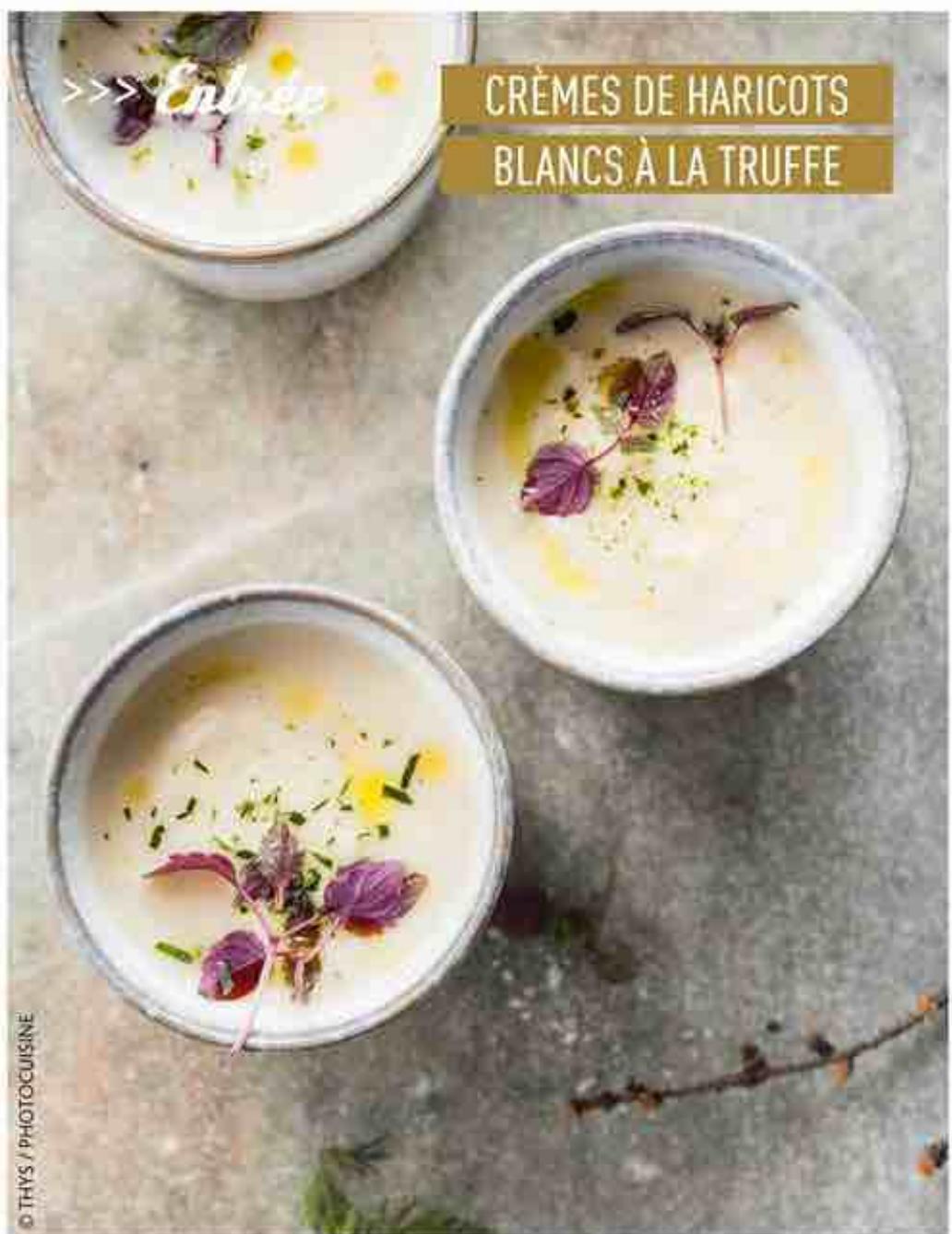
POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 30 MIN

600 g de betterave crue • 200 g d'épeautre • 100 g de parmesan • 20 g de beurre • 1 c. à café de sucre • ½ c. à café de sel fin • 20 cl de vin blanc • 10 cl de vinaigre de vin blanc • 60 cl de bouillon de légumes • Huile d'olive • Fleur de sel, poivre du moulin.

- Épluchez les betteraves. Coupez 100 g en petits dés. Mélangez-les avec le vinaigre, le sucre et le sel. Réservez.
- Préchauffez le four à 210 °C. Sur une plaque couverte de papier cuisson, faites 4 petits tas plats de parmesan râpé (réservez-en 30 g). Enfournez pour 5 min (les tuiles doivent être légèrement colorées). Laissez refroidir sur une grille.
- Coupez le reste des betteraves en cubes. Portez-les à ébullition avec de l'eau à hauteur et laissez mijoter jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Mixez-les pour obtenir un jus (environ 20 cl). Portez-le à ébullition pour qu'il réduise de moitié. Réservez au chaud.
- Faites revenir l'épeautre 3 min dans l'huile en remuant. Ajoutez le vin et laissez mijoter à feu moyen jusqu'à ce qu'il soit presque absorbé. Versez une louche de bouillon chaud et laissez mijoter jusqu'à ce qu'il soit presque totalement absorbé. Répétez l'opération jusqu'à épuisement du bouillon. L'épeautre doit être tendre mais encore légèrement croquant. Ajoutez le jus de betterave et laissez absorber presque totalement.
- Hors du feu, ajoutez le parmesan, le beurre, assaisonnez. Ajoutez la betterave marinée et mélangez. Couvrez 3 min. Décorez le risotto avec les tuiles de parmesan. Servez aussitôt ■

EBOOKDZ.com
propose par galsavosik



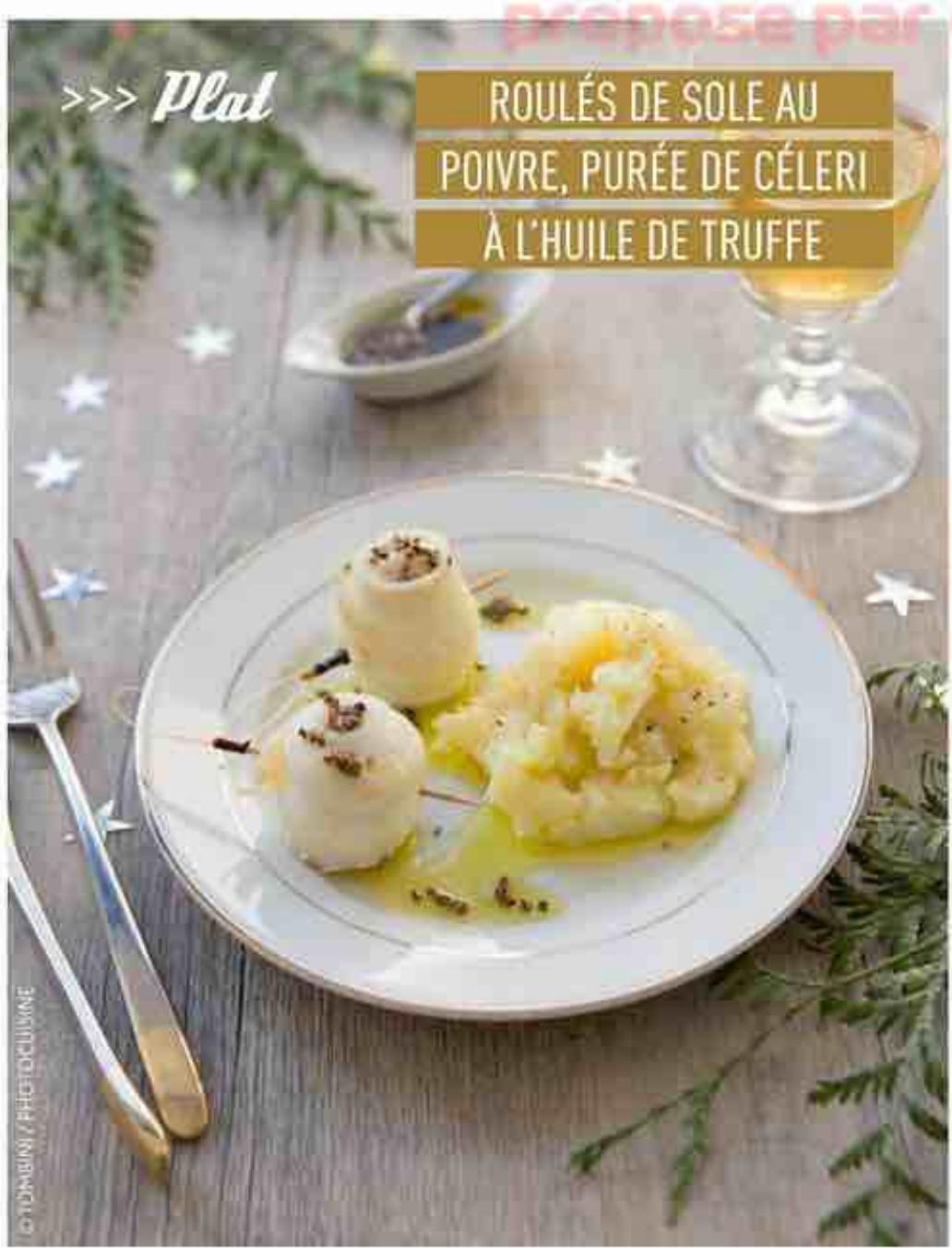
Menu Roulés de sole

EBOOKKDZ.com

Proposé par galery cook

>>> Plat

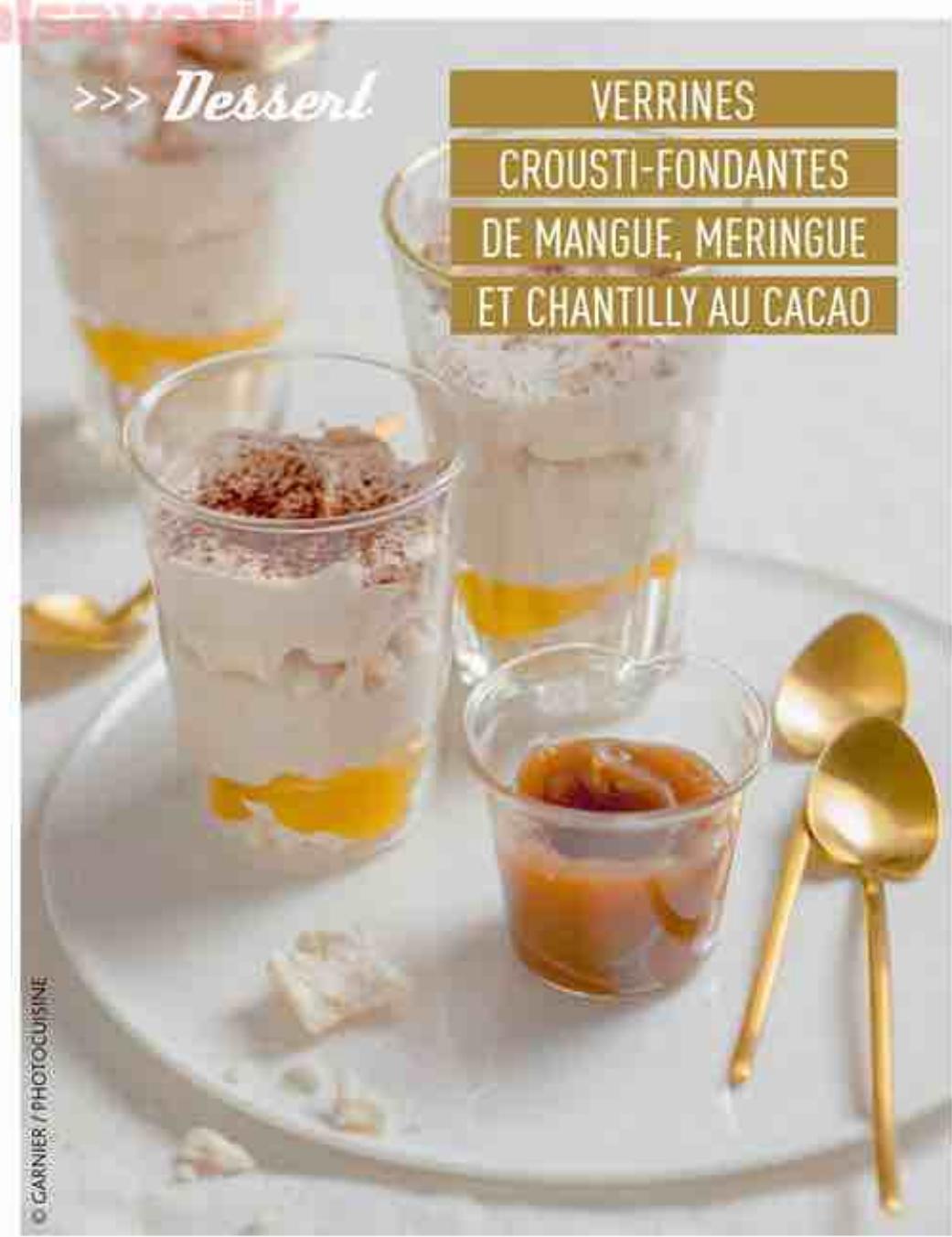
**ROULÉS DE SOLE AU
POIVRE, PURÉE DE CÉLERI
À L'HUILE DE TRUFFE**



Menu Roulés de sole

>>> Dessert

**VERRINES
CROUSTI-FONDANTES
DE MANGUE, MERINGUE
ET CHANTILLY AU CACAO**



Menu Roulés de sole

Menu Roulés de sole

RAVIOLES AU CHÈVRE ET SA SAUCE AU CRESSON ET NOIX

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 25 MIN CUISSON 15 MIN

24 feuilles à ravioli chinois (rayon asiatique) • 300 g de chèvre frais • 100 g de noix concassées • 2 bottes de cresson • 40 cl de crème liquide • 1 bouillon cube de volaille • 2 échalotes • 20 g de beurre demi-sel • 20 g de cerneaux de noix • 1 jaune d'œuf • Huile de noix • Huile d'olive • Sel • Poivre du moulin.

- Faites blanchir le cresson lavé (gardez quelques feuilles pour la présentation) dans une grande casserole d'eau bouillante pendant 2 min. Puis réservez-le sur du papier absorbant.
- Émincez les échalotes et faites-les revenir 3 min dans le beurre. Ajoutez 60 g de noix concassées, le cresson et la crème liquide. Salez et poivrez. Laissez frémir 5 min puis mixez et réservez.
- Dans un bol, mélangez le chèvre avec les noix concassées restantes, salez et poivrez. Ajoutez un filet d'huile d'olive.
- Disposez les feuilles de ravioli sur un plan de travail légèrement fariné. Déposez la farce au centre de 12 feuilles. Badigeonnez les bords avec le jaune d'œuf et refermez avec une feuille de ravioli. Pressez bien les bords afin de chasser l'air.
- Faites bouillir une grande casserole d'eau avec le bouillon cube. Plongez les ravioles 2 par 2 et cuisez pendant 3 min.
- Réchauffez la sauce au cresson et versez-la sur les ravioles au moment de servir. Décorez de quelques cerneaux de noix, de feuilles de cresson et d'un filet d'huile de noix ■

VERRINES CROUSTI-FONDANTES DE MANGUE, MERINGUE ET CHANTILLY AU CACAO

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 25 MIN SANS CUISSON

1 mangue bien mûre • 1 grosse meringue de pâtissier • 1 citron vert • 20 cl de crème liquide entière • 150 g de mascarpone • 3 c. à soupe de sucre glace • 1 c. à soupe de cacao • 1 pot de caramel au beurre salé pour servir.

- Pelez et récupérez la chair de la mangue autour du noyau. Mixez-la avec le jus du citron vert, puis réservez au frais. Concassez la meringue.
- Dans un saladier, mélangez la crème et le mascarpone bien froids et fouettez-les au batteur électrique jusqu'à obtenir une chantilly. Ajoutez le sucre glace en fin de processus.
- Répartissez quelques miettes de meringue, puis la purée de mangue dans le fond de 6 verrines. Ajoutez un peu de chantilly, puis à nouveau de la meringue. Recouvrez du reste de chantilly.
- Saupoudrez le dessus de cacao, puis servez frais avec le caramel au beurre salé ■

CRÈMES DE HARICOTS BLANCS À LA TRUFFE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 10 MIN CUISSON 1 H REPOS 1 NUIT

200 g de haricots blancs type tarbais • 20 cl de crème liquide entière • 1 l de bouillon de volaille • 6 c. à café d'huile parfumée à la truffe • 1 brin de persil plat • 3 brins de shiso pourpre (à défaut, de basilic pourpre) • Sel, poivre blanc du moulin.

- **La veille**, mettez à tremper les haricots dans un grand saladier d'eau froide.
- **Le lendemain**, égouttez-les et rincez-les. Portez à ébullition le bouillon et plongez-y les haricots. Laissez cuire à frémissements et à couvert pendant 1 h.
- Égouttez-les et mixez-les soigneusement avec la crème, rectifiez l'assaisonnement.
- Répartissez la crème de haricots bien chaude dans des petits bols. Parsemez-la de persil effeuillé et ciselé, nappez d'une touche d'huile parfumée à la truffe et décorez de quelques feuilles de shiso ■

EBOOKDZ.com
propose par nalsavosik

ROULÉS DE SOLE AU POIVRE.

PURÉE DE CÉLERI À L'HUILE DE TRUFFE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 30 MIN

12 filets de sole • 500 g de céleri-rave • 500 g de pommes de terre à purée • 50 g de brisures de truffe • 6 c. à soupe d'huile d'olive à la truffe • Sel, poivre du moulin • 50 g de beurre.

- Pelez et rincez le céleri et les pommes de terre, puis coupez-les en morceaux. Mettez-les dans une casserole d'eau froide salée. Portez à ébullition et laissez cuire 20 min.
- Égouttez les légumes et passez-les au moulin à légumes. Mettez la purée obtenue dans une casserole, puis ajoutez le beurre. Mélangez, salez, poivrez et réservez au chaud.
- Assaisonnez et roulez les filets de sole, en les maintenant avec un pique en bois. Faites-les cuire à la vapeur pendant 10 à 12 min.
- Dressez les filets de sole et la purée sur les assiettes. Parsemez de brisures de truffes et arrosez d'un filet d'huile de truffe. Donnez quelques tours de moulin à poivre et servez aussitôt ■

>>> Entrée

CRÈME DE CHÂTAIGNES

AU FOIE GRAS



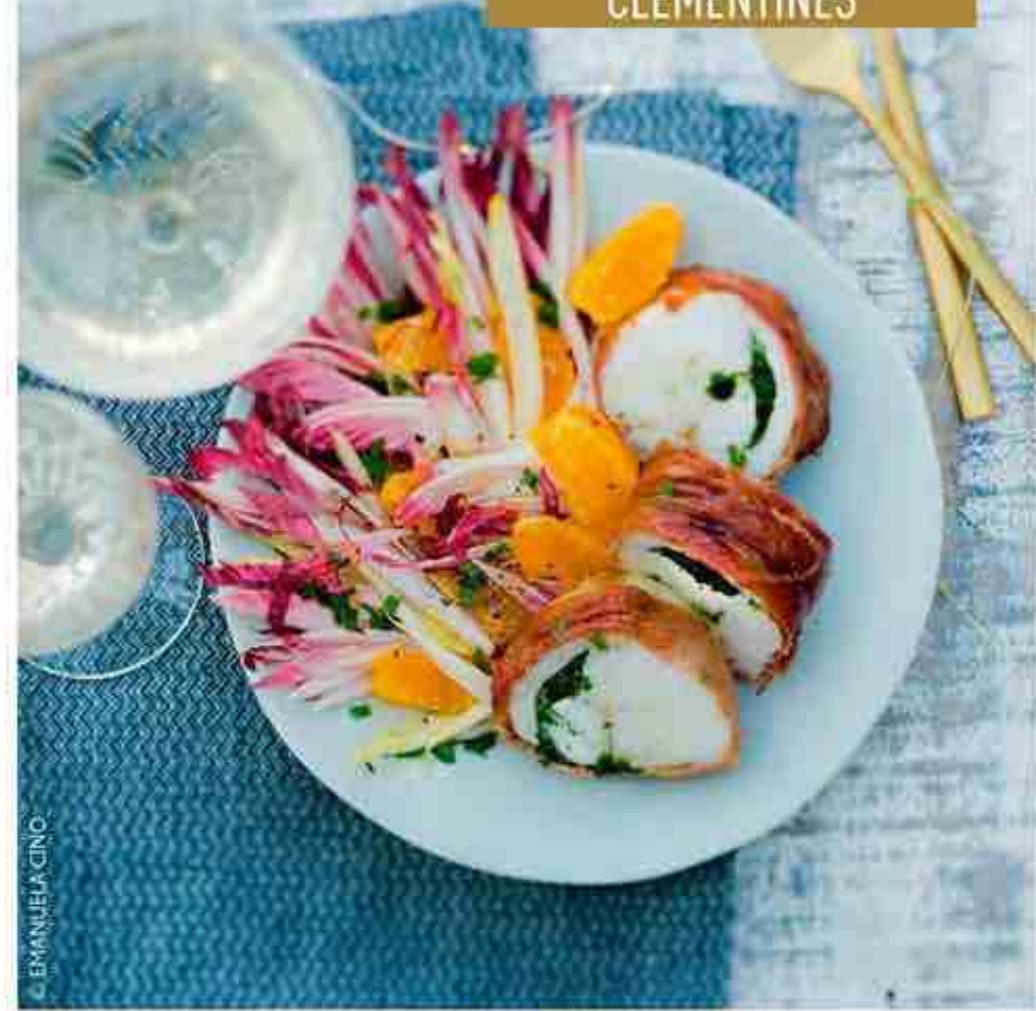
>>> Plat

RÔTI DE LOTTE FARCI

AUX HERBES FRAÎCHES,

SALADE D'ENDIVES-

CLÉMENTINES



Menu Rôti de lotte

EBOOKKDZ.com

propose par galery cook

>>> Dessert

BLANC-MANGER COCO



© THIERRY DELA FOREST

Menu Rôti de lotte

>>> Dessert

BÛCHE CITRON-COCO-FRAMBOISE



Menu Rôti de lotte

RÔTI DE LOTTE FARCI AUX HERBES FRAÎCHES, SALADE D'ENDIVES-CLÉMENTINES

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 40 MIN CUISSON 30 MIN

800 g de lotte séparée en deux filets • 100 g de jambon de parme en fines tranches • ½ citron • 2 gousses d'ail • 1 botte d'herbes mélangées (aneth, basilic et ciboulette) • Huile d'olive.

POUR LA SALADE • 6 clémentines • 2 endives blanches

• 2 endives rouges (Carmine) • 3 c. à soupe d'huile d'olive • Sel et poivre du moulin.

- Préchauffez le four à 180 °C. Lavez et séchez les herbes. Pelez et dégermez l'ail. Dans un robot, mixez les herbes et l'ail en purée.
- Étalez sur un filet de lotte la purée aux herbes et recouvrez avec l'autre filet. Disposez les tranches de jambon sur un plan de travail en les faisant se chevaucher les unes aux autres. Rabattez le jambon autour du poisson en serrant bien et ficellez le tout. Placez le rôti dans un plat à four, pressez par-dessus le jus du citron et arrosez d'huile d'olive. Enfournez pendant 30 min.
- Préparez la salade. Prélevez les suprêmes des clémentines à l'aide d'un couteau et récupérez le jus restant. Mélangez les suprêmes aux feuilles d'endive. Dans un bol, émulsionnez le jus des clémentines, l'huile d'olive, le sel et le poivre. Versez sur la salade.
- À la sortie du four, découpez le rôti de lotte en médaillons et servez accompagné de la salade ■

BÛCHE CITRON-COCO-FRAMBOISE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 1H CUISSON 45 MIN REPOS 7 H 10

POUR LE SORBET COCO • 25 cl de lait de coco • 15 cl de lait d'amande • 1 c. à café de gomme xanthane • 50 g de sucre blond.

POUR LE SORBET CITRON • 500 g de sucre • 2 citrons. **POUR LE BISCUIT** • 150 g de farine • 100 g de margarine • 50 g de sucre blond. **POUR LE COULIS** • 200 g de framboises • 100 g de sucre.

- **LE SORBET COCO** • Mixez les laits, le sucre et la xanthane. Versez dans un bol et placez au frais pendant 4 h.
- **LE SORBET CITRON** • Portez à ébullition le sucre et 50 cl d'eau dans une casserole. Laissez cuire 10 min. Hors du feu, ajoutez le jus des citrons. Placez 2 h au frais dans un saladier.
- **LE BISCUIT** • Préchauffez le four à 165 °C. Travaillez la farine, la margarine et le sucre à la main pour obtenir une boule. Étalez la pâte à la dimension du moule de la bûche et piquez-la. Posez-la sur une plaque couverte de papier sulfurisé. Enfournez-la 20 min.
- **LE COULIS** • Mixez les framboises et passez-les au tamis. Portez à ébullition le sucre et 10 cl d'eau, laissez bouillir 5 min, ajoutez la purée de framboises et mélangez. Laissez refroidir.
- Versez la préparation au citron dans une sorbetière, turbinez 30 min. Étalez le sorbet dans le fond du moule chemisé de film alimentaire. Recouvrez de coulis et placez au congélateur. Versez la préparation à la noix de coco dans la sorbetière, turbinez 40 min. Versez le sorbet dans le moule. Placez au congélateur. Posez le biscuit par-dessus 10 min avant de servir en appuyant, puis démoulez la bûche. Décorez de framboises et servez ■

CRÈME DE CHÂTAIGNES AU FOIE GRAS

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN CUISSON 20 MIN

450 g de châtaignes cuites (gardez 8 châtaignes entières) • 400 g de foie gras cru déveiné • 10 cl de lait • 20 g de beurre demi-sel • 50 cl de bouillon de volaille • 2 échalotes • 2 c. à soupe d'huile de noisette • Fleur de sel • Poivre du moulin.

- Faites fondre les échalotes émincées dans le beurre demi-sel puis ajoutez les châtaignes.
- Couvrez avec le bouillon de volaille et le lait. Salez et poivrez. Portez à ébullition puis laissez frémir 15 min.
- Coupez le foie gras en tranches, salez et poivrez. Chauffez une poêle et faites dorer les tranches de foie gras 2-3 min de chaque côté. Puis réservez sur une assiette.
- Mixez la crème de châtaignes. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
- Versez la crème dans les bols, décorez de morceaux de châtaignes, de tranches de foie gras et d'un filet d'huile de noisette.
- Ajoutez un tour de moulin à poivre et dégustez aussitôt ■

BLANC-MANGER COCO

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 1 H 05 REPOS 1 NUIT

45 cl de lait de coco • 200 g de lait concentré sucré

• 6 g de gélatine en feuilles (3 feuilles) • 1 gousse de vanille • 6 spéculoos.

POUR LES POIRES • 3 belles poires un peu fermes • 500 g de sucre • 1 bâton de cannelle • 1 c. à café de quatre-épices • 1 anis étoilé.

- Faites tremper la gélatine 10 min dans l'eau froide. Versez le lait de coco dans une casserole, ajoutez la vanille fendue et grattée puis portez à ébullition. Essorez la gélatine ramollie et incorporez-la tout en fouettant.
- Ajoutez le lait concentré sucré et fouettez pour obtenir une consistance lisse et homogène.
- Répartissez la préparation dans 6 moules individuels. Couvrez-les de film alimentaire et entreposez au réfrigérateur pour une nuit.
- Réalisez un sirop en réunissant le sucre, les épices et 1 litre d'eau dans une casserole. Faites chauffer jusqu'à dissolution du sucre.
- Pelez les poires et immergez-les dans le sirop, baissez le feu et laissez frémir pendant 1 h.
- Trempez les moules des blancs-mangers dans un peu d'eau chaude puis renversez-les chacun dans une assiette. Dressez une demi-poire à côté. Émiettez par-dessus les spéculoos et nappez d'un peu de sirop épice ■

>>> Entrée

CAROTTES ET YAOURT

À LA FLEUR D'ORANGER

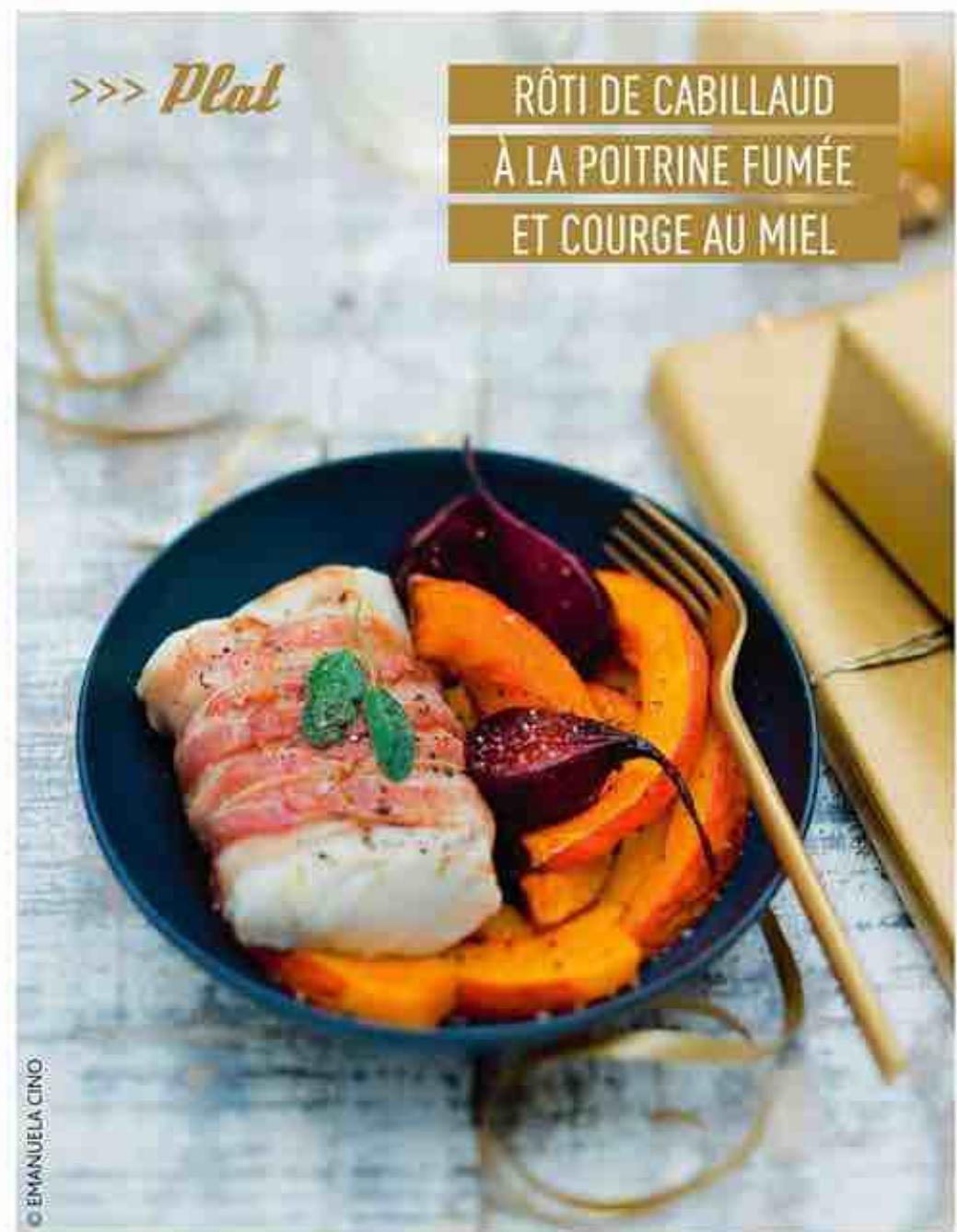


>>> Plat

RÔTI DE CABILLAUD

À LA POITRINE FUMÉE

ET COURGE AU MIEL



Menu Rôti de cabillaud

EBOOKDZ.com

propose par galery味

>>> Dessert

MOUSSES GLACÉES

COCO-LITCHI

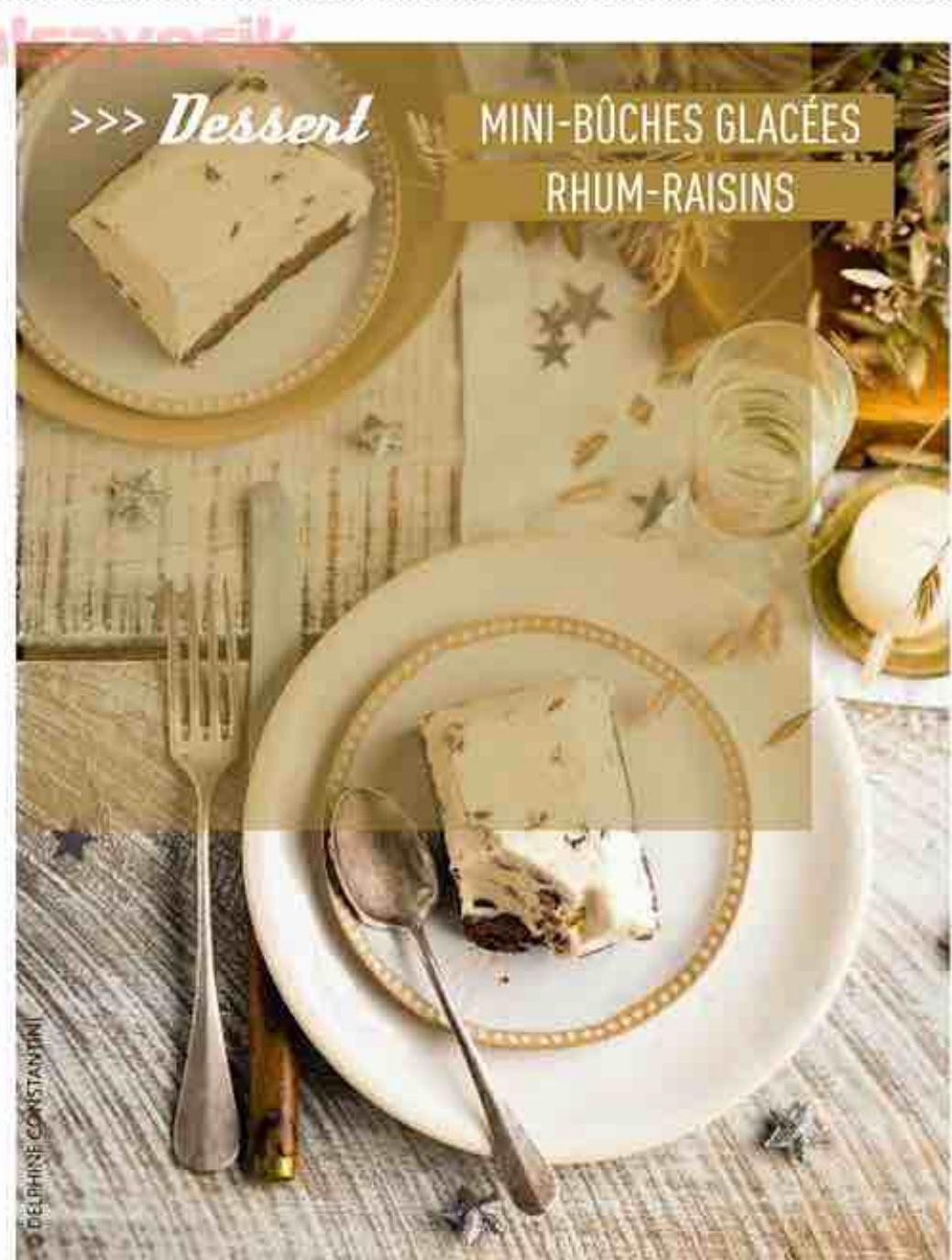


Menu Rôti de cabillaud

>>> Dessert

MINI-BÛCHES GLACÉES

RHUM-RAISINS



Menu Rôti de cabillaud

RÔTI DE CABILLAUD À LA POITRINE FUMÉE ET COURGE AU MIEL

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 25 MIN CUISSON 20 MIN

4 pavés de cabillaud de 180 g • 4 fines tranches de lard fumé • 12 feuilles de sauge • 2 c. à soupe d'huile d'olive • Sel et poivre. **POUR LA COURGE AU MIEL** • 1 potimarron • 2 betteraves crues • 2 brins de thym • 3 c. à soupe de miel • 2 c. à soupe d'huile d'olive.

- Préchauffez le four à 200 °C. Coupez le potimarron en deux et, à l'aide d'une cuillère à soupe, retirez les graines et les fibres à l'intérieur. Taillez ensuite les morceaux en plusieurs tranches. Pelez les betteraves et coupez-les en tranches ou en cubes. Eeffeuillez le thym. Mélangez le miel, l'huile d'olive et le thym dans un petit bol. Disposez les tranches de potimarron et de betterave sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé. Badigeonnez-les de mélange à base de miel. Salez et poivrez. Enfournez pour 15 à 20 min.
- Pendant ce temps, posez sur chaque pavé de cabillaud 3 feuilles de sauge. Puis, enroulez-les de tranches de lard et ficelez-les. Dans une poêle, faites chauffer 2 c. à soupe d'huile d'olive et faites dorer les pavés de cabillaud sur toutes les faces. Enfournez-les pour 4 à 5 min selon leur épaisseur.
- Dressez les rôtis de cabillaud dans des assiettes avec quelques morceaux de potimarron et de betterave, servez chaud ■

MINI-BÛCHES GLACÉES RHUM-RAISINS

POUR 8 BÛCHES INDIVIDUELLES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 20 MIN REPOS 3 H

1 l de glace vanille • 6 cl de rhum.

POUR LES RAISINS MACÉRÉS AU RHUM • 50 g de raisins secs • 4 c. à soupe de rhum. **POUR LE BROWNIE** • 150 g de chocolat noir • 120 g de beurre • 2 œufs • 50 g de sucre en poudre • 20 g de farine. **USTENSILES** • 8 moules à mini-bûches.

LES RAISINS MACÉRÉS AU RHUM ● Mettez les raisins dans le rhum et laissez macérer minimum 1 h.

LE BROWNIE ● Préchauffez le four à 160 °C. Faites fondre au bain-marie le chocolat et le beurre, puis mélangez intimement. Fouettez les œufs avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse, puis incorporez le chocolat. Ajoutez la farine tamisée et mélangez bien au fouet. Coulez la préparation dans un moule sur une épaisseur de 1 cm. Faites cuire 15 min et laissez refroidir. Détaillez des rectangles de la taille des moules à mini-bûches.

LE PARFAIT GLACÉ RHUM-VANILLE ● Laissez légèrement ramollir la glace vanille, ajoutez le rhum, les raisins égouttés, mélangez.

LE MONTAGE ● Transvasez le parfait dans les moules à mini-bûches et recouvrez chacun d'un rectangle de brownie. Appuyez bien pour faire adhérer le brownie au parfait. Réservez au congélateur au moins 2 h. Démoulez en passant sous un filet d'eau chaude et dégustez ■

CAROTTES ET YAOURT À LA FLEUR D'ORANGER

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 20 MIN

• 500 g de carottes oranges • 2 carottes jaunes • 2 carottes violettes • 40 cl de jus de carotte • 500 g de yaourts grecs • 3 feuilles de gélatine • 1 c. à soupe d'extrait naturel de fleur d'oranger • 1 c. à soupe de miel • Quelques feuilles de verveine.

- Faites tremper la gélatine 10 min dans un bol d'eau froide. Portez la moitié du jus de carotte à ébullition dans une casserole, retirez du feu, ajoutez la gélatine bien essorée et fouettez pour la faire fondre. Répartissez le jus de carotte dans quatre assiettes creuses et placez au réfrigérateur pour faire prendre en gelée.
- Épluchez les carottes orange et réservez en 2. Découpez-les en fines rondelles et placez-les dans une casserole avec le reste du jus de carottes. Faites mijoter jusqu'à ce que les carottes soient tendres et le jus absorbé. Mixez-les finement pour obtenir une purée. Remplissez une poche à douille de cette préparation et réservez au frais.
- Épluchez le reste des carottes et taillez de très fines lamelles à l'aide d'une mandoline. Découpez ces lamelles en deux.
- Mélangez le yaourt avec l'extrait de fleur d'oranger et le miel. Déposez un emporte-pièce rond au centre des gelées de carotte et couvrez tout le pourtour de yaourt parfumé. Retirez la gelée au milieu et déposez un dôme de purée de carotte à la place. Recouvrez ce dôme de lamelles de carottes enroulées pour former une fleur. Parsemez de feuilles de verveine et servez ■

MOUSSES GLACÉES COCO-LITCHI

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 2 MIN REPOS 4 H

40 cl de crème de coco • 150 g de crème fleurette • 6 g de gélatine en feuilles (3 feuilles) • 100 g de lait concentré sucré • 12 litchis • 1 c. à soupe de noix de coco râpée.

- Faites tremper la gélatine 10 min dans un bol d'eau froide. Entreposez la crème fleurette au congélateur pendant 5 à 10 min.
- Versez la crème de coco dans une casserole et portez à ébullition. Essorez la gélatine ramollie et incorporez-la tout en fouettant bien. Ajoutez le lait concentré sucré et fouettez soigneusement pour obtenir une consistance lisse et homogène.
- Au batteur, montez la crème fleurette et incorporez-la délicatement dans la préparation précédente à l'aide d'une spatule.
- Répartissez la préparation dans 6 verrines. Couvrez-les de film alimentaire et entreposez-les au congélateur pour 4 h au moins.
- 5 min avant de servir, sortez les mousses du congélateur. Décortiquez les litchis, ouvrez-les en deux et dénoyeautez-les. Déposez-les dans les mousses glacées et saupoudrez-les d'un peu de noix de coco râpée ■

ABONNEZ-VOUS À Régal



6
NUMÉROS
+ 2 HORS-SÉRIE

35,60 €
27,90 €
SEULEMENT
22 %
de réduction

+ version
numérique
OFFERTE

+ En cadeau
2 BOOKLETS



BOOKS.com
propose par galsavosik

Retrouvez cette offre sur store.uni-medias.com/bookletshs20

ou retournez votre bulletin ci-dessous avec votre règlement sous enveloppe non affranchie à : Uni-médias - Régal - Libre réponse 10373 - 41109 Vendôme Cedex

OUI, JE M'ABONNE À RÉGAL pour 1 an (6 n° + 2 hors-série)
+ 2 booklets au prix de 27,90 € au lieu de 35,60 €¹⁾.

OUI, J'OFFRE 1 an d'abonnement à **RÉGAL** (6 n° + 2 hors-série)
+ 2 booklets au prix de 27,90 € au lieu de 35,60 €¹⁾.

J'indique mes coordonnées

Mme M. Nom : * mentions obligatoires
Prénom :
Tél. Date de naissance
E-mail :
Adresse :
Code postal :
Ville : RCHS20

J'accepte de recevoir par e-mail les offres de la part des partenaires d'Uni-Médias.

Je joins mon règlement de 27,90 € par :

Chèque à l'ordre d'Uni-médias
 Carte bancaire (Visa ou Mastercard)

Date et signature
OBLIGATOIRES :

N°
Date d'expiration MM AA Cryptogramme
MM AA Cryptogramme

Offre valable en France métropolitaine jusqu'au 31/12/2021 dans la limite des stocks disponibles. Les 2 booklets, d'une valeur estimative d'environ 1€ pièce, vous seront livrés dans un délai de 4 semaines. (1) Vous pouvez acquérir séparément chaque exemplaire de Régal au prix de 3,95 € sans cadeau kiosque. Les informations collectées par Uni-médias directement auprès de vous font l'objet d'un traitement automatisé ayant pour finalité la gestion de fichiers clients-prospects. Les informations marquées d'un astérisque sont obligatoires pour la finalité poursuivie. A défaut, Uni-médias ne sera pas en mesure de répondre à votre demande. Ce traitement est fondé sur la base de votre consentement, que vous pouvez retirer à tout moment. Ces informations sont à destination des services d'Uni-Médias habilités et de toute entité du Groupe Crédit Agricole habilitée. Les données seront conservées pendant les durées de prescription légales applicables et pour une durée maximale de 3 ans après le dernier contact commercial. Conformément au Règlement (UE) 2016/679 relatif à la protection des données à caractère personnel, vous disposez des droits suivants sur vos données : droit d'accès, droit de rectification, droit à l'effacement (droit à l'oubli), droit d'opposition, droit à la limitation du traitement, droit à la portabilité. Vous pouvez également définir des directives relatives à la conservation, à l'effacement et à la communication de vos données à caractère personnel après votre décès. Pour exercer vos droits, merci d'adresser votre demande à l'adresse Uni-médias - DPO - 22 rue Letellier 75739 Paris cedex 15 ou à dpo@uni-medias.com. Un justificatif d'identité pourra vous être demandé. Sous réserve d'un manquement aux dispositions ci-dessus, vous avez le droit d'introduire une réclamation auprès de la CNIL. Vous pouvez vous opposer à tout moment à recevoir nos sollicitations en nous contactant ou en cliquant sur le lien d'opposition figurant dans nos courriels électroniques. Pour plus d'informations, veuillez consulter notre politique de protection des données personnelles disponible sur store.uni-medias.com. Pour toutes questions concernant un abonnement, merci d'écrire au Service Clients : service.clients@uni-medias.com. Pour l'étranger et les DOM/TOM, nous consulter au [0033 01 30 30 34 42](tel:00330130303442) (appel non surtaxé). Régal est édité par Uni-médias, SAS au capital de 7 116 960 €, R.C.S. Paris B 343 212 658 - I.G.S. FR38222104183, filiale de Crédit Agricole SA. Uni-médias est éditeur des magazines Dossier Familial, I comme Info, Santé Magazine, Parents, Régal, Détox Jardin, Maison Creative, Défours en France, Plus de Pop's magazine, Secrets d'Histoire et Yummypets.



Marron glacé Le diamant de la confiserie

Dans son écrin doré, il est le désir à l'état pur. Brillant, à la fois ferme et fondant, sucré sans être écoeurant... Le marron glacé parfait est une rareté qui se peaufine pendant des semaines. Reportage chez Sabaton, la Rolls du secteur, en Ardèche.

TEXTE HÉLÈNE PIOT PHOTOS JEAN-BLAISE HALL

C'est la star absolue des fêtes de fin d'année. Même lorsqu'il est savouré lentement, sa durée de vie peine à dépasser les quelques secondes... Et dire qu'il a fallu vingt ans pour le produire, depuis la naissance de l'arbre jusqu'aux dernières semaines de confisage ! Christophe Sabaton le sait mieux que personne. Depuis la création de la confiserie familiale en 1907, l'entreprise, située à Aubenas, en Ardèche, fournit 80 % des marrons glacés produits en France. En ce matin d'hiver où le soleil peine à

percer la brume ardéchoise, il apprécie en expert la châtaigneraie bio de Geneviève Haro, l'une des plantations où il se fournit chaque année. « *Tout est super bien entretenu, je ne suis pas étonné que les fruits soient d'excellente qualité...* » Leur complicité remonte à de longues années : d'autant loin que les Sabaton sont confiseurs, la famille de Geneviève est castanéicultrice. Pierre, son mari, Noémie et Maxou, leurs enfants... « *On a la châtaigne dans le sang, c'est génétique, en Ardèche !* »,

lance-t-elle dans un éclat de rire. Sur huit hectares broutés par les brebis (« *la polyculture aussi, c'est génétique !* »), ils cultivent « *surtout la variété bouche rouge, et un peu de sardonne* ». La récolte démarre à la fin octobre et s'étire sur tout le mois de novembre. Les huit tonnes produites ne donneront pas toutes des marrons glacés : 90 % des châtaignes seront consommées telles quelles ou transformées en farine, en purée, en pâte ou en crème (cette dernière étant la plus sucrée).

LA PATATE DU SUD À L'HONNEUR

Si 10 % des fruits seulement ont la taille requise pour prétendre devenir le saint des saints, c'est qu'il y en a, des étapes, avant de finir minutieusement rangé dans un écrin doré ! Dans le bâtiment ultra-moderne qu'est désormais la confiserie Sabaton, à quatre kilomètres du petit atelier d'origine, un nouveau site créé en 2019 est dédié à la réception quotidienne des châtaignes d'Ardèche. « *Le réchauffement climatique, qui a des conséquences néfastes sur la météo automnale, donc sur les fruits, impose de réduire les délais de stockage*, commente Christophe Sabaton. *Les fruits se dégradent plus rapidement qu'auparavant. La création du nouvel entrepôt permet de traiter plus confortablement et plus vite les différents lots, notamment ceux sous signe de qualité, AOP et bio.* » Quid des marrons italiens, également réputés ? « *Nous n'avons recours à l'importation que comme alternative, dans les années déficitaires.* » Au quotidien, c'est donc la « patate du sud » locale, longtemps restée une nourriture de miséreux, qui est ici transformée en produit de luxe. Pas moins de trente salariées sont préposées à sa métamorphose.

DANS LA DENTELLE

Première étape : le trempage. Quatre à huit jours sont nécessaires pour éliminer les fruits contaminés par les larves (qui seront donnés à manger aux cochons) et assurer la conservation ultérieure des fruits sains. Ceux-là passent à l'inciseuse mécanique, puis à la vapeur thermique pour assouplir leur peau. À partir de là, tout est 100 % fait main. À commencer par l'épluchage, qui nécessite la présence de dix personnes le long du tapis de tri, armées d'un couteau pointu, pour un travail ultra minutieux. Étape suivante : chaque ouvrière place les fruits deux par deux dans des poches de tulle. Pas n'importe comment : une face plate contre une face bombée, afin d'éviter que les châtaignes ne se collent l'une à l'autre quand elles seront plongées dans le sucre. Les décoller deviendrait alors impossible. S'ensuit la cuisson dans des paniers vissés au fond des autoclaves, puis un bain de 48 heures dans un sirop de sucre vanillé bouillonnant pour imprégner en douceur tout



Une fois pour toutes : marron = châtaigne

Qu'on l'appelle châtaigne ou marron, c'est en fait un seul et même fruit comestible : celui du châtaignier. Pourquoi porte-t-il deux noms ? La différence tient à sa taille et à son histoire.

La bogue contient toujours trois fruits. S'ils sont de volume égal, on a coutume de les appeler châtaignes. Si l'un des trois s'est beaucoup développé au détriment des deux autres, on lui donne plutôt le nom de marron, par analogie avec le gros marron d'Inde de nos cours d'école (attention à ne pas les confondre : ceux-là ne sont absolument pas comestibles).

L'utilisation de ces deux noms pour un même fruit ne date pas d'hier. Le botaniste Olivier de Serres écrivait déjà vers 1600 : « *Les châtaignes Sardonne sont celles qu'on appelle à Lyon marrons.* » En clair, lorsque les meilleures châtaignes, un fruit assimilé à une nourriture de pauvres venue d'Ardèche, arrivaient à Lyon – ville bourgeoise – pour y être confits, elles s'ennoblaient en devenant marrons ! Les confiseurs du XVII^e siècle n'allaien tout de même pas envoyer à la cour de Louis XIV, qui en était friand, des châtaignes, furent-elles glacées. C'est le regain d'intérêt pour le retour à la terre et l'authenticité du produit brut qui ont redonné, ces dernières décennies, sa noblesse à la châtaigne mal-aimée.

ce petit monde. Compter un impressionnant bouquet de 1,2 kg de gousses de vanille pour 500 kg de marrons ! « *Au fil des heures, le sirop devient de plus en plus concentré et pénètre au cœur des fruits* », détaille Christophe Sabaton. Encore une semaine à patienter dans le sirop de confisage à température ambiante « *pour que le goût de sucre soit parfaitement équilibré par rapport à celui du marron : ni trop, ni trop peu* », puis le lent séchage pour laisser les gouttes de sirop s'écouler une à une. Enfin, les fruits

peuvent être débarrassés de leur enveloppe de tulle, et séparés. C'est fini ? « *Ah non, sourit Christian, là, vous n'avez que des marrons confits !* » Beaucoup d'entre eux sont vendus tels que aux professionnels. Reste encore à glacer les plus beaux rescapés en les passant sous un sirop de sucre de canne bio et à les sécher au four pour fixer leur brillance. « *À l'atelier, c'est une minute trente à 150 °C. Mais petit conseil si vous souhaitez vous lancer à la maison (bon courage !) : avec du matériel non*



professionnel, ils auront une meilleure tenue si vous les laissez 3 minutes à 180 °C. » Les ouvrières les prennent en main une dernière fois, pour les habiller de papier métallisé et les couver dans les boîtes. Pendant les trois mois que dure la fabrication chaque année, elles n'arrêtent pas. On comprend mieux le prix atteint par chaque petite merveille dans son écrin doré. Dire qu'ils seront dévorés en 3 secondes...

UNE EXPERTISE RECONNUE

Sabaton traite environ 30 000 tonnes de marrons chaque année. L'entreprise produit 10 000 tonnes de crème de marron, 5 000 tonnes de marrons entiers au jus, 1 500 tonnes de

purée et autant de pâte, et 1 000 tonnes de farine de châtaignes. Ses 450 tonnes de marrons glacés font sa fierté. Premier producteur de France, l'entreprise fournit la plupart des grands chocolatiers, pâtissiers et confiseurs de l'Hexagone. La plupart ne s'en cachent pas : « C'est un savoir-faire qui demande énormément d'expertise et de place, explique ainsi le chocolatier lyonnais Philippe Bernachon. Sabaton a les deux et les réussit à la perfection. » Quant aux chefs, ils font plutôt appel à l'entreprise d'Aubenas pour les marrons confits. Leur couleur brun clair indique une cuisson parfaite (méfiance lorsqu'ils sont brun foncé), et fait de merveilleux desserts beige-dorés.

RÉCHAUFFEMENT ET ENCHÉRISSEMENT

Des étés plus chauds, des automnes plus secs, ce sont des châtaignes qui se dessèchent dans leur bogue et en sortent pratiquement brûlées... La solution ? Déplacer des châtaigneraies entières ! Replanter sur les versants nord, considérés depuis toujours comme moins fertiles, mais devenus aujourd'hui très recherchés. Et grimper toujours plus haut, vers des altitudes supposées plus fraîches. Le tout à un coût forcément très élevé... Ajoutez à cela les dégâts provoqués par le Cynips, une guêpe qui a dévasté les châtaigniers français depuis 2010 et commence enfin à être éradiquée (grâce à un autre insecte), et vous comprendrez pourquoi vos friandises sont plus chères d'année en année.



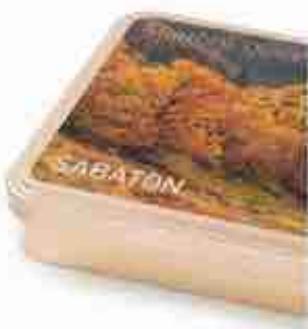
Attention, produit frais

Tant de soins justifient de traiter ces trésors gourmands avec respect. « C'est tout frais qu'ils sont le meilleur, assure Christophe Sabaton. Il faut les conserver à température ambiante, loin des radiateurs mais pas non plus au frigo, sauf si on veut les garder plus d'un mois. Mieux vaut alors les en sortir une heure avant. »



À déguster au goûter

Perfusé au marron glacé depuis toujours, Christophe Sabaton se dévoue volontiers pour tester leur qualité à toutes les étapes de la fabrication. Que boire pour accompagner le festin ? « De l'eau ! sourit Christophe, comme la Reine des Basaltes, pétillante et peu salée. Et à l'heure du goûter, c'est mieux : au dessert, on n'a plus faim. À 17 h, on dévore ! »



Notre sélection

Le marron glacé primeur est arrivé !

Créé en 2007, pour les 100 ans de la maison, le coffret Sativa propose chaque année des marrons glacés primeurs 100 % ardéchois ultra-frais.

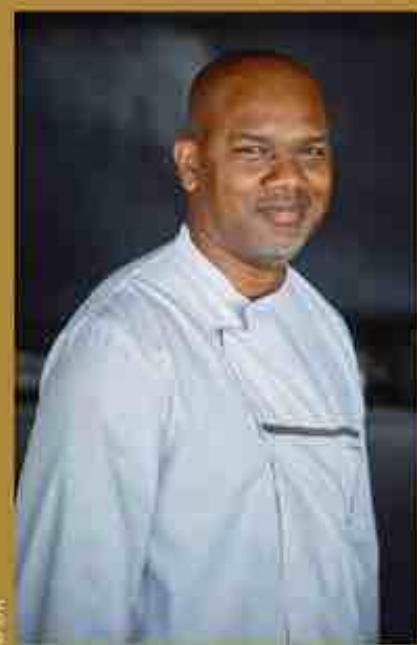
Disponibles uniquement à la boutique d'Aubenas et sur le site Internet (à partir du 26 novembre 2020).

Le confisage léger impose de les déguster dans les 15 jours suivant l'achat. C'est rarement un problème !

Voir toutes nos adresses page 5

Une envie d'ailleurs

LE CONTE DE NOËL DE PHILIPPE AGESIDAME
BICHIQUES ET PÂTÉ CRÉOLE SOUS LES FILAOIS



PHILIPPE AGESIDAME

Il est né à La Réunion et a grandi avec la passion de la cuisine créole, qu'il aime pour sa variété, son caractère épice et coloré. Chef des restaurants de l'hôtel Lux à La Réunion depuis sept ans, il s'enrichit en invitant de jeunes chefs de la métropole à partager leur savoir-faire.

Un Noël sous les Tropiques

À la Réunion, Noël se déroule en plein été. C'est la saison des fruits : ananas, mangues, litchis, papayes, fruits de la passion... La nature est en fleurs et il fait 30 °C. Notre sapin n'a rien à voir avec les conifères de la métropole. Chez nous, c'est souvent une branche de filao coupée dans la forêt, décorée de guirlandes et de bonbons.

La cuisine du père

Pour Noël, comme au quotidien d'ailleurs, mon père a toujours fait la cuisine à la maison. Ce n'est pas rare à La Réunion. Les hommes cuisinent autant que les femmes. C'est donc à travers lui que j'ai appris à cuisiner dès l'enfance.

Menu de fête créole

Pas de foie gras, de saumon ou d'huîtres sur nos tables de réveillon, même si les amateurs peuvent en trouver sans problème sur l'île. Notre grand menu de fête se prépare avec des produits locaux très prisés, comme le palmiste, le bichique ou la langouste. Le palmiste est un palmier de la Réunion, dont on consomme le cœur du tronc appelé chou palmiste, qui est accommodé en exquise salade croquante. Le bichique, c'est un peu le caviar du pays, on l'appelle « l'or gris » de la Réunion. Ce sont des alevins de rivière dont la pêche est très réglementée, qui peuvent atteindre

50 € le kilo. On les prépare en cari, c'est-à-dire mijotés avec des oignons, des tomates, du thym, du piment, du gingembre et du curcuma.

Un pâté sucré-salé en dessert

Le pâté créole, c'est un peu notre galette des rois à la frangipane ! Un incontournable chez nous au dessert. On commence par préparer une pâte brisée au saindoux parfumée au curcuma. Ensuite, on la garnit d'un cari à la viande, mais aussi de fruits compotés (papaye, mangue). Cette sorte de tourte cuît au fond d'une marmite, au feu de bois.

Les temps changent

Quand j'étais enfant, on préparait le pâté en famille, chacun confectionnait un petit décor avec la pâte qu'on posait ensuite sur le dessus avant de le doré au jaune d'oeuf. À table, on se battait pour les morceaux de viande glissés dans le pâté. Aujourd'hui, mes enfants auraient plutôt tendance à écarter la viande ! Ils préfèrent la version sucrée aux fruits et les desserts plus classiques comme la bûche. Les caris sont également un peu moins présents au profit de grands barbecues où l'on fait griller poissons et langoustes. Mais le 24 décembre reste le moment où tout le monde se retrouve en famille, le jour des pétards et des feux d'artifice et le moment où les enfants attendent avec impatience la distribution des cadeaux.

Menu Magrets de canard

>>> L'entrée

35 min
+ 5 min



HUITRES CHAUDES
CROUSTILLANTES
AUX HERBES

>>> recette page 86

Menus Dileurs

>>> Le plat

25 min
+ 40 min

RÔTI DE MAGRETS DE CANARD
AUX FRUITS SECS

>>> recette page 86

CETTEA COMMENCER...
la veille!



>>> Le dessert

20 min
+ 2 h

joyeux
Noël!

CHEESECAKE DE NOËL
>>> recette page 86

Menu Magrets de canard



HUÎTRES CHAUDES CROUSTILLANTES AUX HERBES

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 35 MIN CUISSON 5 MIN

16 huîtres creuses n° 2 • 2 échalotes • 25 g de beurre • 2 c. à soupe de crème fraîche épaisse • 10 cl de vin blanc sec • 30 g de chapelure • 1/2 botte d'herbes fraîches (ciboulette, persil, cerfeuil).

● Ciselez grossièrement les herbes et réservez. Hachez les échalotes, puis faites-les blondir dans une casserole avec le beurre. Ajoutez le vin blanc, portez à ébullition et faites réduire. Ajoutez la crème fraîche et les herbes. Éteignez le feu.

● Ouvrez les huîtres, videz la première eau, puis nappez-les de sauce aux herbes. Ajoutez un peu de chapelure et faites gratiner 5 min sous le gril du four ■



RÔTI DE MAGRETS DE CANARD AUX FRUITS SECS

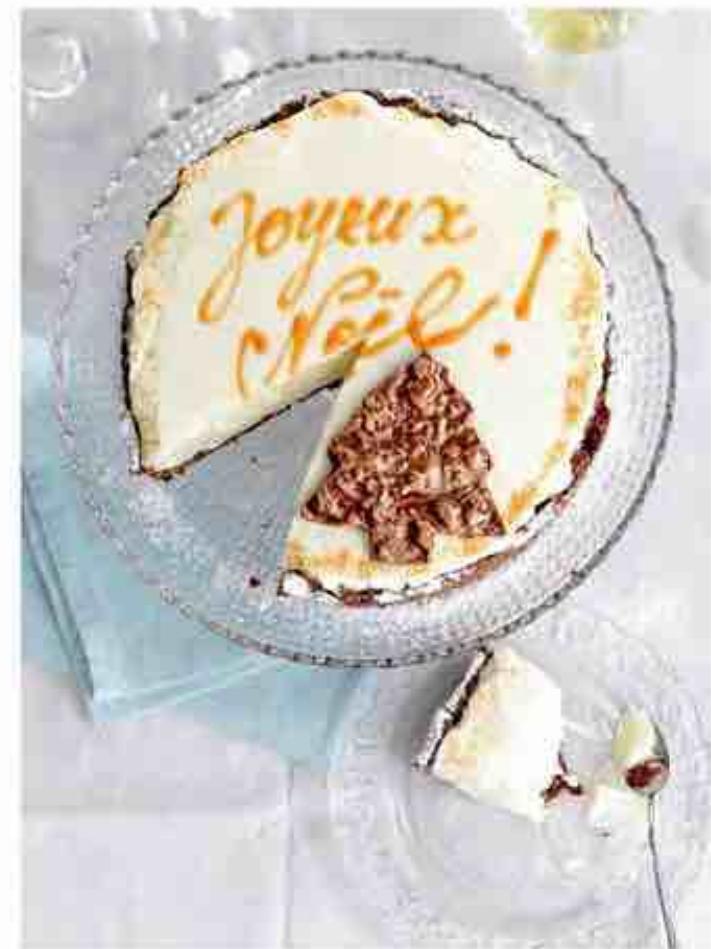
POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 25 MIN CUISSON 40 MIN
REPOS 1 NUIT + 10 MIN

2 magrets de canard • 100 g d'amandes, pistaches et noix de pécan • 8 abricots secs • 3 tranches de poires séchées • 2 c. à soupe de miel • Piment d'Espelette • Sel.

● Hachez grossièrement la moitié du mélange amandes, pistaches et noix de pécan. Sur une planche, déposez les magrets côté chair vers vous. Assaisonnez-les de sel et de piment d'Espelette. Ajoutez la moitié des fruits secs hachés, quelques abricots et 2 tranches de poire sur un des magrets. Recouvrez ensuite du deuxième magret, gras vers l'extérieur, et ficelez le tout. Enveloppez dans un film alimentaire et conservez au réfrigérateur une nuit pour bien imprégner le rôti. Sortez-le 1 h avant la cuisson.

● Préchauffez le four à 180 °C, puis déposez le rôti dans un plat à four, badigeonnez-le de miel et ajoutez le reste des fruits secs dans le plat. Enfournez 40 min. Laissez reposer 10 min avant de trancher et de servir le rôti ■



CHEESECAKE DE NOËL

POUR 6 À 8 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN SANS CUISSON
RÉFRIGÉRATION 2 H

POUR LE FOND DE PÂTE • 400 g de cookies au chocolat • 150 g de beurre pommade.

POUR LA CRÈME • 600 g de fromage frais (type Philadelphia) • 150 g de sucre en poudre • 1 citron jaune non traité • 33 cl de crème liquide • 1 gousse de vanille.

POUR LE DÉCOR • 1 stylo pâtissier couleur or • 1 décor en chocolat doré.

● Placez les cookies dans un grand sac de congélation. Fermez hermétiquement le sac et tapez dessus avec un rouleau à pâtisserie pour obtenir une poudre de cookies. Versez cette poudre dans un plat et mélangez avec le beurre pommade.

● Tapissez un moule à charnière de ce fond de pâte, en remontant bien sur les bords. Placez au frais.

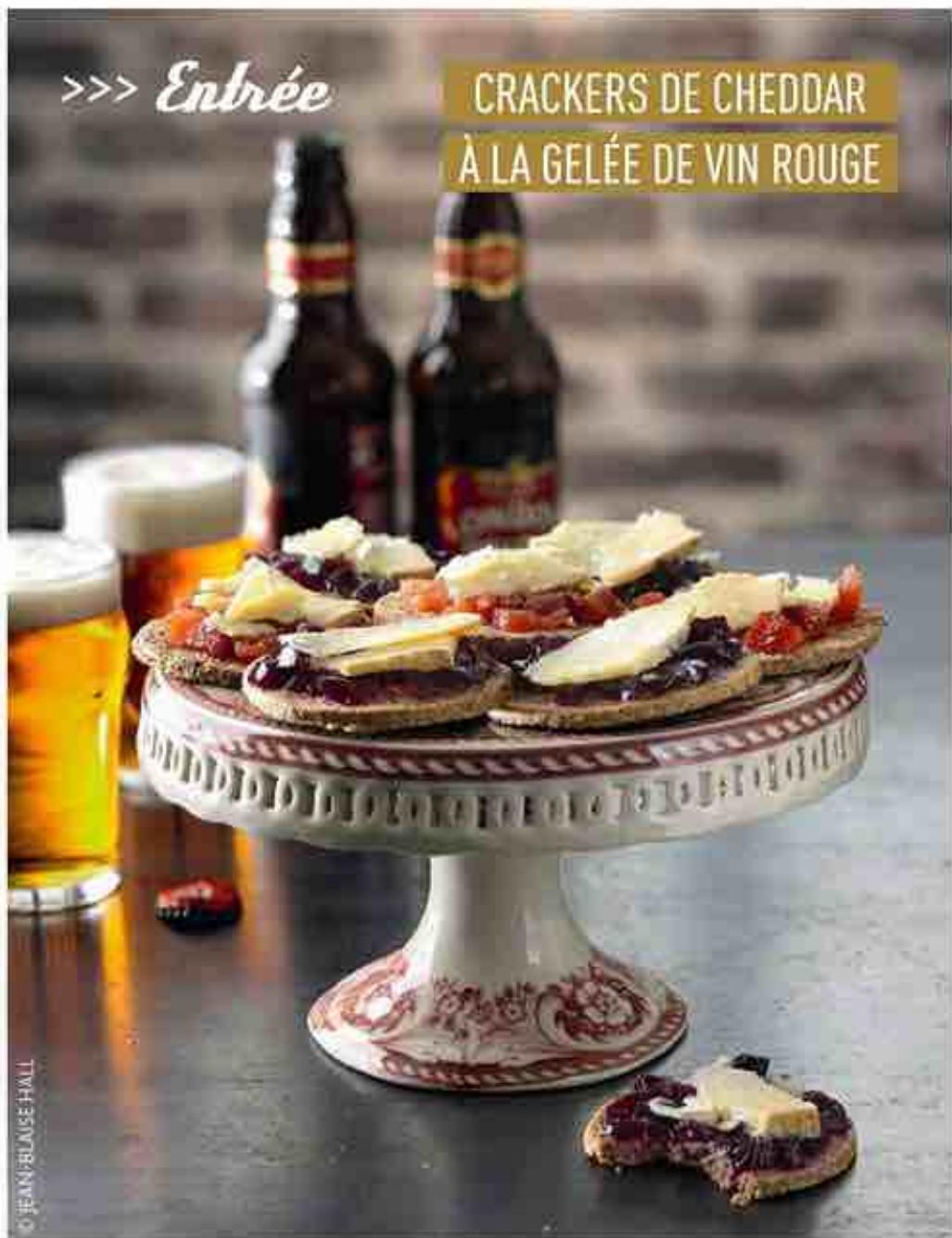
● Travaillez le fromage Philadelphia avec 100 g de sucre en poudre, d'abord à la spatule, puis au fouet. Lavez et zestez très finement le citron, puis pressez-le. Ajoutez zestes et jus au fromage frais.

● Montez la crème liquide en chantilly bien ferme avec les graines de vanille et le sucre restant. Mélangez les deux crèmes délicatement. Garnissez la pâte de crème au citron. Réfrigérez 2 h minimum.

● Juste avant de servir, ajoutez un petit mot grâce au stylo pâtissier or, ajoutez un décor en chocolat doré et servez immédiatement ■

>>> Entrée

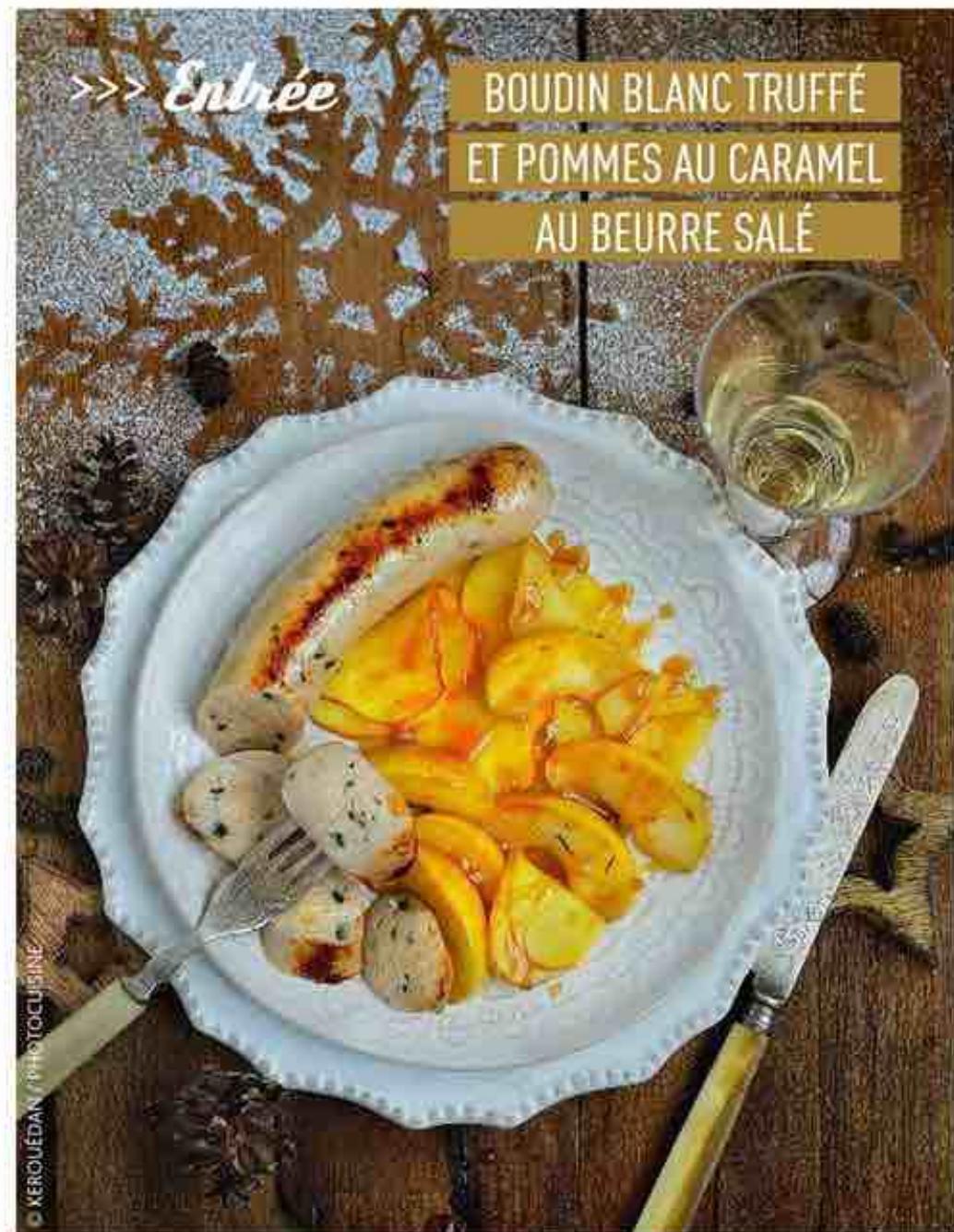
CRACKERS DE CHEDDAR
À LA GELÉE DE VIN ROUGE



Menu Sauté de dinde

>>> Entrée

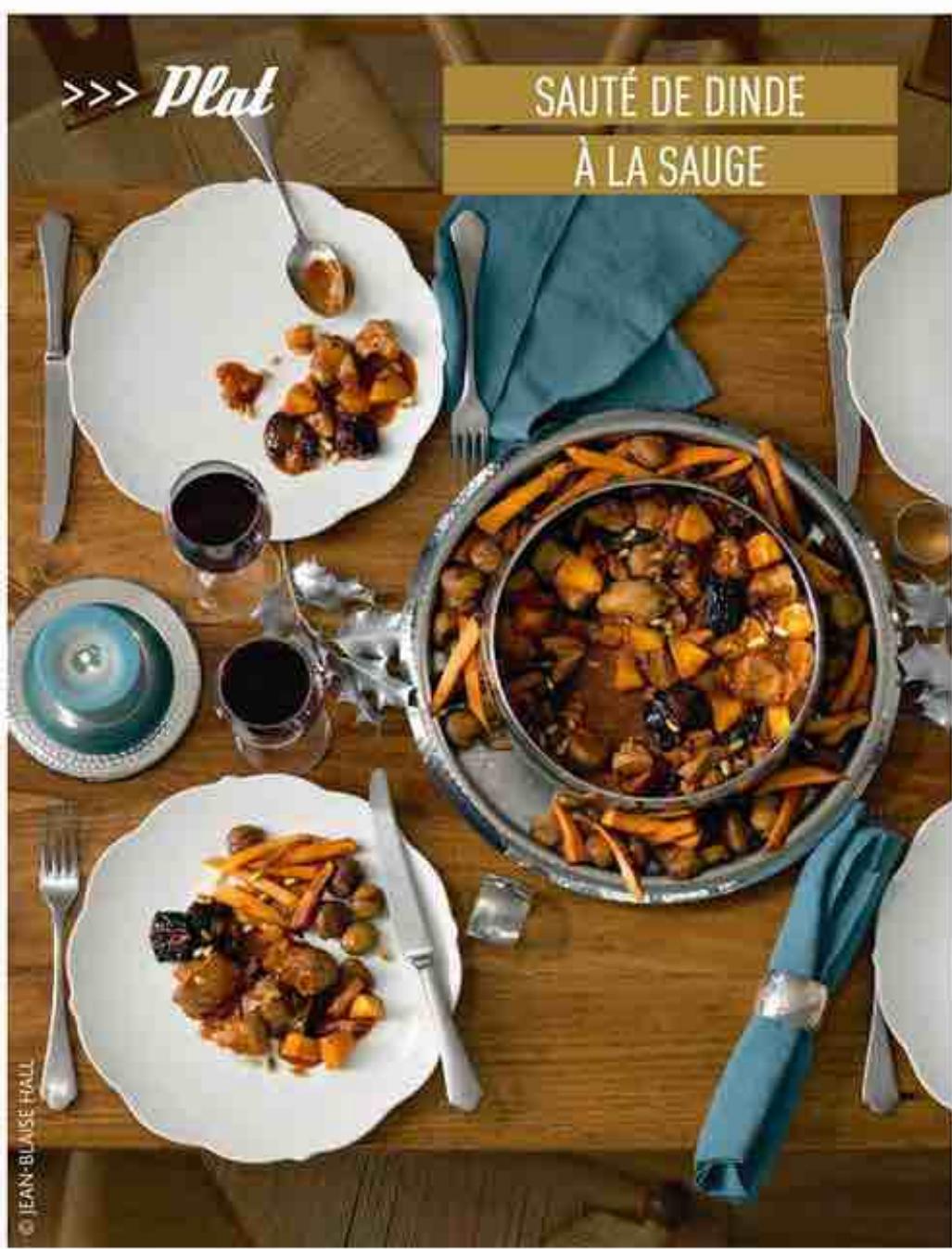
BOUDIN BLANC TRUFFÉ
ET POMMES AU CARAMEL
AU BEURRE SALÉ



Menu Sauté de dinde

>>> Plat

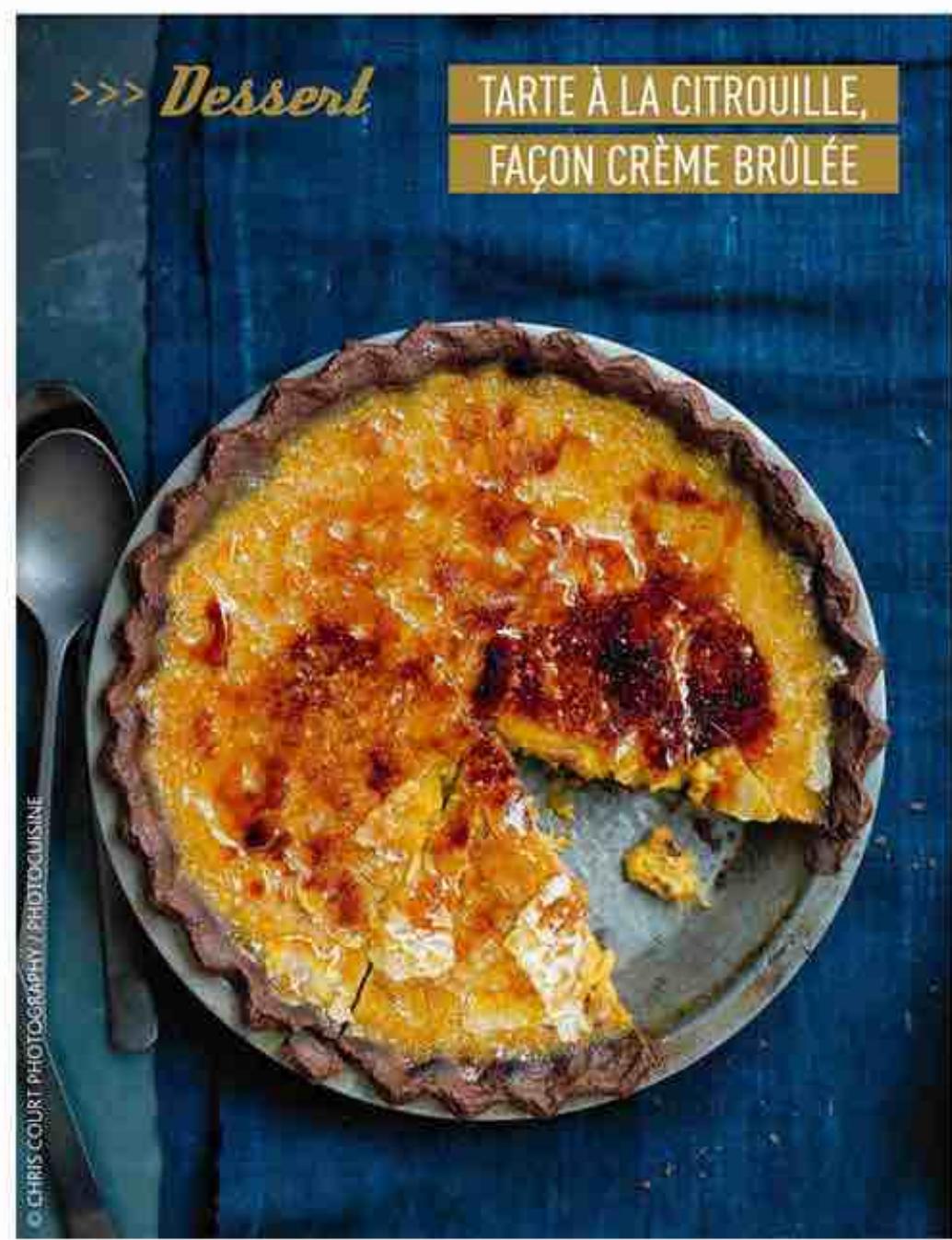
SAUTÉ DE DINDE
À LA SAUGE



Menu Sauté de dinde

>>> Dessert

TARTE À LA CITROUILLE,
FAÇON CRÈME BRÛLÉE



Menu Sauté de dinde

BOUDIN BLANC TRUFFÉ ET POMMES AU CARAMEL AU BEURRE SALÉ

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 15 MIN CUISSON 30 MIN

6 boudins blancs truffés • 6 pommes de type reine des reinettes • 75 g de sucre • 50 g de beurre demi-sel • 25 g de beurre doux • 3 pincées de fleur de sel • Poivre blanc du moulin.

- Épluchez les pommes, coupez-les en quatre, retirez les coeurs et recoupez les quartiers en deux.
- Faites fondre le beurre demi-sel dans une poêle. Ajoutez les quartiers de pommes, saupoudrez-les de sucre et faites cuire à feu doux en retournant régulièrement les morceaux pour qu'ils caramélisent de tous les côtés.
- Faites fondre le beurre doux dans une poêle antiadhésive. Posez les boudins, préalablement piqués à l'aiguille et faites-les cuire à feu moyen jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Baissez alors le feu au minimum sous la poêle, couvrez et laissez cuire 10 min.
- Quand les pommes sont caramélisées, saupoudrez-les de fleur de sel et poivrez. Répartissez-les dans les assiettes. Coupez les boudins en rondelles épaisses et disposez-les dans les assiettes. Donnez un tour de moulin à poivre et servez ■

CRACKERS DE CHEDDAR À LA GELÉE DE VIN ROUGE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 5 MIN REPOS 1 H 30

12 crackers anglais • 300 g de bon cheddar • 100 g de pâte de coing • 30 cl de vin rouge • 160 g de sucre • 2 g d'agar agar.

- Versez le vin, le sucre et l'agar agar dans une casserole. Faites chauffer doucement jusqu'à dissolution du sucre. Portez à ébullition et laissez cuire 2 min. Versez dans un plat à gratin et laissez refroidir au réfrigérateur pendant 1h 30.
- Découpez 6 fines lamelles de gelée de vin rouge et 12 tranches de cheddar. Taillez de petits cubes de pâte de coing.
- Dressez les crackers en les recouvrant, au choix, d'une tranche de gelée ou de pâte de coing. Terminez par une tranche de cheddar ■

TARTE À LA CITROUILLE, FAÇON CRÈME BRÛLÉE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 1 H REPOS 3 H

POUR LA PÂTE • 125 g de sucre semoule • 1 c. à soupe de cacao amer • 250 g de farine tamisée • 125 g de beurre à température ambiante • 1 œuf. **POUR LA GARNITURE** • 800 g de citrouille • 2 œufs + 2 jaunes • 15 cl de crème fraîche liquide • 5 cl de bourbon • 4 c. à soupe de sirop d'érable • 3 c. à soupe cassonade.

LA PÂTE ● Tamisez la farine sur un plan de travail propre et lisse. Coupez le beurre en petits morceaux et travaillez-le du bout des doigts avec la farine, jusqu'à ce que la préparation soit sableuse. Creusez un puits dans ce sablage, cassez l'œuf, ajoutez le sucre et le cacao. Mélangez du bout des doigts les ingrédients sans trop les malaxer. Faites une boule avec la pâte, aplatissez-la et filmez-la. Placez 2 h au réfrigérateur.

LA GARNITURE ● Épluchez et épépinez la citrouille. Coupez-la en cubes et faites-les cuire 20 min à la vapeur. Mixez-les ensuite. Ajoutez la crème, les œufs entiers et les jaunes, le bourbon et le sirop d'érable. Mixez. Le mélange doit être homogène et liquide.

● Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte et piquez-la avec une fourchette. Garnissez-en un moule à tarte beurré. Versez-y la préparation et enfournez pour 35 à 40 min.

● Sortez la tarte du four, laissez-la refroidir. Placez-la au frais au moins 1 h. Au moment de servir, saupoudrez la tarte de cassonade et faites-la caraméliser avec un chalumeau. Servez aussitôt ■

SAUTÉ DE DINDE À LA SAUGE

POUR 6 PERSONNES

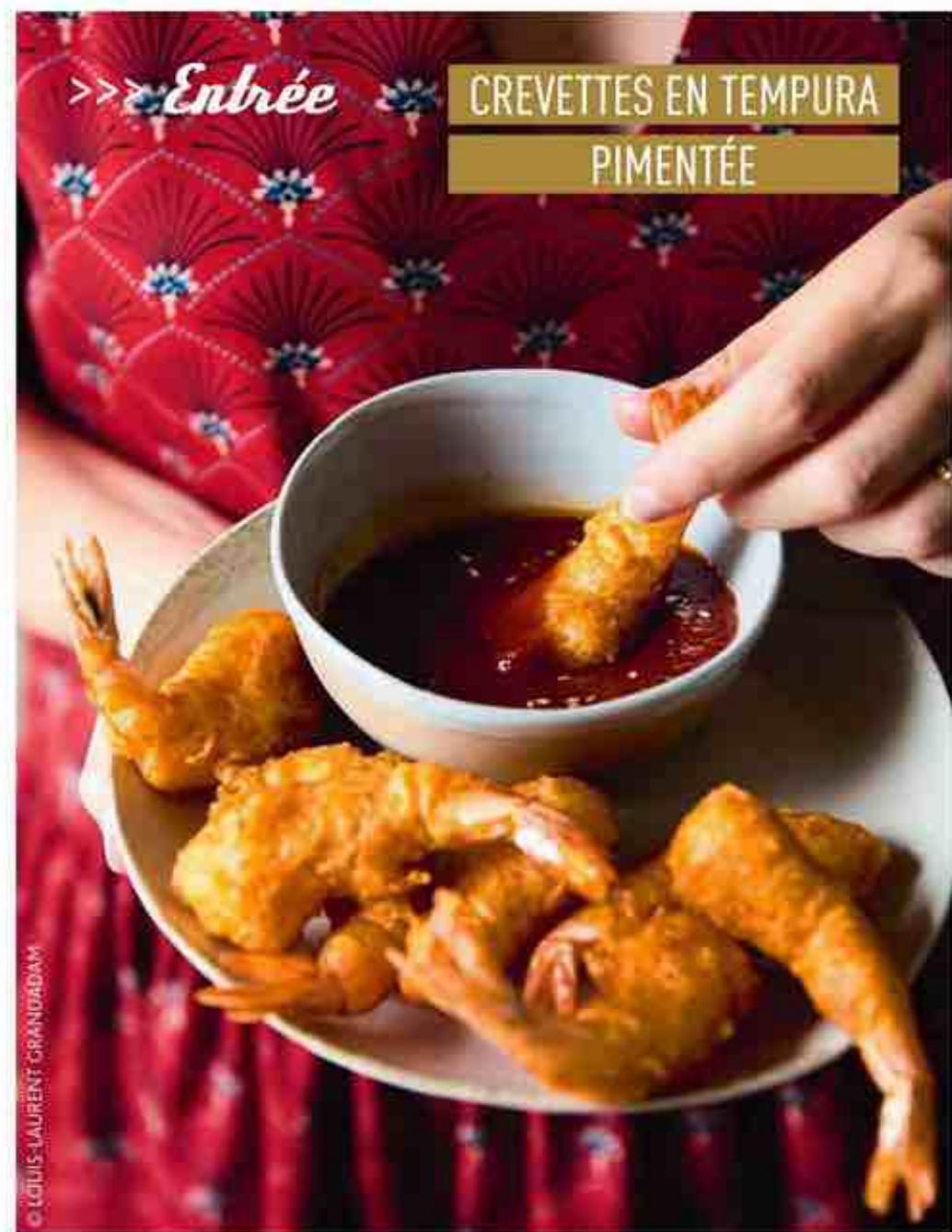
PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 30 MIN

900 g de filets de dinde • 100 g de lardons fumés • 3 oignons • 3 gousses d'ail • Une vingtaine de feuilles de sauge fraîche 50 g de pignons de pin • 2 pommes golden • Une douzaine de pruneaux dénoyautés • 30 cl de coulis de tomates • 20 cl de bouillon de volaille • 30 g de beurre • 2 c. à soupe d'huile d'olive • 1 c. à café de quatre-épices • Sel, poivre.

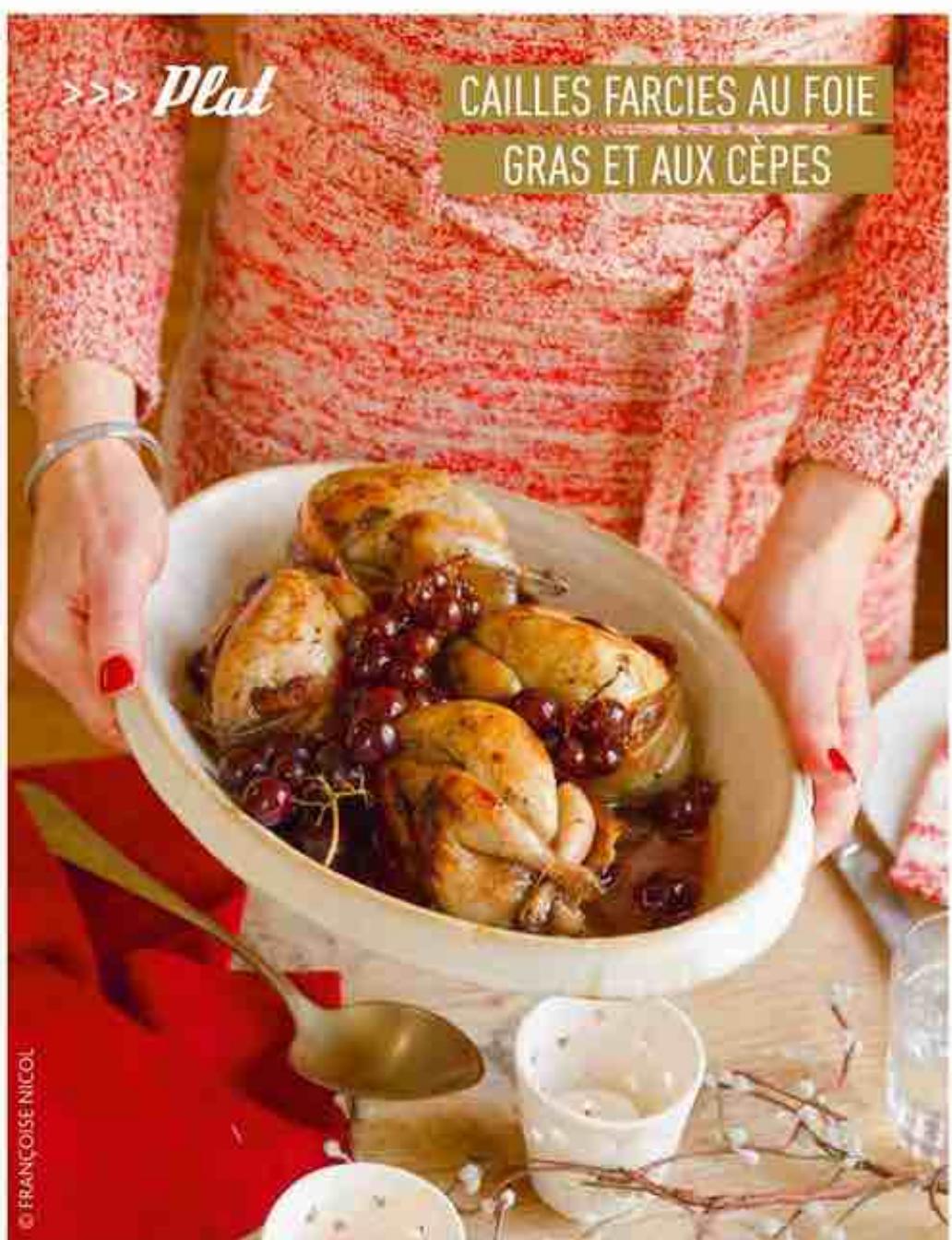
- Coupez la dinde en gros cubes. Pelez et hachez les gousses d'ail et les oignons.
- Rincez et ciselez la moitié des feuilles de sauge.
- Pelez les pommes et coupez-les en dés.
- Dans une sauteuse, faites chauffer le beurre et l'huile, ajoutez les cubes de dinde, faites-les saisir de tous les côtés.
- Ajoutez les lardons fumés, l'ail, l'oignon et le mélange quatre-épices. Laissez torréfier quelques minutes. Ajoutez le coulis de tomates et le bouillon. Mélangez et ajoutez les dés de pommes et les pruneaux.
- Laissez mijoter à feu doux pendant 15 min. En fin de cuisson, ajoutez les pignons et servez, accompagné de marrons, entiers ou en purée, et de frites de patates douces ■



Menu Cailler farcies



Menu Cailler farcies



Menu Cailler farcies



Menu Cailler farcies

CREVETTES EN TEMPURA PIMENTÉE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 45 MIN CUISSON 2 À 3 MIN PAR SÉRIE

12 crevettes crues (fraîches ou décongelées) • 1 petit œuf
 • 100 g de farine à tempura • 2 c. à soupe de paprika doux • 2 c. à soupe de piment d'Espelette • 1 c. à café de poivre du moulin
 • 15 cl d'eau pétillante • 2 à 3 litres d'huile de friture (pépins de raisin, par exemple) • Fleur de sel. **POUR LA SAUCE** • 100 g de bon coulis de tomate (pas trop liquide) • 1 c. à soupe de sauce de soja • 1 c. à café d'huile de sésame • Graines de sésame.

- Placez l'eau pétillante au congélateur quelques minutes afin qu'elle soit bien glacée. Décortiquez les crevettes en laissant la queue. Faites deux incisions sur leur ventre afin d'éviter qu'elles ne se recroquevillent pendant la cuisson.

LA SAUCE • Mélangez le coulis avec la sauce de soja et l'huile de sésame. Ajoutez quelques graines de sésame.

- Dans une sauteuse, faites chauffer une grande quantité d'huile pour friture. Pendant ce temps, préparez une grille placée au-dessus d'un plat. Cassez l'œuf dans un grand bol et battez-le avec deux pincées de sel. Ajouter 15 cl d'eau pétillante bien glacée. Saupoudrez avec la farine à tempura, les épices et mélangez vivement.

- Quand l'huile est chaude, prenez chaque crevette par la queue, trempez-la généreusement dans la pâte, puis plongez-la dans le bain de friture pour une cuisson de 2 à 3 min. Ôtez-la à l'aide d'une écumoire et déposez-la sur la grille pour l'égoutter. Vous pouvez cuire les crevettes par série de 3 ou 4, en les retournant plusieurs fois pendant la cuisson ■

ROSACES DE GRAVLAX

POUR 6 À 8 PERSONNES

PRÉPARATION 55 MIN REPOS 24 À 36 H

1 filet de saumon de 400 g environ • 1 citron jaune non traité
 • 1 orange non traitée • 3 à 4 cm de gingembre frais • 1 c. à soupe de graines de poivre 5 baies • 1 c. à soupe de graines de fenouil
 • 1 c. à soupe de graines de cumin • 300 g de sucre semoule
 • 300 g de betterave rouge cuite • 300 g de gros sel • ½ grenade.

L'avant-veille • Râpez les zestes du citron et de l'orange. Réservez les agrumes. Pelez et râpez la moitié gingembre. Concassez les graines de poivre, puis mixez les graines de fenouil et de cumin. Mélangez ces épices avec le sel, le sucre, les zestes et le gingembre. Dans un plat à bords hauts, placez une partie du mélange, puis posez le saumon au centre avant de le recouvrir du reste. Filmez votre plat et réservez au frais entre 12 h et 24 h.

La veille • Épluchez et émincez le reste de gingembre. Pelez les betteraves, coupez-les en petits cubes et mixez-les avec le gingembre et un filet d'eau chaude. Filtrez cette préparation à travers une passoire fine pour en récupérer le jus. Pressez ½ citron et ½ orange et mélangez le jus à celui de la betterave.

- Rincez soigneusement le filet de saumon à l'eau clair. Épongez-le et replacez-le dans le plat, puis versez le jus de betterave et d'agrumes. Filmez et laissez mariner au frais 12 h.
- Le jour même** • Rincez de nouveau le saumon et épongez-le. Taillez des lamelles dans le filet. Enroulez-les elles-mêmes, puis tenez-les avec un pique. Réservez au frais. Récupérez les grains de la grenade. Présentez les corolles de saumon avec quelques grains de grenade et donnez un tour de moulin à poivre ■

TARTE AU PAVOT

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 35 MIN REPOS 1 H

POUR LA PÂTE • 300 g de farine • 150 g de beurre mou • 150 g de sucre semoule • 1 sachet de sucre vanillé • 1 œuf • 1 pincée de sel. **POUR LA GARNITURE** • 200 g de graines de pavot • ½ pot de confiture d'abricot (150 g environ) • 50 g de raisins secs • 50 g de chapelure • 40 cl de lait • Sucre glace pour la présentation.

- Dans une terrine, mélangez le beurre mou, les sucres et l'œuf, ajoutez la farine et le sel. Pétrissez rapidement, faites une boule. Filmez-la et laissez-la reposer pendant 1 h au frais.
- Préchauffez le four à 180 °C. Faites tremper les raisins secs dans de l'eau chaude. Versez le lait dans une casserole, ajoutez les graines de pavot et les raisins secs égouttés. Portez à ébullition. Laissez réduire jusqu'à absorption du liquide. Hors du feu, ajoutez la chapelure et la confiture d'abricots.
- Beurrez un moule à tarte de 24 cm de diamètre. Étalez ⅔ de la pâte et garnissez-en le moule. Déposez la farce aux graines de pavot.
- Étalez la pâte restante et formez des étoiles à l'aide d'un emporte-pièce. Vous pouvez aussi découper des bandes de pâte et former des croisillons. Déposez-les sur la tarte et enfournez pour 30 min environ. Laissez refroidir et saupoudrez de sucre glace ■

CAILLES FARCIAS AU FOIE GRAS ET AUX CÈPES

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 40 À 45 MIN

4 cailles • 4 tranches de poitrine fumée • 80 g de foie gras cru • 1 tranche de pain de mie • 150 g de cèpes • 4 branches de persil • 1 belle grappe de raisins • 5 cl de cognac • 60 g de beurre • Sel et poivre.

- Lavez, séchez et coupez grossièrement les cèpes. Dans une poêle, faites-les revenir dans 15 g de beurre à feu moyen. Puis, mélangez les cèpes refroidis avec le foie gras coupé en dés, le persil haché et la mie de pain.
- Assaisonnez et farcissez l'intérieur des cailles. Entourez-les d'une tranche de poitrine fumée, puis ficeliez-les. Dans une cocotte, faites dorer les cailles sur toutes les faces avec le reste du beurre. Arrosez de cognac, baissez le feu et couvrez.
- Après 20 min de cuisson, ajoutez les grains de raisins, assaisonnez, et poursuivez la cuisson une quinzaine de minutes à feu doux ■

>>> Entrée

SAUMON MARINÉ
À LA BETTERAVE
FAÇON GRAVLAX



Menu Jambon laqué

>>> Plat

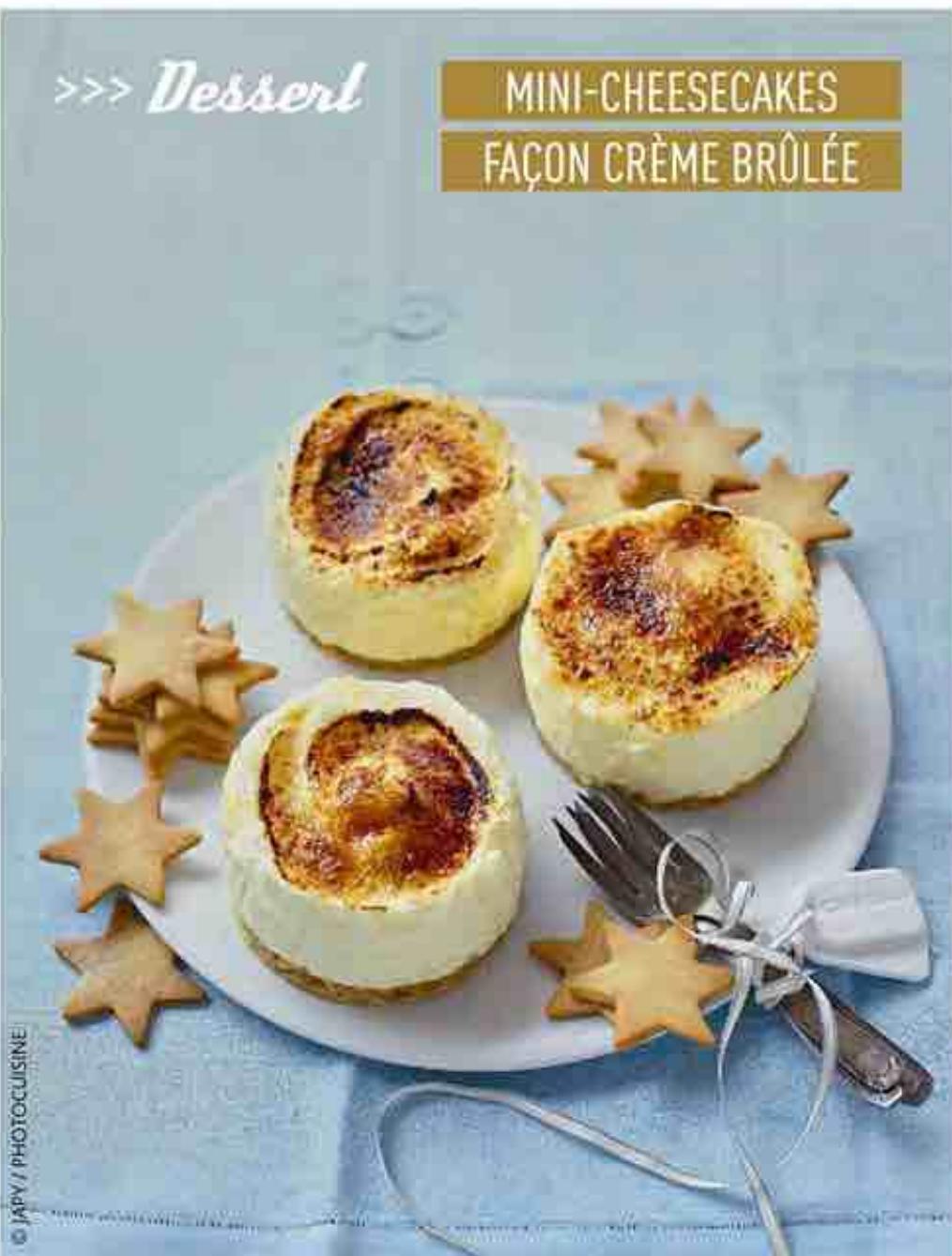
JAMBON LAQUÉ RÔTI
AUX CLOUS DE GIROFLE



Menu Jambon laqué

>>> Dessert

MINI-CHEESECAKES
FAÇON CRÈME BRÛLÉE



Menu Jambon laqué

>>> Dessert

TARTE TATIN À L'ANANAS



Menu Jambon laqué

JAMBON LAQUÉ RÔTI AUX CLOUS DE GIROFLE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 1H 45 REPOS 30 MIN

1 jambon à l'os de 5 kg, gras et sans couenne • 1 poignée de clous de girofle • 2 c. à soupe de moutarde forte • 3 c. à soupe de sucre brun • 4 c. à soupe de beurre mou • 2 c. à soupe d'aquavit.

- Préchauffez le four à 175 °C. Mettez le jambon sur une plaque de cuisson recouverte de papier d'aluminium. Emballez-le avec du papier sulfurisé puis avec du papier d'aluminium. Enfournez-le pour 45 min.
- Pendant ce temps, mettez la moutarde, le sucre brun, le beurre et l'aquavit dans une casserole. Faites chauffer à feu doux en remuant pendant environ 3 min. Retirez du feu et laissez refroidir le mélange qui doit avoir la consistance d'un miel liquide.
- Sortez le jambon du four. Ôtez le papier d'aluminium et le papier sulfurisé. Incisez le gras du jambon en croisillons de manière à former des losanges de 3 cm de côté environ. Piquez un clou de girofle au centre de chaque losange.
- Préchauffez le four à 220 °C. Badigeonnez au pinceau toute la surface du jambon du mélange à l'aquavit.
- Enfournez le jambon pour 15 min. Badigeonnez-le de nouveau du mélange à l'aquavit. Poursuivez la cuisson 15 min. Alternez ainsi badigeonnage et cuisson de 15 min, jusqu'à atteindre un temps total de cuisson d'1 h. La peau du jambon doit être dorée et croustillante.
- Laissez reposer 30 min dans le four éteint, porte ouverte, avant de servir ■

SAUMON MARINÉ À LA BETTERAVE

FAÇON GRAVLAX

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 40 MIN REPOS 24 H SANS CUISSON

850 g de filet de saumon avec la peau • 500 g de betterave crue • 100 g de sel fin • 100 g de sucre en poudre • 1 citron jaune bio • 1 c. à soupe de poivre 5 baies du moulin • 1 poignée de graines germées • 150 g de crème fraîche épaisse • 3 cl d'huile d'olive 1 bouquet d'herbes fraîches (cerfeuil ou aneth) • Sel et poivre.

- **La veille**, mettez la moitié des herbes ciselées dans un saladier. Ajoutez le zeste du citron et son jus, le sel, le sucre et le poivre. Ajoutez les betteraves crues coupées finement.
- Étalez la moitié de la préparation sur du film étirable, posez le saumon dessus, puis recouvrez-le du reste de la préparation. Rabattez le film, puis emballez le saumon dans un autre film, en vous assurant qu'il est bien étanche. Réservez-le pendant 24 h au réfrigérateur.
- **Le lendemain**, déballez le saumon, rincez-le et épongez-le. Tranchez-le finement. Parsemez de graines germées. Faites une sauce avec la crème, l'huile d'olive, le reste des herbes ciselées, un peu de sel et de poivre. Servez le saumon mariné à la betterave avec la sauce ■

TARTE TATIN À L'ANANAS

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 1H 25 REPOS 2 H

1 ananas • 50 g de beurre • 140 g de sucre semoule • 50 g de cassonade • 1 gousse de vanille • 2 c. à soupe de rhum ambré • Vinaigre. **POUR LA PÂTE** • 190 g de farine • 90 g de beurre • Sel.

- Pour la pâte, mettez dans un robot muni d'un pétrin la farine, le beurre en dés et 1 pincée de sel. Actionnez puis versez 5 cl d'eau. La pâte doit former une boule. Filmez-la et placez-la au réfrigérateur au moins 1 h.
- Préparez le caramel. Mettez le sucre, 4,5 cl d'eau et le vinaigre dans une casserole sur feu vif et remuez en la faisant tourner sur elle-même. Lorsque le sirop prend une couleur ambrée, hors du feu, ajoutez en remuant le rhum et les graines de la vanille. Versez le caramel dans le fond d'un moule à tarte profond. Répandez-le bien et disposez la gousse de vanille au centre.
- Préchauffez le four à 180 °C. Pelez et coupez l'ananas en rondelles, évidez le centre. Disposez les rondelles dans le moule caramélisé. Parsemez-les de parcelles de beurre et saupoudrez de cassonade. Enfournez pour 45 min. Sortez du four et laissez refroidir.
- Étalez la pâte légèrement plus grande que le diamètre du moule. Disposez-la sur l'ananas refroidi. Rentrez la pâte à l'intérieur du moule et piquez-la à l'aide d'une fourchette. Enfournez pour 35 min.
- À la sortie du four, patientez 15 min puis renversez la tarte sur un plat de service. Dégustez légèrement tiède ■

MINI-CHEESECAKES FAÇON CRÈME BRÛLÉE

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 2 MIN REPOS 1 NUIT

200 g de fromage frais (type St Morêt) • 2 œufs • 10 cl de crème liquide entière • 100 g de sucre semoule • 5 cl d'amaretto • 4 feuilles de gélatine (soit 8 g) • 6 c. à soupe rase de cassonade • 200 g de biscuits (type Petit Beurre) • 115 g de beurre.

- **La veille** Réhydratez les feuilles de gélatine 10 min dans l'eau froide. Réduisez en poudre les biscuits. Faites fondre le beurre et mélangez-le avec les biscuits. Tassez cette pâte dans le fond de 6 cercles à dresser de 8 cm de diamètre, disposés sur une plaque chemisée de papier cuisson. Entreposez au frais.
- Faites chauffer la crème et l'amaretto. Essorez la gélatine puis fouettez-la dans le mélange chaud. Au batteur, mélangez le fromage frais avec le sucre. Ajoutez le mélange à la crème tout en fouettant. Séparez les blancs des jaunes puis incorporez ces derniers. Montez les blancs en neige ferme et incorporez-les délicatement au fouet. Versez l'appareil sur les fonds de biscuits. Entreposez au frais toute une nuit.
- **Le lendemain**, démoulez les cheesecakes. Saupoudrez-les de cassonade et passez la flamme d'un chalumeau sur le dessus pour les faire caraméliser ■



TÊTE DE MOINE AOP

FROMAGE DE BELLE LAY

LA FINE FLEUR DU JURA SUISSE

Au lait cru de montagne.
Onctueuse et aromatique.
Ses savoureuses Rosettes
sublimeront vos créations,
en plateau, en cuisine
ou à l'apéritif.



Suisse. Naturellement.



Les Fromages de Suisse. +
www.fromagesdesuisse.fr

www.fromagesdesuisse.fr

POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR
www.mangerbouger.fr



Le roi des calissons fête son premier siècle

Une couverture craquante, une pâte d'amande onctueuse, des notes de melon pour la Provence et d'agrumes pour la fraîcheur... Ce délice indémodable aurait donc un âge ? Reportage en Provence chez le Roy René.

TEXTE HÉLÈNE PIOT PHOTOS DELPHINE CONSTANTINI

Selon la légende, il serait né en 1454. Lors du mariage du roi René et de Jeanne de Laval à Aix-en-Provence, il aurait donné le sourire à la promise qui se serait enquis : quel nom portent ces douceurs ? « *Ce sont des câlins, di calin soun !* », lui aurait-on répondu en provençal. Des calissons... Vrai ? Faux ? Ce qui est certain, c'est que le confiseur Ernest Guillet choisit de perpétuer la légende lorsqu'il baptisa son entreprise Nougaterie du Roy René en 1920. Un siècle plus tard, la marque est devenue la

plus connue de calissons d'Aix. Elle représente 60 % de la production totale ! Mais 2020 est une année un peu trop chaotique pour célébrer cet anniversaire... Qu'importe : si la grande fiesta prévue avec tous les salariés de l'entreprise devra attendre 2021, hors de question pour Laure Pierrisnard, la dynamique directrice générale, de ne pas marquer la date d'une pierre blanche. Livre commémoratif, éditions spéciales, innovations (*lire encadré* p. 97)... Covid ou pas, 100 ans, ça se fête !

CHAMPS D'AMANDIERS

Depuis son rachat par Olivier Baussan en 2014, le Roy René s'est offert une nouvelle jeunesse. Une continuité logique pour le fondateur d'Oliviers & Co et de L'Occitane, militant farouche des trésors provençaux. L'entreprise, leader du secteur, fabrique 500 tonnes de calissons par an. Soit 50 millions de douceurs, conçues, entre autres, avec 200 tonnes de melons confits et autant



d'amandes, sortent ainsi chaque année de ce bloc ultramoderne de briques et de verre posé en bord de départementale. Sur la façade, l'enseigne au caractère médiéval est reconnaissable entre mille : elle a bercé l'enfance de tous les gourmands de France depuis cinq générations. On imagine le tourbillon des chiffres, l'échelle industrielle, l'avalanche de matières premières. Erreur... la ruche est plutôt zen. Et plus zen encore, les champs d'amandiers où Édouard Ginoux, l'un des fournisseurs du Roy René, examine un à un ses arbres en cet après-midi ensoleillé de septembre. Avec Alexis Bertucat, chargé du développement durable de l'entreprise, l'agriculteur analyse les amandes de variété lauranne qui s'accumulent dans la benne.

CIRCUIT ULTRA-COURT

C'est là que tout commence, chez ce grand jeune homme roux et concentré, dans son champ au bord de la Durance. « Vous voyez comme les fruits sont petits et comme leur coque est dure, comparés aux grosses amandes américaines ? Là-bas, l'irrigation est autorisée. Résultat, elles sont plus molles, gorgées d'eau... et de pesticides, commente Édouard. À l'inverse, les amandes de Provence-Méditerranée ont un taux de graisse bien plus élevé, donc bien plus de parfum. » Une donnée essentielle quand on sait que l'amande constitue le tiers d'un calisson ! Pour souligner le message, Alexis Bertucat s'est



fait jardinier. En 2016, tout autour de l'entreprise, il a supervisé la plantation de trois hectares d'amandiers. Impossible désormais, pour les 76 salariés du Roy René comme pour les 50 000 visiteurs qui viennent chaque année découvrir le musée et la boutique, d'oublier ce qui fait le cœur de leur gourmandise favorite. « Le but est de produire 2 tonnes d'amandes directement autour des bâtiments, commente Alexis. On ne peut pas faire circuit plus court ! » La défense de la filière est au cœur de l'entreprise, qui travaille exclusivement avec des amandes de Méditerranée. Membre du syndicat des producteurs d'amandes de Provence créé en 2016, qui multiplie les plantations, elle a déjà pu tripler ses achats d'amandes locales depuis deux ans !

EN CRÈME, EN GLACE OU EN NOUGAT

Reste à transformer ces valeureux efforts en nouveaux projets. Au département Recherche et Développement, c'est le métier de Christian Di Falco. Toutes les deux semaines, Monsieur Trouvaille réunit un panel de dégustateurs qui travaillent dans les différents services de l'entreprise, pour leur faire tester quelques-unes des idées folles qu'il a imaginées. C'est ainsi qu'est née la gamme « Calissons d'exception ». Cerises du Luberon et roses de Provence, gingembre et miel toutes fleurs de Provence, menthe-citron vert en clin d'œil au mojito... Douze recettes ont déjà été créées. « Certaines sont au point en trois semaines, d'autres demandent un an », constate-t-il. Quand le bonbon-calisson n'est pas au centre de ses recherches, il conçoit des crèmes de calissons, des glaces-calissons, des nougats-calissons... Une obsession sans cesse renouvelée. Et le meilleur moyen d'agrandir un peu plus le royaume du Roy René.



Le calisson d'Aix, et seulement d'Aix

Nul ne sait si Laure Pierrinard, la directrice générale du Roy René, carbure à la pâte d'amande ou au melon confit, mais elle déborde d'énergie. En plus de son entreprise, elle pilote le projet d'obtention d'une Indication d'origine protégée (IOP) pour le calisson d'Aix. Le cahier des charges, élaboré avec 11 autres fabricants, et en partenariat avec le Crédit Agricole de Provence, stipule que le calisson doit obligatoirement être fabriqué sur le territoire du pays d'Aix, contenir au moins 12 % de melon confit, uniquement des amandes méditerranéennes et répondre à un procédé de fabrication très précis. Paradoxalement, c'est une contrefaçon chinoise, déboutée par procès à l'automne 2017, qui a donné un coup d'accélérateur au dossier. Il était temps : il trainait depuis 1991.



MELONS, AGRUMES ET AUTRES DOUCEURS

C'est l'entreprise Aptunion qui réalise le confisage des fruits utilisés pour les calissons du Roy René. Des millions de melons charentais, mais aussi beaucoup d'oranges et de citrons, qui entrent tous dans la recette de base. À quoi il faut ajouter toutes les variétés des calissons d'exception: cerises du Luberon, figues de Solliès ou mandarines de Sicile... Quand les melons arrivent chez Aptunion, ils sont rincés à l'eau pendant toute une nuit, puis bouillis pendant 2 à 10 h, en fonction de leur maturité. Rien n'est vraiment industrialisé: on arrête quand Laurent Gardon, le responsable, juge en les perçant d'une pique qu'ils ont la bonne texture. Le confisage peut enfin commencer. Dix jours à les gorger de sucre, très lentement, pour préserver leur texture jusqu'à ce qu'on estime, toujours manuellement, avoir atteint le degré voulu. Prochaine étape: la manufacture du Roy René.



Les étapes du savoir-faire

La photo ci-dessous représente un calisson. Si, si ! En kit, mais un calisson tout de même. À part la feuille de papier azyme et le glaçage royal, tout y est. Un tiers d'amandes concassées puis échaudées à la vapeur pour les humidifier et liquéfier leur gras, un tiers de fruits confits (95 % de melon pour 5 % d'agrumes), un tiers de sirop de glucose-fructose. Mélangez le tout, chauffez entre 125 et 143 °C pendant 10 à 30 minutes en fonction de l'humidité des ingrédients, brayez: c'est prêt. Il ne reste plus qu'à détailler la pâte obtenue en larges bandes de 7 cm d'épaisseur et à la couler dans des moules garnis d'une feuille de papier azyme. Les calissonnières se chargeront d'étaler la glace royale (blanc d'œuf et sucre) et de s'assurer pour chaque pièce que celle-ci n'a pas débordé sur les côtés. Quand on vous dit que chaque calisson est unique...

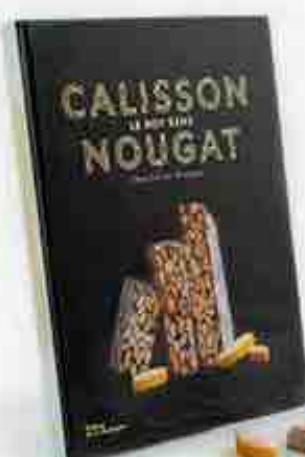
Bon anniversaire !

On n'a pas tous les jours 100 ans... Pour fêter l'événement comme il se doit, l'entreprise s'est dotée de beaux cadeaux.

• Un livre-rétrospective

Les magnifiques photos de Marie-Pierre Morel, les textes enlevés de Sophie Brissaud, les recettes décoiffantes de cinq chefs amoureux du Sud... Attention, la lecture de cet ouvrage donne une furieuse envie de confiseries.

Calisson Nougat Le Roy René - Recettes de Provence, éditions La Martinière, 160 p., 25 €



• Des éditions spéciales

Un design rétro à l'extérieur, des calissons contenant 50 % d'amande au lieu de 30 % habituellement à l'intérieur: tout a été revu à la hausse.



L'index

MENUS CLASSIQUES

- Foie gras aux abricots moelleux et pistaches, mini-betteraves confites 10
- Foie gras au sésame, chutney de patates douces 12
- Foie gras au vin chaud, poêlée de légumes d'hiver 14
- Foie gras de michel guérard 16
- Terrine de foie gras aux noisettes, fruits poêlés 18
- Huîtres en sabayon de champagne 14
- Cocotte de volaille lutée aux girolles 10
- Queues de langouste au beurre d'agrumes rôties au four 12
- Pouarde au vin jaune et morilles 12
- Dinde farcie aux marrons 14
- Magret de canard à l'orange 16
- Canette à l'orange 18
- Bûche choco-coco 10
- Nougat glacé aux fruits secs 12
- Bûche tiramisu aux spéculoos 14
- Tarte de noël aux deux chocolats 16
- Bûche roulée coco-framboise 16
- Tiramisu aux poires et noix de pécan 18
- Biscuits sablés cannelle 18

MENUS ÉLÉGANTS

- Œufs brouillés à la truffe noire 30
- Verrine de patate douce aux noix de saint-jacques 32
- Petit tartare de saint-jacques, citron vert, clémentine et caviar 32
- Pop cubes de noël 34
- Crème de courge et foie gras poêlé au mélange d'épices 34
- Ravioles de céleri-rave à la noisette 34
- Aumônières de saint-jacques au gingembre 36
- Caviar de chou-fleur aux œufs de poisson 38
- Bœuf Wellington 30
- Bar en croûte de sel 32
- Koulibiac 34
- Filet de cerf et purée de panais 36
- Ballottines de volaille 38
- Lingot forêt noire 30
- Bûche vanille, marrons et mikado 32
- Tiramisu au chocolat et au brownie 34
- Pandoro des neiges 36
- Couronne glacée « mont-blanc » 38
- Tiramisu grenade & champagne 38

MENUS TERROIR

- Foie gras au sauternes et aux épices 50
- Soupe de potimarron en coque, chips de légumes 52
- Coquilles saint-jacques au beurre de cèpes 52
- Rösti à la truite fumée et fromage frais 54
- Foie gras de canard fumé à l'ananas 56
- Soupe de châtaignes aux graines de sésame noir 56

- Chapon en cocotte lutée, farci au foie gras et truffé 50
- Magrets de canard aux pommes, clémentines et patates douces 52
- Rôti de filet mignon farci aux cèpes, poêlée de raisins et châtaignes 54
- Coffre d'agneau aux herbes 56
- Bûche crémeuse au citron 50
- Pain d'épices fondant à l'orange 52
- Forêt blanche aux marrons glacés 54
- Truffes au chocolat 54
- Gâteau de pommes au sirop d'érable 56

MENUS VERTS

- Velouté de châtaignes et pommes granny 68
- Crème de chou-fleur à la ciboulette et au poivre 70
- Carpaccio de noix de saint-jacques 70
- Crèmes de haricots blancs à la truffe 72
- Ravioles au chèvre et sa sauce au cresson et noix 72
- Crème de châtaignes au foie gras 74
- Carottes et yaourt à la fleur d'oranger 76
- Gnocchis aux morilles 68
- Risotto d'épeautre à la betterave 70
- Roulés de sole au poivre, purée de céleri à l'huile de truffe 72
- Rôti de lotte farci aux herbes fraîches, salade d'endives-clémentines 74
- Rôti de cabillaud à la poitrine fumée et courge au miel 76
- Bûche aux fruits exotiques et coco 68
- Entremets ananas-coco 70
- Verrines crousti-fondantes de mangue, meringue et chantilly au cacao 72
- Blanc-manger coco 74
- Bûche citron-coco-framboise 74
- Mousses glacées coco-litchi 76
- Mini-bûches glacées rhum-raisins 76

MENUS AILLEURS

- Huîtres chaudes croustillantes aux herbes 84
- Crackers de cheddar à la gelée de vin rouge 88
- Rosaces de gravlax 90
- Crevettes en tempura pimentée 90
- Saumon mariné à la betterave façon gravlax 92
- Rôti de magrets de canard aux fruits secs 84
- Boudin blanc truffé et pommes au caramel au beurre salé 88
- Sauté de dinde à la sauge 88
- Cailles farcies au foie gras et aux cèpes 90
- Jambon laqué rôti aux clous de girofle 92
- Cheesecake de noël 86
- Tarte à la citrouille, façon crème brûlée 88
- Tarte au pavot 90
- Mini-cheesecakes façon crème brûlée 92
- Tarte tatin à l'ananas 92

Régal



Hors-série n° 20
novembre décembre 2020

Une publication du groupe

Président Bertrand Corbeau

Directrice générale, directrice de la publication

Nicole Derrien

Assistante Marine Lalire

RÉDACTION

Directrice de la rédaction Eve-Marie Zizza-Lalu

Directeur artistique Christophe Savelli

Chef de rubrique Hélène Piot

Rédactrice - styliste Pauline Guillet

Secrétaire de rédaction Marion Bonnet

Social media editor Suzanne Méthé

A collaboré à ce numéro L'agence Amarante

SERVICE RELATIONS CLIENTS

Tél. 09 69 32 34 40 (appel non surtaxé),
de 8 h 30 à 17 h 30, du lundi au vendredi

Par e-mail service.clients@uni-medias.com

Par courrier Uni-médias - BP 40211

41103 Vendôme Cedex

Pour vous abonner www.boutique.regal.fr

RÉGIE PUBLICITAIRE

Anne-Cécile Aucomte

La Compagnie Media

Christian Tribot - ctribot@lacompagniemedia.fr

Marine Weiss - marine@comccom.fr

DÉVELOPPEMENT

Jean-Michel Maillet

Directeur commercial réseau Jean-Luc Samani

AUDIOVISUEL - COMMUNICATION Farid Adou

VENTE AU NUMÉRO Xavier Costes

NUMÉRIQUE MARKETING Perrine Albrieux

Développement technique Mustapha Omar

Insight data Alain Langille

MARKETING CLIENT Carole Perraut

Responsable relation clients Delphine Lerchereuil

RESSOURCES HUMAINES Christelle Yung

FINANCES Nadine Chachuat

Comptabilité Nacer Ait Mokhtar

ADMINISTRATION, ACHATS Jean-Luc Bourgeas

Directrice de fabrication Emmanuelle Duchateau

Supply chain Patricia Morvan

Informatique et moyens généraux

Nicolas Pigeaud, Damien Thizy

ÉDITEUR UNI-MÉDIAS SAS

Directrice de la publication Nicole Derrien

Siège social 22, rue Letellier, 75739 Paris Cedex 15

Tél. : 01 43 23 45 72

Actionnaire Crédit Agricole SA

Photogravure couverture Key Graphic

Imprimeur Agir Graphic

BP 52 207, 53022 Laval Cedex 9, www.agirgraphic.fr

Origine du papier : France

Taux de fibres recyclées : 0,00 %

Certification : 100 % PEFC

Impact sur l'eau : 0,02 kg/tonne

N° ISSN 1961-621X

N° commission paritaire 1123 K 85734

Dépot légal octobre 2020

Distribution France messagerie





CULTIVEZ VOS AROMATES FRAIS
TOUTE L'ANNÉE SANS EFFORT !

FABRIQUÉ EN FRANCE



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 LINGOT®
OFFERTS***

avec le code :
LINGOTRHS20

 Véritable®

*Offre valable du 15/11/2020 au 31/12/2020 pour toute commande d'un potager Véritable® ou Exky® sur www.veritable-potager.fr en saisissant le code LINGOTRHS20. Limité à une offre par client. Non fractionnable, non échangeable, non remboursable.