

Menus
spécial
réveillon



Délice de mille-feuilles
aux agrumes



LA TRADITION A DU BON

Succulente dinde
aux marrons et
pommes grenaille



Langoustines
et fine de ratte
du Touquet

RECETTES ORIGINALES



Brochettes
de crevettes
aux saveurs
exotiques

LA FAMEUSE BÛCHE AU CHOCOLAT



Un régal de bûche
au chocolat intense,
faites votre choix

CHAMPAGNES & VINS : UN CHOIX ROYAL

L 18886 - 27 - F : 3,90 € - RD



Abonnez-vous sur www.lafontpresse.fr

Le plaisir réinventé

Poêlé, en mille-feuille ou simplement tranché, le produit star de la table de Noël n'en finit pas d'attiser l'imagination des grands chefs. Cette année, place aux associations surprenantes.

Ce pilier de la gastronomie a réussi le prodigieux exploit d'évoluer avec son temps pour devenir un symbole de la cuisine française à travers le monde. C'est surtout un incontournable des menus de fête, un mets à la fois simple et rare, fondant et raffiné. Sur la table, le foie gras est devenu le synonyme des moments d'exception. Cela tombe bien, le produit du Sud-Ouest s'intègre aussi bien dans les plats simples, accompagné de toasts ou délicatement posé sur une salade gourmande, que dans la composition de

recettes plus élaborées pour des créations originales et toujours appréciées. À vos fourneaux !

CANARD OU OIE

Les 2 sont appréciés et leur différence porte essentiellement sur la taille et sur le goût. Le foie gras d'oie est 2 fois plus gros et celui de canard a une saveur un peu plus forte.

En entrée ou intégré au plat principal, le produit se fait une place d'honneur dans les assiettes. Deux façons de le mettre en scène : jouer sur son authenticité en le servant sous forme de terrine ou opter pour sa version à poêler. Chauds ou froids, vos mets seront savoureux et apporteront à votre repas de fête une touche aux accents du Sud-Ouest. Si vous choisissez la première option, il s'agit de jouer la carte de la présentation. En

Œufs cocottes au jambon cru et au foie gras

Pour 4 personnes – Préparation : 10 mn
Cuisson : 7 mn – Coût : ★★ – Difficulté : ★

4 tranches de foie gras de canard truffé
Ciboulette et cerfeuil
4 œufs
2 c. à soupe de crème

semi-épaisse
5 cl de Jurançon
2 tranches
de jambon cru
Poivre

- Prenez 4 ramequins et disposez 1/2 tranche de foie gras de canard truffé dans le fond. Cassez un œuf dans chacun et poivrez.
- Mélangez la crème et le Jurançon puis versez une cuillère du mélange dans chaque récipient.
- Assaisonnez à nouveau si nécessaire, puis cisaillez la ciboulette et le cerfeuil.
- Laissez cuire au bain-marie

durant 6 à 7 mn.
- Au moment de servir, disposez 1/2 tranche de foie gras sur le dessus puis répartissez le jambon cru coupé en pétales fins.

Recette proposée par les Compagnons du goût, www.compagnonsdugout.fr

Compagnons du goût



Astuce

Accompagnez les œufs cocottes de mouillettes de pain de campagne grillé beurrées ou tartinées de confit d'oignon.

Foie gras de canard en terrine

Pour 6 personnes – Préparation : 30 mn – Cuisson : 30 à 40 mn
Coût : ★★★ – Difficulté : ★

1 lobe de foie gras de canard de 600 g
1/2 c. à café de sel
3/4 de c. à café de poivre

1 pincée de noix de muscade râpée
3 c. à soupe de cognac
Piment d'Espelette

- 48 à 72h avant votre repas de fête, sortez le foie entier du réfrigérateur, 2h avant de le préparer.
- Dénervez soigneusement le foie à l'aide d'un couteau pointu.
- Dans une terrine, mélangez les épices : sel, poivre, muscade puis arrosez de cognac.
- Frottez les lobes de cet assaisonnement, couvrez et laissez mariner jusqu'au lendemain.
- Retirez le foie de la marinade, 1h avant de le cuire.
- Disposez le foie dans une terrine légèrement trop grande, en tassant bien.
- Placez la terrine dans un bain-marie (l'eau aura été chauffée au

préalable à 70°C). Couvrez et enfournez la terrine pendant 30 à 40 mn, à 125°C (Th.1-2).
- Laissez refroidir pendant 3h à température ambiante, puis placez un poids sur la terrine sur une petite planche pour faire remonter le gras. Conservez le tout au réfrigérateur.
- 15 mn avant de servir, sortez la terrine du réfrigérateur. Coupez des tranches avec un couteau trempé dans l'eau chaude.
Recette proposée par les Compagnons du goût, www.compagnonsdugout.fr

Astuce

Servez cette délicieuse terrine accompagnée d'un mesclun assaisonné de quelques gouttes d'huile de noix.

Foie gras de canard
en terrine



gelée, en mille-feuille ou en ver-rine, tout est question d'esthé-tique, de créativité et de convivialité, les cuisiniers en quête de simplicité sont conquis. Si vous préférez servir un foie gras poêlé, une cascade de



Cifog-Ph.Asset-Adocom

Mille-feuille de veau au foie gras au poivre

Pour 4 personnes – Préparation : 25 mn – Cuisson : 45 mn
Réfrigération : 1h – Coût : ★★ – Difficulté : ★★

6 escalopes de veau coupées très fines

100 g de foie gras cuit de canard

20 g de beurre

100 g de sucre glace

2 c. à café de poivre noir fraîchement moulu

1 c. à soupe d'huile

2 c. à soupe de fond de veau

Pour la sauce :

200 ml d'eau

2 c. à soupe de fond de veau

50 g de miel

50 ml de vinaigre de vin

3 c. à soupe de sauce Arôme Saveur

1 c. à café de coriandre

1 c. à café d'herbes de Provence

Poivre

– Préparez la sauce. Dans une casserole, faites chauffer le miel jusqu'à l'obtention d'un caramel de couleur rousse. Ajoutez

l'eau, le fond de veau, la coriandre, les herbes, la sauce saveur et le vinaigre. Mélangez.

– Laissez cuire 5 mn sur feu doux puis filtrez dans une passoire fine.

– Versez la sauce dans la casserole et refaites cuire sur feu doux pendant 25 mn.

– Laissez refroidir puis placez au réfrigérateur au moins 1h.

– Réalisez les pépites de poivre. Dans une poêle, faites fondre le sucre glace sur feu vif pour faire un caramel. Dès qu'il est de couleur rousse, ajoutez le

Astuce

Si vous n'avez pas de sauce Arôme Saveur sous la main, vous pouvez la remplacer par de la sauce soja.

beurre et le poivre. Mélangez.

– Versez le caramel sur la plaque de votre four recouverte de papier aluminium. Laissez ensuite refroidir. Gardez

quelques pépites de caramel et mixez-en les 2/3 pour le réduire en fine poudre.

– Découpez le foie gras en fines tranches. Réservez-les au réfrigérateur.

– Découpez chaque escalope en 2 morceaux de taille équivalente. Dans une assiette, mélangez la poudre de fond de veau et la poudre de poivre mixée.

– Recouvrez chaque escalope dans ce mélange. Dans une poêle contenant l'huile chaude, faites cuire sur chaque côté et à feu vif les escalopes panées.

– Dans une assiette, déposez une escalope, une tranche de foie gras, des pépites, renouvelez l'opération 2 fois et terminez par une escalope.

– Servez aussitôt nappé de sauce froide.



Magret de canards farcis au foie gras

Pour 4 personnes – Préparation : 30 mn
Cuisson : 25 mn – Coût : ★★ – Difficulté : ★★

2 gros magrets de canard

200 g de foie gras de canard frais

1/2 bouchon de cognac ou d'armagnac

1 barde de lard

400 g de champignons (cèpes ou pleurottes)

60 g de beurre

3 pommes type canada

– Placez le premier magret sur le plan de travail (côté peau en dessous).

– Placez dessus le foie gras préalablement dénervé et assaisonné (fleur de sel, poivre et alcool).

– Refermez à l'aide de l'autre magret. Bardez de lard et ficellez délicatement l'ensemble comme un rôti.

– Rincez légèrement les champignons puis coupez-les en 4. Faites-les ensuite revenir doucement dans le beurre,

assaisonnez et réservez.

– Commencez la cuisson du magret côté peau à feu vif puis enfournez 10 à 12 mn maximum à 180°C (Th.4-5).

– Pendant ce temps, épluchez les pommes. Coupez-les en quartiers, colorez l'ensemble dans le beurre et laissez confire. Déglacez avec un peu d'alcool.

– Servez aussitôt bien chaud.

Recette proposée par les

Compagnons du goût, www.compagnonsdugout.fr



recettes originales sont au rendez-vous puisqu'il s'associe aussi bien aux viandes fines, comme les belles pièces de bœuf, le foie de veau, le gibier, la dinde et le chapon, qu'il se suffit à lui-même, entouré de légumes de fête.

Roi des associations sucrées-salées, le foie gras s'accompagne à merveille des fruits d'hiver, comme les marrons, les pommes caramélisées, les poires, en fines tranches, en purée ou confits sous la forme d'un chutney : le mariage est tout simplement divin. Pourquoi ? Car son goût si particulier, rustique et fondant à la fois, est l'allié des saveurs sucrées. On sert généralement ce produit du terroir avec un vin blanc moelleux, un Sauternes, un Jurançon ou un Monbazillac. Maintenant, offrez le choix à vos convives en leur proposant également un blanc plus sec ou surprenez-les en optant pour un Pinot Noir si vous servez le foie gras dans sa version poêlée. En jouant sur les accords avec les vins mais aussi d'autres produits authentiques réputés pour leur finesse – dont la noix de Saint-Jacques pour une subtile alliance terre/mer –, vous êtes sûr de séduire les gourmets comme les gourmands.

Hélène Lepelletier

Magret de canards
farcis au foie gras

Sa majesté la volaille !



L'incontournable dinde aux marrons de Noël ! Une tradition. Cependant les années faisant, d'autres tels les chapon, caille, poularde, coquelet et pintade se retrouvent aussi sur les tables de fin d'année...

Premiers producteurs de volaille de l'Union européenne, la France et les Français ne cachent pas leur goût pour cette délicieuse et savoureuse viande, la deuxième plus consommée dans le monde. À l'heure des fêtes de fin d'année, c'est avec honneur qu'on la propose sous toutes ses formes aux invités.

Si vous aimez les volailles au goût typé, la dinde reste un must. Avec sa taille déjà imposante, elle permet

de nourrir 6 à 8 personnes. Côté cuisson, le four reste son meilleur allié. Comptez 20 mn par 500 g (en ajoutant 15 mn si celle-ci est farcie). Au besoin, elle peut réclamer un arrosage aux 2/3 de cuisson pour

À SAVOIR

Pour découper la volaille, levez les cuisses, désossez-les, coupez les en 3. Découpez les blancs en tranches, retirez les pilons et voilà !

Chapon laqué au miel

Pour 6 personnes – Préparation : 30 mn – Cuisson : 2h30
Coût : ★★ – Difficulté : ★★

1 chapon	1 œuf
2 c. à soupe d'Arôme Saveur	100 g de graines de sésame
10 filets de bacon	5 c. à soupe de miel
150 g de foies de volaille	4 c. à soupe d'huile
2 tranches de pain de mie	4 c. à soupe d'eau
6 petits navets	Sel, poivre
6 petites pommes de terre	

- Épluchez les navets, lavez les pommes de terre, coupez le bacon en lamelles et les foies en cubes.
- Mélangez les foies, l'œuf, le bacon et le pain émietté. Salez, poivrez.
- Préchauffez votre four à 210°C (Th.7). Farctissez le chapon avec la préparation, déposez-le dans un plat. Ajoutez navets et pommes de terre.
- Mélangez l'Arôme Saveur, le miel, l'huile et l'eau. Versez sur le chapon.
- Faites cuire 30 mn au four en l'arrosant régulièrement avec son jus.
- Saupoudrez de sésame. Couvrez d'alu et faites cuire encore 2h.

Astuce

Récupérez le jus de cuisson, ajoutez-y quelques zestes d'oranges blanchis et servez en saucière.

Maggi



Suprême de poularde aux poires et sirop d'érable

Pour 4 personnes – Préparation : 30 mn – Cuisson : 30 mn
Coût : ★ – Difficulté : ★

4 suprêmes de poularde fermière	30 g de beurre
2 poires	2 c. à soupe d'huile de tournesol
5 cl de sirop d'érable	400 g de petites pommes de terre
10 cl de fond de volaille	

- Faites cuire les pommes de terre 20 mn dans l'eau salée.
- Saisissez les suprêmes des 2 côtés dans une poêle chaude huilée. Salez, poivrez, baissez le feu. Laissez cuire 6 à 8 mn de chaque côté. Enveloppez chaque suprême dans de l'aluminium.
- Dégraissez la poêle, versez la moitié du sirop d'érable, rédui-
- sez de moitié, ajoutez le fond de volaille. Réduisez pour avoir une sauce onctueuse.
- Épluchez les poires, coupez-les en tranches. Dorez-les dans une poêle dans le beurre. Ajoutez le sirop d'érable et les pommes de terre. Laissez un peu caraméliser.
- Coupez les suprêmes en tranches et servez le tout.

Astuce

Vous pouvez également réaliser cette recette avec des pommes à la place des poires.



Suprême de poularde aux
poires et sirop d'érable



éviter qu'elle ne s'assèche. La pintade à la chair ferme et colorée offre une saveur s'apparentant légèrement à celle du gibier. Comme la dinde, elle passe au four 1h à 1h15, avec deux à trois arrosages. En outre, il ne faut pas omettre de la retourner à mi-cuisson. Quant au chapon, qui n'est autre qu'un pintadeau castré, sa chair persillée et son goût giboyeux sont revenus sur le devant de la scène. Il demande un arrosage encore plus régulier, voire directement un 1/2 verre d'eau aux 2/3 de sa cuisson, au

Dinde fermière Label Rouge Mère Noël

Préparation : 35 mn – Cuisson : 2h – Repos : 20 mn

Coût : ★★ – Difficulté : ★★

1 dinde fermière Label Rouge de
3,5 kg environ
150 g de gelée d'airelle
3 verres de bouillon de volaille

Pour la farce :

200 g de pain rassis
15 cl de crème fraîche liquide
2 échalotes
200 g de marrons cuits
2 pommes golden
1 c. à soupe d'huile d'olive
Cognac

Pour le chutney :

2 pommes granny smith
80 g de cassonade
1 gros oignon
150 ml de vinaigre de vin
70 g de raisins secs
1 gousse d'ail
1 c. à café de gingembre
(poudre)
1 c. à café de mélange
d'épices
1 c. à café de cannelle (poudre)
Sel, poivre

- Le chutney doit être réalisé 1 mois environ avant le jour de Noël. Pour cela, laissez gonfler les raisins secs pendant 15 mn au moins dans de l'eau tiède, égouttez-les. Épluchez et émincez l'oignon et l'ail. Épluchez les pommes et coupez-les en dés.
- Dans une casserole, versez tous les ingrédients et faites cuire 1h sur feu moyen comme une confiture. Remuez de temps en temps.

- Versez le chutney chaud dans un pot de confiture et bouchez immédiatement.

- Le jour même, préparez votre farce : frottez le pain rassis avec la gousse d'ail et faites-le tremper dans la crème liquide. Pelez et hachez les échalotes. Épluchez les pommes et découpez-les en tranches. Faites revenir l'échalote

avec les marrons et les pommes dans une poêle huilée. Ajoutez le cognac. Salez, poivrez. Mélangez bien.

- Préchauffez le four à 175°C (Th.5-6). Introduisez la farce à l'intérieur de la dinde. Fermez l'orifice et ficelez la volaille.

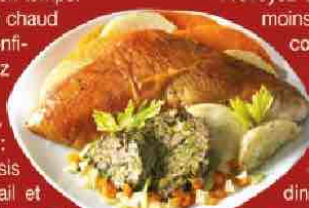
- Placez la dinde sur la plaque du four et enfourez.

- Prévoyez 2h de cuisson au moins. Dès que la peau commence à dorer,

arrosez la dinde avec le bouillon de volaille chaud.

- Après 1h de cuisson, arrosez la dinde avec le jus recueilli dans la plaque du four.

- À la fin, éteignez le four et laissez la dinde reposer environ 20 mn avant de la découper.



Astuce

Servez la dinde en morceaux avec sa farce, entourée de tranches de potiron et de céleri.

Volailles fermières Label Rouge

Chapon rôti aux cèpes parfumé à l'orange

Pour 6 personnes – Préparation : 30 mn – Cuisson : 1h40

Coût : ★★ – Difficulté : ★★

1 chapon de pintade de
3 kg Label Rouge
8 oranges
1 kg de cèpes frais (ou
surgelés)

2 gousses d'ail
2 bâtons de cannelle
Sel de Guérande
Poivre du moulin
Huile d'olive

- Ficelez, badigeonnez d'huile le chapon. Pelez 4 oranges à vif, émincez-en 2 autres en fines tranches avec l'écorce. Pressez-en 2 en jus.

- Mettez le chapon dans un plat avec l'ail, le sel, le poivre et enfourez 1h40 à 180°C (Th.6). Arrosez toutes les 15 mn de jus d'orange.

- Après 1h30 de cuisson, ajoutez les cèpes, les quartiers d'oranges à vif, les tranches avec écorce, tout en continuant à arroser le chapon. Sortez la volaille 10 mn après et servez.

Astuce

Pour une présentation traditionnelle, mettez la volaille dans un plat avec sa garniture autour.

Poularde rôtie aux calissons

Pour 4 à 5 personnes

Préparation : 35 mn – Cuisson : 1h à 1h30

Coût : ★★ – Difficulté : ★★

1 poularde de 1,4 kg
5 petits oignons
Une petite boîte de
calissons

2 c. à soupe d'huile
20 g de beurre
1 verre de vin blanc sec
1 petit suisse

- Hachez 4 calissons, mélangez-les avec le petit suisse et farcissez-en la volaille.

- Ficelez la poularde, versez un filet d'huile, beurrez, salez et poivrez.

- Enfourez la volaille dans un four préchauffé à 220°C (Th.7). Faites cuire 1h à 1h30 à 180°C (Th.6).

- Arrosez régulièrement avec le jus de cuisson.

- 10 mn avant la fin de la cuisson, ajoutez les petits oignons coupés et 3 calissons coupés.

- Laissez bien

caraméliser.

- Rajoutez le vin blanc patit à petit pour réaliser votre jus d'accompagnement.

- Pour finir, déposez la poularde dans un plat et servez la sauce à part.



Astuce

Un risotto fait maison se marie divinement avec cette poularde de Noël.

Volailles fermières Label Rouge

*Chapon rôti aux cèpes
parfumé à l'orange*



four là encore. Surtout, évitez de le griller ou de le braiser : il perdrait sa graisse.

Et que dire de la caille ? Considérée comme volaille ou gibier à plume, elle contente les palais les plus fins et permet une présentation singulière puisqu'une caille nourrit une personne. De quoi dresser une assiette singulière !

Pour les viandes plus douces, ce sont les poulardes et les coquelets qui ont le plus de succès au moment des fêtes. La jeune poule avec sa chair nacrée au grain fin et soyeux bat les records de tendresse et de moelleux à condition d'avoir bien été cuite et... arrosée une fois encore !

Le coquelet de son côté se cuisine comme bon vous semble : rôti, doré au four, grillé ou sauté. Enfin, comment ne pas évoquer le poulet ? Vous ne le trouvez pas festif ? Cuisinez-le avec du homard ou des langoustes et accompagné de bisque... vous ne penserez plus la même chose ! Enfin, pour être sûr d'avoir une viande de qualité, n'oubliez pas de préférer la volaille Label Rouge, véritable gage de qualité pour le plus réussi des réveillons.

Romy Berthelot

Cailles en robe des champs à la moutarde

Pour 6 personnes - Préparation : 45 mn - Cuisson : 1h25

Coût : ★★ - Difficulté : ★★★

110 g de moutarde	1 branche de romarin haché
6 cailles	1 botte de persil haché
2 c. à soupe de graisse d'oie	1 botte d'estragon haché
6 grosses pommes de terre	50 g de noix hachées
6 gousses d'ail	6 échalotes ciselées
6 feuilles de laurier	Ficelle pour les cailles
150 g de beurre	Sel, poivre

- Ficelez les cailles, faites-les colorer à la graisse d'oie.
- Faites une papillote avec les pommes de terre, l'ail et une feuille de laurier. Enfouissez 1h à 190°C (Th.7).
- Mélangez le beurre avec les noix, les herbes, la moutarde, les échalotes fondues.
- Coupez le dessus des

pommes de terre cuites. Creusez-les, écrasez la chair. Ajoutez le beurre d'herbes, salez, poivrez.

- Défilez les cailles et mettez-les à l'intérieur des pommes de terre. Soudez-les avec la purée.
- Mettez 20 mn au four à 180°C (Th.6).

Astuce

Pensez à la moutarde à l'ancienne !

Chapon fermier rôti aux épices de Noël et lait de coco

Pour 8 personnes - Préparation : 30 mn - Cuisson : 2h30

Coût : ★★ - Difficulté : ★★★

1 chapon	1 œuf
500 g de farce	1/2 botte de coriandre ciselée
1 oignon rouge	20 cl de fond de volaille
4 c. à café d'épices Colombo	5 cl d'huile de tournesol
1 c. à café de cannelle	100 g de beurre
1 petit piment rouge haché	1,2 kg de patates douces
25 cl de lait de coco	Ficelle de cuisine

- Hachez l'oignon, mélangez-le avec la farce, 2 c. à café de Colombo, la cannelle, le piment, la coriandre, l'œuf entier, 10 cl de lait de coco et 1/2 c. à café de sel.

- Remplissez le chapon avec cette farce, ficelez-le et disposez-le dans un plat. Mélangez 50 g de beurre mou avec 1 c. à café de Colombo, du sel et du poivre.

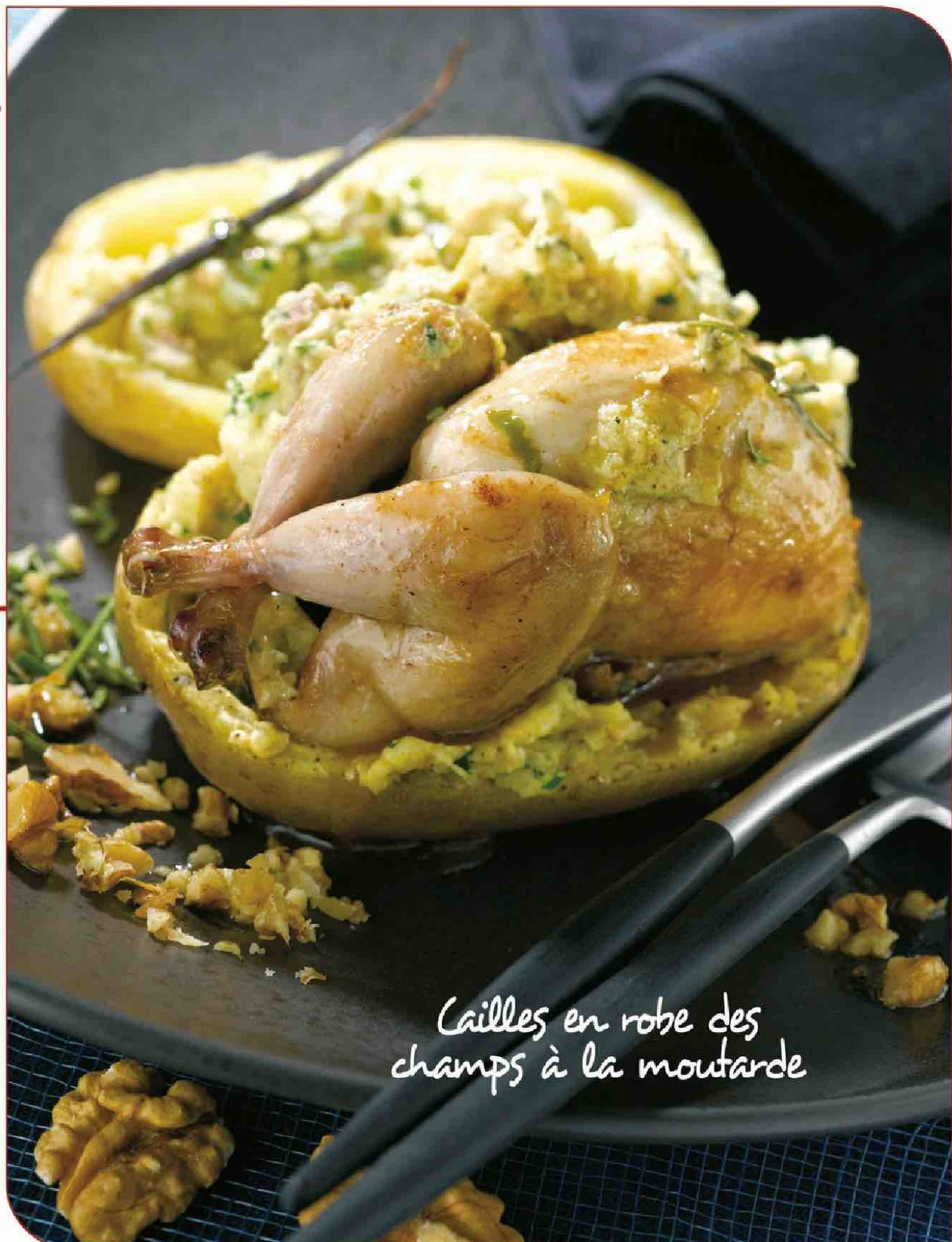
- Badigeonnez le chapon avec ce beurre aux

épices puis arrosez avec l'huile.

- Mettez-le 2h30 dans le four préchauffé à 180°C (Th.5-6) en l'arrosant.
- Épluchez les patates douces et taillez-les en tranches. Cuisez 20 mn dans l'eau salée, égouttez. Faites-les dorer dans une poêle avec le reste du beurre. Faites réduire de 1/3 le fond de volaille avec 1 c. à café de Colombo.
- Ajoutez le lait de coco, laissez bouillir, salez, poivrez, mixez, gardez au chaud.
- Découpez le chapon. Servez le tout.

Astuce

Pour un résultat vraiment goûtu et à la hauteur de vos espérances, optez pour un chapon fermier.



*Cailles en robe des
champs à la moutarde*



CIP

La tradition a du bon

À côté de la fameuse dinde aux marrons, découvrez les recettes qui subliment les produits d'exception réservés aux plus grandes occasions.

Les menus de fêtes font la part belle aux spécialités de nos régions, aux mets de choix que l'on n'a pas la chance de déguster le reste de l'année. Ainsi, pour régaler tous ses convives, mieux vaut miser sur les valeurs sûres telles que les volailles festives, les fruits de mer et crustacés ou encore les produits rares mais de saison. Amoureusement cuisinés, ces ingrédients permettent d'élaborer des plats à la fois fins et gourmands, conviviaux et inoubliables.

La volaille trouve aisément sa place à Noël puisque 1 Français sur 3 la déguste à cette occasion. Apprécié pour sa chair moelleuse et sa saveur si délicieuse, le chapon est goûteux et délicat. Que ce soit farci, rôti, braisé

servi avec des marrons, il séduit tous les palais par sa tendresse qui fait l'unanimité auprès des plus fins gourmets. La pintade, quant à elle, a une saveur plus prononcée et se marie aussi bien avec les traditionnels marrons qu'avec des notes plus exotiques. Pour vous en rendre compte, testez une pintade ou des caillies à l'ananas, un chapon rôti aux pommes ou à l'orange...

Sur les étals des poissonniers, à côté des poissons et des fruits de mer habituels, les huîtres et les langoustes partagent la vedette avec des crustacés aux formes et aux couleurs variées. Si les huîtres remportent tous les suffrages, les coquilles Saint-Jacques, le tourteau et le crabe ne sont pas en reste. Et du côté des coquillages, le vaste

Cocotte de Saint-Jacques sur fondue de poireaux

Pour 4 personnes – Préparation : 15 mn – Cuisson : 10 mn
Coût : ★★ – Difficulté : ★

2 poireaux
20 noix de Saint-Jacques
400 g de petites crevettes roses
déjà décortiquées
1 échalote
25 cl de crème liquide
5 cl de vin blanc

50 g de beurre
Curry en poudre
Sel, poivre

- Lavez et émincez les poireaux, faites-les revenir dans 15 g de beurre.
- Dans une poêle, faites fondre 20 g de beurre, dorez-y les coquilles Saint-Jacques (30 sec. de chaque côté) et réservez.
- Dans une autre poêle, faites fondre 15 g de beurre, ajoutez l'échalote et les petites crevettes roses. Faites cuire sur feu moyen pendant 5 mn, ajoutez le vin blanc, la crème liquide, salez, poivrez et ajoutez le curry.
- Ajoutez les Saint-Jacques dans la crème et laissez mijoter 4 mn.
- Disposez la fondue de poireaux dans des cocottes individuelles, disposez par-dessus 5 noix de Saint-Jacques et arrosez de crème au curry.
- Fermez les cocottes et servez de suite.

Astuce

Accompagnez d'un dôme de riz sauvage ou basmati.



Studio B/CNIEL

Fine de Ratte du Touquet aux sucs de homard

Pour 4 personnes – Préparation : 30 mn – Cuisson : 30 mn
Coût : ★★ – Difficulté : ★

2 ou 4 têtes et carapaces de homard
500 à 800 g de Fine de Ratte du Touquet de petit calibre
Huile d'olive
100 g de beurre

nium et mettez au four à 140°C (Th. 4 - 5) pendant 15 mn supplémentaires.

- Après ces 15 mn au four, vous pouvez déguster les Ratte du Touquet en ne rajoutant qu'un petit morceau de beurre et un peu de fleur de sel.
- Les Ratte du Touquet seront recouvertes de suc de caramélisation du homard.
- Vous pouvez les présenter au milieu des carapaces ou alors les servir séparés. Les Ratte du Touquet pourront accompagner de façon très délicate une volaille.
- Dans un sautoir ou marmite, faites chauffer l'huile très fort.
- Versez délicatement les carapaces et les têtes de homards concassés.
- Ajoutez les Fine de Ratte du Touquet juste lavées (si les Ratte du Touquet sont d'un calibre plus gros - classique ou gourmande -, coupez-les en 2). Laissez colorer sans trop remuer à feu modéré.
- Après 10 à 15 mn sur le feu, couvrez l'ensemble de la casserole d'un papier d'alumi-

Astuce

Une excellente idée pour sublimer vos carcasses de homard un lendemain de fête !

Fine de Ratte du Touquet aux sucres de homard



Filet de poularde de Bresse farci au boudin blanc en chaud-froid de fromage blanc

Pour 4 personnes – Préparation : 30 mn – Cuisson : 25 mn

Coût : ★★★★★ – Difficulté : ★★★★★

4 filets de poularde de Bresse
350 g de boudin blanc
2 échalotes
250 g de fromage blanc
1 noix de beurre doux

- Faites saisir le boudin blanc avec l'huile de noixette, retirez du feu et hachez grossièrement.
- Ajoutez les pignons de pin,

100 g de pignons de pin
2 blancs d'œufs
2 feuilles de gélatine
1 bonne pincée de muscade
1 filet d'huile de noixette

assaisonnez de sel et poivre.
- Pratiquez une large incision dans les filets de poularde de façon à former une poche.

Répartissez la farce de boudin blanc, refermez et fixez les 2 parties de chaque filet de volaille avec des bâtonnets en bois (cure-dents).

- Ajoutez du beurre dans la poêle qui a servi à colorer le boudin, faites légèrement saisir les filets de poularde sur les 2 faces et enfournez-les 6 mn à 180°C (Th.6). Cette cuisson permet de conserver la moelleux de la volaille de Bresse.

- Laissez refroidir les filets de

poularde.

- Assaisonnez le fromage blanc de sel, de poivre et de muscade, montez en neige ferme les 2 blancs d'œufs et incorporez-les délicatement au fromage blanc. Avec une spatule, recouvrez les filets de poularde farcis avec une couche aérienne de fromage blanc.

- Dressez dans un joli plat et laissez aux invités la surprise de découvrir l'ingrédient principal et sa farce.

Astuce

Attention : une volaille produite «en Bresse» n'est pas forcément une volaille «de Bresse». Exigez l'AOP !

Iwanon/Gustin pour le CIP



Suprêmes de pintade laqués à l'orange

Pour 4 personnes

Préparation : 15 mn – Cuisson : 15 mn

Coût : ★★★★★ – Difficulté : ★★★★★

4 suprêmes de pintade
2 oranges à jus
15 cl de fond de volaille
3 c. à soupe de sauce soja

2 c. à soupe de miel liquide
2 c. à soupe d'huile végétale
20 g de beurre
Sel, poivre du moulin

- Pressez une orange. Zestez la 2^{ème} puis pelez-la à vif et prélevez les quartiers.

- Salez, poivrez les suprêmes de pintade puis faites-les dorer dans l'huile dans une poêle.

- Une fois dorés, arrosez-les de miel, laissez légèrement caraméliser.

- Ajoutez la sauce soja, laissez cuire 20 sec. puis ajoutez le jus et les zestes d'orange.

- Laissez cuire 6 à 8 mn sur feu moyen en les enrobant bien de sauce pour les laquer.

- Retirez les suprêmes de la poêle, ajoutez le fond de volaille. Faites réduire la sauce sur feu vif puis ajoutez le beurre en fouettant.

- Remettez les suprêmes à chauffer dans la sauce avec les quartiers d'orange sans faire bouillir.

Astuce

Servez avec une purée de céleri parfumée avec des zestes d'orange.

choix vous permet de réaliser des plateaux aussi beaux que bons : moules, praires, bulots, bigorneaux, coques, palourdes et pétoncles... sans oublier l'onglet, le flion et le pied de couteau ! Le meilleur pour la fin : langoustines, langoustes et homards font aussi partie des crustacés plébiscités pendant les fêtes. Ces 3 espèces appartiennent tous à la branche des langoustes, à la chair blanche et au goût suave.

La viande n'est pas en reste lorsqu'il s'agit de se mettre sur son 31. En effet, choisir une belle pièce de bœuf, de lapin, de veau ou d'agneau pour son menu, c'est satisfaire à coup sûr votre belle tablée. Simples à cuisiner,

Râbles de lapin farcis aux morilles et au foie gras

Pour 4 personnes – Préparation : 25 mn – Cuisson : 25 mn

Coût : ★★★★★ – Difficulté : ★★★★★

4 demi-râbles de lapin désossés
200 g de farce

(mélange de porc et de veau)
100 g de morilles
1 oignon

2 gousses d'ail
2 c. à soupe de

raisins secs blonds
150 g de foie gras
1 c. à soupe de

fleur de sel
Huile d'olive
Sel, poivre

Astuce

La farce est disponible sur demande chez votre boucher ou sous-vide en grande distribution.

Lapin de France/Clipp/Y. Bagros



vous-même les râbles : entaillez la chair du râble le long des petits os, avec un couteau pointu et tranchant, et tournez autour des petits os afin de les dégager.

- Étalez ensuite vos râbles sur une planche en bois et répartissez dessus la farce. Placez le foie gras au centre puis roulez les râbles pour leur redonner leur forme et ficelez comme un rôti.

- Mettez les râbles dans un plat à four, arrosez d'un filet d'huile d'olive, saupoudrez de fleur de sel et mettez à cuire 25 mn dans un four préchauffé à 180°C (Th.6).

- Servez un demi-râble par personne avec des pâtes fraîches en accompagnement.

ces viandes s'accommodent de bien des façons. Cuisson au four, grillées, mijotées... il y en a pour tous les goûts. En accompagnement, puisez dans les légumes anciens ou exotiques : chutney de mangue ou d'abricot, purée de topinambours, panais rôtis, tombée de champignons des bois, Ratte du Touquet...

Nelly Scott

Filet de poularde
de Bresse farci au
boudin blanc en
chaud-froid de
fromage blanc





Instants sucrés et précieux

En cette fin d'année, les desserts se font festifs. Alors que le dîner s'achève et que l'odeur du café chaud embaume l'atmosphère et le son des bulles résonne, l'heure des gourmandises sonne tout juste avant minuit.

Les solutions pour achever le repas en beauté sont nombreuses, reste à choisir celle qui séduit à coup sûr ! Comme d'habitude lors d'un repas de fêtes, tout n'est qu'attention, découvertes et merveilles. Les compliments de la part des hôtes ravis pleuvent sur vos recettes concoctées avec amour. Le dessert se doit d'être à la hauteur, surprenant donc et ravissant les papilles. Chocolaté, glacé, fruité... tout est possible à condition de respecter certaines tendances savoureuses qui sièent particulièrement aux fêtes de fin d'année. Anticiper suffisamment leur préparation permet d'élaborer sereinement des desserts qui font mouche, comme une évidence sur le palais des invités. De la légèreté et un goût peu prononcé en sucre assurent une fin de repas idéale après le festin dévoré.



Gerald Gambier/Kara

L'œuf coco surprise spéculoos framboise

Pour 4 personnes
Préparation : 45 mn – Cuisson : 10 mn

Coût : ★ – Difficulté : ★

4 jaunes d'œufs moyens
50 g de sucre semoule
40 g de pâte de spéculoos
300 ml de lait de coco

70 g de coco râpée
4 g de poudre d'agar-agar
20 g de brisures de gâteau spéculoos
125 g de framboises fraîches

- Portez à ébullition le lait de coco avec 50 g de coco râpée, ajoutez hors du feu l'agar-agar au fouet.
- Mélangez énergiquement dans un bol les jaunes d'œufs, le sucre semoule en les faisant blanchir, ajoutez en remuant la pâte de spéculoos et le lait de coco.
- Utilisez les coquilles d'œuf lavées comme contenant avec les coquetiers.
- Garnissez-les de framboises fraîches écrasées à la fourchette.

- Versez le mélange coco spéculoos en répartissant dans chaque contenant et laissez prendre 2 à 3h au froid.
- Au dernier moment, mélangez les brisures de gâteau spéculoos avec le restant de coco râpée et disposez-les façon crumble sur chaque préparation.

Astuce
Il est possible de remplacer les framboises par des kiwis. Vous pouvez accompagner ce dessert d'un coulis ou d'un sorbet du même fruit.

Embellir le dessert assure un service exceptionnel. De simples morceaux de fruits frais posés sur la glace ou sur un côté de l'assiette ravissent et permettent d'égayer un plat un peu sage. Une glace vanille, par

Bûche pistache framboises

Pour 6 personnes – Préparation : 40 mn – Cuisson : 10 mn
Coût : ★ – Difficulté : ★★

Pour la génoise :

3 œufs
60 g de Maïzena
40 g de farine
3 c. à soupe d'eau chaude
1 c. à soupe de thé Matcha
160 g de sucre en poudre
1 sachet de levure
100 g de gelée de framboise

230 g de pistaches non salées

Pour le glaçage :

1 blanc d'œuf
200 g de sucre glace
Quelques framboises fraîches ou surgelées, selon la saison

- Faites cuire 60 g de sucre en poudre à sec jusqu'à coloration. Ajoutez les pistaches et remuez bien.
- Versez le mélange sur un plan de travail huilé et étalez en fine couche avec un rouleau à pâtisserie huilé.
- Laissez refroidir puis concassez grossièrement au mixeur pour obtenir une nougatine.
- Préchauffez le four à 180°C (Th.6). Pour réaliser la génoise, séparez les blancs des jaunes d'œufs.
- Fouettez les jaunes avec le sucre restant, l'eau chaude et le thé jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- Ajoutez la levure, la Maïzena et la farine. Mélangez jusqu'à ce que la pâte soit homogène.
- Montez les blancs en neige ferme. Incorporez-les au mélange précédent.
- Sur la plaque du four recouvrez d'une feuille de papier sul-

furisé légè-

rement

beurrée,

versez la

préparation

de façon à

obtenir un

grand rec-

tangle. Enfouez 10 mn.

- Humidifiez un torchon propre.

Étalez le torchon sur le plan de

travail et retournez-y la génoise.

- Ôtez la feuille de papier sulfu-

risé, puis roulez la génoise dans

le torchon. Laissez refroidir.

- Déroulez la génoise. Étalez la

gelée de framboise, parsemez

de 1/3 de nougatine à la pis-

tache puis roulez bien serré.

- Pour préparer le glaçage,

mélangez le blanc d'œuf avec le

sucré glace, jusqu'à obtenir un

mélange qui soit parfaitement

lisse et brillant.

- Recouvrez-en la bûche puis

décorez de nougatine à la pis-

tache, réservez au réfrigérateur.

Astuce

20 mn avant de la déguster, sortez la bûche du réfrigérateur et déposez-y quelques framboises.

Bûche pistache framboises





Bûche de Noël façon forêt noire

Pour 6 personnes – Préparation : 1h30
Cuisson : 8 mn – Repos : 4h
Coût : ★ – Difficulté : ★★

Pour la génoise au chocolat :

4 œufs, 120 g de sucre
120 g de farine
15 g de cacao en poudre

Pour la crème chantilly :

50 cl de crème liquide 30%
matière grasse
100 g de chocolat noir
50 g de sucre glace

Pour les cerises en gelée de groseille :

200 g de gelée de groseille

5 feuilles de gélatine

Pour le punch à génoise :

20 cl de sirop de sucre de
canne, 5 cl d'eau
5 cl de grand marnier ou de
liqueur de cerise

Pour le glaçage :

10 cl de crème liquide
5 cl d'eau
100 g de chocolat blanc
5 feuilles de gélatine

Astuce
Lorsque vous incorporez
la crème et le chocolat
blanc fondu, si des
morceaux persistent
faites légèrement
réchauffer.

- Faites tremper les feuilles de gélatine dans l'eau froide pendant 5 mn. Prélevez la moitié de la gelée de groseille et mélangez aux feuilles de gélatine.

- Faites chauffer au four à micro-ondes 1 mn, puis incorporez l'autre moitié de la gelée. Versez dans un récipient à fond plat et placez au frais jusqu'à ce que le mélange se fige.

Sortez du réfrigérateur puis détaillez en petites billes de la taille d'une cerise. Conservez au frais.

Pour la génoise au chocolat : faites fondre le beurre jusqu'à l'obtention d'une masse bien mousseuse. Retirez du bain-marie et battez jusqu'à refroidissement. Incorporez à la spatule le mélange tamisé.

- Montez les œufs et le sucre au fouet au bain-marie jusqu'à l'obtention d'une masse bien mousseuse. Retirez du bain-marie et battez jusqu'à refroidissement. Incorporez à la spatule le mélange tamisé.

- Versez la pâte sur une feuille de papier sulfurisé, préalablement beurrée et farinée, mettez à cuire pendant 8 mn à 200°C (Th.6-7). Sortez du four et couvrez le biscuit d'un torchon humide. Laissez refroidir.

- Dans un bol, mélangez le sirop de sucre de canne, l'eau et le grand marnier.

Pour la crème chantilly : faites fondre au bain-marie le chocolat. Montez la crème liquide au batteur électrique jusqu'à ce qu'elle triple de volume et devienne bien ferme. Prélevez la moitié de la crème dans un

bol puis finissez de monter tout en ajoutant le sucre glace.

- Placez au frais. Incorporez à l'autre moitié de la crème fouettée le chocolat fondu et réservez.

Pour le montage de la bûche : coupez un rectangle de génoise au chocolat aux dimensions du moule puis chemisez le moule.

- Poncez la génoise à l'aide d'un pinceau. Étalez sur celle-ci une couche de 1,5 cm de crème chantilly, puis parsemez de billes de gelée de groseille. Étalez une couche de crème au chocolat puis parsemez de billes de groseille.

- Pour finir, recouvrez d'un rectangle de génoise puis poncez. Placez au congélateur au moins 1h.

Pour le glaçage : faites tremper les feuilles de gélatine dans l'eau froide pendant 5 mn. Faites fondre au bain-marie le chocolat blanc. Dans un bol, placez la gélatine essorée et l'eau puis faites chauffer 45 sec. au four à micro-ondes.

- Incorporez la crème liquide et le chocolat blanc fondu.

- Sortez la bûche du congélateur puis démoulez sur une grille. Versez délicatement le glaçage sur la totalité de la bûche. Conservez au frais.

Dôme de pomme à la violette

Pour 4 personnes
Préparation : 10 mn – Cuisson : 5 mn – Repos : 1h
Coût : ★ – Difficulté : ★

2 pommes

100 g de chocolat blanc
100 g de crème liquide entière

1 c. à soupe de

sirop de violette
25 g de beurre

- Faites fondre le chocolat blanc au bain-marie. Incorporez la crème liquide au chocolat fondu, et mélangez avec une spatule en bois en tournant toujours dans le même sens jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

- Ajoutez ensuite le sirop de violette, et mélangez de nouveau pour homogénéiser l'appareil.

- Versez dans un récipient, filmez au contact de la ganache, et mettez au réfrigérateur 1h.

- Faites chauffer le beurre dans la poêle.

- Épluchez, épépinez et coupez en lamelles les pommes et

faites-les cuire 5 mn dans la poêle jusqu'à ce qu'elles deviennent translucides et fondantes. Laissez-les refroidir sur une assiette.

- Fouettez la ganache refroidie avec un fouet électrique pour la rendre plus ferme et mousseuse.

- Mettez la ganache dans une poche à douille.

- Remontez les demi-pommes en intercalant une rondelle de pomme avec de la ganache de violette.

- Remplissez le trou au centre des pommes de ganache.

Astuce
Laissez au frais
jusqu'au moment
de servir.

Oranges pelées confites, crème au beaufort

Pour 4 personnes
Préparation : 25 mn – Cuisson : 15 mn
Coût : ★ – Difficulté : ★

4 grosses oranges

100 g de crème pâtissière
en brique
2 gousses de vanille

75 g de beaufort

20 cl de crème liquide
40 g de beurre
75 g de pistaches vertes

- Préchauffez le four à 180°C (Th.6).

- Faites réchauffer doucement dans une casserole la crème pâtissière. Laissez refroidir et ajoutez la crème liquide, préalablement fouettée. Puis, incorporez le beaufort en lamelles et les gousses de vanille fendues.

- Mélangez intimement avec une cuillère en bois, sans laisser bouillir.

- Pelez les oranges à vif. Déposez-les dans un plat allant au four et recouvrez-les de noix de beurre.

- Enfouez pour 15 mn, en

arrosant à plusieurs reprises les oranges de jus de cuisson.

- Épluchez et concassez les pistaches et saupoudrez-les uniformément sur les oranges. Enfouez à nouveau pour 5 mn.

- Nappez les assiettes de crème au beaufort et à la vanille et déposez-y les oranges très chaudes.



Astuce
Arrosez-les d'un
peu de jus de
cuisson avant de
les servir, sans
plus attendre.

exemple, brille par sa teinte virginale. Quelques grappes de groseilles ou des grains de cassis la dynamisent. Des feuilles de menthes fraîches ou des copeaux de chocolat glacés parfument la décoration de l'assiette ou de la coupelle. Le repas de fêtes passe aussi par ces astuces esthétiques !

Jade El Meliani

Dôme de pomme à la violette





L'art du cocktail

À base de fruits, de spiritueux ou de champagne pour les plus classieux, les boissons apéritives font crépiter vos fêtes de fin d'année en toute élégance.

Exist l'éternel kir au cassis... désormais, les cocktails à base de champagne se savourent à toutes les couleurs.

Champagne blanc ou rosé teinté d'une odeur de gingembre, d'une saveur de litchi ou du goût de fruits rouges arrosent le réveillon de Noël et la soirée du Nouvel An d'une ambiance festive et pétillante. Et sabrer le champagne le soir du 24 décembre semble avoir été érigé comme une tradition, par l'histoire même de notre pays : après le sacre de Clovis – 1^{er} roi de France – à Reims, les vins effervescents de Champagne furent consacrés un soir de Noël 496. Depuis, cet alcool, souvent associé au luxe et au prestige, est devenu l'ingrédient incontournable des fêtes, de l'élégance et des célébrations.

Champagne brut, demi-sec, blanc et même rosé... toutes les variétés de ce vin pétillant peuvent servir de base à des cocktails festifs, à boire le plus souvent dans une flûte. Mais il peut également se transformer en soupe, agrémentée de cointreau, du jus d'un citron vert et de sucre, servie dans bol de punch ou un grand saladier pour que chaque convive se serve à la louche. Dans tous les cas, il est important de confectionner son cocktail au dernier moment afin de conserver tout le pétillant du champagne. Et pour finir d'épater vos invités, il n'y a plus qu'à déboucher votre bouteille avec un sabre. Et si pour vous, ce breuvage ne se sert qu'avec un dessert, laissez libre cours à votre imagination en mariant à souhait jus de fruits et alcools forts.

Pauline Baron

Poire d'épices

Pour 6 personnes – Préparation : 5 mn

Réfrigération : 30 mn

Coût : ★★ – Difficulté : ★

25 cl d'eau-de-vie de poire williams	liquide	en fines tranches
12 cl de jus de citron jaune pressé	5 cl de liqueur marasquin	5 fines tranches de gingembre
10 cl de sucre	4 clous de girofle	25 cl de Ginger Beer ou Ginger Ale
	1 poire coupée	

Astuce

Pour une saveur plus exotique et plus sucrée, vous pouvez remplacer le jus de citron par du jus d'ananas.

- Versez tous les ingrédients sauf le Ginger Beer/Ale dans un grand saladier. Couvrez, et réservez au frais au minimum 30 mn.

- Au moment de servir, ajoutez le Ginger Beer/Ale et dégustez dans un verre trumble rempli de glaçons.
- Pour le décor, faites flotter de fines tranches de poire ferme et goûteuse dans vos verres.

Recette réalisée par Joseph Akhavan, chef barman du Mama Shelter



Champagne ardent

Pour 8 à 12 personnes – Préparation : 5 mn

Cuisson : 10 mn – Repos : 2h

Coût : ★★ – Difficulté : ★

2 bouteilles de champagne brut frappé	80 g de sucre en poudre
1 petit morceau de rhizome de gingembre frais	8 à 12 litchis
	15 cl d'eau

- Épluchez puis râpez le gingembre.
- Mettez-le avec le sucre dans une petite casserole. Ajoutez 15 cl d'eau, portez sur feu vif et laissez cuire 5 mn jusqu'à obtenir un sirop de consistance épaisse, sans laissez colorer.

Astuce

Si vous n'avez pas de litchis à la maison, vous pouvez les remplacer par des framboises.

- Laissez complètement refroidir et filtrez.
- Épluchez les litchis et réservez-les

au frais.
- Au moment de servir, disposez un litchi au fond de chaque verre tulipe. Versez 1 cm de sirop de gingembre par-dessus, puis complétez avec du champagne bien frappé.
- Servez très frais.



Champagne
ardent

Farandole de desserts

Envie de finir la soirée du réveillon sur une touche sucrée savoureuse ? Bûches, charlottes, macarons et autres douceurs de saison ne demandent qu'à éveiller vos sens.

Panettone en Italie, Christmas Pudding en Grande-Bretagne, Christstollen en Allemagne... le dessert des fêtes de Noël est une institution dans les pays européens. En France, la palme d'or est décernée à la bûche... même s'il est vrai que depuis quelques années d'autres mets sucrés égaient à leur tour les papilles des convives.

Désireuse de respecter la tradition, vous optez pour l'indémodable bûche. Glacée ou crémeuse, de forme classique ou en parts individuelles, elle se prête aujourd'hui à toutes les fantaisies culinaires. Certes sa préparation demande du temps (entre 40 mn et 1h), mais sa

présence évoque avec tant de simplicité l'esprit de Noël qu'on lui pardonne tout ce temps passé en cuisine !

Le chocolat reste une valeur sûre qu'il soit enveloppé dans sa robe noire, au lait ou blanche. Saison hivernale oblige, le marron est aussi sur le devant de la scène. Après un kir à la crème de châtaigne et la fameuse dinde aux marrons, rien de tel qu'une mousse en dessert pour suivre le fil conducteur de la soirée. En revanche, pour terminer le réveillon par une pointe de fraîcheur, optez pour un final fruité. D'autant que la framboise se marie à merveille avec le sacro-saint chocolat !

Marie Guyader

À SAVOIR

Avec son pétillant savoureux, le champagne, pourquoi pas rosé, donne à vos douceurs de Noël une touche de légèreté.

Bûche glacée pralinée

Pour 8 personnes – Préparation : 40 mn – Cuisson : 10 mn – Réfrigération : 10 mn
Congélation : 10 mn – Coût : ★ – Difficulté : ★★

1/2 l de lait
1/2 gousse de vanille
6 jaunes d'œufs

3 blancs d'œufs
50 g de miel de fleurs
d'acacia

75 g de sucre en poudre
10 cl de crème liquide (à
placer au réfrigérateur)

60 g et 1 c. à soupe de
pralin
Quelques mini-meringues

- Préparez la crème anglaise en versant le lait dans une casserole.
- Coupez la 1/2 gousse de vanille en 2 dans le sens de la longueur, raclez toutes les petites graines noires et mettez-les dans le lait avec la gousse. Portez à frémissement puis retirez du feu et laissez infuser.
- Dans une terrine, battez les jaunes d'œufs avec le sucre. Filtrez le lait à travers une passette et versez-le sur le mélange jaunes d'œufs-sucre en remuant à l'aide d'un fouet.
- Mettez la préparation dans une casserole

- puis faites cuire, à feu doux, sans cesser de mélanger avec une cuillère en bois jusqu'à ce que la crème épaississe. Surtout ne faites pas bouillir. Laissez refroidir complètement.
- Versez le miel dans une petite casserole et faites-le chauffer à feu doux.
- Pendant ce temps, montez les blancs en neige.
- Dès que le miel dore, versez alors celui-ci en filet sur les blancs tout en continuant à battre vivement jusqu'à ce que la préparation refroidisse. Mélangez ensuite cette préparation avec la crème anglaise en incorpo-

- rant délicatement les blancs d'œufs.
- Dans un saladier, fouettez la crème liquide en chantilly puis incorporez-la à la préparation. Introduisez alors le pralin et mélangez sans chercher à homogénéiser.
- Versez la préparation dans un grand moule à cake et placez-la au moins 3h au congélateur jusqu'à ce que la glace prenne.
- Démoulez-la ensuite sur un film alimentaire puis roulez-la en bûche. Replacez-la au congélateur au moins 4h.
- Sortez la bûche 30 mn environ avant de la servir et placez-la au réfrigérateur. Au moment de la dégustation, enlevez le film alimentaire.

Astuce

Pour épater vos convives, décorez en parsemant du pralin et des mini-meringues.

Bûche glacée pralinée



Cube de chocolat au cœur de framboise, caviar de gelée de mûre

Pour 6 personnes – Préparation : 45 mn – Cuisson : 10 mn
Congélation : 24h – Coût : ★ – Difficulté : ★

75 g de fécule de pomme de terre ou de fécule de maïs	200 g de chocolat noir corsé	150 g de gelée de mûre
75 g de farine	125 g de beurre	1/2 sachet d'agar- agar (gélatine)
150 g de sucre	120 g de confiture de framboises	30 cl d'huile
3 œufs	Pour le caviar :	1 seringue de 50 ml

- La veille, remplissez 6 petits moules à glaçon (maximum 2 cm) de confiture de framboises et placez-les au congélateur.

Astuce

Pour profiter de l'onctuosité de ce dessert, servez-vous sans attendre après la sortie du four.

- Le jour même, mettez l'agar-agar dans un bol, versez 15 cl d'eau pour l'hydrater puis faites fondre quelques secondes au four micro-ondes. Détendez la gelée de mûre et ajoutez la gélatine fondue. Versez l'huile dans un bol. Aspirez avec la seringue la gelée de mûre puis laissez tomber des gouttes dans le bol d'huile. Retirez les billes une fois solidifiées puis renouvelez l'opération jusqu'à épuisement de la gelée. Conservez le caviar au frais.

- Cassez le chocolat en morceaux dans un bol, ajoutez le beurre puis

faites fondre au bain-marie. Dans un autre bol, versez la fécule, la farine, le sucre et les œufs. Mélangez jusqu'à ce que la pâte soit homogène puis incorporez le chocolat fondu.

- Préchauffez le four à 200°C (Th.8). Beurrez et far-

nez les moules puis remplissez-les à mi-hauteur de pâte.

Démoulez les coeurs de framboise et placez-les au centre de chaque moule, recouvrez les cubes de framboise du reste de la pâte.

- Placez au four 8 à 10 mn. Démoulez sur une assiette puis décorez de caviar de mûres.



Petites bûches verticales comme un mille-feuille

Préparation : 40 mn – Cuisson : 25 mn – Réfrigération : 1h
Coût : ★ – Difficulté : ★★

Pour la ganache :

200 g de chocolat noir
20 cl de crème liquide

20 g de sucre cristallisé

Pour la crème noisette :

250 g de beurre mou

5 cl d'eau

120 g de poudre de
noisettes

100 g de sucre semoule

40 g de cassonade

2 œufs entiers

2 jaunes d'œufs

Pour le biscuit :

6 œufs entiers

120 g de poudre d'amandes

120 g de sucre glace

30 g de farine

40 g de beurre fondu

2 blancs d'œufs

- Pour la ganache, faites chauffer le chocolat et la crème dans une casserole. Remuez et faites prendre au réfrigérateur.

- Pour le biscuit, préchauffez le four à 180°C (Th.6). Mélangez les œufs entiers avec la poudre d'amandes, le sucre glace et la farine. Fouettez et ajoutez le beurre fondu. Réservez. Battez les blancs en neige en ajoutant le sucre cristallisé. Sur du papier sulfurisé, coulez la pâte et laissez cuire 15 mn. Découpez des disques de 6 cm.

- Pour la crème, travaillez le beurre mou et la poudre de noisettes à la spatule.

Réservez.

Dans une casserole, versez l'eau, le sucre

semoule et la cassonade, portez à ébullition afin d'obtenir un sirop, réservez. Battez les œufs entiers et les jaunes, ajoutez le sirop. Mélangez. À cette préparation, ajoutez le mélange beurre/noisette et laissez refroidir 1h. Dressez dans une poche à douille. Posez un disque de biscuit sur chaque assiette. Nappez de crème noisette. Recouvrez d'un autre biscuit, nappez de ganache et continuez l'opération en alternant.

Astuce

Préparez le biscuit la veille et recouvrez-le de film étirable.

Bûche à la mousse de châtaigne

Pour 6 à 8 personnes – Préparation : 30 mn – Cuisson : 12 mn – Réfrigération : 30 mn – Coût : ★ – Difficulté : ★★

4 œufs
125 g de sucre
20 g de beurre fondu

Zeste de 1 orange
125 g de farine
1 boîte de pâte de marrons

de 240 g
10 cl de crème fraîche entière
1 gousse de vanille

8 à 10 écorces d'oranges confites
Sucre glace, fruits confits et
marrons glacés pour le décor

- Préchauffez le four à 210°C (Th.7). Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Mélangez le sucre, les jaunes d'œufs et le beurre fondu. Ajoutez le zeste d'orange. Montez les blancs bien serrés. Incorporez-les au mélange puis ajoutez la farine afin d'obtenir une pâte souple et aérée.

- Étalez la pâte sur du papier sulfu-

risé beurré, fariné. Enfouez 10 à 12 mn. Écrasez la pâte de marrons avec une fourchette puis coupez en morceaux les écorces.

Montez la crème en chantilly, ajoutez la pâte de marrons, les graines de la gousse de vanille et les écorces. Placez le tout au frais.

- À la sortie du four, déposez une

feuille de papier sulfurisé sur le gâteau, roulez-le et couvrez-le d'un torchon humide.

Laissez refroidir. Quand il est à température ambiante, déroulez-le et répartissez la crème aux marrons, roulez à nouveau puis placez-le au frais 30 mn. Saupoudrez de sucre glace.



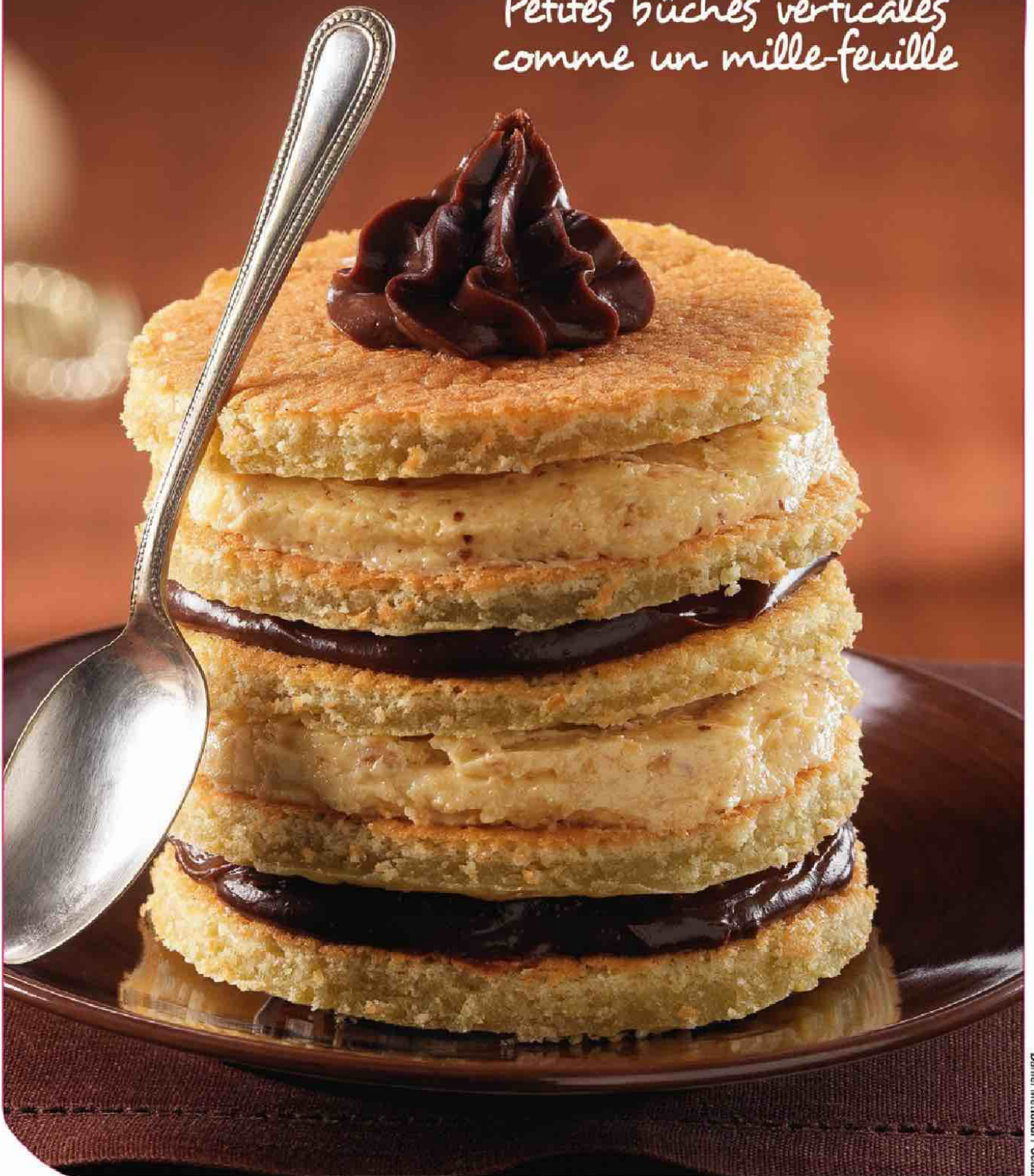
Sabatton

Recette Sabatton

Astuce

Parsemez des amandes effilées entre chaque couche de mousse et de poires...

*Petites bûches verticales
comme un mille-feuille*



Accords 20 sur 20

L'avis du meilleur sommelier du monde



Philippe Faure-Brac, meilleur sommelier du monde 1992 et propriétaire du Bistrot du Sommelier à Paris vous donne ses conseils pour des accords mets/vins réussis et une présentation impeccable pour vos repas de fête.

On a coutume de penser poisson/vin blanc, viande rouge/vin rouge, la règle est-elle immuable ?

Les règles sont là pour donner des orientations, mais comme toutes les règles, il est toujours tentant de les faire évoluer. Il y a des codes couleur qui fonctionnent bien. Avec un poisson

blanc préparé avec une sauce blanche, un vin rouge aura du mal à passer. En revanche, si le poisson est préparé avec une sauce brune, le vin rouge peut se révéler très intéressant. Outre les sauces, vous avez des poissons qui sont naturellement orientés vins rouges. Par exemple, la chair du rouget est une chair plus sauvage que celle du Saint-Pierre ou des Saint-Jacques, elle s'accorde donc mieux avec un vin rouge.

Les fêtes de fin d'année sont l'occasion de peaufiner sa table, côté vin quelles sont les règles de présentation

et de service ?

Il y a surtout des choses qu'il faut éviter. Au moment des fêtes, on peut être tenté de sortir de beaux verres qui ne sont malheureusement pas toujours les plus adaptés aux vins. Par exemple, les verres colorés ou ornés de quelques fioritures sont très jolis, ils peuvent éventuellement être utilisés pour l'eau mais pour apprécier le vin, il faut les éviter. Au contraire, pour le bon vin, mieux vaut choisir des verres simples et de forme oblongue.

Quels sont pour vous les vins indispensables aux repas de fête ?

Le champagne à l'apéritif évidemment, notamment les champagnes les plus riches et minéraux comme le Blanc de Blancs. Cette période est aussi l'occasion de déguster de grands vins blancs de Bourgogne comme le Chablis ou le Meursault. En rouge, outre les habituels grands Bordeaux, il y a des alternatives intéressantes sur les viandes rôties qui peuvent très bien aller avec des vins de la vallée de Rhône comme le Châteauneuf-du-Pape. Avec la bûche ou d'autres belles préparations sucrées, les vins de Sauternes, les vendanges tardives d'Alsace ou les vins liquoreux de la Loire sont également les bienvenus.

Blancs pour les fruits de mer, rouges pour la viande, la règle semble simple.

Pourtant, les mariages mets/vins sont parfois plus complexes et singuliers.

Les régions viticoles françaises étant aussi diverses que variées, il n'est pas toujours aisé de trouver le vin qui viendra sublimer vos plats. Entre ce qui se fait traditionnellement et ce qui sort du commun, difficile de faire un choix. Petit tour d'horizon des accords gagnants.

Selon que vous choisissiez de le présenter cuit ou frais et poêlé, le foie gras ne s'accompagne pas des mêmes breuvages. Traditionnellement

Accords vin/fromage

Fromage	Vin
Munster	Gewürztraminer
Chaource	Champagne brut
Gruyère	Vin Jaune
Comté	Vins du Jura à base de Savagnin
Camembert	Pommeau
Cantal	Vin rouge d'Auvergne
Roquefort	Vins liquoreux, vins doux naturels
Brebis	Vins blancs du Sud



Vin de qualité, verres de circonstance...
les fêtes de fin d'année sont l'occasion
de toutes les folies...

servi avec un vin liquoreux, celui qui est cuit ou mi-cuit supporte également la présence d'un blanc plus sec comme un Meursault, un Graves ou un Vouvray. Les rouges dotés d'une bonne présence telle qu'on peut en trouver dans le Bordelais ou le Sud-Ouest vont à merveille avec un foie gras de canard. Si vous le servez poêlé, vous devez porter votre choix vers des vins blancs secs plus acides tels un Bordeaux blanc de l'Entre-Deux-Mers, un Jurançon sec, un Côte de Beaune ou un Pessac-Léognan. Pour les rouges préférez des vins peu tanniques comme les Bourgogne ou encore les vins de la Loire (Anjou, Saumur ou Touraine).

Indissociables des fêtes de fin d'année, les huîtres, mais aussi les crustacés, sont traditionnellement proposées avec des vins blancs secs tels que le Muscadet, le Petit Chablis, le

Sancerre, le Pouilly Fumé, voire un vin de Savoie. En revanche, si vos huîtres sont peu iodées, optez plutôt pour un Bourgogne blanc de la Côte de Beaune, un Bordeaux blanc ou encore un Coteaux du Languedoc blanc.

Pour la viande, vous n'aurez que l'embarras du choix. Une viande blanche se marie avec élégance aux vins rouges charpentés. Ainsi votre chapon, dinde, poularde ou oie fera merveille si vous servez votre plat avec un Châteauneuf-du-Pape, Gevrey-Chambertin, un Bordeaux ou encore un Buzet. Si, pour vous, les fêtes de fin d'année riment avec



gibiers, là encore, le Buzet peut-être de mise mais pensez également à un Lussac Saint-Émilion ou un bon Pommard.

S'il est coutume de présenter un champagne avec le dessert, vous pouvez déroger à la règle dès lors que votre dessert se compose de chocolat. En effet, les vins doux naturels (Banyuls, Rasteau, Rivesalt...) et les portos sont sans aucun doute ceux qui subliment le mieux les saveurs chocolatées. Attention qui dit vin doux naturel, ne dit en aucun cas vin liquoreux ou muscat, l'accord serait tout simplement désastreux.

Séverine Germain-Guéroult



Pour 8 à 10 personnes

Préparation : 1 heure

Cuisson : 15 minutes

Réfrigération : 1 heure

Bûche aux amandes glacées au chocolat

Ingédients : Pour le biscuit : 150 g de sucre en poudre ♦ 5 œufs ♦ 125 g de farine ♦ 50 g d'amandes en poudre ♦ 50 g de beurre. Pour la crème : 200 g d'amandes en poudre ♦ 200 g de sucre glace ♦ 80 g de beurre ♦ 4 jaunes d'œufs ♦ 5 c. à soupe de rhum ambré. Pour le sirop : 60 g de sucre en poudre ♦ 10 cl d'eau ♦ 4 gouttes d'essence d'amandes amères. Pour le glaçage : 100 g de chocolat en morceaux riche en cacao ♦ 50 g de sucre glace ♦ 80 g de beurre mou. Pour le décor : Sucre glace ♦ Dragées argentées ♦ Perles d'argent.

Préchauffez le four à 200°C (Th.6-7). Pour le biscuit, faites fondre 25 g de beurre dans une petite casserole sans le laisser colorer. Laissez tiédir.

Mettez le sucre en poudre et les œufs dans un cul-de-poule au bain-marie, puis travaillez au fouet électrique pour obtenir une crème épaisse. Hors du feu, continuez à battre pendant 20 mn jusqu'à refroidissement.

Dans un bol, mélangez la farine et la poudre d'amandes, versez en pluie dans la préparation précédente, mélangez délicatement puis incorporez le beurre fondu.

Beurrez la plaque creuse du four et tapissez-la de papier sulfurisé également beurré. Versez la préparation sur la plaque, mettez au four et laissez cuire entre 10 à 12 mn.

Démoulez la plaque de biscuit au sortir du four, décollez le papier sulfurisé, roulez le biscuit sur lui-même et laissez refroidir.

Préparez ensuite la crème aux amandes. Dans un saladier, mélangez la poudre d'amandes et le sucre glace. Travaillez le beurre en pommade puis ajoutez-le à la préparation ainsi que les jaunes d'œufs et le rhum. Mélangez doucement.

Pour le sirop, versez le sucre et l'eau dans une petite casserole. Chauffez à feu moyen pendant 5 mn puis retirez du feu. Incorporez l'essence d'amandes amères.

Dérroulez le biscuit et imbibez-le de ce sirop. Étalez ensuite la crème aux amandes et roulez le biscuit sur lui-même. Placez-le sur un plat et réservez au frais. Pour le glaçage, faites fondre le chocolat au bain-marie, ajoutez le sucre glace et délayez au batteur électrique jusqu'à obtention d'une pâte onctueuse. Travaillez le beurre en pommade puis ajoutez-le à la préparation hors du feu.

Masquez entièrement la bûche avec ce glaçage en l'étalant à l'aide d'une spatule. Remettez au frais pour faire durcir. Avant de servir, saupoudrez de sucre glace et ajoutez les dragées et les perles d'argent.





Bollywood dans nos assiettes !

Cuisinée dans une conserverie du Lot-et-Garonne, cette recette sans arômes et délicatement épicée offre un aller direct pour Bombay, sans pour autant mettre en péril notre bilan carbone ! Au cœur de cette création de la marque rochelaise Jardin Bio étic, les lentilles bio sont cuisinées avec du lait de coco pour apporter douceur et exotisme. Ajoutez à cela quelques carottes et oignons, une touche de concentré de tomates et surtout la juste dose de curry et vous obtenez là un vrai délice. (*Lentilles à l'Indienne Jardin Bio étic*®, 680g, 4€20 en GMS)

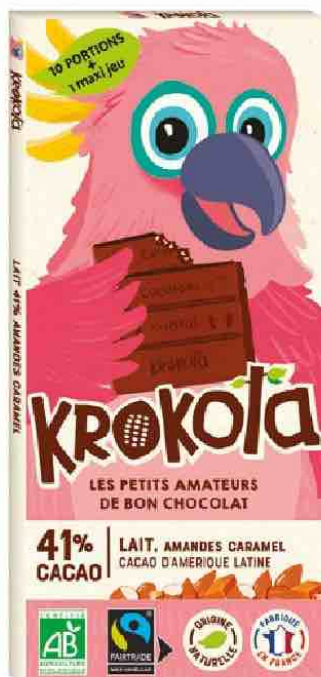


Sacrée soirée !

Un peu de Menthe douce pour la fraîcheur, quelques brins de Romarin pour son action revigorante, un zeste de Citron Vert pour une pointe d'acidité vivifiante, de l'Eucalyptus, des graines de Coriandre et de la Citronnelle pour faciliter la digestion... Les 2 Marmottes ont trouvé la recette idéale pour se remettre d'une soirée un peu arrosée. On apprécie encore plus que cette infusion concoctée dans leur atelier de Bons-en-Chablais, soit sans le moindre arôme ajouté ! (*Infusion Retour de Soirée Les 2 Marmottes, Boîte de 30 sachets, 5€25 en GMS*)

Du bon Krokola !

La gamme de la marque marseillaise s'enrichit d'une nouvelle recette encore plus irrésistible ! Comment tourner le dos à cette parfaite harmonie entre un chocolat au lait riche en cacao, associé à des amandes et des éclats de caramel qui viennent apporter la petite touche de croquant qui va bien ? Surtout lorsque l'on sait qu'elle est fabriquée dans un atelier en Provence à partir d'ingrédients certifiés bio et Fairtrade Max Havelaar. Un véritable chocolat conçu dans les règles de l'art et dont on apprécie en premier lieu la rassurante composition ! (*Chocolat au Lait 41%, Amandes et Caramel Krokola*, 100g, 2€99 en GMS)



Le grand ménage !



Cet écodétergent certifié et labellisé par Ecocert s'utilise pur (à rincer) ou dilué dans de l'eau, et ce dans toute la maison. Sa formule très concentrée associe des agents de surface d'origine végétale (amphotère et non-ionique) et 5 huiles essentielles (thym, eucalyptus, menthe, camphre, clou de girofle). Elle nettoie et dégraisse

parfaitement toutes les surfaces, un produit universel comme on les aime ! (*Nettoyant Multi-usages Puryfitout® Fleurance Nature - Flacon 1l, 9€90 sur fleurancenature.fr*)

Avoir les yeux en face des trous !

Ces gâteaux affichent fièrement 98% de sucres en moins que les biscuits classiques que l'on retrouve habituellement dans les rayons de notre magasin. Bien croustillants grâce à une pâte faite avec juste ce qu'il faut de beurre, ils sont également ultra fondants grâce à leur fourrage à la fraise faisant la part belle à ce fruit que l'on aime tant. Une recette au déculpabilisant Nutriscore B qui nous prouve que Karéléa a bien les yeux en face des trous ! (**Lunettes Fraise Karéléa - Paquet 175g, 2€99 en GMS**)



Le cadeau qui fait rugir de plaisir !

Voici un cadeau de fin d'année dans l'air du temps : le coffret de Noël Merveilles du Monde x Tea Heritage. Dans cet élégant écrin rouge, on retrouve les indispensables d'un moment dégustation placé sous le signe de la gourmandise et de l'aventure ! 3 tablettes Merveilles du Monde (2 lait et 1 noir) mais aussi 5 sachets de thé vert noisette Tea Heritage, en forme de lion évidemment, dont on se délecte devant un bon feu de cheminée. (**Coffret Tea Heritage x Merveilles du Monde, 3 tablettes de chocolat + 5 sachets de thé, 16€ sur www.merveilles-du-monde.fr**)



Une cuisine qui brille !



Nettoyer, dégraisser et détartrer les moindres recoins de notre cuisine, voici la raison d'être de ce produit qui fait la part belle aux ingrédients d'origine naturelle tels que l'huile essentielle d'Eucalyptus bio, présents ici à hauteur de 99%, une évidence d'ailleurs pour Etamine du

lys. Son astucieuse recharge évite de devoir racheter un grand flacon à chaque fois qu'on en vide une bouteille ! (**Spray Brilliance Cuisine Etamine du lys, Spray 500ml, 6€10 et Flacon Recharge à Diluer 50ml, 4€25 en réseaux bio**)

Ça mousse ?

La brasserie Demory Paris aime l'audace et cela se ressent avec sa très fruitée NEIPA, que l'on se plaît à déguster avec un ceviche frais ou une pièce de viande grillée. La plus ancienne brasserie parisienne, basée à Bobigny, nous offre sa propre interprétation de cette référence au style New England IPA. Avec une faible amertume et un corps souple, c'est une bière de qualité aux notes explosives d'agrumes et de fruits tropicaux ! (**NEIPA Demory Paris, 6,2% d'alcool, pack de 12 bouteilles 36€ sur www.demoryparis.com**)



Savoureux Tofu

Céréals Bio a trouvé le moyen de contredire tous ceux qui affirment que le tofu n'est pas gourmand ! Comment ? En innovant, une nouvelle fois, avec ces savoureux Délice Tofu Chèvre Miel & Noisettes riches en protéines, issus d'une filière de soja 100% sud-ouest, sans colorants, sans arômes, sans conservateurs... et surtout prêts à l'emploi ! On les réchauffe 5 minutes à la poêle et on les déguste dans une salade ou encore dans un plat de pâtes ou de riz, un vrai délice ! (**Délice Tofu Céréals Bio Chèvre Miel & Noisettes - 3€39 en GMS**)



En toute transparence !

Chez Teisseire, on ne cesse de se renouveler et d'innover depuis maintenant plus de 300 ans ! Cette année, place à plus de naturalité avec l'utilisation des arômes naturels dans les recettes des sirops de la marque afin de répondre aux attentes des consommateurs. D'ailleurs, petite révolution dans les rayons puisque la fameuse Menthe Verte se décline désormais en Menthe Transparente, laissant ainsi le choix à chacun ! (**Sirop La Menthe Teisseire, Bidon 60ml, 2€80 en GMS**)

Truite & turbot à redécouvrir

Ils ne sont plus les favoris des étals de marché mais renferment bon nombre de bienfaits. La truite et le turbot jouent des coudes pour arriver jusqu'aux assiettes.

Deux physiques atypiques, très différents l'un de l'autre malgré un grain tacheté au niveau de leurs écailles, la truite et le turbot font partie des poissons nobles très plaisants à déguster. Les cuisiner requiert de bonnes bases dans la préparation des produits de la mer tant la qualité de leur chair est grande, légère et mérite d'être mise en valeur comme il se doit. Leurs filets régaleront petits et grands, leurs accompagnements et assaisonnements étonnent quand leur saveur naturelle ravit.

Honneur aux dames : la truite que l'on déguste provient exclusivement d'un élevage à moins d'avoir pêché cette merveille soi-même (courage !), la législation française étant très précise sur ce point et cherchant à protéger ce poisson pour qu'il retrouve un essor démographique.

Les amandes grillées symbolisent la principale préparation, voilant par la même occasion les nombreux mets avec lesquels la truite sait se marier. Épouse amoureuse tour à tour du laurier, de l'oignon, de l'ail, de morilles... elle sait ajouter sa saveur à celles de ses partenaires sans pour autant entrer en compétition mais plutôt dans un parfait jeu d'alliance.

Le turbot, lui, aime montrer son excellence. Ce poisson macho se distingue avec bonheur par sa forme bien sûr, mais aussi par sa préparation. Il perd, par exemple, 50% de son poids entre sa silhouette initiale et son arrivée dans l'assiette, afin de ne garder que le meilleur de sa texture. Les champignons et petits fruits de mer (moules, langoustines...) se révèlent ses parfaits accompagnements dans une sauce légère en goût qui ne voile pas la combinaison de saveurs. Si des poissons apprécient d'être braisés, la truite et le turbot aux chairs délicates et subtiles préfèrent des cuissons douces afin de donner le meilleur d'eux-mêmes.

Truite portion rôtie à l'anis

Pour 4 personnes

Préparation :

25 mn

Cuisson : 30 mn

4 truites portion de 200
à 250 g environ

3 bulbes de fenouil

6 tomates

4 anis étoilés

4 c. à café de pastis

4 c. à soupe d'huile d'olive

1 c. à soupe de gros sel

Sel, poivre

- Préchauffez le four à 175°C (Th.6).
- Lavez et coupez les bulbes de fenouil en tranches de 1 cm d'épaisseur environ.
- Faites-les cuire dans de l'eau bouillante avec le gros sel pendant 10 mn.
- Lavez les tomates et coupez-les en quartier.
- Disposez le fenouil, les quartiers de tomates et l'anis étoilé dans un plat allant au four.
- Recouvrez avec les truites puis salez et poivrez.
- Arrosez de pastis et d'huile d'olive et enfournez pendant 15 mn.
- Servez chaud.



Brochettes de truite à la citronnelle

Pour 4 personnes
Préparation : 15 mn
Macération : 4h
Cuisson : 10 mn

4 pavés de truite
1 botte de citronnelle fraîche
1 citron
1 sachet surgelé de légumes thaï
10 cl de lait de coco
Huile d'olive
Sel, poivre

- Découpez les pavés de truite en cubes de 2,5 cm de côté.
- Préparez la marinade dans un plat creux en émulsionnant le jus de 1 citron avec 5 c. à soupe d'huile d'olive.
- Ajoutez la citronnelle hachée, salez et poivrez.
- Déposez les morceaux de truite dans le plat,

- mélangez bien et laissez mariner 4h minimum au réfrigérateur en recouvrant le plat d'un film plastique.
- Décongelez les légumes et épongez-les.
- Préchauffez votre four à la température la plus haute (grill).
- Enfilez les cubes de truite sur des brochettes en bois et passez-les simple-

- ment 5 mn en les retournant à mi-cuisson.
- Faites revenir les légumes dans une grande poêle avec 2 c. à soupe d'huile d'olive puis ajoutez le lait de coco. Salez et poivrez.
- Servez aussitôt dans des bols, ajoutez le basilic ciselé et les brochettes de truite.



Filets de turbo à l'étouffée

Pour 4 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 20 mn

600 g de filets de turbo

1 orange

1 échalote

1 bouquet de coriandre

1 c. à soupe de graines de sésame

200 g de riz sauvage

Huile d'olive

Sel, poivre

- Faites cuire le riz sauvage dans de l'eau bouillante salée pendant 20 mn environ.
- Épluchez l'échalote et émincez-la finement.
- Lavez l'orange et zestez-la en longues lanières.
- Faites confire les zestes et l'échalote avec 3 c. à soupe d'huile d'olive et 25 cl d'eau dans une casserole pendant 15 mn environ.
- Salez et poivrez puis retirez du feu en gardant le jus du confit pour la cuisson du poisson.
- Hachez finement le bouquet de coriandre.

- Faites dorer les graines de sésame à sec.
- Faites revenir les filets de turbot dans une poêle anti-adhésive pendant 30 sec. avec 2 c. à soupe d'huile d'olive.
- Ajoutez-y le jus de cuisson des oranges, couvrez et laissez cuire à feu doux à l'étouffée pendant 3 mn environ.
- Déposez chaque filet dans une assiette avec le riz sauvage, nappez de sauce de cuisson, parsemez de coriandre hachée et de graines de sésame.
- Décorez avec les zestes d'orange confits.
- Salez et poivrez puis servez aussitôt.

Pavé de turbot poêlé

Pour 4 personnes - Préparation : 20 mn - Cuisson : 30 mn

4 pavés de turbot avec arêtes et peau

1 pamplemousse

2 œufs

100 g de beurre

3 cl de vin blanc

10 clous de girofle

30 g d'échalote hachée

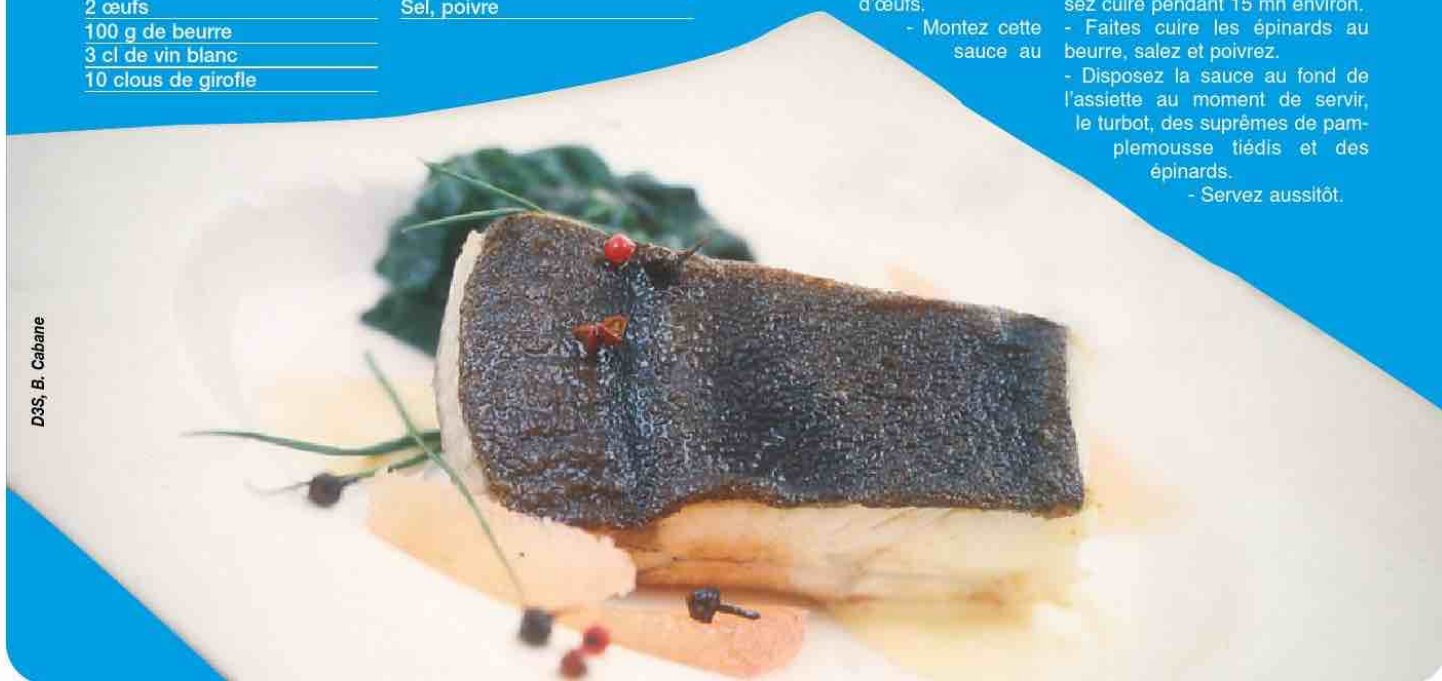
10 cl de crème liquide

300 g d'épinards en branche

Sel, poivre

- Pelez à vif le pamplemousse et retirez les suprêmes. Conservez le jus restant et les quartiers.
- Faites infuser les clous de girofle et l'échalote hachée dans le vin blanc en laissant réduire le liquide au 2/3.
- Ajoutez-y les deux jaunes d'œufs.
- Montez cette sauce au

- bain-marie en fouettant jusqu'à l'obtention d'une crème.
- Hors du feu, ajoutez les 100 g de beurre, le sel, le poivre, le jus de pamplemousse et la crème liquide fouettée.
- Poêlez dans un peu de beurre les pavés. Salez, poivrez et laissez cuire pendant 15 mn environ.
- Faites cuire les épinards au beurre, salez et poivrez.
- Disposez la sauce au fond de l'assiette au moment de servir, le turbot, des suprêmes de pamplemousse tiédés et des épinards.
- Servez aussitôt.



Petits cakes à la truite et aux courgettes

Pour 4 personnes
Préparation : 20 mn
Cuisson : 30 mn

300 g de truite fumée
1 courgette
1 citron
4 œufs
1 botte de ciboulette
25 g de beurre
20 g de farine
50 g de mimolette vieille
Sel, poivre

- Préchauffez le four à 180°C (Th.6).
- Mixez la truite fumée avec le jus de 1/2 citron.
- Salez et poivrez puis ajoutez-y la ciboulette ciselée et la courgette coupée en très petits dés.
- Faites fondre 25 g de beurre dans une casserole et ajoutez la farine. Laissez quelques secondes en remuant avec une cuillère en bois.
- Ajoutez 20 cl d'eau chaude avec le jus de 1/2 citron. Continuez à faire cuire à feu doux en remuant constamment pendant 2 mn pour obtenir une crème.
- Retirez du feu et mélangez cette crème avec 4 œufs préalablement battus en omelette.
- Incorporez ensuite la chair de la truite et les dés

- de courgette.
- Ajoutez 50 g de mimolette râpée et rectifiez l'assaisonnement si besoin.
- Versez la préparation dans 4 moules à soufflé anti-adhésifs et enfournez pendant 32 mn environ.
- Démoulez dès la sortie du four et servez tiède avec des copeaux de mimolette, de la ciboulette et quelques dés de courgette.





Coquillages et crustacés

"Sur la plage abandonnée, coquillages et crustacés" dites-vous bien que vous vous laisserez tenter... cela ne fait aucun doute ! Alors à vos tabliers.



Huîtres, crevettes, noix de Saint-Jacques, palourdes, langoustines, gambas, moules, crabe... Rien qu'à l'énumération de ces joies pour le palais, vous en avez l'eau à la bouche. Et pour cause ! Les stars de l'été sont sans conteste les coquillages et crustacés. Loin du temps où Brigitte Bardot en faisait des mots sensuels dans *La Madrague*, ils continuent à émoustiller les papilles et à régaler autant les gourmands que les gourmets.

Vous en voyez chaque année, vide. Vous les foulez du pied, vous admirez leur forme, leur couleur et leur reflet. Par définition est coquillage tout mollusque portant une coquille. Déjà beaux à regarder, ils sont encore meilleurs à déguster ! Praires, bulots, bigorneaux, coques, palourdes sans oublier les incontournables moules et les célèbres huîtres. Tous plus différents les uns que les autres, les coquillages peuvent se vanter d'avoir des saveurs aussi disparates que leur aspect.

Selon leur implantation géographique, la profondeur d'eau à

laquelle ils vivent, leur façon d'évoluer (naturellement ou en élevage), ils émerveillent différemment votre palais. Leur récolte demande courage, détermination, patience et chance... heureusement le poissonnier du coin peut vous dépanner si la pêche se révèle peu abondante !

Les crustacés, fruits de la mer, offrent quant à eux une chair délicate plus ou moins charnue et parfumée. De la timide crevette au plus prétentieux homard, les crustacés sont sans aucun doute plus que les saveurs de la mer, des trésors. Chaque espèce aime varier son goût par rapport à sa nationalité. Ainsi, goûtez un homard breton, un américain et un australien... vous verrez que cela n'a vraiment rien à voir. Pourtant, ce sont tous des homards. Tourteau, étrille, araignée, galathée... il y en a pour toutes les papilles gustatives. Hormis leur délicate sapidité, les crustacés sont aussi beaux à regarder : ils ornent les plateaux de fruits de mer en les teintant légèrement de rose pour donner une douce note sensuelle à ce chef-d'œuvre culinaire que nous offre la mer.

JP Dieterlen



Mariscade de coquillages à la coriandre

Pour 4 personnes
Préparation : 15 mn
Cuisson : 10 mn

2 kg de coquillages :
coques,
palourdes,
praires...
2 échalotes
1 verre de vin
blanc sec
50 g de crème
fraîche
1/2 bouquet de
coriandre
Huile
d'olive
Poivre

- Lavez soigneusement les coquillages en les plongeant dans un bain d'eau salée puis rincez-les à l'eau claire.
- Hachez grossièrement les échalotes et faites-les fondre 2 à 3 mn dans une sauteuse avec 1 c. à soupe d'huile d'olive.
- Ajoutez les coquillages, arrosez de vin blanc, poivrez, couvrez et laissez-les s'ouvrir à feu vif 3 à 5 mn. Secouez la sauteuse de temps en temps pour qu'ils soient tous au contact de la chaleur.
- Dès que les coquillages sont bien ouverts, versez-les dans une passoire. Récupérez le jus de cuisson puis remettez-les au chaud dans une sauteuse couverte, hors du feu.
- Filtrez le jus de cuisson à travers un linge, incorporez la crème fraîche et laissez chauffer 3 mn à feu moyen sans porter à ébullition.
- Versez la sauce sur les coquillages, ajoutez la coriandre ciselée et mélangez délicatement.
- Servez immédiatement.

Gambas grillées, sauce à la pâte d'arachide et Noilly Prat

Pour 4 personnes - Préparation : 20 mn - Cuisson : 5 mn

16 gambas
décortiquées

2 c. à soupe de
cacahuètes
apéritif salées

1 c. à soupe de

pâte d'arachide

5 c. à soupe

de Noilly Prat

Huile

Coriandre

16 piques

en bois

- Préchauffer le four Th. 6/180.

- Pour la sauce, mettez dans un bol 1 c. à soupe de pâte d'arachide. Versez 5 c. à soupe de Noilly Prat, Mélangez.

- Mixez grossièrement les cacahuètes salées. Versez sur une assiette.

- Faites tremper chaque gambas dans du Noilly Prat puis roulez chaque gambas dans la poudre de cacahuètes.

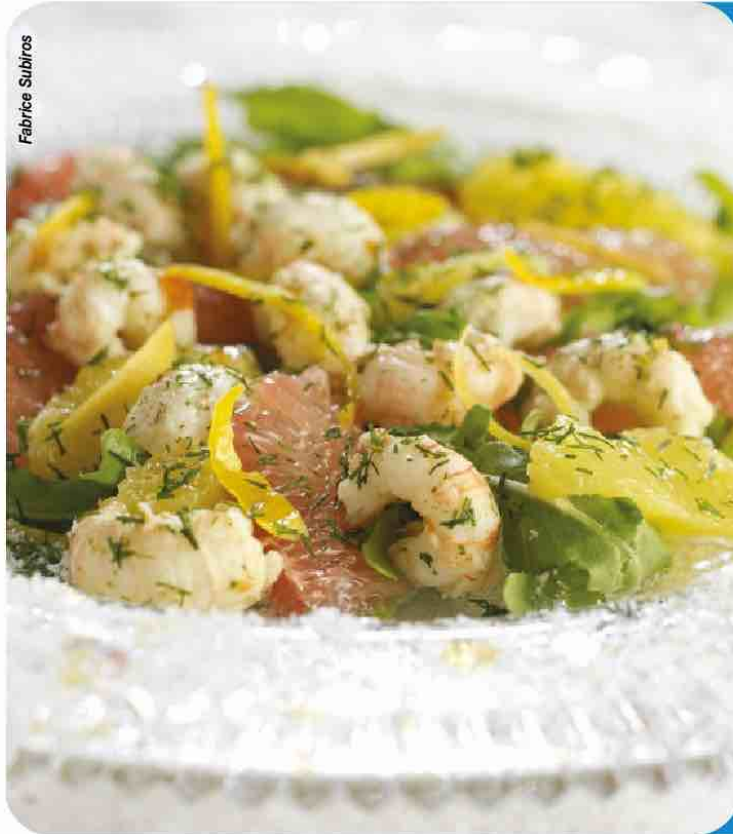
- Huilez légèrement une plaque qui passe au four. Disposez dessus les gambas.

- Enfourez 5 à 6 minutes. Dès que les gambas se roulent et rosissent, sortez la plaque du four.

- Sur une assiette, disposez quelques tiges de coriandre puis les gambas cuites

et piquées d'une pique de bois.

- Pour déguster, trempez les gambas dans la sauce.



Méli-mélo de langoustines aux agrumes et à l'aneth

Pour 4 personnes - Préparation : 15 mn -
Cuisson : 15 mn

28 queues de langoustines crues	1 c. à soupe de sucre en poudre
4 oranges non traitées	3 c. à soupe d'huile d'olive
2 pamplemousses roses	1 c. à soupe de vinaigre balsamique
1 roquette prête à l'emploi	Sel, poivre du moulin
4 galets de court-bouillon	
3 c. à soupe d'aneth	

- Décortiquez les langoustines à cru.
- Disposez les galets de court-bouillon dans un faitout d'eau bouillante salée. Ajoutez les langoustines et pochez-les 2 mn. Réservez au réfrigérateur.
- Prélevez les zestes d'une orange et d'un pamplemousse. Faites les confire dans une casserole 10 mn avec le sucre et un verre d'eau.
- Retirez le jus de ces deux fruits. Pelez à vif le reste des oranges et le pamplemousse.
- Versez l'huile d'olive, le jus d'agrumes et le vinaigre balsamique dans un bol. Salez et poivrez. Ajoutez 2 c. d'aneth. Émulsionnez.
- Répartissez la roquette dans quatre assiettes de service. Dressez les langoustines en intercalant avec les quartiers d'agrumes. Versez la préparation d'huile parfumée. Saupoudrez d'aneth et décorez des zestes confits.
- Servez sans tarder.

Crostinis aux œufs brouillés aux crevettes roses

Pour 4 personnes - Préparation :
10 mn - Cuisson : 10 mn

1 baguette	1 noix de beurre
4 œufs	1 c. à soupe d'aneth
1 barquette de crevettes roses décortiquées surgelées	Sel, poivre du moulin

- Coupez la baguette en morceaux. Faites-les griller.
- Faites fondre le beurre dans une sauteuse.
- Cassez les œufs puis remuez constamment à l'aide d'une spatule en bois. Salez et poivrez. Ne cessez pas de remuer pendant la cuisson.
- Lorsque les œufs commencent à prendre une belle consistance, incorporez les crevettes décongelées et laissez cuire 2 mn.
- Tartinez le pain grillé d'œufs brouillés aux crevettes roses.
- Au moment de servir, saupoudrez d'aneth. Dégustez aussitôt en apéritif ou en guise d'entrée.



Pour 4 personnes
Préparation : 20 mn
Cuisson : 5 à 10 mn

Brochettes de crevettes aux parfums exotiques

150 g de chapelure dorée
1 c. à soupe de curry
1 œuf
3 c. à soupe de sucre en poudre
500 g de crevettes cuites
décortiquées fraîches ou congelées
1 ananas taillé en dés
assez gros
20 g de beurre
1 c. à soupe
d'huile d'olive
Sel, poivre

- Dans un saladier, mélangez la chapelure et le curry.

- Dans un autre récipient, battez l'œuf. Salez et poivrez.

- Passez les crevettes dans l'œuf puis dans le mélange chapelure-curry.

- Roulez les dés d'ananas dans le sucre.

- Constituez les brochettes en alternant crevettes et dés d'ananas.

- Dans une poêle, faites fondre le beurre avec l'huile d'olive et laissez

dorer les brochettes 5 mn de chaque côté.

- Servez chaud accompagné d'une salade verte assaisonnée au vinaigre balsamique.





Gambas sur courgettes à la vapeur de gingembre

Pour 4 personnes - Préparation : 10 mn -
Cuisson : 10 mn

8 grosses gambas	Pour la sauce :
800 g de petites courgettes	1 c. à soupe de sauce de soja
2 c. à soupe de gingembre	3 c. à soupe d'huile d'olive
1 c. à soupe de coriandre	Le jus de 1/2 citron vert
Sel, poivre du moulin	1 c. à soupe de coriandre

- Portez l'eau à ébullition dans le cuit-vapeur
- Pendant ce temps, lavez, essuyez et râpez les courgettes. Déposez-les dans le panier vapeur. Poivrez. Faites-les cuire 5 mn.
- Disposez les gambas dans le second compartiment. Saupoudrez de gingembre. Remettez à cuire 5 mn.
- Pendant ce temps, préparez la sauce en mélangeant tous les ingrédients. Salez et poivrez.
- Entourez les gambas des courgettes dans chaque assiette. Saupoudrez de coriandre.
- Dégustez aussitôt en proposant la sauce à part.

Noix de Saint-Jacques poêlées mi-cuites, velouté de roquette



- Épluchez les topinambours et plongez-les immédiatement dans un mélange d'eau et de jus de citron afin d'éviter qu'ils noircissent. Coupez-les en gros morceaux.
- Dans une grosse casserole d'eau, plongez les morceaux de topinambours et portez à ébullition pendant 40 mn. Quand ils sont cuits, égouttez-les et passez-les au presse-purée.
- Remettez à chauffer à feu doux. Ajoutez le beurre, la crème liquide et la sauce à la roquette. Salez, poivrez et faites cuire pendant 10 à 15 mn à feu très doux en remuant.
- Après ce temps de cuisson, versez le lait de soja et mixez avec une girafe (mixer plongeant). Vous devez obtenir un velouté.
- Dans une poêle anti-adhésive, versez 1 c. à soupe d'huile d'olive et faites cuire les Saint-Jacques sans leur corail 2 à 3 mn de chaque côté. Salez, poivrez. Elles doivent être bien dorées et croustillantes.
- Réchauffez le velouté. Servez dans des bols ou des assiettes creuses. Disposez les Saint-Jacques sur le velouté. Garnissez de quelques copeaux de parmesan et de germes de roquette.

Pour 2 personnes
Préparation : 20 mn
Cuisson : 1h05

400 g de topinambours
200 cl de crème liquide
10 cl de lait de soja
1 c. à soupe de sauce fine à la roquette
50 g de copeaux de parmesan
2 grosses noix de Saint-Jacques
1/2 barquette de graines germées de roquette
10 g de beurre
Le jus d'un citron
Sel, poivre du moulin
Huile d'olive

Moules marinière à la crème de Boursin

4 personnes
Préparation : 10 mn
Cuisson : 25 mn

2 kg de moules
1 pot de Boursin cuisine échalotes & ciboulette
2 échalotes
1 poireau
1 c. à soupe de curry
1 verre de vin blanc sec
10 brins de ciboulette
2 c. à soupe d'huile d'olive
Sel, poivre

- Nettoyez soigneusement les moules sous l'eau du robinet.
- Épluchez et émincez les échalotes.
- Lavez et émincez le poireau. Faites revenir le poireau et les échalotes dans une grande cocotte avec l'huile et le curry.
- Laissez cuire 10 mn puis versez le vin blanc et les moules. Assaisonnez, couvrez et faites cuire 10 mn supplémentaires en remuant 2 ou 3 fois.
- Versez ensuite le Boursin, remuez et continuez la cuisson 5 mn. Servez bien chaud avec la ciboulette ciselée.





Pour 4 personnes
Préparation : 10 mn
Cuisson : 2 mn

12 huîtres Arcachon-
Cap Ferret
4 tranches fines de
jambon de Bayonne
Piment d'Espelette
Olives noires

Brochette d'huîtres au jambon de Bayonne et piment d'Espelette

- Faites chauffer le grill de votre four.
- Ouvrez les huîtres, décoquillez-les soigneusement et réservez-les.
- Coupez les tranches de jambon en 3.
- Enroulez chaque huître dans un morceau de jambon et saupoudrez avec une pincée de piment d'Espelette.
- Piquez les huîtres par groupe de 3 sur des brochettes en bois.
- Passez le tout pendant 2 mn sous le grill du four.
- Servez aussitôt en tapas avec des olives noires.

Gourmandises royales

Point d'orgue de votre menu, le dessert doit séduire les papilles en proposant une recette à la fois gourmande et onctueuse.

Dessert des fêtes de fin d'année par excellence, la bûche de Noël aurait été inventée par un pâtissier en 1945. Une manière gourmande de continuer à célébrer symboliquement un rituel païen, celui qui consistait à laisser brûler une grosse bûche dans l'âtre de la cheminée du soir du réveillon jusqu'au jour de l'Épiphanie. L'objectif étant de porter bonheur à toute la famille pour l'année à venir. Depuis que la tradition s'est invitée dans nos assiettes, nous dégustons chaque année

À SAVOIR

En Provence, les convives ont l'habitude de déguster 13 desserts. Composés d'une pâtisserie (bugnes, croquants aux amandes...), de confiseries (nougats, cédrats confits...), de fruits secs (noix, amandes, figues sèches, raisins secs...) et de fruits frais (poires, pommes, oranges, clémentines, dattes...), ils sont servis avec du vin cuit. Une tradition gourmande qui se perpétue de génération en génération.

une version différente, tantôt chocolatée, tantôt meringuée, tantôt glacée... mais toujours si délicieuse.

Et si la bûche pâtissière traditionnelle se déguste en quelques cuillerées, elle réclame au moment de la confection de l'attention, de vrais talents de cuisinière mais aussi du temps ! Or, en cette

fin d'année, pas toujours facile de trouver 2h devant soi pour rester aux fourneaux d'autant qu'il faut préparer également le reste du repas. Si vous souhaitez opter pour la facilité sans pour autant négliger le goût

Crème chantilly à l'orange

Pour 4 à 10 personnes – Préparation : 30 mn
Cuisson : 5 à 10 mn

Coût : ★★ – Difficulté : ★★

50 cl de crème liquide
50 g de chocolat blanc
25 g de sucre
½ gousse
de vanille

Pour la sauce champagne à l'orange :
1 orange
10 cl de Champagne
200 g de sucre semoule

- Préparez la sauce au champagne à l'orange. Coupez l'orange en 2, pressez-la dans une casserole pour recueillir environ 10 cl de jus. Ajoutez le champagne et le sucre. Portez doucement à ébullition, retirez du feu et laissez refroidir. Réservez.

- Fendez la demi-gousse de vanille et raclez-la pour extraire les graines. Mélangez les graines et le sucre.

- Recueillez le chocolat blanc en petits morceaux dans un récipient métallique et faites-le fondre au bain-marie. Ajoutez le sucre vanillé et la gousse. Hors du feu, laissez tiédir le tout. Retirez la gousse

de vanille en la pressant bien.

- Versez la crème liquide dans un bol bien froid. Fouettez-la jusqu'à ce qu'elle monte. Lorsqu'elle est à demi montée, ajoutez-en 3 c. à soupe au chocolat blanc. Incorporez bien la crème, puis reversez le tout dans le bol de crème fouettée et finissez de monter en chantilly bien ferme.

- Introduisez cette crème dans une poche à douille. Remplissez 4 coupes à champagne, puis versez sur le tout la sauce champagne à l'orange. Accompagnez de champagne Blanc de blancs.

Astuce

Pour fouetter la crème dans un bol très froid, gardez celui-ci au congélateur environ 30 mn avant de commencer.

Mini-sabayon orange et moelleux chocolat

Pour 4 personnes – Préparation : 20 mn – Cuisson : 15 mn
Coût : ★ – Difficulté : ★

5 c. à soupe de pâte à tartiner
chocolat/noisette (environ
200 g)
4 œufs
120 g de sucre en poudre
40 g de farine
1 pincée de sel

- Préchauffez le four à 180°C (Th.6).
- Cassez les œufs et séparez les blancs des jaunes. Fouettez énergiquement les jaunes avec le sucre afin que le mélange blanchisse. Ajoutez la farine.

- Dans un autre saladier, ajoutez une pincée de sel aux blancs d'œufs puis montez-les en neige. Incorporez les blancs en neige progressivement à la préparation.

Mélangez délicatement.

- Étalez la pâte sur une feuille de cuisson, mettez-la au four et laissez cuire 10 à 15 mn.

- Sortez le biscuit du four, roulez-le délicatement dans un torchon propre et humide. Laissez-le prendre sa forme pendant quelques instants.

- Déroulez-le et tartinez-le de pâte à tartiner. Roulez-le bien serré.
- Nappez le dessus de la bûche de pâte à tartiner en lissant à l'aide d'une spatule.

- Découpez les 2 extrémités du roulé pour avoir un fini impeccable et décidez selon votre envie.

- Servez à température ambiante.

Astuce

Roulez le biscuit encore tiède dans un papier de cuisson pour encore plus d'efficacité.



Petits savarins à la pêche,
vanille et agrumes



Tradition de Noël

Pour 4 personnes – Préparation : 20 mn – Cuisson : 15 mn

Coût : ★ – Difficulté : ★

5 c. à soupe de pâte à tartiner chocolat/noisette	(environ 200 g) 4 œufs 120 g de sucre en	poudre 40 g de farine 1 pincée de sel
---	--	---

- Préchauffez le four à 180°C (Th.6).
- Cassez les œufs et séparez les blancs des jaunes. Fouettez énergiquement les jaunes avec le sucre afin que le mélange blanchisse. Ajoutez la farine.
- Dans un autre saladier, ajoutez une pincée de sel aux blancs d'œufs puis montez-les en neige.

Incorporez les blancs en neige progressivement à la préparation. Mélangez délicatement.

- Étalez la pâte sur une feuille de cuisson, mettez-la au four et laissez cuire 10 à 15 mn.
- Sortez le biscuit du four, roulez-le délicatement dans un torchon propre et humide. Laissez-le prendre sa forme pendant quelques instants.
- Déroulez-le et tartinez-le de pâte à tartiner. Roulez-le bien

Astuce

Roulez le biscuit encore tiède dans un papier de cuisson pour encore plus d'efficacité.

serré.

- Nappez le dessus de la bûche de pâte à tartiner en lissant à l'aide d'une spatule.
- Découpez les 2 extrémités du roulé pour avoir un fini impeccable et décorez selon votre envie.
- Servez à température ambiante.

Bûche à la crème légère et aux kiwis

Pour 4 personnes – Préparation : 40 mn
Cuisson : 10 mn – Repos : 1h – Réfrigération : 3h

Coût : ★ – Difficulté : ★★

4 œufs	gélatine
125 g de sucre en poudre	25 cl de jus de fruit de la passion
125 g de farine	40 cl de crème liquide
40 g de beurre demi-sel	150 g de nappage aux fruits de la passion

8 kiwis
5 grandes
feuilles de

Astuce

Vous pouvez remplacer le jus de fruit de la passion par du jus de mangue.

- Pour préparer le biscuit, préchauffez le four à 180°C (Th.6). Préparez une plaque beurrée et recouverte d'un papier de cuisson. Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Dans un 1er saladier, blanchissez les jaunes avec le sucre. Dans un 2nd, montez les blancs en neige avec une pincée de sel. Incorporez la farine tamisée dans le 1er saladier, mélangez puis versez le beurre fondu et les blancs en neige. Mélangez à nouveau.
- Versez cette préparation sur la plaque beurrée. Lissez à la spatule. Enfouissez et faites cuire 10 mn. À la sortie du four, attendez quelques minutes et roulez le biscuit sur le papier de cuisson. Laissez-le refroidir 1h.
- Épluchez, lavez et émincez très finement les kiwis.
- Faites fondre la gélatine dans un bol d'eau froide.
- Faites chauffer le jus de fruit de la passion et incorporez-y la gélatine essorée. Mélangez bien. Laissez refroidir sans que la préparation se gélifie.

- Montez la crème liquide en chantilly. Mélangez délicatement le jus de fruit de la passion refroidi à la chantilly.
- Déroulez le biscuit en retirant le papier et nappez-le de crème. Ajoutez quelques fines rondelles de kiwi et roulez-le sur lui-même. Badigeonnez du nappage aux fruits de la passion. Décorez de tranches de kiwi. Déposez au frais au moins 3h.



A. Beauvais - F. Hamel Cercles Culinaires CMEL

Mini-sabayon orange et moelleux chocolat

Pour 6 personnes – Préparation : 10 mn – Cuisson : 10 mn

Coût : ★ – Difficulté : ★

6 moelleux au chocolat de 25 g	2 brins de romarin	½ bouchon de rhum brun
3 oranges non traitées	2 jaunes d'œufs	40 g de sucre roux
5 cl d'eau	1 sachet de sucre vanillé	1 pincée de farine

Astuce

Pour une version non alcoolisée, remplacez le rhum par du jus d'orange !

- Commencez par prélever les zestes d'une orange après l'avoir bien rincée. Réservez-les.
- Disposez, dans 12 mini-cassioles, les quartiers d'orange épluchés à nu et de fines tranches de moelleux. Réservez.
- Faites infuser quelques minutes les brins de romarin dans 5 cl d'eau frémissante. Passez le liquide et ajoutez-y un demi-bouchon de rhum. Réservez.
- Battez énergiquement les 2 jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à l'obtention d'un mélange jaune pâle et mousseux. Ajoutez l'infusion de romarin et 1 petite pincée de farine.
- Au bain marie, à feu moyen, faites épaissir le mélange en fouettant sans arrêt jusqu'à l'obtention d'une crème qui marque les mouvements du fouet.
- Répartissez la préparation dans les mini-cassioles.
- Au moment de servir, passez-les sous le gril du four quelques minutes jusqu'à coloration. Dégustez immédiatement.



A. Point Studio pour Ker Cadéac

ni l'esprit de Noël, privilégiez des recettes de bûche plus modernes. Il vous suffit de réaliser une base biscuitée à l'aide d'œufs, de sucre et de farine puis d'y déposer une crème fait maison à base de fruits ou tout simplement de pâte à tartiner (pour séduire les plus jeunes, par exemple). Pour plus d'originalité, n'hésitez pas à préparer d'autres desserts de saison tel un mini-sabayon à l'orange accompagné de son moelleux au chocolat ou encore une crème dont la sauce champagne aux agrumes est un pur moment de bonheur gustatif.

Marie Guyader

Tradition
de Noël



Les merveilles pâtissières de la belle orange !

**LES BEAUX FRUITS
COULEUR ORANGE
APPORTENT DE LA
FRAÎCHEUR À VOS
RECETTES !**

Conserver le melon

Le melon se garde à température ambiante, jusqu'à sa pleine maturité (à la craquelure du pédoncule). Quand il est à maturité, vous pouvez le conserver quelques jours dans le bac à légumes de votre réfrigérateur, enveloppé d'un film plastique pour que son odeur ne soit pas trop forte. Et pour en profiter toute l'année, il est possible de le congeler. Pour cela, coupez la chair en petits dés ou en petites boules et mettez-les au congélateur dans une boîte ou un sachet hermétique.

Couleur chaude par excellence, le orange dynamise vos assiettes. Une teinte parfaite pour vos recettes estivales à base de fruits. Abricot, orange, melon, coing... les fruits qui se déclinent dans cette nuance sont nombreux avec leurs reflets très esthétiques. Ils se cuisinent très facilement et s'accordent avec de nombreux mets sucrés/salés.

Parmi les agrumes, l'orange et le pamplemousse, qui sont des fruits riches en vitamines C, donnent de belles colorations à vos plats. Ils leur apportent une pointe d'acidité délicieuse qui va agiter vos papilles. En salade, verrine, dans vos terrines ou autour de vos viandes comme le canard ou encore dans vos marinades pour le barbecue, les recettes sont infinies, notamment côté desserts sucrés. De délicieuses marmelades, des granités gourmands ou vos savoureux gâteaux s'accommodent parfaitement avec ces fruits surtout s'ils s'accompagnent de chocolat.

Pour les fruits d'été, ne passez pas à côté du melon, originaire d'Afrique intertropicale ! Choisissez ceux qui ont une apparence craquelée pour leur saveur

plus authentique. Il est à maturité quand sa queue, que l'on appelle le pécou, commence à se décoller. Avec son petit goût sucré inimitable, il ravit les papilles des petits et grands. Il procure à vos plats une touche de fraîcheur très appréciable avec la chaleur estivale. Il s'allie parfaitement avec les entrées salées comme le «Melon au jambon» ou en carpaccio, par exemple. En dessert, on l'apprécie pour les mets les plus simples (les granités de melon, par exemple) comme les plus spectaculaires (à l'instar de la charlotte au melon). Sa couleur chatoyante donne, à coup sûr, un esprit de fête à vos desserts sucrés.

Les pêches et nectarines gourmandes, elles, apportent douceur et gourmandise à vos assiettes. La couleur de la peau de ces fruits, du orange pourpre à l'orangé qui tire vers le rouge, contraste avec leur chair qui peut être jaune ou blanche. Ces antioxydants naturels se consomment avec leur peau pour en tirer tous les bénéfices. Pour vos plats, n'hésitez pas à les associer à de la volaille avec vos brochettes de poulet. Osez le crumble aux nectarines et les gratins gourmands relevés avec une pointe de cassis.

Audrey Pelé

Mille-feuilles aux agrumes

Pour 4 personnes – Préparation : 10 mn – Cuisson : 1 mn – Coût : ★★ – Difficulté : ★

8 tranches de pain mie à rouler
2 citrons non traités

2 pots de confiture d'oranges
60 g de sucre

60 g de beurre
200 g de fromage type cream cheese

- Étalez la confiture en fine couche sur 2 tranches de pain. Recouvrez-les avec une autre tranche de pain sans confiture de manière à former 2 grands sandwiches. Dans une poêle chaude, faite fondre une noisette de beurre, puis toastiez les 4 sandwiches sur

chaque face. Réservez

- Mélangez le cream cheese, le sucre et le zeste du citron. Tartinez cette préparation sur une face de chaque sandwich.

- Coupez les sandwiches en 3 parties dans la largeur et superposez-les.

Astuce

Pour obtenir un résultat plus net, enlevez l'excédent de crème à l'aide d'un couteau ou d'une spatule.

Mille-feuilles aux agrumes



Haddock fumé aux nectarines jaunes

Pour 4 personnes – Préparation : 10 mn – Cuisson : 20 mn
Coût : ★★ – Difficulté : ★

4 nectarines jaunes	Le jus de 1 citron jaune
4 filets de haddock fumé	20 g de beurre doux
50 cl d'eau	1 c. à café de cassonade
50 cl de lait demi-écrémé	Quelques feuilles de coriandre

- Pochez les filets de haddock en 2 fois. Plongez-les dans une casserole remplie de 25 cl d'eau et de 25 cl de lait pendant 6 à 7 mn. Pochez une nouvelle fois les filets dans le restant d'eau et de lait pendant 6 à 7 mn, puis déposez-les sur du papier absorbant.

- Lavez, dénoyautez les nectarines et coupez-les en 8 morceaux. Dans une poêle, faites chauffer le beurre et déposez les quartiers de nectarine. Saupoudrez de cassonade et laissez caraméliser pendant quelques minutes. Réservez.

- Servez vos filets de haddock fumé chauds avec les nectarines caramélisées accompagnés d'une sauce beurre citron, et ajoutez ensuite quelques feuilles de coriandre juste avant de déguster !

Astuce

Avec ce poisson, un vin blanc d'Alsace fait des merveilles !

Capuccino de pêches glacées aux pistaches

Pour 4 personnes – Préparation : 10 mn – Cuisson : 2 mn – Temps de réfrigération : 30 mn – Coût : ★ – Difficultés : ★

4 pêches bien mûres	1 c. à soupe de sucre en poudre
30 cl de lait	
10 cl de crème fleurette	3 c. à soupe de pistaches émondées (non salées)
2 c. à café de fleur d'oranger	

- Épluchez les pêches au-dessus d'une jatte et coupez-les en gros morceaux. Ajoutez le lait froid, le sucre et l'eau de fleur d'oranger et mixez le tout jusqu'à obtention d'un jus de fruit crémeux. Réservez au froid 30 mn environ.

- Concassez grossièrement les pistaches émondées. Versez les deux tiers dans une petite casserole, ajoutez la crème fleurette et laissez chauffer à feu doux 2 mn. Mixez aussitôt pour obtenir une crème verte et mousseuse.

- Versez le jus de pêche dans 4 tasses à café, puis ajoutez doucement la crème verte et parsemez la surface de quelques pistaches concassées.

- Servez aussitôt avec des petites meringues.

Astuce

Vous pouvez aussi accompagner votre préparation avec des petits biscuits à la cannelle ou avec les biscuits à thé.



MAGAZINES, JOURNAUX, CARNETS, ENVELOPPES...

LES INFORMATIONS CLÉS SUR LE PAPIER

Créé il y a plus de 2 200 ans, le support papier fait partie de notre quotidien. Pourtant il n'est pas certain qu'on le connaisse si bien. Voici 5 informations clés à savoir sur le papier.

1. ON NE DÉTRUIT PAS LES FORÊTS POUR FABRIQUER DU PAPIER

En France, on utilise majoritairement des chutes de production de scieries ou des déchets de bois issus de l'entretien des forêts dont la gestion durable préserve notamment la biodiversité.



90%
des papiers proviennent
de ressources durables

2. LES PAPIERS SONT DE PLUS EN PLUS ÉCOLOGIQUES

Les entreprises innovent pour réduire l'impact des papiers sur l'environnement. Par exemple, en utilisant des encres et des colles qui s'éliminent facilement lors du recyclage.



54%
des papiers
sont
éco-conçus

3. LE PAPIER RECYCLÉ EST DE BONNE QUALITÉ

Grâce aux progrès réalisés, on peut aujourd'hui acheter des produits d'écriture à usage courant de qualité : blocs-notes, carnets, cahiers, ramettes de papier... On peut même avoir des feuilles blanches ou encore avec des textures brillantes.



TRIER,
C'EST
DONNER
UNE NOUVELLE
VIE À NOS
PAPIERS

4. LES MULTIPLES DÉBOUCHÉS DU PAPIER RECYCLÉ

La pâte à papier recyclée peut servir aussi dans la fabrication de produits d'hygiène (essuie-tout, papier-toilette,...), d'emballages et même de produits isolants pour les habitations.



5. TOUS LES PAPIERS SE RECYCLENT

Journaux, papiers brouillon, magazines, catalogues, cahiers à spirale, enveloppes à fenêtre, prospectus... et pour cela, il suffit de les trier.

57%
c'est le taux de recyclage
des papiers en 2019





4 BLOCS de FOIE GRAS de canard

25[€]_{,90}
seulement



Composition du colis :

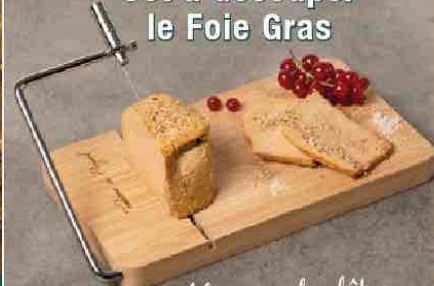
3 Blocs de Foie Gras de canard 65 g

1 Bloc de Foie Gras de canard 100 g



VOTRE CADEAU

Set à découper le Foie Gras



Un indispensable pour les fêtes

Plateau en bambou - Dimensions plateau : 21,8 x 12,7 cm
Offert sans Foie Gras

COMMANDES RAPIDES

☎ **0 892 160 164** Service 0,40 € / min + prix appel | @ **www.traditions-perigord.com**
7j/7 de 8h à 20h | Votre Code Privilege : **T1231**



À retourner avec votre règlement à **TRADITIONS DU PÉRIGORD**, ZAE du Périgord Noir, BP94, 3 avenue de la Borie de Vialard, 24212 SARLAT Cedex

OUI, je désire profiter de mon OFFRE *Traditions du Périgord* (sans aucun engagement d'achat ultérieur) :

T1231-1998-P2589

☐ **1 Colis** : 4 Blocs de Foie Gras de Canard soit 3 x 65g + 1 x 100g + 1 Set à découper le Foie Gras + les frais d'envoi à 2 € au lieu de 6,90-€ pour un total de **27,90 €**

☐ **2 Colis** : 8 Blocs de Foie Gras de Canard soit 6 x 65g + 2 x 100g + 2 Sets à découper le Foie Gras + les frais d'envoi à 2 € au lieu de 6,90-€ pour un total de **53,80 €**

Offre limitée à 2 Colis par foyer - Valable 1 mois

JE CHOISIS LE RÉGLEMENT PAR :

☐ Chèque bancaire à l'ordre de : **Traditions du Périgord**

☐ Carte bancaire

N°

Expire le / / N° cryptogramme Les 3 derniers chiffres au dos de votre carte.

J'indique ci-dessous mes coordonnées :

☐ Mme ☐ M.

Nom Prénom

Adresse

Code Postal

Commune

Tél. (pour faciliter la livraison)

Date de naissance (facultatif)

E-mail

Conformément à la loi «informatique et libertés» et au règlement européen du 27 avril 2016, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et de suppression des données vous concernant et de limitation ou d'opposition à leur traitement. Pour exercer vos droits, il vous suffit de nous écrire à : rgpd@traditionsduperigord.com ou par courrier. Vous pouvez consulter notre politique sur les données personnelles et l'ensemble de nos CGV sur www.traditions-perigord.com. Conformément à l'article L. 221-18 du Code de la consommation, vous disposez d'un délai de rétractation de 14 jours. En cas de problème de livraison ou de qualité, et uniquement dans ces cas, vous pouvez appeler le 05 47 75 70 04. TRADITIONS DU PÉRIGORD - ZAE du Périgord Noir - BP94 - 3 avenue de la Borie de Vialard - 24212 SARLAT Cedex - S.A.S. au Capital de 100 000€. R.C.S. Bergerac 8 300 966 603. COMMANDES RAPIDES @ www.traditions-perigord.com. En cas d'indisponibilité, vous recevrez un cadeau d'une valeur similaire.

Offre valable un mois à réception dans la limite des stocks disponibles, non cumulables avec d'autres offres similaires. Certains produits sont susceptibles d'avoir une DLC courte. La liste des ingrédients est disponible sur www.traditions-perigord.com. Livraison sous 5 à 8 jours selon les délais postaux après validation de votre commande. En cas de commande expédiée à une adresse non personnelle (boîte postale, camping, hôtel, code «armée»...), aucune réclamation ne sera acceptée pour non-réception ou réception tardive du colis. Conformément aux dispositions de l'article L. 122-1 du Code de la consommation, nous nous réservons le droit de refuser toute commande. En cas d'erreur sur un catalogue ou une offre laissant apparaître une incohérence ou un prix manifestement dérisoire, la commande sera annulée. Le Client sera informé dans les meilleurs délais afin qu'il puisse, s'il le souhaite, repasser une commande. Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour. www.mangerbouger.fr. Photos non contractuelles, suggestions de présentation.