



#### INGRÉDIENTS POUR 1 PERS. :

- 16.5 cl d'eau
- Sel pour mémoire
- ¼ de butternut
- 10 g de lait de coco
- ¼ gousse de vanille
- ¼ oignon rouge
- 1 morceau de pain taillé en croûtons et frotté avec de l'ail.

#### Fiche technique entrée

### **VELOUTÉ DE BUTTERNUT, LAIT DE COCO, VANILLE, ÉCLATS DE NOISETTES OU DE CHÂTAIGNES ET CROÛTONS À L'AIL**

#### DÉROULÉ :

- Couper le butternut en morceaux et émincer l'oignon rouge.
- Faire revenir le tout avec une pointe d'huile d'olive jusqu'à ce que ce soit légèrement coloré.
- Mouiller avec l'eau et la vanille, puis laisser cuire 25 min à feu moyen.
- A la fin de cuisson, mixer avec le lait de coco et vérifier l'assaisonnement.
- Au dressage, verser dans une assiette en rajoutant en les éclats et les croûtons.





#### INGRÉDIENTS POUR 20 PERS. :

##### Beurre de tubercule :

- 250 g de beurre doux
- 300 g de pulpe de pomme de terre
- 450 g de fond blanc de volaille
- 15g de fleur de sel de Guérande

#### INGRÉDIENTS POUR 1 PERS. :

##### Tombé de chou :

- 1/6 de chou vert
- ¼ oignon jaune
- 10 raisins de secs
- 20 g eau

#### Fiche technique plat

### **POISSON SELON ARRIVAGE AU BEURRE DE TUBERCULE, RIZ PILAF ET TOMBÉE DE CHOUX**

#### DÉROULÉ :

##### Beurre de tubercule :

- Mixer la pulpe de pomme de terre chaude avec le fond blanc, puis incorporer le beurre en morceaux et ensuite la fleur de sel.

##### Tombée de chou :

- Tailler le chou et l'oignon assez finement, puis faire revenir le tout avec l'eau à feu très doux.

##### Cuisson du poisson :

- Assaisonner et cuire à vapeur (15 à 20 minute suivant variété, épaisseur...) puis napper de la sauce avant de servir. Ou snacker le poisson.





#### INGRÉDIENTS POUR 1 PERS. :

- 50 g de crème montée
- 12.5 g de jaune d'œuf
- 5g de sucre
- 7.5 g de miel
- 25 g de mascarpone
- ½ poire
- 1 sachet de thé earl grey
- 100 g d'eau
- 50 g de sucre pour le sirop
- 1 biscuit cuillère

#### Fiche technique dessert

### TIRAMISU POIRES POCHÉES AU THÉ ET MIEL

#### DÉROULÉ :

- Pocher la poire dans l'eau avec le thé infusé et le sucre pour faire un sirop.
- Blanchir le jaune d'œuf avec le sucre, puis incorporer le miel.
- Mélanger ensuite le mascarpone au fouet, puis pour finir incorporer la crème montée.
- Pour le dressage, tremper le biscuit dans le sirop de cuisson des poires.
- Puis mettre le biscuit dans le fond, recouvrir avec la moitié de l'appareil, mettre la poire, taillée en morceaux, puis recouvrir avec le reste d'appareil.
- Laisser prendre au moins 2h au frais.

