



#### INGRÉDIENTS POUR XX PERS. :

- 1 Butternut
- 2 échalotes
- 1 cas de bouillon de volaille
- 2 cas d'huile d'olive
- 0,25 cl de crème liquide
- 0,25 cl de lait
- 1 pincée de muscade
- 1 pincée de sel

#### Fiche technique entrée

### VELOUTÉ DE BUTTERNUT ET CHIPS DE BLÉ NOIR

#### DÉROULÉ :

- Pour commencer, pelez, épépinez et coupez votre courge butternut en petits morceaux. Dans une sauteuse, faites dorer les échalotes finement coupées, puis ajoutez la courge et faites-la suer. Couvrez ensuite de lait ou de bouillon de volaille et laissez mijoter jusqu'à ce que la courge soit cuite.
- Assaisonnez avec du sel et de la noix de muscade, ajoutez la crème puis mixez le tout (rajoutez ou non de la crème selon la texture désirée).
- Pour dresser, versez le velouté dans un bol à soupe, déposez dessus quelques chips de blé noir. Dégustez bien chaud.

#### Chips de blé noir :

- Préchauffez le four à 180°C.
- Mettez vos galettes sur une feuille de papier cuisson. Badigeonnez-les généreusement à l'aide d'un pinceau avec l'huile de votre choix. Salez la surface de la crêpe, ajoutez éventuellement votre levure maltée ou vos épices, vos herbes etc.
- Taillez vos chips avec un bon couteau (pas besoin de les espacer sur la plaque) à la forme souhaitée.
- Enfourez pour 10 minutes en surveillant la fin de cuisson.
- Sortez la plaque du four, certaines peuvent être encore un peu molles mais elles durcissent en refroidissant. Il faut juste s'assurer qu'elles soient dorées mais pas trop foncées.
- Laissez complètement refroidir avant de garder dans un contenant hermétique.





### INGRÉDIENTS POUR 10 PERS. :

#### Les viandes :

- 1.500 kg de paleron,
- 700 g de poitrine,
- 400 g d'épaule de porc.

#### Les légumes et épices :

- 8 carottes,
- 8 navets,
- 4 poireaux,
- 2 oignons,
- 1 chou frisé,
- 2 branches de céleri (facultatif),
- sel,
- poivre et bouquet garni.

#### Farz noir :

- 1 l de bouillon de cuisson,
- 400 g de farine de blé noir,
- 2 œufs,
- 50 g de raisins sec,
- 120 g de beurre salé.

## Fiche technique plat

### KIG HA FARZ

#### DÉROULÉ :

##### Farz noir :

- Faire fondre le morceau de beurre dans un litre de bouillon emprunté au pot-au-feu. Y mélanger la farine de blé noir, les raisins et les œufs.
- Mettre la pâte dans un plat tapissé de papier sulfurisé et cuisson au four vapeur à 90°C pendant 1h30.

##### Les viandes et légumes :

- Dans un grand faitout, mettre de l'eau (4 à 5 litres) et les légumes épluchés (sauf le chou) avec sel, poivre et aromates.
- Lorsque l'eau frémit, ajouter l'épaule de porc et la viande de bœuf.
- Laisser cuire deux heures et demi.
- Pendant ce temps, faire blanchir le chou à l'eau bouillante salée pendant 5 à 6 minutes; vider l'eau. Achever la cuisson avec du beurre, juste avant de servir.
- Dressage en assiette creuse, disposez les légumes, la viande puis une tranche de farz sur le dessus et arrosez le tout avec le jus de cuisson.





#### INGRÉDIENTS POUR 10 PERS. :

- 220 g de farine
- 130 g de sucre en poudre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 3/4 de litre de lait
- 5 œufs
- 20 g de beurre
- 80 g de pépites de chocolat
- 3 grosses pommes (Granny ou golden)

#### Fiche technique dessert

### FAR BRETON AUX POMMES ET CHOCOLAT

#### DÉROULÉ :

- Pour commencer, préchauffez le four à 180°C (thermostat 6).
- Dans un saladier, mélangez le sucre, la farine et ajoutez le sucre vanillé.
- Puis ajoutez les œufs en prenant soin de bien mélanger délicatement le tout à chaque fois.
- Versez le lait et ajoutez le beurre au préalablement fondu puis mélangez jusqu'à ce que vous obteniez une pâte homogène.
- Beurrez le fond de votre moule et versez y la pâte.
- Ajoutez vos pommes couper en dès avec la peau.
- Vous pouvez placer votre moule au four, (à mi-cuisson ajouter les pépites de chocolat) laissez cuire une heure environ.

