



#### INGRÉDIENTS POUR 4 PERS. :

- Carottes des sables 200 g
- Fromage frais 80 g
- Ciboulette ½ botte
- Pain sec 100 g
- Beurre 20 g
- Pousse de moutarde 20 g
- Mini carottes 12 pieces
- Vinaigre balsamique blanc

#### Fiche technique entrée

### DÉCLINAISON DE CAROTTE EN TEXTURE, FROMAGE FRAIS, CHAPELURE DE PAIN AU BEURRE NOISETTE

#### Déroulé :

##### Velouté de carotte :

- Laver et éplucher les carottes.
- Tailler en mirepoix.
- Dans une casserole faire suer au beurre pendant 15 min, mouiller à l'eau à hauteur.
- Une fois cuit, mixer le velouté en rectifiant la consistance et l'assaisonnement.

##### Mini carottes vinaigrées :

- Laver et éplucher les mini carottes
- Faire sauter à l'huile d'olive sur un feu vif, assaisonner, déglacer avec du vinaigre balsamique blanc. Réduire jusqu'à cuisson des carottes.

##### Assaisonner le fromage frais :

- Dans un cul de poule fouetter le fromage frais avec un trait de crème liquide.
- Saler et poivrer, ajouter une demi botte de ciboulette ciselée.

##### Chapelure au beurre noisette :

- Dorer le pain au four 10 min à 170°C.
- Réaliser un beurre noisette avec les 20g de beurre.
- Mixer pour obtenir une chapelure grossière.
- Mélanger au fouet la chapelure le beurre noisette et une pincée de sel.
- Réserver.

##### Dressage :

- Dans une assiette creuse disposer les minis carottes vinaigrées tièdes,
- Ajouter deux petites quenelles de fromages frais.
- Parsemer avec la chapelure au beurre noisette.
- Finir l'assiette avec quelques pousses de moutarde.
- Servir le velouté chaud en saucière et verser devant le client.





#### INGRÉDIENTS POUR 4 PERS. :

##### Joue de bœuf parée 500 g

- Oignons 1 pièce
- Thym ½ botte
- Carotte 1 pièce
- Vin rouge ½ litre

##### Jus de bœuf ou veau 200 g

- Potimarron 1 pièce
- Huile d'olive pm

##### Vieille mimolette râpée 150 g

- Cerfeuil ½ botte
- Aneth ½ botte
- Coriandre ½ botte
- Pousse de blette

## Fiche technique plat

### **COMME UN PARMENTIER, BŒUF CONFIT, POTIMARRON, VIEILLE MIMOLETTE GRATINÉE**

#### Déroulé :

##### Confire les joues de bœuf :

- Colorer la viande dans un rondou bien chaud.
- Ajouter la garniture aromatique taillée en mirepoix (carotte, oignon, thym)
- Une fois le tout bien coloré, déglacer avec un le vin rouge puis mouiller a l'eau.
- Cuire à couvert sur feux doux jusqu'à ce que la viande s'effiloche. (3 heures environ)

##### Réaliser l'écraser de potimarron :

- Éplucher et tailler le potimarron en gros cubes.
- Rôtir dans une plaque au four avec un filet d'huile d'olive sel et thym.
- Une fois cuit, écraser le potimarron rectifier l'assaisonnement.
- Réserver au chaud.

##### Préparer une salade d'herbes :

- Mélanger des pluches d'aneth, de coriandre, de cerfeuil et les pousses de blettes.
- Laver et essorer
- Réserver au frais

##### Préparer la joue de bœuf :

- Décanter la viande puis l'effiloche
- Dans une casserole ajouter l'effiloché de joue de bœuf, rectifier l'assaisonnement et nourrir avec un peu de jus de bœuf pour obtenir un mélange juteux.
- Réserver au chaud.

##### Montage et dressage :

- Dans un emporte-pièce de 8 cm de diamètre placer une couche d'effiloché de bœuf.
- Couvrir avec un peu d'écraser de potimarron. Parsemer de vieille mimolette râpée.
- Gratiner sous la salamandre.
- Dans une assiette plate décercler la préparation, surmonter avec une petite poignée de salade d'herbes.
- Saucer le tour du parmentier avec le reste de jus de viande.





### INGRÉDIENTS POUR 4 PERS. :

#### Pour les fruits :

- Pommes golden 3 pièces
- Poires William 3 pièces
- Fève de tonka 1 pièce
- Beurre 20 g
- Citron jaune 1 pièce
- Astina cress 1 barquette

#### Pour le crumble :

- Farine 150 g
- Beurre 125 g
- Poudre d'amandes 50 g
- Sel 8 g
- Sucre 75 g

#### Pour la crème glacée :

- Lait entier 1 litre
- Crème fleurette 350 g
- Fève de tonka râpée 2 pièces
- Jaune d'œuf 60 g
- Sucre 200 g
- Poudre de lait 80 g
- Glucose atomisé 70 g
- Stab 2000 5 g

### Fiche technique dessert

## **DUO POMME ET POIRE CRU ET CUIT, ÉCLAT DE CRUMBLE, CRÈME GLACÉE À LA FÈVE DE TONKA**

#### Déroulé :

##### La glace :

- Porter à ébullition lait, crème, fève de tonka
- Blanchir jaune et sucre, ajouter le mélange de lait.
- Cuire à 80°C. ajouter le glucose et le Stab 2000.
- Mettre en bol à Pacosser et surgeler.
- Pacossé 30 min avant l'envoi.

##### Le crumble :

- Dans un batteur mélanger tous les ingrédients à la feuille.
- Émietter sur une feuille de papier cuisson cuire 12 min à 170°C.

##### Les fruits :

- Éplucher et tailler les pommes et les poires en cube de 1cm environ.
- Faire revenir les pommes dans un peu de beurre, une pincée de sucre (5min) et un peu de tonka râpée. Finir la cuisson avec le zeste et un trait de jus de citron. Refroidir.
- Mélanger avec les poires crues.

##### Dressage :

- Dans un bol creux disposer les fruits dans le fond.
- Couvrir avec le crumble émietté.
- Dresser une quenelle de crème glacée fève de tonka.
- Disposer quelques pluches d'Astina cress.

