



INGRÉDIENTS POUR 4 PERS. :

MONTAGE EN MILLEFEUILLE :

- 800 g BETTERAVE ROUGE CUITE
- 150 g FAISSELLE
- ¼ BOTTE DE CIBOULETTE
- 80 g ECHALOTES CISELEES
- 1 trait JUS DE CITRON
- POUDRE BAIES ROSES

SALADE CRUE TAILLEE EN JULIENNE

- 200 g BETTERAVE COULEUR/ JAUNE/BLANCHE/ROUGE/ CHOGGIA
- 50 g HUILE D'OLIVE PREMIUM
- 25 g VINAIGRE BALSAMIQUE

SAUCE ACCOMPAGNEMENT

- 100 g BETTERAVE ROUGE
- 15 g JUS DE BETTERAVE
- CURRY
- 10 g RAIFORT RAPE

DÉCORATION

- QUELQUES FEUILLES DE MACHE

Fiche technique entrée

LES BETTERAVES EN DÉCLINAISON

DÉROULÉ :

MILLEFEUILLE DE BETTERAVES :

- Egoutter les betteraves et réserver le jus.
- Tailler 8 tranches de betteraves d'une épaisseur d'un demi-centimètre et le même de diamètre.
- Avec le reste des betteraves, les tailler en brunoise, les mettre dans un saladier.
- Ajouter la faisselle égouttée, les échalotes, la ciboulette, le jus de citron et la poudre de baies roses. Mélanger le tout et rectifier l'assaisonnement.
- Monter les millefeuilles, une tranche de betterave, une belle cuillère de farce (faisselle) et terminer avec une tranche de betterave. Réserver au frais 1 heure.

SAUCE ACCOMPAGNEMENT :

- Mixer le jus de betterave avec 100 g de betteraves, le raifort râpé et le curry et assaisonner. (La sauce doit avoir la consistance d'un coulis).

JULIENNE DE BETTERAVE CRUE :

- Tailler les betteraves (chiogga, jaune, blanche, rouge) en julienne, assaisonner avec 1 trait d'huile d'olive et de vinaigre balsamique.

DRESSAGE :

- Déposer le millefeuille au centre de l'assiette, disposer la julienne sur le millefeuille. Décorer avec quelques feuilles de mâche et de coulis de betterave.





INGRÉDIENTS POUR 4 PERS. :

- 4 pavés PAVE DE TRUITE SUR PEAU

- 25 g HUILE RISSOLINE

RAGOUT DE CAROTTES :

- 250 g CAROTTE BLANCHE
- 250 g CAROTTE JAUNE
- 250 g CAROTTE NORMALE
- 1 OIGNON
- THYM/ LAURIER
- 150 g VIN BLANC
- 15 g AIL HACHE
- 100 g BEURRE

JUS DE VIANDE AU ROMARIN :

- 50 g HUILE D'ARACHIDE
- 250 g AILERONS DE VOLAILLE
- 100 g OIGNON
- 100 g CAROTTE
- 100 g POIREAUX
- ¼ VIN ROUGE
- ½ L FOND DE VEAU
- THYM/ LAURIER/ ROMARIN OU AUTRE
- FANES DE CAROTTES
- BEURRE

Fiche technique plat

LA TRUITE EN CUISSON LENTE, RAGOUT DE CAROTTES, JUS DE VIANDE AU ROMARIN

DÉROULÉ :

RAGOUT DE CAROTTES :

- Laver les carottes, les éplucher. Eplucher les oignons.
- Tailler les carottes en fines rondelle, puis les oignons. Hacher les gousses d'ail.
- Dans une casserole, mettre de l'huile d'arachide et le beurre puis les carottes, les oignons, l'ail haché. Faire suer sans coloration. Ajouter du thym, du laurier, le vin blanc et 2 verres d'eau puis couvrir. Laisser cuire 40 minutes à feu très doux et rectifier l'assaisonnement.

JUS DE VIANDE :

- Faire rôtir les ailerons de volaille jusqu'à l'obtention d'une belle coloration au four puis les mettre dans une casserole avec l'huile d'arachide et la garniture aromatique (carottes, oignons, poireau, ½ branche de romarin)
- Ajouter le vin rouge et le fond de veau, laisser mijoter doucement sur le feu. Passer le jus de viande au chinois et réserver.

CUISSON DES TRUITES :

- Poêler les pavés de truite avec la rissoline jusqu'à obtenir une légère coloration. Terminer la cuisson au four 4 à 5 minutes environ à 140°C.
- Dresser le plat harmonieusement.





INGRÉDIENTS POUR 8 PERS. :

- 8 POIRES ROCHA

SIROP DE CUISSON :

- 1 L EAU
- 200 g SUCRE
- 1 GOUSSE DE VANILLE
- 100 g MIEL
- 1 JUS CITRON

NAGE DE POIRE CASSIS :

- 50 g BILLES DE CASSIS
- 100 g CREME DE CASSIS
- POIVRE DE CASSIS
- ½ JUS DE CUISSON DES POIRES

APPAREIL A FINANCIER :

- 100 g SUCRE GLACE
- 35 g FARINE
- 35 g POWDRE D'AMANDE
- 80 g BEURRE NOISETTE
- 90 g BLANCS D'ŒUF
- 50 g BILLES DE CASSIS
- 25 g AMANDES EFFILEES

Fiche technique dessert

NAGE DE POIRE ET CASSIS, FINANCIER AMANDE

DÉROULÉ :

APPAREIL A FINANCIER :

- Réaliser un beurre noisette et refroidir.
- Dans un saladier, mettre les blancs d'œufs, la farine, le sucre glace et la poudre d'amande. Mélanger à l'aide d'un fouet.
- Ajouter le beurre noisette froid puis incorporer les billes de cassis à la spatule. Débarrasser et mettre au frais.
- Cuire dans des moules en silicone individuels à 180°C pendant 6 à 8 minutes avec quelques amandes effilées dessus.
- A la sortie du four saupoudrer de sucre glace. Réserver.

CUISSON DES POIRES :

- Réaliser un sirop de cuisson avec de l'eau, du sucre, de la vanille et du miel et porter à ébullition.
- Laver les poires et les éplucher.
- Mettre les poires dans le sirop de cuisson et cuire environ 20 minutes à feu doux avec un couvercle.
- Débarrasser les poires dans un récipient et réserver au frais.

NAGE POIRE / CASSIS :

- Dans un récipient, mélanger les billes de cassis, la crème de cassis, le poivre de cassis et le jus de cuisson des poires

DRESSAGE :

- Découper les poires en 2, les évider et les tailler. Les disposer en rosace, ajouter la nage au cassis et le financier amandes

