



LE GRAND REPAS

JEUDI 19 OCTOBRE 2023

TERRITOIRE CHARENTE

Fiche Technique Entrée :

VELOUTE DE MOJETTES AU CANARD CONFIT

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS :

- 500 g de haricot moquette déjà cuit
- 500 ml de bouillon de légumes
- 150 g de lardons allumettes
- 1 filet d'huile de truffe
- Effiloché de canard confit

DÉROULÉ :

- Faites chauffer l'eau et ajoutez le cube de bouillon de légumes
- Mixez les haricots en allongeant avec un peu de bouillon.
- Quand c'est bien homogène, versez la crème d'haricot dans le bouillon de légumes, mélangez et mettez à chauffer.
- En même temps, faites cuire les lardons, puis ajoutez-les à la soupe et sur la toute fin. Juste avant de servir, mettez un filet d'huile de noix aux truffes et au centre l'effiloché de canard confit.





LE GRAND REPAS

JEUDI 19 OCTOBRE 2023

TERRITOIRE CHARENTE

Fiche Technique Plat :

BLANQUETTE DE POULET AU SAFRAN DE L'ANGOUMOIS

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS :

- 10 blancs de poulet
- 30 g de beurre
- 1 dose de safran (0.1 g pour 30 personnes)
- 20 cl de crème fraîche liquide
- 2 échalotes

Pour les légumes et la sauce d'accompagnement :

- 1 brocoli moyen
- 3 œufs + 3 jaunes
- 30 cl de crème liquide
- 30 g de parmesan râpé
- 1 noix de beurre
- 1 grosse pincée de noix de muscade râpée
- Sel et poivre du moulin

DÉROULÉ :

- ✓ Faites revenir 10 minutes les blancs de poulet dans le beurre
- ✓ Hachez les échalotes et faites revenir avec le poulet
- ✓ Déglacez avec le vin blanc (rajoutez le vin) et laissez mijoter 10 minutes
- ✓ Rajoutez la crème fraîche et le safran
- ✓ Laissez cuire à feu doux 15 minutes
- ✓ Juste avant de servir, mixer la sauce avec 1 c. à café de beurre pour la « lisser »





LE GRAND REPAS

JEUDI 19 OCTOBRE 2023

TERRITOIRE CHARENTE

Fiche Technique Dessert :

MILLAS CHARENTAIS

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS :

- 3 œufs
- 100 g sucre en poudre
- 90 g de farine de blé
- 120 g de farine de maïs
- 80 cl de lait demi écrémé
- 35 cl de lait entier
- 2 cl de cognac
- 2 cl d'eau de fleur d'oranger

DÉROULÉ :

- ✓ Préchauffez le four à 180 °C.
- ✓ Dans un plat, versez le lait entier bouillant sur la farine de maïs et laissez tiédir.
- ✓ Ajoutez ensuite le lait et la farine de blé, mélangez.
- ✓ Ajoutez le sucre et mélangez de façon à obtenir une pâte lisse et homogène.
- ✓ Laissez reposer le mélange jusqu'à ce qu'il soit tiède.
- ✓ Ajoutez alors les œufs, mélangez. Terminez avec le cognac et la fleur d'oranger.
- ✓ Versez cette préparation dans un plat allant au four, sur une épaisseur de 2 à 3 cm.
- ✓ Enfourez pendant 45 minutes environ dans le four chaud.

