



LE GRAND REPAS

JEUDI 19 OCTOBRE 2023

TERRITOIRE HAUTS-DE-FRANCE



Fiche Technique Entrée :

QUICHE PAYSANNE AU MAROILLES

INGREDIENTS POUR 8 PERS :

Pâte brisée :

- 250 g de farine
- 125 g de beurre
- 2 g de sel
- 1 jaune d'œuf
- 50 g d'eau

Appareil à quiche :

- 4 œufs
- 300 g de crème fraîche liquide

Garniture paysanne :

- 400 g de pommes de terre
- 50 g d'oignon
- 80 g de lardons
- 40g de maroilles
- Poivre

DEROULE :

- ✓ Réaliser la pâte en commençant par mélanger farine et beurre, sabler, ajouter le sel, préparer le mélange liquide (jaune d'œuf et eau), mélanger le liquide à la préparation. Fraiser la pâte. Réserver au Frais.
- ✓ Réaliser l'appareil en battant les oeufs avec la crème, assaisonner
- ✓ Réaliser l'appareil à crème prise salée : oeufs et crème, ajuster l'assaisonnement juste avec le poivre
- ✓ Abaisser la pâte dans un cercle de 24 cm
- ✓ Monter la quiche avec une première couche de pommes de terre – oignons - lardons, couvrir avec la moitié de l'appareil. Réaliser une seconde couche, en terminant avec le maroilles. Compléter avec le reste de l'appareil à crème prise salée.
- ✓ Cuire 10 minutes dans un four à 180 °C puis baisser la température à 160 °C. Décercler au bout de 20 minutes.
- ✓ Vérifier la cuisson, et servir avec une petite salade d'endives (Facultative !)

Bon Appétit !





LE GRAND REPAS

JEUDI 19 OCTOBRE 2023

TERRITOIRE HAUTS-DE-FRANCE



Fiche Technique Plat :

CARRE DE PORC (ou POULET) AU MIEL & GARNITURE DU MARAICHER

INGREDIENTS POUR 8 PERS :

- 1,3 kg de carré de porc (ou poulet)
- 150 g de miel local
- 0,2 g de sel
- 1 l de jus de porc
- 40 g de carottes
- 40 g d'oignons

Garniture de légumes :

- 800g de carottes et fanes
- 60 g de beurre
- 600 g de chou local
- 100 g de crème
- 40 g d'oignons
- 1.2 kg de pommes de terre grenaille
- 50 g de persil ciselé
- 100 g d'oignons
- 60 g de margarine

DEROULE :

Préparation de la viande :

- ✓ Vérifier s'il faut retirer du gras. Lancer la cuisson pour bien colorer la pièce de porc (ou de poulet). Mettre en cuisson le carré, après l'avoir badigeonné de miel. Après un bon assaisonnement, faire cuire en basse température à 80 °C pour atteindre une température à coeur à 70 °C.
- ✓ Utiliser la russe pour la sauce : dégraisser, faire saisir les sucs de cuisson avec la garniture aromatique (oignons et carottes). Déglacer avec le jus de viande, et laisser cuire lentement, en y ajoutant le restant de miel.

Préparation des légumes :

- ✓ Eplucher et désinfecter l'ensemble des légumes
- ✓ Carottes fanes : cuire les jeunes carottes en vapeur puis les faire revenir dans le beurre. Bien assaisonner.
- ✓ Chou Rouge : émincer finement le chou rouge, lancer la cuisson en le braisant avec les oignons ciselés. Ajouter un peu d'eau. Compléter ensuite par la crème. Laisser confire le chou rouge. Réserver au chaud.
- ✓ Pommes de terre grenaille : les couper en deux (selon la taille). Faire fondre la margarine, mélanger les pommes de terre, assaisonner. Les cuire en programme Rationnel "Pommes Rissolées" environ 17 Minutes, ou en four Mixte, à 200 °C.
- ✓ Vérifier la cuisson du porc (ou poulet), le trancher, ajouter la sauce, et remettre au four 30 Minutes à 120 °C Couvert.
- ✓ Bon Appétit !





LE GRAND REPAS

JEUDI 19 OCTOBRE 2023

TERRITOIRE HAUTS-DE-FRANCE



Fiche Technique Dessert :

SABLE POMMES / NOIX et CREME LEGERE AUX AGRUMES

INGREDIENTS POUR 8 PERS :

Pâte sablée :

- 60 g de sucre glace
- 144 g de beurre
- 60 g de poudre d'amande
- 1 jaune d'œuf
- 50 g de zeste de clémentine
- 120 g de farine

Crème pâtissière au jus de pomme :

- 0,5 l de jus de pomme
- 3 jaunes d'œuf
- 40 g de maïzena
- 50 g de sucre
- 80 g de noix

Pomme au caramel :

- 750 g de pommes
- 20 g de crème
- 500 g de sucre

Crème légère à la vanille :

- 700 ml de crème liquide
- 70 g de sucre glace
- Zestes de clémentine

Décoration :

- 200 g de clémentines
- 20 g de noisettes
- 75 g de sucre

DEROULE :

- ✓ Réaliser la pâte en commençant par battre le sucre glace, les amandes et le beurre. Ajouter l'œuf. Mélanger et terminer par le zeste et la farine. Cette pâte sucrée ne doit pas être trop mélangée pour garder sa texture croustillante en fin de cuisson
- ✓ Étaler la pâte entre deux papiers sulfurisés et retirer la première feuille. Cuire à 160 °C durant 14 minutes.
- ✓ Réserver au frais avant de passer à l'étape de l'abaissage
- ✓ Faire cuire les pommes. Réaliser un caramel à la crème. Tailler les pommes en tranches, et les badigeonner de la sauce caramel. Les cuire au four à 150 °C durant 12 minutes
- ✓ Réaliser la crème pâtissière : chauffer le jus de pommes, mélanger le mélange Jaune d'œufs/Sucre/Maïzena, intégrer une partie du jus de pommes, cuire et mettre au frais (tamponner avec du beurre. Au bout de 10 minutes, ajouter les pommes en brunoise
- ✓ Monter la crème avec le sucre glace et la vanille.
- ✓ Réaliser les noisettes au caramel filé (cuisson du caramel), trempage des noisettes (utilisation d'un cure-dent). Préparer des suprêmes de clémentines
- ✓ Monter le sablé en commençant par la crème pâtissière au jus de pommes, disposer les pommes caramélisées en rosace, puis les noix, et finir par la crème (pochage en nuage)
- ✓ Réaliser la décoration avec les noisettes, les clémentines, et parsemer le sablé du surplus de pâte sablée.
- ✓ Servir frais

