



FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

Salade chèvre chaud / vieux Rodez

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

- Salade Verte 500 g
- Baguette 1/2
- Chèvre 300g
- Vieux Rodez 150g

DÉROULÉ

- Laver/essorer la salade (vinaigre blanc ou produit chloré) et réserver au frais.
- Trancher des rondelles de pain avec la baguette.
- Couper des rondelles de fromage de chèvre.
- Confectionner les toasts de chèvre en agrémentant avec un trait d'huile d'olive et des herbes de Provence.
- Faire des copeaux avec le Vieux Rodez (Robot Coupe, éplucheur).
- Réaliser la vinaigrette au miel (moutarde, vinaigre balsamique, huile, miel).
- Disposer la salade en bol, agrémenter de copeaux de Vieux Rodez, assaisonner.
- Disposer le toast de chèvre chaud au dernier moment.





FICHE TECHNIQUE PLAT

Coufidou

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

- Bœuf : morceaux (collier, paleron, macreuse) 1,5 kg
- Poitrine de porc fumée 500g
- Couenne de porc 150g
- Oignons 150g
- 4 carottes
- Vin rouge (côte de Millau) 0,2 l
- Ail, laurier, thym, persil, sel, poivre
- Farine et beurre pour la liaison
- Marc (eau-de-vie), facultatif 0,05 l

Accompagnement :

- 1kg pâtes
- Beurre

DÉROULÉ

De préférence, commencez la cuisson la veille.

- Colorez la poitrine de porc coupée en lardons dans une cocotte avec un fond de saindoux.
- Ajoutez la viande de bœuf coupée en cubes, le morceau de couenne, les oignons émincés et la gousse d'ail écrasée.
- Saupoudrez de 2 cuillères à soupe de farine, remuez, versez le marc et flambez.
- Mouillez avec le vin rouge, ajoutez les carottes coupées en bâtonnets, une feuille de laurier, du persil, du thym, du poivre moulu et un peu de gros sel.
- Couvrez et laissez "coufir" 3 heures à feu très doux.
- Le lendemain, réchauffez 1 heure avant de servir.





FICHE TECHNIQUE DESSERT

Crumble Pomme

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

- 10 pommes
- 200 g Farine
- 200 g sucre
- 160 g Beurre Demi sel
- Vanille PM
- Jus de citron

DÉROULÉ

- Allumer le four Th 8 (220°C), beurrer le plat allant au four.
- Peler et nettoyer les pommes, les couper en morceaux, les faire revenir dans une poêle avec un peu de beurre.
- Mettre les fruits dans le plat et verser le jus de citron par-dessus.
- Mélanger la farine, le sucre, ajouter le beurre mou coupé en morceaux.
- Mélanger le tout avec les doigts pour obtenir un sable un peu grossier.
- Parfumer de vanille.
- Étaler ce mélange sur les fruits en une couche régulière.
- Mettre au four et laisser cuire 20 à 25 minutes.
- Servir tiède.

