

JEUDI 3 OCTOBRE 2024

LOIRE -HAUTE LOIRE



FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

Oeuf parfait, gratin de courge muscade aux noix d'Ardèche et châtaignes, fourme de Montbrison

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

- 10 œufs extra frais

Pour le gratin de courge :

- 1,4 kg de courge muscade épluchée
- 150 g d'oignon émincé
- 100 g d'éclats de noix
- 100 g de brisures de châtaigne
- 100 g de fourme
- 150 g de miel
- Thym frais et romarin
- 50 g de beurre
- 50 g d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 100 g de crème
- Sel et poivre

Pour la finition :

- Roquette
- Huile de colza grillé

DÉROULÉ

Pour les œufs parfait:

- Cuire les œufs à 63 degrés pendant 50 minutes.
- Vous pouvez également opter pour des œufs pochés ou mollets.

Pour le gratin de courge :

- Couper la courge en 4, puis l'arroser d'huile et de beurre.
- Ajouter les aromates et l'ail.
- Envelopper dans une feuille d'aluminium et cuire au four à 170 degrés pendant 55 minutes.
- Retirer la chair cuite et la disposer dans un plat.
- Ajouter le fromage et la crème.
- Rectifier l'assaisonnement, gratiner, puis ajouter les fruits secs.
- Disposer l'œuf dessus, et ajouter la roquette et l'huile de colza grillé





FICHE TECHNIQUE PLAT

Paleron de veau confit, jus carotte badiane, râpée stéphanoise à l'estragon

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Paleron confit :

- 1,200 kg de paleron paré
- 60 g de beurre
- 200 ml de vin rouge
- 1 l de fond de veau
- 200 g d'oignons paille émincés
- 400 g de carottes épluchées et taillées en bâtonnets
- 2 gousses d'ail
- Thym, laurier et clous de girofle
- 5 étoiles d'anis
- Sel, poivre

Râpées :

- 1,500 kg de pommes de terre Bintje épluchées
- 100 g d'huile de tournesol
- 50 g de beurre
- 2 œufs
- 1 bouquet d'estragon haché
- 1 gousse d'ail écrasée
- 50 g d'échalotes ciselées
- Sel, poivre

DÉROULÉ

Pour le paleron confit :

- Rôtir le paleron sur toutes ses faces
- Rôtir les légumes mais garder 300 g de carottes en garniture qui seront cuites dans le fond de braisage.
- Mettre en cuisson le paleron pendant 15 heures à 82 degrés.
- À la fin de la cuisson, retirer le paleron, le refroidir avant de le découper en portions.
- Mixer le fond de braisage avec la garniture cuite pour lier la sauce, infuser avec la badiane, filtrer la sauce et la maintenir au chaud au bain-marie.
- Facultatif de monter au beurre.

Pour les Râpées :

- Râper les pommes de terre, les presser dans un torchon pour enlever un maximum d'eau de végétation.
- Ajouter le reste des ingrédients et assaisonner.
- Former les râpées et les faire cuire à la poêle dans un mélange d'huile de tournesol et de beurre jusqu'à ce qu'elles soient dorées et croustillantes.

Pour l'Assemblage :

- Rôtir brièvement les portions de paleron pour les réchauffer.
- Disposer une râpée au centre de chaque assiette, placer une portion de paleron dessus, ajouter quelques bâtonnets de carottes autour et napper avec la sauce au jus de carotte et badiane.





INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Pommes caramélisées :

- 200 g de sucre semoule
- 5 pommes du Pilat, épluchées et coupées en quartiers

Tiramisu au sarrasin :

- 3 jaunes d'œufs
- 100 g de sucre semoule
- 250 g de sarrasin
- 3 feuilles de gélatine (150 bloom), réhydratées
- 1 gousse de vanille
- 200 g de crème fouettée
- 3 blancs d'œufs montés en neige
- 30 g de sucre

Pour les biscuits :

- 20 biscuits à la cuillère
- 100 g de sucre
- 40 g de sirop de sureau

FICHE TECHNIQUE DESSERT

Pommes du Pilat façon tiramisu au sarrasin, biscuit au sureau

DÉROULÉ

Pommes caramélisées :

- Faire un caramel à sec.
- Laisser refroidir et pulvériser.
- Mélanger avec les pommes, mettre sous vide et cuire à la vapeur à 80 degrés pendant 15 minutes.
- Réserver au frais.

Sirop pour biscuits :

- Confectionner un sirop avec 100 g de sucre et 200 ml d'eau, ajouter le sirop de sureau.
- Imbiber les biscuits avec ce sirop et les disposer au fond d'un ramequin ou d'une assiette.

Tiramisu au sarrasin :

- Monter les jaunes d'œufs en sabayon avec 100 g de sucre et la vanille.
- Ajouter le sarrasin et la gélatine fondue.
- Incorporer délicatement la crème fouettée et les blancs montés en neige.
- Verser cette préparation sur les biscuits.
- Laisser prendre au frais.

Pour la finition :

- Disposer les quartiers de pommes caramélisées sur le tiramisu. Arroser d'un peu de caramel de cuisson.

Laisser reposer au frais avant de servir.

