
Foie gras poêlé	2
Légumes	2
Gratin de pommes de terre	2
Carré de veau (rassis)	3
Tarte tatin	3
Gratin de mandarine/banane au sabayon	4
Tartare de thon	5
« Minestrone » de poissons, aux légumes et aï oli	5
Flan au caramel	6
Saumon en apéro	7
Festival de Raviolis	7
Epaule d'agneau purée au safran	8
Tartelettes aux pommes	8
Cuisses de grenouilles	9
Crème d'asperges	9
Cailles aux poires et aux raisins	9
Mousse au chocolat /oranges-pamplemousses	10
Glace à la cannelle	10
Kiches	11
filets de perche	11
beignets aux pommes	11
tarte aux épinards	12
raviolis aux raves et ris de veau	12
atriots de lapins	12
Crème brûlée à la crème	13
Tarte à la courge	13

Foie gras poêlé

Ingrédients:

figues, dates et 2-3 pommes émincées, foie, beurre, miel, malvoisie

préparation:

couper le foie avec un couteau très chaud (1,5 cm), bien fariner, chauffer les poêles, cuire le foie avec sel et poivre, sécher sur du papier ménage

servir sur une assiette chaude avec garniture (figues et dattes) et poivre

garniture

cuire 2 pommes émincées avec un peu de beurre dans une poêle, ajouter figues et dates, en morceaux, quand le tout est bien chaud, ajouter 2 CC de miel et du vin blanc doux (malvoisie) pour déglacer,

verser « artistiquement » autour du foie sur une assiette bien chaude

Légumes

Ingrédients:

chou frisé, carottes, rave, ciboulette, haricots, persil, petites tomates, mozzarella, sel, poivre, une tombée de crème

préparation:

émincer : carottes, rave « en brunoise » (très fin), échalote, persil, blanchir les feuilles de choux dans de l'eau chaude bien salée (grosse poignée), cuire les haricots et les pois mange-tout dans la même eau, couper les haricots en petits morceaux, mettre ensuite une ration de légumes dans les feuilles de choux et attacher les feuilles avec une branche de ciboulette blanchie (pour qu'elle ne casse pas), mettre le tout sur une plaque de four bien beurrée

évider les petites tomates et les farcir avec le même mélange de légumes, 10-15 min au four avec des feuilles de basilic dessus, lorsque tout est cuit, un peu d'huile d'olive dessus... (j'en ai l'eau à la bouche en écrivant)

recuire les poids mange-tout pour décorer l'assiette

Gratin de pommes de terre

Ingrédients:

les pommes de terre, beurre, ail, crème, lait et un peu de fromage râpé (gruyère, binz, vacherin...), poivre et muscade, év. thym

préparation:

peler puis couper les pommes de terre à la mandoline (musique pour les doigts)

bien beurrer le plat à gratin

remplir le plat en mélangeant avec l'ail émincé et bien saler

ajouter crème, lait et un peu de fromage râpé, poivre et muscade, thym

bien mélanger le tout, rectifier, tasser, puis enfourner dans le four préchauffé à 220°

quand c'est prêt, napper de crème, couvrir d'alu, réserver

Carré de veau (rassis)

Ingrédients:

carré de veau, sel, poivre, huile d'olive, vin blanc, champignons secs (chanterelles d'automne, ...),

préparation:

inciser en damier la face grasse
saler, poivrer, bien masser
chauffer la braisière dans le four à 250°, huile d'olive
toujours commencer par le côté gras, 10-15 min par côté
contrôler la cuisson, si OK, emballer dans le papier alu
déglacer la braisière avec du vin blanc, récupérer dans une petite casserole, ajouter des champignons secs, laisser réduire
avant de servir, récupérer encore le jus dans le papier alu, l'ajouter aux champis, couper la viande en tranches de 2-2,5 cm

Tarte tatin

Ingrédients:

pommes, 140g de sucre et 100g de beurre et un sachet de sucre vanillé (ou bâton de vanille)

préparation:

pommes : peler, vider, couper en 2
trempier 2 secondes dans de l'eau froide très salée pour éviter l'oxydation
dans une grande poêle chauffer le sucre, le beurre et un sachet de sucre vanillé (ou bâton de vanille), remuer jusqu'à caraméliser
quand c'est brun clair et bien fondu, ajouter les pommes pour les cuire dans la poêle en les retournant sans cesse
quand elles commencent aussi à caraméliser, bien les serrer sur le dos, étaler la pâte feuilletée, bien fermer autour, percer à l'aide d'une fourchette
glisser la poêle dans le four préchauffé à 220°, pendant environ 20 min (papier alu autour du manche !)
sortir du four quand la pâte est belle brune, tourner sur un plat (bien se protéger contre le sucre brûlant qui coule
si la tarte est faite la veille ou le matin, réchauffer un p'tit coup avant de servir tiède.

Gratin de mandarine/banane au sabayon

Ingrédients:

mandarines, *Pour le sabayon (4pers)* :4 jaunes d'œufs (filtrer entre les doigts), 1 cuiller à potage de jus de clémentine, ½cuiller à potage de rhum, 1 cuiller à potage de sucre semoule, 1 cuiller à potage de sucre glace

préparation:

disposer les mandarines en fleur au fond des coupes à dessert, ajouter quelques rondelles de mandarines,
saupoudrer de sucre glace, puis 3-4 minutes dans un four à 180°
verser la préparation du sabayon dans une casserole, év. ajouter encore un peu de jus de mandarine
chauffer, remuer sur la chaleur, passer du chaud au froid en battant
quand c'est bien lié, verser dans les coupes et remettre au four pour gratiner
servir chaud

Suggestions du chef :

- avec l'entrée : Ermitage flétri
- avec la viande : Gamay
- pour clôturer : Champagne Vve Devaux 1990

Tartare de thon

Ingrédients:

thon rose frais (80-90 gr / pers) – sel – poivre – huile d'olive – un peu de crème – vin blanc – 2 jus de citron – Tabasco – poivre de Cayenne – sauce Worcester – ciboulette – persil – échalote – aneth – scarole frisée – rampon – endives – trévisse – cresson - ... - champignons de Paris -

préparation:

Émincer ciboulette, persil, échalote, aneth,
Couper le thon en petits cubes, ajouter ciboulette, persil, échalote, aneth, crème, vin, citron, Tabasco – poivre de Cayenne – sauce Worcester, ... selon goût
Nettoyer les salades
Faire une vinaigrette avec vinaigre balsamique, sel, poivre, huile d'olive, huile de pépin de raisin, échalote, persil
Déposer le thon moulu, au milieu de l'assiette, sur un lit de champignons..., décorer avec les salades et vinaigrette
Boire quelque chose comme du Riesling.

« Minestrone » de poissons, aux légumes et aioli

Ingrédients:

filet de lotte - gambas (3-4 /pers) – moules (100-150 gr/pers) – huile d'olive – échalote – 3 à 4 tomates – du concentré de tomate – queues de persil – thym – 2 à 3 carottes – 1 poireau – champignons - vin blanc – ail – 2 jaunes d'œufs – quelques feuilles de basilic

préparation:

Moules : nettoyer les moules, puis dans l'huile d'olive chaude faire revenir l'échalote et ajouter les moules, ajouter quelques brindilles ou queues de persil ou thym, arroser d'1 dl vin blanc, couvrir et laisser cuire environ 5 min.
Bisque : décortiquer les gambas, faire revenir dans l'huile d'olive les carcasses et les têtes, ajouter les tomates découpées ainsi qu'un peu de concentré. Ajouter 3 dl de vin blanc et de l'eau, laisser cuire à gros bouillons env. 10 min, mixer le tout et passer au tamis fin. Faire revenir dans l'huile d'olive des bâtonnets de carottes et de poireau, un peu d'échalote et des champignons, ajouter la bisque, les moules, sel, poivre, poivre de cayenne.
La lotte : parer les filets, les émincer en gros ragoût. Dans une poêle avec un peu de bisque, pocher les morceaux de lotte, récupérer le jus et ajouter à la bisque.
Les gambas : faire revenir les gambas dans une poêle avec le l'huile d'olive.
Aï oli : mélanger 1 gousse d'ail pressée et les jaunes d'œufs, mélanger vigoureusement en ajoutant très lentement l'huile d'olive, poivrer.

Dans une assiette creuse, quelques morceaux de lotte et de gambas, une bonne louche de bisque par-dessus, quelques feuilles de basilic émincées, et décorer avec une cuiller à café d'ail oli.

Boire une Petite Arvine sèche

Flan au caramel

Ingrédients:

Crème vanille : ¼ litre de lait – 3 œufs entiers - 50 gr de sucre – ½ gousse de vanille

Caramel : 100 gr de sucre semoule – 30 gr d'eau

Caramel liquide : 50 gr de sucre – 2 dl de jus de pommes

3-4 pommes Golden – sel – beurre – amandes séchées – sucre – sucre glace – feuille de menthe, raisins secs, ...

préparation:

Faire un caramel et le répartir dans des petits moules individuels.

Faire cuire le lait avec la vanille, mélanger le sucre et les œufs jusqu'à ce que le mélange blanchisse puis ajouter le sucre vanillé, verser le lait sur le mélange œufs/sucre, récupérer les grains de vanille (les mélanger avec du sucre et ajouter aux œufs), enlever la mousse qui s'est formée.

Verser cette crème dans les moules, les poser dans un plat à four, mettre de l'eau pour faire un bain-marie à hauteur de la ½ des moules et mettre cuire au four à 160-170° durant 20 à 30 minutes. Contrôler la cuisson en piquant une aiguille à tricoter dans un flan, elle doit ressortir sans trace.

Faire cuire le sucre et le jus de pommes pour faire un sirop. Peler des pommes Golden, les vider, les couper en 4 puis en tranches, les plonger rapidement dans de l'eau froide très salée, les faire revenir au beurre clarifié. Quand elles sont brunes, les sucrer.

Faire griller les amandes dans le reste du beurre (petit lait), saupoudrer de sucre pour les caraméliser un peu.

Servir le flan démoulé sur une assiette, décorer de pommes et d'amandes, saupoudrer de sucre glace, une feuille de menthe, des raisins secs, et de caramel liquide...

Boire par exemple une Petit Arvine « Sous l'escalier » 1990 du Mont d'Or ...

Bon appétit.

Saumon en apéro

Ingrédients:

saumon frais – huile d'olive – sel – fleur de sel – poivre – 1 dl vin blanc – basilic – oignon rouge – jus de 2 citron

préparation:

Sur un plat huilé à l'huile d'olive, étaler de fines tranches de saumon, saler, poivrer, badigeonner de vin blanc, étaler les rondelles d'oignon, éparpiller de petits morceaux de basilic, jus des citrons.

Laisser reposer 15 min, rectifier l'assaisonnement...

Festival de Raviolis

Ingrédients:

asperges vertes – épinards – basilic – persil plat – ciboulette – cerfeuil – ricotta – petits légumes pour une brunoise (2-3 carottes – poivron – poireau – raves) – pignons – moules - saumon frais - aï oli – pâte à nouilles – œufs – parmesan -

préparation:

farce 1 : dés de 1 cm³ de saumon frais et aï oli

farce 2 : cuire épinards, cerfeuil, persil plat dans de l'eau bouillante salée, bien essorer, émincer très fin, mélanger avec la ricotta

farce 3 : faire une brunoise de carottes, céleri, poireau,... blanchir, saler, poivrer, mélanger avec la ricotta et des pignons hachés

Epelucher les asperges, les couper en biais, cuire séparément les têtes et le reste, idem avec les carottes,

Emonder 3 tomates, enlever les filets, les couper en dés pour garniture, rajouter le reste avec les légumes dans la braisière pour la viande

Utiliser les farces pour garnir les raviolis, coller avec du jaune d'œuf et un tout petit peu d'eau, étaler les raviolis dans une plaque sur un fond de semoule de blé dur (pour éviter de coller au fond), cuire doucement les raviolis dans de l'eau avec huile et sel

Faire revenir dans une poêle les asperges et pointes, idem avec les raviolis et un peu de beurre.

Garnir l'assiette avec 3-4 raviolis, décorer avec les pointes d'asperges, les moules, épinards, tomates, œufs de saumon, basilic frais, arroser avec un peu de brunoise, du parmesan...

Epaule d'agneau purée au safran

Ingrédients:

épaule d'agneau – sel – poivre – carottes – poivrons – huile d'olive – endives – céleri - pommes de terre – citron – persil – thym – champignons de Paris – céleri – poireau carottes - tomates

préparation:

Saler, poivrer l'épaule, bien frictionner, dans une braisière avec huile d'olive, puis au four 220-205°

Couper les endives en 2, remplir un plat à four, huile d'olive, sel, poivre, sucre, beurre
25 à 30 minutes à 180°

Peler les pommes de terre, les couper en gros morceaux. Les faire cuire dans du lait, saler, poivrer, remuer pour ne pas laisser brûler

Récupérer un peu de lait, ajouter 3-4 pointes de couteau de safran, écraser les pommes de terre dans le reste du lait, rajouter le lait safrané, bien brasser

Sortir les épaules dès qu'elles sont cuites, faire revenir les légumes dans la même braisière, avec les oignons, champignons, thym, céleri en dés, poivrons, poireau, carottes ...

Dès que les légumes sont cuits, les sortir et déglacer avec une peu de vin blanc et de la sauce à rôtir.

½h avant de servir, remettre la viande, les légumes et la sauce au four pour réchauffer.

Blanchir 3 fois des zestes de citron, émincer très petit avec du persil, faire fondre un peu de beurre, mélanger le tout, décorer les assiettes...

Tartelettes aux pommes

Ingrédients:

4-5 pommes – pâte feuilletée – beurre – huile d'olive - menthe – sucre – sucre glace

préparation:

peler et vider les pommes, les plonger rapidement dans l'eau froide bien salée, les découper en rondelles (mandoline)

découper la pâte à l'emporte-pièce, étaler sur une plaque farinée, garnir de 3-4 rondelles de pommes, enfourner à 200, glacer au beurre
mixer l'huile d'olive, la menthe et le sucre

disposer la tartelette sur la mixture menthe-sucre, saupoudrer de sucre-glace

Cuisses de grenouilles

Ingrédients:

150-200 grammes de cuisses de grenouilles/pers. – beurre aux fines herbes - tomates

préparation:

beurre : échalotte, ail, persil, basilic, sel, poivre, worchester, tabasco, thym, jus de citron !
ouvrir, bien essuyer, saler, poivrer les grenouilles – juste avant de les cuire dans du beurre clarifié
émonder 4 tomates, tirer les filets, couper en dés
mélanger le beurre aux herbes avec les cuisses dans un blair, basilic, dés de tomates et au four
garnir l'assiette avec 2-3 feuilles de basilic, une fine rondelle de citron, les cuisses, un peu de fleur de sel

Crème d'asperges

Ingrédients:

farine de riz (arborio au mixer) – beurre – asperges - crème

préparation:

bien peler les asperges, séparer les têtes, émincer le reste
cuire les bouts d'asperges - cuire les têtes séparément
chauffer du beurre dans une grande casserole, ajouter farine de riz, ajouter les asperges – un cube de bouillon - laisser cuire à feu doux
mixer, ajouter la crème
garnir l'assiette avec 2-3 têtes d'asperges et la soupe autour

Cailles aux poires et aux raisins

Ingrédients:

caille, sel, poivre, huile d'olive, beurre, poires louise-bonne,

préparation:

les cailles : saler, poivrer, bien faire pénétrer, y compris à l'intérieur avec un peu de beurre, dans la braisière huilée (d'olive) 250°, 10 min de chaque côté
peler les poires, découper en quartiers, faire revenir au beurre clarifié, ... à la fin de la cuisson, rajouter du raisin (év. pruneaux), sucrer pour glacer

polenta : (Maggi) suivre instructions du sachet pour la cuisson, étaler ensuite dans un blaire, enfourner pour la sécher un peu, découper en galettes
beurrer un blaire, disposer les galettes, creuser dessus, remplir de gorgonzolla, , remettre au four quand les cailles sont cuites

Mousse au chocolat /oranges-pamplemousses

Ingrédients:

125 g de chocolat « crémant » - 1 c à c de café ou nescafé dissout dans de l'eau chaude – 2 œufs – 25 g de sucre – 150 g de crème – Paillette de Lindt , extra plats foncé –

préparation:

Fondre dans une casserole 125 g de Crémant avec 1 c à c de Nescafé dissout dans un peu d'eau chaude.

Bien battre 2 œufs avec 25 g de sucre, jusqu'à ce que cela devienne blanc (dans un grand bol)

Ajouter 150 g de crème Chantilly

Battre 2 blancs d'œufs pas trop ferme, avec 5 g de sucre.

Ajouter les jaunes au chocolat fondu (attention que le chocolat ne soit pas trop chaud), ajouter délicatement la Chantilly et ensuite les blancs d'œufs

Ne pas hésiter à mettre la mousse au frigo 1 bonne heure avant de la servir afin qu'elle soit bien froide

Facultatif, mais délicieux :

Ajouter des paillettes de chocolat faites avec une boîte de Lindt extra plats foncés, que l'on écrase dans un sac en plastic, avec un rouleau à pâte

Salade oranges-pamplemousses :

Zestes d'oranges et de pamplemousses, étêter, sortir les filets, presser le reste pour récupérer le jus que l'on rajoutera aux filets

Idem avec quelques citrons verts.

Blanchir les zestes 3 fois, cuire avec du jus d'orange, bien sucrer, laisser réduire

Mettre la crème au chocolat dans un sac à douille, « verser » dans de petits moules, garnir d'une rondelle de chocolat de même diamètre, garnir de fruits, zestes, raisinets...sucre glace. Je souffre du réflexe de Pavlov !

Glace à la cannelle

6 jaunes d'œufs – 250 g de sucre
mélanger jusqu'à l'obtention d'une mousse blanche

arôme : 2-3 bâtons de cannelle – 5 dl de lait
chauffer le lait avec la cannelle

mélanger les œufs et le lait
faire cuire au bain-marie ou à la rose

6dl de crème double, incorporer avant de mettre dans la sorbetière

Glace au caramel :

250g de sucre – 125g eau – 250g lait – 25g crème de lait –1 pincée vanille

Kiches

Ingrédients:

Lardons fumés – oignons – tomates pellati – œufs – crème – gruyère – lait – pâte brisée – basilic – thym – doucette (=rampon) - vinaigrette

préparation:

faire revenir le lard et les oignons coupés en rondelles
étendre la pâte sur un papier au fond d'une plaque, découper la pâte à l'extérieur, pincer les bords, piquer le fond.
étendre les tomates écrasées, quelques morceaux de feuilles de basilic, thym
étendre les oignons, sel, poivre, puis les lardons, du gruyère moulu, du persil
verser le liant
au four préchauffé à 200°, 35-40 min.
servir avec une salade de doucette / vinaigrette

filets de perche

Ingrédients:

petites tomates- huile d'olive – poivre – sel – une poignée de sucre, et au four à 200°

préparation:

pommes de terre : couper les bouts, peler en 7 fois en tournant... cuire à l'eau
friture de légumes : couper poireaux, céleri et carottes en branches, fariner et frire (huile d'olive + huile d'arachide), laisser égoutter sur du papier ménage. Frire aussi persil, échalote et feuilles de basilic (sans fariner !)
fariner les filets en bloc, dans un écumoire, frire dans une poêle, côté peau seulement !, réserver au chaud dans un blaire
beurre clair (ici au thym) : un fond de vin blanc, thym en branches, laisser revenir, un peu, ajouter du beurre, saler, poivrer, un peu de jus de citron, (récupérer aussi le jus que donne encore le poisson réservé)

beignets aux pommes

Ingrédients:

pâte : ½dl lait – 3 cs de farine – 3 œufs entiers – 4 blancs d'œufs – 2-2 cs de crème double
crème au jus de pommes : 5 jaunes d'œuf – 2 cs de sucre – 2 dl jus de pommes – 1 sachet de sucre vanillé
4-5 pommes

préparation:

mélanger tous les ingrédients de la pâte
préparer la crème comme les crèmes brûlées
peler et couper 4-5 pommes en rondelles, les tremper dans la pâte
sauter des 2 côtés dans du beurre lié et dresser avec la crème au jus de pomme

tarte aux épinards

Ingrédients:

500g d'épinards – 2 œufs – 4 à 5 échalotes – 150 g de lard fumé – 2 œufs – 125 g de fromage râpé – 1 dl de crème – muscade – sel et poivre

préparation:

faire revenir le lard, puis ajouter l'échalote émincée
étaler la pâte sur un plat beurré et fariné, piquer le fond, pincer les bords...
hacher les épinards, ajouter 2 œufs, le fromage râpé, la crème
étaler le lard-échalote, puis les épinards, assaisonner, au four ~40 min.

raviolis aux raves et ris de veau

Ingrédients:

ris – pleurotes – ch. de Paris – raves – asperges vertes – tomates -

préparation:

peler, couper, blanchir les asperges
découper les tomates pelées en dés, laisser cru
découper le céleri en disques, puis découper à l'emporte-pièce dentelé – blanchir
cuire le ris de veau dans un fond de sauce – le nettoyer (nerfs, peaux,...), émincer, faire revenir
émincer les champis et les faire revenir, sans les nettoyer, sans assaisonner
mélanger ris, champis, assaisonner, crème, vin blanc
servir entre 2 tranche de céleri (=ravioli), décorer avec les dés de tomates, bouts d'asperges...

atriots de lapins

Ingrédients:

2 lapins et leurs foies et rognons – sel – poivre – thym – romarin – échalote – ciboulette – persil – crêpine de porc – un peu de tout légume (céleri, poireau, carotte) – lentilles – oignon – huile d'olive -

préparation:

désosser les lapins, faire revenir les os et la têtes dans un blair au four à 230° (fond), assaisonner sel, poivre, romarin, thym
hacher le lapin et les foies, assaisonner sel, poivre, romarin, thym, ciboulette, persil, rouler le tout en boulettes dans la crêpine...

Crème brûlée à la crème

Ingrédients: pour 10 personnes

8 jaunes d'œufs – 1 litre de crème – 150 g de sucre – 2 dl de lait – feuilles de menthe, verveine, 3 gousses de vanille... - sucre brun

préparation:

battre les œufs avec le sucre jusqu'à obtention d'une mousse claire
ajouter la crème
bouillir le lait et y infuser les herbes – ouvrir les gousses de vanille et bien racler avec le couteau, laisser tirer
ajouter l'infusion passée à la base
verser la crème dans une passoire pour y enlever les bulles
mettre dans des petits pots rangés dans un plat au four (pla préalablement tapissé de papier ménage), ajouter de l'eau chaude dans le plat à 1/3 de la hauteur
préchauffer le four à 150°, y cuire au bain-marie la crème durant 40 à 45 min.
laisser reposer quelques heures au frigo
saupoudrer de sucre brun
passer au chalumeau et servir

Tarte à la courge

Ingrédients:

pâte brisée – courge – échalote – lard fumé – sel – poivre – coriandre – crème épaisse

préparation:

cuire au four la tarte seule
faire rissoler les lardons
faire suer la courge râpée röstie dans du beurre avec l'échalote
ajouter les lardons, épicer, lier à la crème
recouvrir la tarte et napper de crème chantilly
quelques minutes à la salamandre
