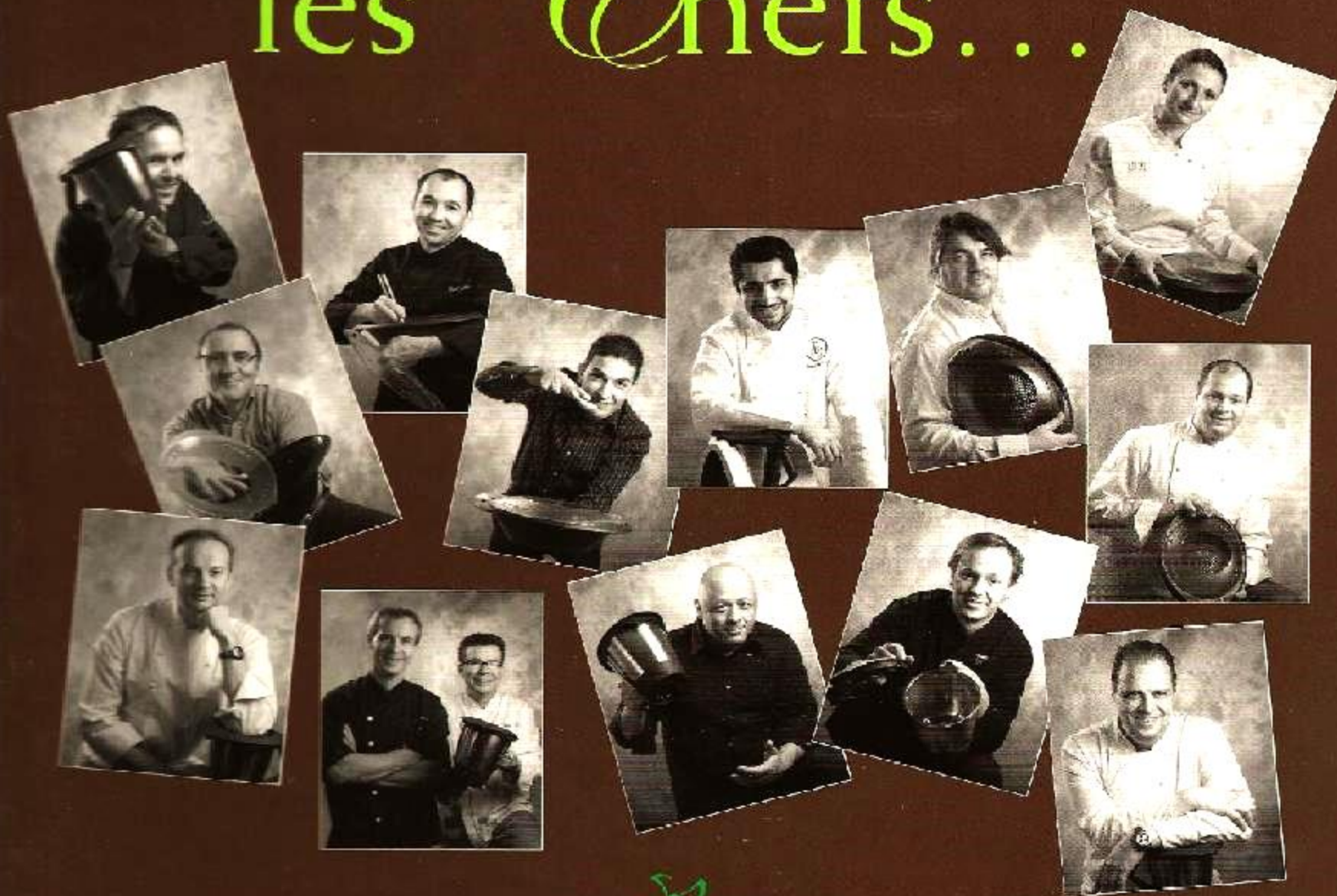


VORWERK

*Le meilleur pour votre famille*

# Cuisinez comme les Chefs...



Thermomix

Editorial > P5  
Les Grands Chefs et Thermomix > P6  
La carte des chefs > P7

Anne -Sophie  
**PIC**



Menu quotidien > P8  
Menu gastronomique > P9  
> P14

Nicolas  
**LE BEC**



Menu quotidien > P22  
Menu gastronomique > P23  
> P28

David  
**ZUDDAS**



Menu quotidien > P34  
Menu gastronomique > P35  
> P40

Eric  
**WESTERMANN**



Menu quotidien > P46  
Menu gastronomique > P47  
> P52

Didier  
**ELENA**



Menu quotidien > P60  
Menu gastronomique > P61  
> P66

Christian  
**LE SQUER**



Menu quotidien > P72  
Menu gastronomique > P73  
> P78

Gilles  
**CHOUKROUN**



Menu quotidien > P84  
Menu gastronomique > P85  
> P90

Michel  
**BRUNEAU**



Menu quotidien  
Menu gastronomique

> P96

> P97  
> P102

Loïc et Pascal  
**PEROU**



Menu quotidien  
Menu gastronomique

> P108

> P109  
> P114

Akramc  
**BENALALL**



Menu quotidien  
Menu gastronomique

> P120

> P121  
> P126

Thierry  
**MARX**



Menu quotidien  
Menu gastronomique

> P132

> P133  
> P138

Sylvestre  
**WAHID**



Menu quotidien  
Menu gastronomique

> P144

> P145  
> P152

Alain  
**LORCA**



Menu quotidien  
Menu gastronomique

> P158

> P159  
> P164



Recettes rapides



Recettes économiques



Recettes légères



Recettes créatives



Recettes "un temps d'avance"

Des petits trucs en plus... > P170

Glossaire > P171

Index thématique des chefs > P178

Index thématique > P180

## ... Thermomixez-vous en Grand chef !

Le monde de la Grande Cuisine nous apparaît souvent comme un monde secret et mystique. Des recettes magiques y bouillonnent, frémissent dans les casseroles et les fourneaux ; cent fois pensées, concoctées, corrigées par des cuisiniers possédés par leur passion ; cent fois réinterprétées et copiées, mille fois servies par des mains dévouées, elles prennent vie dans nos assiettes comme assemblées par un souffle magique.

Mais qui sont les âmes qui animent ces lieux mythiques : Orient Express, Pavillon Ledoyen, le Crillon, Château des 7 tours... ? Des passionnés du Monde, des visionnaires manipulant de nouvelles techniques avec dextérité, des hommes et des femmes généreux avides de transmettre leur savoir : **Anne-Sophie Pic, Thierry Marx, Didier Elena, Christian Le Squer, Alain Llorca**, mais aussi **David Zuddas, Gilles Choukroun, Akrame Benallal, Loïc et Pascal Pérou, Nicolas Le Bec, Eric Westermann, Sylvestre et Jonathan Wahid, Michel Bruneau...**

Artistes d'aujourd'hui et de demain réunis autour du Thermomix pour vous offrir un petit aspect de leur savoir faire en quelques recettes. L'exotisme raffiné d'un « Carré d'agneau aux épices et son chou-fleur à la noisette » de Akrame BENALLAL, les associations ludiques des « nems de poulet cuit à la vapeur pour une bouché de légumes aux arachides » de David ZUDDAS, la délicatesse d'une « crème brûlée de foie gras » de Anne-Sophie PIC, mais aussi les « sandwiches à la volaille et aux côpes » revisités par Didier ELÉNA sont des extraits des menus quotidiens et gastronomiques qui vous sont offerts aujourd'hui par nos grands Chefs.

Saviez-vous que des centaines d'étoiles brillent dans votre ciel Thermomix ? De Paris à Marseille et de Valence à Bordeaux, de Tours à Nantes, des centaines de Chefs sont, tout comme vous l'êtes, fervents adeptes du Thermomix. Ludique, traditionnelle, innovante ou plus conventionnelle cette diversité a toujours été la richesse de la cuisine Thermomix.

Alors suivez nous dans l'univers des Chefs et décrochez vous aussi vos étoiles Thermomix...

Sandra JOSSIEN  
Responsable Marketing

et

Anne-Laure ALLIEN  
Chargée du développement  
des recettes

# Les Grands Chefs et Thermomix...

Alsace (22)	Berry au Bac La table 105	M. et Mme Gibl	Loire-Atlantique (44)	Nantes L'attitude	Jean-Yves Guého
Alsace (23)	Churoux La ferme Saint Sébastien	Kristine Saignes-Chavez	Loire-Atlantique (44)	Saint-Jacques La mère aux oiseaux	Eric Guélin *
Alsace (23)	Meillard Auberge gourmande	Olivier et Delphine Talbot	Maine-et-Loire (49)	Angers Le petit comptoir	M. et Mme Cosnier
Alpes-Maritimes (06)	Mussons La Maison de Moussem	Alain LORCA	Nord (59)	Reims Château des Comtes	Daniel ELÉGI
Alpes-Maritimes (06)	Valbonne Les cigales	Alain Randi	Montain-et-Muscille (51)	Louviers La gargouille	Jean-François Rubbo
Aude (11)	Narbonne La table Saint-Crescent	Claude-Straud	Montain-et-Muscille (51)	Nancy Le granité à sel	Rémy Fréchet *
Auxerre (89)	Vincennes La Bouteille	Eric WESTERMANN	Nord (59)	Marquies-Barroul Auberge via la Gastronomie	Jean-Marc Lesfere
Bas-Rhin (67)	Strasbourg La Crocodile	Ernie Jung	Paris (75)	Paris 5 Maison Gustave	Andréas et Evgenia Mavromiatis
Bouches-du-Rhône (13)	Eygalières Bistrot d'Eygalières - chez Bra	M. et Mme Bru	Paris (75)	Paris 6 Mélodie Danuze	Hélène Danuze
Bouches-du-Rhône (13)	Les Baux de Provence L'assiette de boumiers	Sébastien VAILLET	Paris (75)	Paris 6 Rafais Louis 2011	Manuel Martinez
Bouches-du-Rhône (13)	Marseille Le petit Nice - Jassadat	Gérald Jassadat	Paris (75)	Paris 8 Aïna Ducasse au Nizam Athénis	Denis Courtade
Calvados (14)	Audouville Château d'Audouville	Corinne Uggé-Levet	Paris (75)	Paris 8 Ritzoal	Pierre Perrinot
Corse (20)	Corte La Villa	Jean-Pierre Binault	Paris (75)	Paris 8 Chillon - Les ambassadeurs	Jean-François Plage
Corse (20)	Rovanu L'arche des remparts	Roland Chahyadi	Paris (75)	Paris 8 Four gastronomique Georges V le d'ing	Prince de Waleff
Corse (20)	Déjà J-P Bileau au très aux choux	Jean-Pierre Bileau *	Paris (75)	Paris 8 Le Flea Danica	Gouroux Louchot
Côte-d'Or (21)	Dijon Dijon 2011	Gérard BUDENS *	Paris (75)	Paris 8 Bouillon Breizh	Christophe LE SQUILLER
Côte-d'Or (22)	Triburlet Il Al Linnier	Gérard et Danièle Jannay	Paris (75)	Paris 8 Pierre Gagnaire	Pierre Gagnaire
Dordogne (24)	Les Eyzies-de-Tayac-Sireuil Le centenaire	M.M. Scholly et Nazare	Paris (75)	Paris 8 Zaffarano	Jean-Claude Vrinat
Dordogne (24)	Jumilhac Le vieux logis	Bernard Girardot	Pas-de-Calais (62)	Buques Maison gastronomique de Beaulieu	Marc Meurin
Drome (26)	Valence Bouillon à Val	Antoine BERT	Pas-de-Calais (62)	Montreuil Château de Montreuil	M. et Mme Germain
Dordogne (29)	Cercottes Hôtel de Cercottes	Patrick Jaffroy	Puy-de-Dôme (63)	Riom Le magnolia	Yann Bignon et Jérôme Puffin
Gard (30)	Nîmes Le Mésage	Sébastien Dubois et Olivier Doust	Pyrénées-Atlantiques (64)	Jumilhac Chez Bulle	Stéphane Carrière *
Gard (30)	Carrières-Latines Château de Carrières - Bouché	Thierry MARTEL *	Pyrénées-Atlantiques (64)	Saint-Jean-Pied-de-Port Les Pyrénées	M. et Mme Arambide
Haute-Garonne (31)	Arnaud La siboulette	Georges Paccard	Pyrénées-Orientales (66)	Prades Le jardin d'Hyères	Silvia Bascou
Haute-Garonne (31)	Arnaud-Je-Vieux La che des vins	Laurien Petit *	Pyrénées-Orientales (66)	Villeduic-de-Confient Auberge St-Paul	Charles Gomez
Haute-Garonne (31)	Buzey La ferme de l'hopital	Jean-Jacques Hugnier	Rhône (69)	Lyon Nicolas Le Bec	Nicolas LE BEC
Haute-Garonne (31)	Veyrier-du-Lac La maison de Marie Veyrat	Julie Veyrat	Rhône (69)	Lyon Paul Bocuse	Paul Bocuse
Haute-Seine (92)	Neuilly-sur-Seine La truffe Noire	Patrick Hardy	Seine-et-Marne (77)	Mâcon Bistrot Pierre	Christian Goulin
Hérault (34)	Montpellier Le jardin des sens	M.M. Château et Poullet	Seine-et-Marne (77)	Marconville les mines Le Fromage-jérôme Knecht	Jérôme Knecht
Ille-et-Vilaine (35)	Noyal-sur-Vilaine Auberge du Pont d'Azérié	Sébastien Guillaumat *	Seine-et-Marne (77)	Bouillon-Mariotte Les gréniches	Dominique Moës
Ille-et-Vilaine (35)	Rennes La Sesta à la table	Rochel Gauthier	Seine-Maritime (76)	Le Havre Le village de l'œuvre	Armande Tardieu
Ille-et-Vilaine (35)	Rennes Bistrot La Coquette-Leslie-Guillo	Yves-Louis Bouteau-Villevu	Seine-Maritime (76)	Rouen G&F	Silvia Tannouze
Isère (38)	Uriage-les-Bains Le grand hôtel les terrasses	Stéphane Cano	Tarn (81)	Aix L'Esprit du vin	D. Erickson, L. Weymuller et M. Boim
Jura (39)	Bonlieu La boutique	Louis Mauriceaux	Val-de-Marne (94)	Le Perreux-sur-Marne Les Magnolias	Nelly et Jean Cheval
Jura (39)	Dôle L'archaïque-restaurant La Bergère	José César *	Var (83)	Grimaud Les cuisines	Claude Girard
Landes (40)	Gracq-sur-Mer Rin Arzac et fantasia	Philippe Garret	Var (83)	Marignac Les jardins d'Aragon	Eric Moën *
Loire (42)	Bonne L'assiette	Simon Falcoz	Var (83)	Parqueville Le mas du Langoulier	Jean La Har
Loire-Cher (41)	Blais Au rendez-vous des pâtisseries	Christophe Cosme	Var (83)	Saint-Tropez Maison Le Mouscardin	Laurant Jarrides
Loire-Atlantique (44)	Basse-Goulaine Villa mausolée	Gérard et Cécile Bismet	Vienne (86)	Saint-Benoit Table et Boutique	Laurent et Richard Leix *
Loire-Atlantique (44)	La Douie-Escoublac Le ruban bleu - majestic	Jacques God	Vienne (86)	Saint-Savin Christophe Codieu	Christophe Codieu *
Loire-Atlantique (44)	La Plume-sur-Mer Anna de Bretagne	Philippe et Michèle Vatelé			

\* Génération C

# La carte des Chefs

**Gilles CHOUKROUN**  
Génération C  
[www.gilleschoukroun.com](http://www.gilleschoukroun.com)



**Didier ELENA**  
Château Les Crayères  
64 boulevard Henri Vassier  
51100 REIMS



**Christian LE SQUER**  
Pavillon Ledoyen  
1, avenue Dutuit  
Carré des Champs Elysées  
75008 PARIS



**David ZUDDAS**  
Restaurant DZ'envies  
12, rue Odébert  
21000 DIJON  
Génération C



**Michel BRUNEAU**  
La Bourride  
15/17 Rue du Vaugueux  
14000 CAEN



**Loïc & Pascal PÉROU**  
Le Manoir de la Régate  
155, route de Gochet  
44300 NANTES



**Akrame BENALLAL**  
Notaboo  
Château des Sept Tours  
37330 COURCELLES-DE-TOURNAINE  
le TRENDY, 18 place de la  
résistance, 37000 TOURS



**Thierry MARX**  
Château CordaillanBages  
Route des Châteaux  
33250 PAUILLAC  
Génération C



**Sylvestre WAHID**  
L'Oustau de Baumanière  
13520 LES BAUX DE PROVENCE



**Alain LLORCA**  
Le moulin de Mougins  
424, Quartier Notre-Dame-de-Vie  
06250 MOUGINS



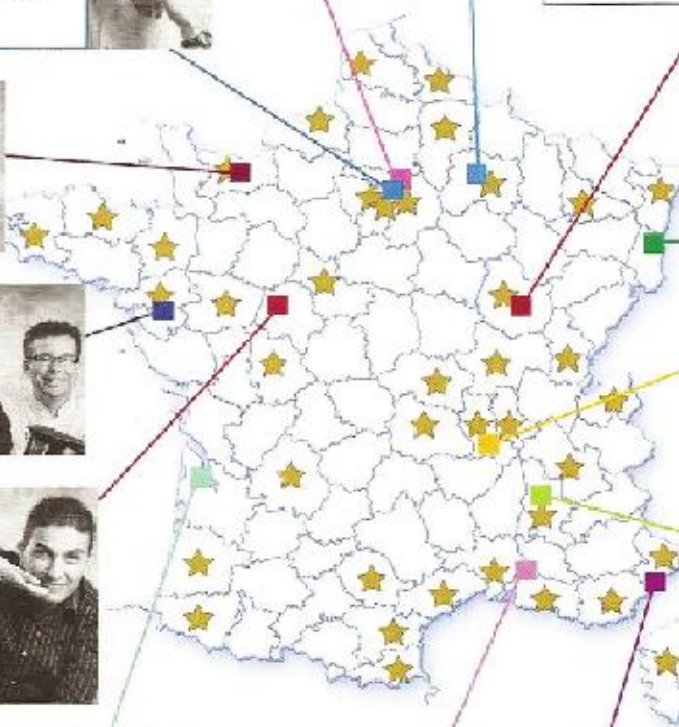
**Eric WESTERMANN**  
Le Buerchiesel  
4, Parc de l'Orangerie  
67000 STRASBOURG



**Nicolas LE BEC**  
Restaurant Nicolas Le Bec  
14, rue Galée  
69002 LYON



**Anne-Sophie PIC**  
Maison Pic &  
Auberge du Pin  
285 Bd Victor Hugo  
26000 VALENCE  
Et une école de cuisine :  
le SCOOK





**ANNE-SOPHIE PIC : LE PIC à Valence (Drôme) et aussi une école de cuisine, le Scook.**

Aucune femme Chef n'avait obtenu 3 étoiles au guide Michelin depuis 1933 ! Anne-Sophie PIC l'a fait avec force courage et persévérance. Le long de la célèbre nationale 7, sur un air de vacances vers le soleil, une frêle et légère jeune femme dirige avec cœur et brio une armée de 80 collaborateurs, épaulée par son époux David SINIPIAN. Anne-Sophie PIC a grandi au milieu des cuisines d'une maison créée par Sophie l'arrière grand-mère de Madame PIC-SINIPIAN. Depuis, deux générations se sont succédées avec le même talent et la même passion : son grand-père et son père Jacques ont tous deux décrochés les mythiques 3 étoiles Michelin. Anne-Sophie malgré tout ne semblait pas vouloir embrasser cette carrière, et ses rêves étaient tournés vers d'autres ateliers : les robes et les froufrous. Finalement, après des études de gestion, l'envie de cuisiner la saisit et elle rejoint son père et son frère au piano. Malheureusement son père décède alors qu'il jubile de l'avoir enfin à ses côtés. Depuis Anne-Sophie PIC s'est construite une carrière autodidacte, à force de travail, d'expérimentations et avec le désir de perpétuer l'œuvre de son père sans flancher devant les multiples difficultés. L'œuvre de Devoir est devenue depuis œuvre Plaisir et son Art d'intuitif est « devenu réfléchi ».

Aujourd'hui ce Chef très perfectionniste ne se contente pas des acquis mais innove dans la recherche parfaite des harmonies, même inattendue des saveurs : langoustine, petits pois et cachou par exemple. Sa cuisine est à son image contemporaine, gracieuse et légère, sans se départir des qualités essentielles à cet Art : la rigueur et le raffinement.

# Menu quotidien

*Fraîcheur de courgette,  
crème glacée à l'amande fraîche*

p. 9

*Crème brûlée de foie gras,  
espumas de pomme verte*

p. 10

*Brownies au chocolat et ganache noisettes*

p. 11

## Fraîcheur de courgette, crème glacée à l'amande fraîche

**Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 32 mn 20 sec**

40 g d'oignon blanc  
10 g d'ail nouveau (ou ail dégermé)  
500 g de courgettes (de préférence courgettes beurre)  
20 g d'huile d'olive  
1 pincée de sel  
Poivre  
500 g de fond blanc reconstitué  
30 g d'huile d'amande  
20 g d'amandes fraîches émondées

### Glace amande (pour 1,5 litre)

75 g de glucose  
100 g de trimoline  
200 g de poudre de lait  
650 g d'eau  
650 g de jaunes d'œuf  
225 g d'amandes fraîches  
75 g d'amandes torréfiées

- Placer l'oignon et l'ail épluchés dans le bol, donner **3 impulsions de turbo**. Racier les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Ajouter 20 g d'huile d'olive et faire suer l'oignon et l'ail émincés sans coloration pendant **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Pendant ce temps tailler les courgettes en fines lamelles. À la sonnerie, ajouter les courgettes, faire revenir l'ensemble **10 mn / Varoma / vitesse 1**. Refroidir les ingrédients rapidement en plaçant le bol dans un grand bac d'eau froide. Essuyer soigneusement les lames électriques.
- Remettre le bol en place. Verser le fond blanc sur la garniture et mixer **2 mn / vitesse 10**.
- À l'arrêt de la minuterie, ajouter le sel et le poivre ainsi que l'huile d'amande, mixer **1 mn / vitesse 5**.
- Refroidir la préparation sur glace afin de garder la belle couleur de la chlorophylle.
- **La crème glacée à l'amande** : placer le glucose, la trimoline, la poudre de lait et l'eau dans le bol et programmer **7 mn / 80° / vitesse 1**. Ajouter les jaunes et cuire pendant **6 mn /**

## Note du Chef

« Les ingrédients utilisés dans cette recette (trimoline, glucose) se trouvent difficilement dans le commerce, il est possible de remplacer la recette par une crème anglaise classique. »

80° / vitesse 4.

- Ensuite, ajouter les amandes et mixer pendant 20 sec / vitesse 9 en maintenant fermement le gobelet à l'aide d'un torchon afin d'éviter les projections chaudes. Laisser infuser 5 minutes environ puis filtrer à l'aide d'un chinois étamine. Répartir la préparation dans des bacs à glaçons. Réserver au congélateur pendant 2 h.
- Au moment de servir, placer les glaçons de crème d'amande dans le bol et mixer pendant 1 mn / vitesse 6 en aidant avec la spatule.
- Servir dans une assiette creuse accompagné d'une quenelle de crème glacée d'amande, un filet d'huile d'olive et des amandes torréfiées.

# Crème brûlée de foie gras, espumas de pomme verte

Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 6 mn 30 sec + Cuisson au four : 10 à 12 mn

### Appareil au foie gras

100 g de foie gras  
40 g de crème liquide 35% m. g.  
10 g de lait  
2 œufs  
QS sel et poivre  
4 c. à soupe de cassonade pour la finition

### Espumas de pomme verte

200 g de crème liquide 35% m. g.  
250 g de pommes vertes pelées et épépiées  
1/2 g d'agar-agar

### Accessoire

1 siphon (ou espumas)

- **Appareil au foie gras** : préchauffer le four à 180° (th. 6). Détailler le foie gras en petits dés. Dans le bol, mélanger tous les ingrédients de l'appareil à foie gras et mixer 1 mn / vitesse 6. Passer ensuite au chinois étamine et rectifier l'assaisonnement.
- Mouler dans des ramequins « spécial crème brûlée » en céramique. Cuire au bain marie à 180° au four pendant 10 à 12 mn. Pendant ce temps nettoyer et essuyer le bol.
- **Espumas de pomme verte** : dans le bol mettre les pommes découpées en gros morceaux, mixer très finement 30 sec / vitesse 10. Vider et réserver au frais. Laver et essuyer le bol.
- Verser la crème dans le bol, insérer le fouet, monter en chantilly pendant 4 mn / en augmentant progressivement la vitesse de 1 à 4 pendant la première minute.
- Incorporer l'agar-agar et la pulpe de pomme. Mélanger 1 mn / vitesse 1.
- Ou faire bouillir la crème puis ajouter l'agar agar verser sur la pulpe de pomme et passer au chinois-étamine. Refroidir rapidement, mettre en siphon, puis gazer avec 3 cartouches. Réserver au frais pendant 2 heures.
- **Finition** : après la cuisson de la crème brûlée, recouvrir de sucre cassonade et passer à la flamme du chalumeau. Disposer au milieu de l'assiette une quenelle d'espumas de pomme verte, un pop corn et un bâtonnet de pomme verte. Déguster.

## Conseil du sommelier ● ● ●

Coteaux du Layon Les Pastoures Les Vignerons de la Noëlle  
moelleux

La finesse, les arômes de miel, de caramel, de pomme et de fruits secs du Chenin le Loire alliés pour le meilleur à ce beau plat. L'ensemble gagnera en équilibre et élégance.



# Brownies au chocolat et ganache noisettes

Temps de préparation : 20 mn + Attente 24 h + Thermomix : 32 mn + Cuisson au four : 20 mn

## Brownies

120 g d'œufs  
150 g de sucre  
85 g de poudre d'amande  
50 g de farine  
4 g de levure chimique  
20 g de cacao poudre  
100 g de lait  
80 g de chocolat extra-noir  
100 g de beurre en pomade  
20 g de noisettes torréfiées à 150° (th. 5)

## Ganache montée

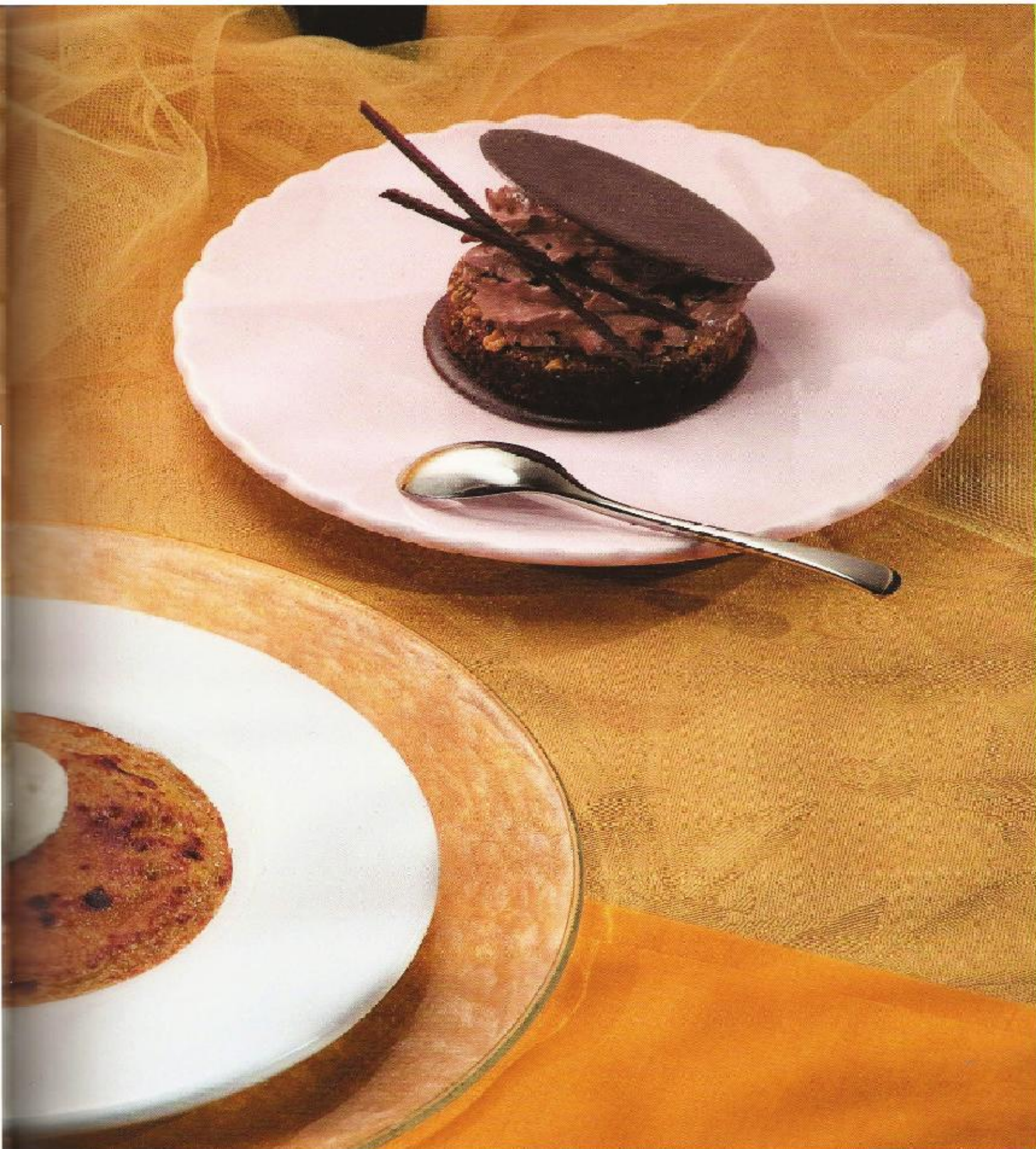
230 g de crème  
15 g de sucre  
65 g de Manjari

- Les brownies : assembler les œufs, le sucre, la poudre d'amande, la farine, la levure chimique, le cacao poudre et le lait dans le bol et mélanger le tout pendant 3 mn / vitesse 3. Verser le contenu dans un récipient et réserver 24 h au frais.
- Préchauffer le four à 160° (th. 5-6).
- Mettre le chocolat en morceaux dans le bol et faire fondre 5 mn / 50° / vitesse 1.
- Monter ensemble le chocolat fondu et le beurre pomade pendant 4 mn / vitesse 3, puis ajouter le mélange précédent.
- Mélanger l'ensemble 2 mn / vitesse 3. Mouler dans un emporte-pièce (cerce à tarte), saupoudrer de noisettes concassées.
- Cuire à 160° pendant 20 mn.
- La ganache : verser le sucre dans le bol propre, mixer 5 sec / vitesse 8 pour obtenir du sucre glace.
- Ajouter 75 g de crème et amener à ébullition pendant 7 mn / 100° / *f*.
- À la sonnerie, ajouter le chocolat Manjari, bien mélanger durant 5 mn / vitesse 6 pour faire baisser la température.
- Puis verser 155 g de crème, mixer à nouveau durant 3 mn / vitesse 4.
- Mettre le tout au froid, minimum 3 h, puis monter comme une chantilly 2 mn / vitesse 5.
- Découper le brownie en gros cerles et rapper chacun d'eux de ganache à l'aide d'une poche à douille.

## Note du chef

« Vous pouvez préparer des disques en chocolat sur lesquels vous poserez les brownies recouverts de ganache, puis chapeloutés d'un disque de chocolat. »





## Menu gastronomique

*Velouté de châtaignes aux épices douces,  
champignons du moment, truffes et  
noix de Saint-Jacques*

p. 15

*Les langoustines de petite pêche de Loctudy  
marinées puis rôties à la plancha,  
écoulant de petits pois et  
oignons cibette à la réglisse mentholée*

p. 16

*Les fruits exotiques  
fine tartelette fondante au chocolat Manjari,  
crèmeux passion-banane*

p. 18

# Velouté de châtaignes aux épices douces, champignons du moment, truffes\* et noix de Saint-Jacques

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 1 h + Cuisson à la poêle : 16 mn

5 g de persil  
100 g de beurre demi sel  
200 g de cèpes frais ou giralles (selon le marché)  
+ 50 g pour la finition  
1 échalote  
500 g de châtaignes décortiquées précuites  
750 g de fond blanc (ou bouillon de volaille)  
250 g de crème liquide  
Sel  
Poivre  
Épices douces en poudre : badiane, cardamome,  
gingembre frais et poivre de Szechuan  
Fruites (facultatif)  
30 g d'huile d'olive  
12 noix de Saint-Jacques

- Dans le bol, mettre le persil et donner 2 impulsions de turbo pour le concasser. Débarrasser dans un récipient et réserver pour la finition. Laver le bol.
- Mettre 25 g de beurre dans le bol et chauffer pendant 5 mn / 100° / vitesse 1. Pendant ce temps, nettoyer les champignons.
- A la sonnerie, ajouter 200 g champignons et les faire suer pendant 5 mn / 100° / vitesse 1. Saler et égoutter à travers le panier. Rincer et essuyer le bol.
- Introduire l'échalote dans le bol et donner 2 impulsions de turbo pour l'émincer.
- Ajouter 25 g beurre et faire suer pendant 10 mn / 100° / vitesse 2.
- Puis incorporer les châtaignes en morceaux, les faire revenir sans trop de coloration pendant 15 mn / Varoma / vitesse 1. Retirer une douzaine de morceaux pour la finition.
- Déglacer en versant le fond blanc et programmer 10 mn / 100° / vitesse 1.
- Ajouter la crème et les épices et finir la cuisson durant 10 mn / 100° / vitesse 5.
- Finir le velouté en mixant pendant 3 mn / vitesse 10. Recueillir l'assaisonnement.
- Nettoyer les champignons restants, les faire tomber à l'huile d'olive une première fois dans une poêle chaude, les égoutter.
- Dans une poêle anti-adhésive, faire fondre 40 g de beurre tout en fouettant pour obtenir un beurre moussieux. Ajouter les champignons et risoler pendant 10 mn. Ajouter quelques morceaux de châtaignes confites et le persil concassés, rectifier l'assaisonnement.
- Dans une poêle faire un beurre moussieux avec 40 g de beurre et y saisir les noix de Saint-Jacques 3 mn de chaque côté.
- Disposer au fond du plat de service les champignons et châtaignes, le velouté bien chaud, ajouter les Saint-Jacques (et quelques lamelles de truffe). Déguster aussitôt.

# Les langoustines de petite pêche de Loctudy marinées puis rôties à la plancha, coulant de petits pois et oignons cébette à la réglisse mentholée

Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 1 h 20 mn + Cuisson à la poêle : 5 mn

8 pièces de langoustines (taille 6/8 au kg)  
250 g d'huile de pépins de raisins  
1/2 botte de menthe à grosses feuilles  
1 c. à café d'huile d'olive  
Sel fin

## Compotée d'oignon et petits pois

15 g petits pois frais écosés  
50 g oignons cébette  
15 g de beurre demi sel  
25 g de fond blanc reconstitué  
Cros sel  
Poivre du moulin

## Jus de langoustine

50 g de garniture aromatique  
1/2 litre de fond brun  
20 g de beurre

## Purée de petits pois

200 g petits pois frais écosés  
100 g de fond blanc reconstitué (bouillon de volaille)  
4 g de sel fin

## Décor

5 g de cachou de réglisse

- Mettre les cachous au four, quand ils gonflent les retirer et les écraser dans un tamis pour récupérer la poudre.
- Décortiquer les langoustines en gardant la dernière partie du corps avec la queue. Garder les pinces. Les déboyaüter en suivant le tour de main du chef.
- Dans un plat mettre l'huile de pépins de raisins et la menthe bien lavée puis ciselée, mélanger et déposer les langoustines, tenir au frais.
- Préparer la compotée d'oignon cébette et petits pois : dans le bol, verser 500 g d'eau et 5 g de sel, programmer **6 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Ajouter les petits pois de la purée et de la compotée et les cuire fondants pendant **25 mn / 100° / vitesse 1**. À la sonnerie les égoutter et les plonger dans de l'eau glacée. Les égoutter à nouveau, retirer la peau, réserver au frais.
- Éplucher les oignons, les mettre dans le bol et donner **2 impulsions de turbo**. Rader les parois du bol.
- Ajouter le beurre et cuire pendant **12 mn / 100° / vitesse 1**, ôter le gobelet.
- Verser le fond blanc puis programmer **20 mn / 100° / vitesse 2** sans gobelet. Débarrasser. Laver le bol.
- Préparer la purée de petits pois : Verser 100 g de fond blanc dans le bol et amener à ébullition pendant **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter 200 g de petits pois et cuire à **3 mn / 100° / vitesse 7**. Refroidir rapidement et passer au tamis fin pour égoutter. Conserver 40 g de jus de cuisson pour réaliser la purée.
- Faire chauffer la purée à consistance d'une purée fine et un peu liquide pendant **3 mn / 70° / vitesse 2**. Puis mixer finement **1 mn / vitesse 9**. Assaisonner.

- Préparer le jus de langoustines : mixer les pinces de langoustines dans le bol, 3 impulsions de turbo.
- Faire suer la garniture aromatique dans une casserole avec un peu d'huile d'olive, ajouter les carcasses, puis faire colorer légèrement avec le beurre, moullier au fond brun, cuire 45 minutes.
- Passer au chinois et faire réduire pour obtenir une sauce sirupeuse. Réserver.
- Chauffer la compotée d'oignon, ajouter les petits pois restants épluchés.
- Faire chauffer une poêle anti adhésive avec un peu d'huile d'olive. Saisir les langoustines marinées.
- Dans un emporte pièce rond, mettre une couche de compotée d'oignons, couler dessus la purée fine, déposer la langoustine sur la purée de petits pois.
- Faire un trait de jus de langoustine en travers de l'assiette.
- Déposer la langoustine, salée ce fleur de sel et de poudre de réglisse et mettre un peu de poudre ce réglisse autour de l'assiette.

### *Le tour de main du chef*



Retirer la tête et les pinces.



Couper à l'aide d'un couteau pointu de chaque côté de la carapace.



Retirer la partie transparente puis le fil noir (le boyau).



Retirer délicatement la chair de la langoustine.

# Les fruits exotiques

## fine tartelette fondante au chocolat Manjari, crèmeux passion-banane

Temps de préparation : 35 mn + Attente : 2 h + Thermomix : 1 h 10 mn + Cuisson au four : 20-25 mn

### Pour 8 personnes

#### Pâte sucrée

180 g de farine  
65 g de sucre glace  
5 g de sucre vanillé  
3 jaunes d'œufs  
75 g de beurre

#### Ganache chocolat

200 g de crème fleurette  
80 g de lait  
200 g de chocolat  
20 g de beurre  
50 g d'œufs

#### Crèmeux passion banane

(peut être préparé la veille)

100 g d'œufs  
90 g de sucre  
60 g de pulpe passion  
30 g de pulpe banane  
20 g de jus de citron vert  
1 feuille de gélatine et 1 bol d'eau froide  
150 g de beurre

- Verser les sucres dans le bol et mixer finement 10 sec / vitesse 9. Vider le bol.
- Introduire le beurre dans le bol. Sabler le beurre : incorporer la farine et les sucres pendant 2 mn / vitesse 2.
- Ajouter les jaunes sans corser la pâte et mélanger pendant 1 mn / vitesse 3. Réserver au froid pendant 2 heures. Pendant ce temps poursuivre le reste des préparations.
- Préchauffer le four à 150° (th. 5). Abaisser la pâte assez finement et foncer un cercle à tarte beurré de 22 cm de diamètre. Cuire la tarte à blanc au four à 150° pendant 20 à 25 minutes.
- Verser le lait et la crème fleurette dans le bol et amener à ébullition 7 mn / 100° / vitesse 1.
- Ajouter le chocolat et le beurre. Réaliser une ganache bien lisse en mixant 3 mn / vitesse 4.
- Puis incorporer les œufs et mélanger pendant 1 mn / vitesse 2.
- Garnir des fonds de tarte de 6 cm de diamètre et cuire au four à 150° pendant 4 à 5 minutes. Laisser refroidir.
- Verser le sucre dans le bol et mixer 10 sec / vitesse 10.
- Ajouter les œufs, insérer le fouet, et mélanger pendant 2 mn / vitesse 4. Vider et réserver. Laver le bol.
- Mettre la gélatine à tremper dans un bol d'eau froide.
- Réunir les pulpes de fruits avec le jus de citron vert dans le bol. Chauffer pendant 10 mn / 90° /  $\mathcal{J}$ .
- Ajouter le mélange œufs-sucre et amener à ébullition pendant 4 mn / 100° /  $\mathcal{J}$ .
- Ajouter la gélatine égouttée et refroidir le tout pendant 15 mn / 40° / vitesse 1.
- À la sonnerie, programmer 3 mn / 40° / vitesse 3 et incorporer le beurre en morceaux à travers le couvercle du bol.
- Garnir des moules à savarin puis faire prendre au froid pendant 2 h.

**Marmelade ananas-rhum**

(peut être préparée la veille)

- 175 g d'ananas Victoria
- 1/2 gousse de vanille
- 25 g de sucre
- 3 g de maïzena
- 10 g de rhum
- 10 g de raisins secs



**Chantilly rhum**

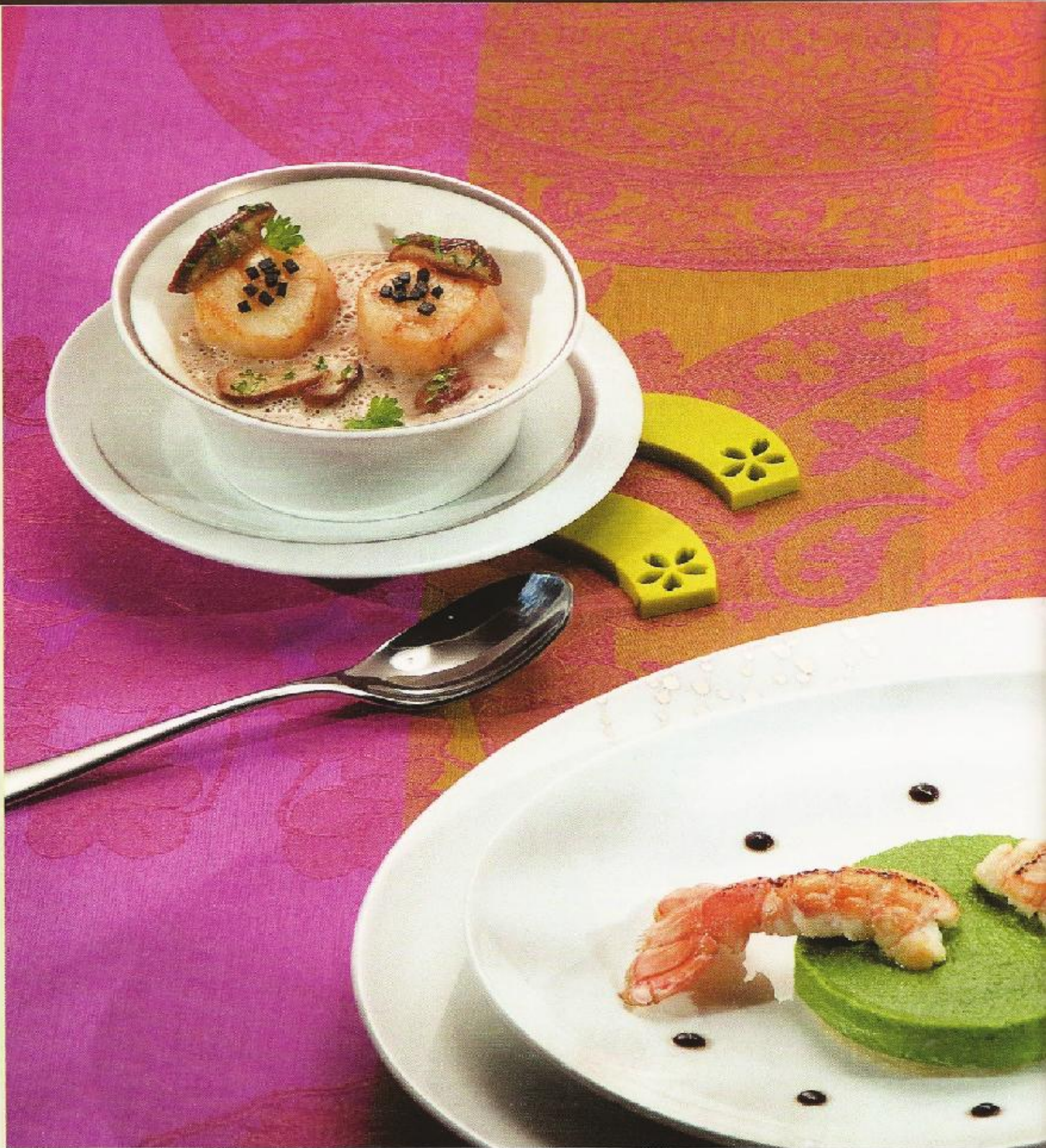
- 200 g de crème liquide à 35 % m. g.
- 20 g de sucre
- 5 g de rhum

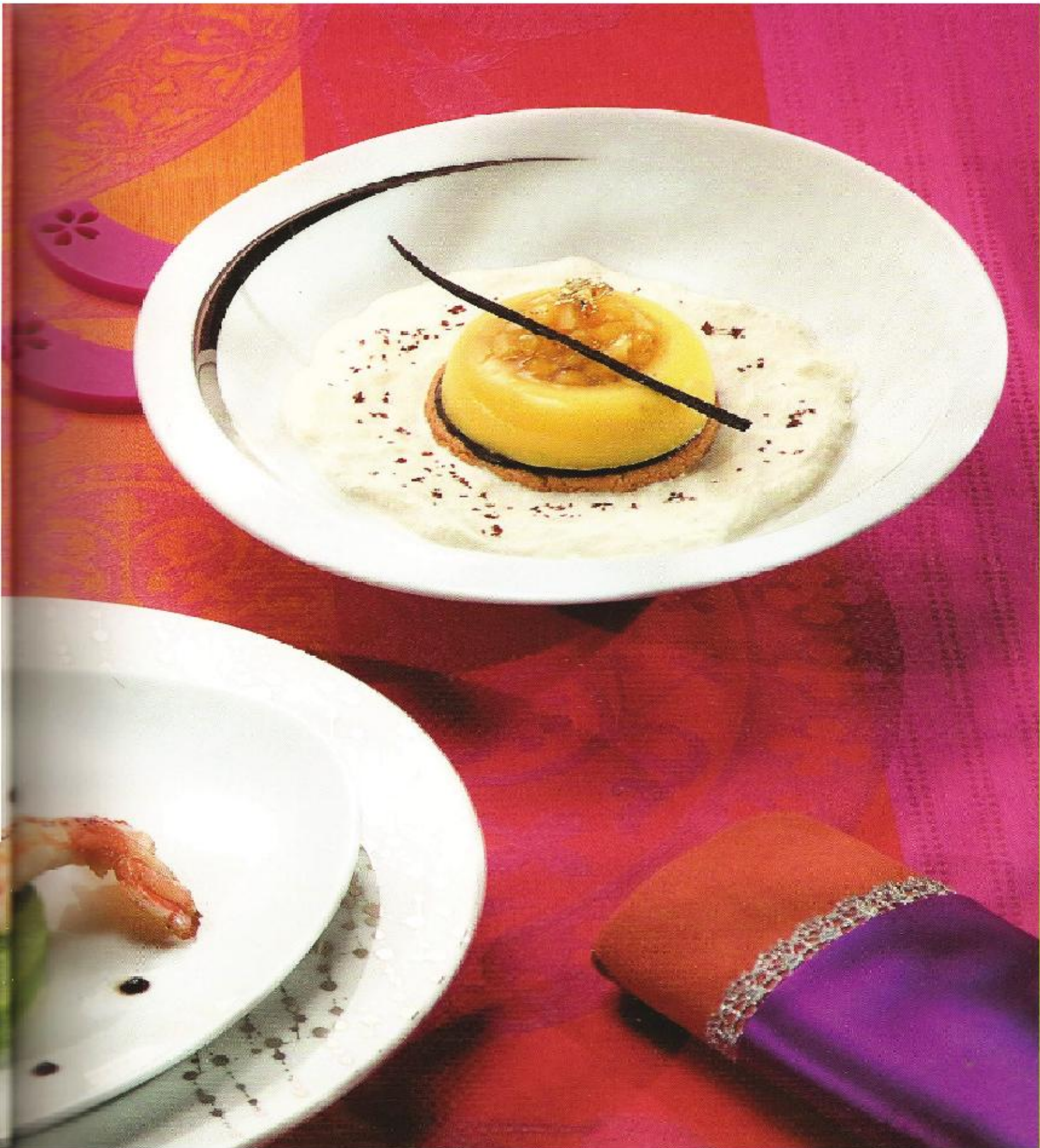
*Conseil du sommelier* ● ● ●

Pacherenc de Vic Bilh Doux Domaine Guy Capmartin  
meilleur

La fraîcheur du petit manseng composant ce vin s'épanouira au contact du fruité de ce dessert et l'ensemble gagnera en légèreté. Un bel accord de raison.

- Éplucher et couper l'ananas en brunoise. Mettre le tout avec le sucre, la vanille dans le bol et cuire 15 mn / 90° /  / vitesse 1.
- Ajouter la maïzena, le rhum et les raisins secs. Mélanger 1 mn /  / vitesse 2. Réserver au froid. Préparer la gousse de vanille. Rincer le bol et essuyer soigneusement.
- Au moment de servir, verser le sucre dans le bol, mixer 10 sec / vitesse 9.
- Ajouter la crème et le rhum, insérer le fouet et fouetter en chantilly pendant 5 mn / vitesse 4.
- Dans une assiette creuse, mettre la tartelette chocolat et autour disposer la chantilly au rhum.
- Sur la tarte, poser le crémeux passion banane.
- Garnir le centre du crémeux avec la marmelade ananas.
- Finir le dessert avec une velle en chocolat et une pointe d'or (facultatif).







**NICOLAS LE BEC 2\*** restaurant **Nicolas LE BEC à LYON et la Cour des Loges.**

Cet éternel jeune-homme a fait ses classes auprès d'hommes de goûts partageant la même vision de la cuisine : Jean-Pierre Vigato, Alain Passard, Jacques et Laurent Pourcel. Mais sa passion pour la Cuisine s'étaye d'expériences cosmopolites : Italie, Japon, Mexique, Brésil...

Le goût est une affaire de famille : Il passe ses vacances dans le Morbihan en compagnie de son grand-père qui lui apprend le goût du Bon entre les rangées bien alignées du potager, sa mère cuisine dans des plats comme tout le monde. Le système éducatif n'apporte pas toujours des réponses à sa curiosité, aussi il s'émancipe et il cherche en voyageant, et en se formant auprès des plus grands pour acquérir ici la légèreté, là l'essentiel du goût, ou là encore la polyvalence.

Dépassées les tergiversations entre les vieilles traditions culinaires et la cuisine aux goûts d'aventures : Nicolas Le Bec réussit l'équilibre entre une cuisine contemporain et cosmopolite et celle du terroir. L'essentiel réside dans l'excellence du Goût et des saveurs, et le respect des produits.

A 32 ans ses deux restaurants sont récompensés par ses pairs pour le talent, l'esprit de l'équipe et surtout sa formidable Passion pour la Bonne Cuisine, imaginative, celle qui étonne et qui fait plaisir.

# Menu quotidien

## *Fleurs de courgettes farcies*

p. 23

## *Polenta crémeuse aux truffes*

p. 24

## *Soupe de fraises du jardin, crème glacée au yaourt*

p. 25

## Fleurs de courgettes farcies

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 37 mn 30 sec



Ouvrir la fleur.



Déposer 2 c. à soupe de farce.

1 250 g d'eau  
600 g de courgettes vertes  
Sel  
2 tranches de pain de mie  
50 g d'huile d'olive  
1 œuf  
Poivre  
4 grosses fleurs de courgettes



Fermer en donnant un tour.

- Verser 1 000 g d'eau dans le bol et programmer **10 mn / Varoma / vitesse 1**. Pendant ce temps, éplucher les courgettes, les couper en gros tronçons, enlever les pépins. À la sonnerie mettre les courgettes en morceaux dans l'eau bouillante avec 1 c. à café de sel. Programmer **8 mn / 100° /  $\sigma$** . Puis les égoutter fortement dans un linge propre.
- Mettre le pain de mie dans le bol, donner **2 impulsions de turbo**. Programmer **4 mn / 37° / vitesse 4** et ajouter les courgettes, l'huile, 1 œuf, le sel et le poivre. À la sonnerie, mixer l'ensemble **15 sec / vitesse 5**.
- Suivre les étapes du tour de main du chef pour farcir les fleurs de courgettes de ce mélange et les placer dans le Varoma.
- Verser 250 g d'eau dans le bol. Mettre le Varoma en place. Programmer **15 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Servir les fleurs de courgettes aussitôt.

# Polenta crémeuse aux truffes

**Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 20 mn + Cuisson au four : 15 mn**

4 poitrines de pigeonneau avec la peau  
4 c. à soupe d'huile de truffe  
4 rondelles de truffe

4 branches de romarin frais  
400 g de lait  
500 g de bouillon de poule reconstitué  
200 g de Polenta  
1 pincée de sel  
400 g de cèpes  
1 gousse d'ail coupée en 4  
4 c. à soupe de parmesan  
2 truffes noires en lamelles  
2 c. à soupe d'huile d'olive

- Préchauffer le four 250° (th. 8). Préparer les papillotes de pigeonneau : dans 1 feuille de papier sulfurisé disposer une poitrine de pigeonneau. Sous la peau glisser une lamelle de truffe. Arroser d'huile de truffe, saier et poivrer, ajouter une branche de romarin frais. Fermer la papillote et renouveler cette opération pour réaliser 3 autres papillotes. Les placer dans le Varoma.
- Verser le lait et le bouillon de poule dans le bol, mettre le Varoma en place. Faire cuire pendant 10 mn / **Varoma / vitesse 1**.
- À la sonnerie, insérer le fouet, ajouter la polenta, replacer le Varoma et cuire 5 mn / **Varoma / vitesse 1**. Retirer le Varoma, disposer les papillotes ainsi dans un plat à gratin et les ouvrir. Enfourner pour faire rôtir la peau des pigeonneaux pendant 15 mn.
- Dans une poêle anti adhésive, chauffer à feu vif 1 c. à soupe d'huile d'olive et la gousse d'ail, ajouter les cèpes et les faire sauter jusqu'à coloration.
- Dans le bol, ajouter le parmesan, les morceaux de truffes, 1 pincée de sel et 1 c. à café d'huile d'olive. Mélanger 5 mn / 80° / **1**.
- Servir la polenta crémeuse avec la poitrine de pigeonneau et les cèpes poêlés.

## Conseil du sommelier ●●●

Pomerol Meux, Château Ferron

1998

Le plat va magnifiquement structurer le vin dont les tanins vont gagner en noblesse, et la symbiose aromatique autour de la truffe sera parfaite.



## Soupe de fraises du jardin, crème glacée au yaourt

**Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 11 mn 27 sec + Attente : 2 h**

3 jaunes d'œufs  
50 g de sucre semoule  
1 c. à soupe de sucre vanillé  
250 g de yaourt brassé nature  
125 g de crème liquide  
500 g de fraises mûres équeutées type Gariguette ou  
Mara des Bois  
200 g de sirop de fraise  
1 jus de citron

- Mettre les jaunes d'œufs, le sucre semoule, le sucre vanillé et le yaourt dans le bol et programmer **6 mn / 80° / vitesse 3**.
- A la sonnerie, ajouter la crème et mixer **7 sec / vitesse 5**. Laisser refroidir l'appareil à crème glacée dans le bol avant de le verser dans des bacs à glaçons et de les placer au congélateur pendant 2 h.
- Pendant ce temps, placer les fraises dans le bol, mixer finement pendant **2 mn / vitesse 8**. Passer au chinois.
- Ajouter le sirop de fraises et le jus de citron, mixer **2 mn / vitesse 6**. Garder la soupe au frais pendant au moins 1 h. Laver et essuyer le bol.
- Au moment de servir, mettre la crème glacée dans le bol et mixer **1 mn / vitesse 6** en aidant avec la spatule. Puis insérer le fouet et fouetter pendant **20 sec / vitesse 4** afin d'obtenir une crème plus onctueuse.
- Servir à l'assiette : la crème glacée en quenelles et la soupe en verrine, accompagnées de madeleines tièdes.

*Le bonus du chef !*

## Les madeleines

**Temps de préparation : 2 mn + Thermomix : 1 mn 10 sec + Cuisson au four : 12 mn**

5 œufs  
150 g de sucre en poudre  
35 g de cassonade  
220 g de farine  
6 g de levure chimique  
220 g de beurre fondu  
20 g de beurre pour graisser les moules

- Préchauffer le four à 180° (th. 6). Verser les œufs et les sucre dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 8**.
- Ajouter les autres ingrédients et mixer **1 mn / vitesse 6**.
- Beurrer les moules à madeleines et y répartir l'appareil à madeleines et enfourner pendant 12 mn à 180°.





# Menu gastronomique

*Velouté de pommes de terre ratte  
à l'huile d'olive, caviar et  
quenelle de chantilly*

p. 29

*Saumon épais grillé sur la peau,  
jus acidulé au Kumquat*

p. 30


*Tarte au chocolat et  
aux fruits de la passion*

p. 31

# Velouté de pommes de terre ratte à l'huile d'olive, caviar et quenelle de chantilly

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 24 mn 40 sec + Attente : 20 mn

400 g de crème liquide 35% m. g.  
12 petites pommes de terre Ratte  
500 g de bouillon de poule reconstitué  
1 feuille de laurier  
2 baies de genièvre  
12 cl d'huile d'olive verte  
1 c. à café de sel fin  
4 c. à soupe de caviar

- **Le chantilly** : placer au préalable 200 g de crème liquide, le bol et le fouet au congélateur pendant 20 mn. Puis mettre le bol en place, y verser la crème, insérer le fouet. Monter en chantilly pendant 4 mn / en augmentant progressivement la vitesse de 1 à 4 pendant la première minute. Vider dans un récipient et réserver au frais.
- **Le velouté** : Rincer le bol, éplucher et couper les pommes de terre en gros morceaux. Verser le bouillon dans le bol avec le laurier et le genièvre, ajouter les pommes de terre et cuire 20 mn / 100° /  / vitesse 1. Ôter le gobelet.
- À l'arrêt de la minuterie, retirer le laurier et les baies de genièvre, ajouter l'huile d'olive et la crème restante, saler et mixer 40 sec / vitesse 3.
- Présenter le velouté accompagné d'une cuillère de caviar et une quenelle de chantilly.

## Conseil du sommelier ● ● ●

Champagne Deutz Oldenbourg de Reims  
réserve

La texture du caviar s'accorde à l'effervescence du Champagne dont la palette aromatique va s'étoffer au contact de la préparation. Un accord classique de prestige.

# Saumon épais grillé sur la peau, jus acidulé au Kumquat

**Temps de préparation : 10 mn + Thermomix : 19 mn + Cuisson à la poêle : 5 mn**

500 g d'eau  
4 filets de saumon (150 g chacun)

## Le jus acidulé

1 gousse d'ail  
1 c. à soupe de gingembre frais  
Feuilles de coriandre fraîche  
1 c. à soupe d'huile d'olive  
1 noisette de beurre salé  
5 kumquats  
90 g d'huile d'olive  
50 g de sauce soja douce  
100 g d'eau

- Verser l'eau dans le bol, disposer les filets de saumon dans le Varoma ; mettre le Varoma en place et programmer **15 mn / Varoma / vitesse 2**.
- Pendant ce temps peler la gousse d'ail et le gingembre et laver la coriandre. À la sonnerie, retirer le Varoma, vider et rincer le bol. Dans une poêle anti adhésive, faire chauffer 1 c. à soupe d'huile d'olive et 1 noisette de beurre salé. Puis y poser les filets de saumon côté peau à feu moyen pour faire griller la peau.
- Dans le bol, mettre l'ail et le gingembre, donner **3 impulsions de turbo** pour les hacher finement. Rajouter les kumquats, l'huile d'olive, le soja et l'eau, programmer **3 mn / vitesse 10**.
- À la sonnerie, servir les filets de saumon peau croustillante à l'assiette nappés de la sauce acidulée, agrémenter de quelques feuilles de coriandre fraîche.

# Tarte au chocolat et aux fruits de la passion



**Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 12 mn 20 sec + Attente : 1 h 35 mn +  
Cuisson au four : 12 mn**

## La pâte sablée

65 g de sucre en poudre  
140 g de farine + 2 c. à soupe pour fariner  
le plan de travail  
1 pincée de sel  
60 g de beurre en morceaux  
1 petit œuf

## La ganache

250 g de chocolat noir  
200 g de crème liquide à 35% m. g.  
100 g de jus de fruits de la passion  
60 g de beurre en morceaux

- **La pâte sablée** : mettre le sucre dans le bol, mixer 10 sec / vitesse 9 pour obtenir du sucre glace.
- Réunir tous les éléments de la pâte dans le bol, pétrir 2 mn /  / . Sortir la pâte du bol la mettre en boule et la réserver au frais pendant 20 mn dans un récipient filmé. Laver et essuyer le bol.
- Pendant ce temps, préchauffer votre four à 180° (th. 6).
- **Commencer la ganache** : couper le chocolat en morceaux dans le bol et mixer 10 sec / vitesse 7. Puis faire fondre pendant 6 mn / 60° / vitesse 2.
- Ajouter la crème liquide, le jus de fruit et programmer 2 mn / 37° / vitesse 2.
- À la sonnerie, ajouter le beurre en morceaux et mélanger 2 mn / vitesse 2. Laisser refroidir dans le bol à température ambiante.
- Sur un plan préalablement fariné, abaisser la pâte sablée sur une épaisseur de 1 cm environ. Foncer les moules à tartelettes avec la pâte sablée. Enfourner pendant 15 mn à 180°.
- Laisser refroidir pendant 1 h avant de démouler, puis garnir avec la ganache au chocolat. Réserver au froid pendant 30 mn.
- Servir avec des tranches de caramboles et des groseilles ou une boule de sorbet passion.







**DAVID ZUDDAS** : précédemment créateur de l'Auberge de la Charme à PRENOIS et depuis juin 2008, chef du restaurant **DZ'envies à DIJON** !

Sur la grande assiette couleur ardoise et blanche s'affiche la ligne de conduite de David Zuddas : humeur et humour, partage et identité, transgression... Tout en paradoxes : très zen apparemment mais sur tous les fronts (rôle de conseil, Président de Générations.C, collaborateur du via Mokis à Beaune, sollicité par le Japon...), il manie l'humour et pas la langue de bois, très affairé mais toujours disponible pour qui a besoin.

Profondément respectueux de ses aînés, le Président survitaminé de l'association Générations.C milite cependant ardemment pour l'évolution des métiers de bouche, au côté de Gilles Choukroun, Thierry Marx ou encore Éric Guérin. Il désire participer à l'évolution d'une cuisine qui a besoin d'être dépoussiérée et renouvelée.

Pourtant les techniques modernes des laboratoires ne sont utilisées que dans la mesure où le goût et les textures des produits peuvent être magnifiés ou présentés de manière ludique sous forme de billes par exemple (sphérification). Passionné par la culture japonaise, sa cuisine lui emprunte techniques de dressage rigoureuses ou textures en contraste (goûtez son étonnant « dos de lieu jaune, fenouil râpé cru et huile de badiane »).

David Zuddas réunit dans son Art des ingrédients détonants : rigueur et fausse nonchalance, respect et légère moquerie, passion et disponibilité, affaires et affectif... Un chef moderne et généreux qui s'inscrit dans une cuisine en mutation et pluri-culturelle.

# Menu quotidien

*Un nem de poulet cuit vapeur  
pour une bouchée de légumes aux arachides*

p. 35

*Dos de lieu jaune,  
fenouil râpé cru et huile de badiane*

p. 36

*Pain de Gènes et infusion de pollen*

p. 37

## Un nem de poulet cuit vapeur pour une bouchée de légumes aux arachides

**Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 23 mn**

500 g d'eau  
2 blancs de poulet sans la peau (de 130 g environ chacun)

### La sauce arachide

20 g de feuilles de coriandre  
20 g de feuilles de menthe  
100 g de pâte d'arachide (beurre de cacahuètes)  
30 g de sauce soja  
40 g de vinaigre de xérès  
70 g d'eau





### Les légumes

80 g de carottes crues  
90 g de céleri rave  
100 g de pousses de soja crues  
30 g d'Alfalfa ou autres graines germées

### Note du chef

« Résolument simple et rapide à faire, une touche d'exotisme comme j'aime... à manger avec les doigts et à partager entre potes... juste un moment de convivialité... »

- Verser l'eau dans le bol et programmer **10 mn / Varoma /** .
- Pendant ce temps, assaisonner les blancs de poulet et les déposer dans le Varoma. Puis mettre le Varoma en place et cuire pendant **12 mn / Varoma /** . Laisser tiédir avant de refroidir au réfrigérateur. Vider et essuyer le bol.
- Introduire les feuilles de coriandre et de menthe dans le bol, hacher en **2 impulsions de turbo**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule. Ajouter la pâte d'arachide et le reste des ingrédients et mixer finement pendant **20 sec / vitesse 8**. Débarrasser dans de petits pots à sauce (1 par personne). Réserver.
- Éplucher et détailler les légumes en fines tagliatelles. Mélanger délicatement les légumes dans un saladier et diviser en seize petits fagots.
- Tailler les blancs de poulet chacun en 8 tranches fines dans la longueur. Prendre un fagot de légumes et enrouler autour une lamelle de poulet en serrant légèrement et bloquer avec un picot en bois.
- Dresser sur plat ou assiette et accompagner de la sauce en petits pots pour que chacun puisse tremper à sa guise.

# Dos de lieu jaune, fenouil râpé cru et huile de badiane

Temps de préparation : 20 mn + Attente : 3 jours + Thermomix : 33 mn

## L'huile de badiane

Prévoir 3 jours à l'avance que  
la badiane libère tous ses arômes.

6 anis étoilés (badiane)  
1 dl d'huile de pépins de raisins  
3 dl d'huile d'olive

## Le fenouil râpé



2 bulbes de fenouil  
1 c. à soupe d'aneth  
Le jus d'un citron jaune

## Le lieu

1 000 g d'eau  
1 badiane  
6 grains de poivre  
1 feuille de laurier  
1 branche de thym  
4 pavés de lieu jaune (de 130 g environ par morceau)  
Sel

## Accessoire

1 mandoline

- L'huile de badiane : mettre les éléments de l'huile dans le bol et chauffer pendant 15 mn / 60° / . À la sonnerie mixer pendant 20 sec / vitesse 10 pour concasser la badiane. Débarrasser dans un bocal, fermer et laisser à température ambiante pendant 3 jours.
- Le fenouil : ôter les tiges du fenouil, et râper finement les bulbes à la mandoline. Mettre les feuilles d'aneth dans le bol et donner 1 impulsion de turbo. Râcler les parois du bol à l'aide de la spatule pour faire tomber les feuilles au fond du bol. Puis ajouter le jus de citron, une pincée de sel et 3 c. à soupe d'huile de badiane et mélanger pendant 10 sec / vitesse 4. Débarrasser et réserver.
- Le lieu : verser l'eau dans le bol, puis ajouter le reste des ingrédients excepté le poisson et programmer 10 mn / Varoma / vitesse 1 pour dégager un maximum de vapeur. Pendant ce temps lustrer les pavés d'huile de badiane de chaque côté, saler légèrement et disposer dans le Varoma. À la sonnerie, mettre le Varoma en place et cuire pendant 7 mn / Varoma / .
- Dresser sur assiette le fenouil et le lieu jaune.

## Note du chef

L'huile de badiane se conserve quelques semaines au réfrigérateur, vous pourriez l'utiliser pour parfumer agréablement vos vinaigrettes.  
« Du cuit et du cru, le produit pour ce qu'il est, un assaisonnement pour le relief, une bonne façon de montrer que la cuisson vapeur n'est pas régime et tristesse...  
Essayer de respecter la courte cuisson du poisson pour préserver tous ces nutriments et en profiter pleinement... »

# Pain de Gènes et infusion de pollen

Temps de préparation : 10 mn + Thermomix : 18 mn + Cuisson au four : 20-40 mn (selon le moule)

## Le pain de Gènes

- 100 g de beurre pommade
- 125 g de sucre + 20 g pour beurrer le(s) moule(s)
- 100 g de poudre d'amandes
- 3 œufs (60 g)
- 40 g de fécula de pommes de terre
- 1 pincée de sel
- 1 c. à café de farine pour fariner le(s) moule(s)
- 4 c. à soupe d'amandes effilées

## L'infusion de pollen

- 250 g de lait 1/2 écrémé
- 150 g de crème liquide 35% m. g.
- 60 g de pollen en pelotes (magasin bio)
- 2 jaunes d'œufs
- 70 g de chocolat blanc en morceaux
- 1/2 jus de citron frais

- Le pain de Gènes : préchauffer le four à 170° (th. 5-6).
- Mettre le beurre et le sucre dans le bol, insérer le fouet et blanchir pendant 3 mn / vitesse 3 pour obtenir un beurre pommade.
- Puis incorporer la poudre d'amandes et mélanger pendant 30 sec / vitesse 3.
- Ensuite programmer 3 mn / vitesse 3 et ajouter les œufs 1 à 1 à travers le couvercle du bol. A la sonnerie, verser la fécula et le sel et mélanger pendant 3 mn / vitesse 3 pour bien travailler l'appareil.
- Beurrer et fariner un moule à cake ou 4 ramequins et recouvrir le fond d'amandes effilées. Garnir avec l'appareil à pain et enfourner pendant 20 à 40 mn selon la grandeur du moule. Laisser reposer avant de démouler.
- L'infusion de pollen : laver et essuyer le bol. Mettre le lait et la crème liquide dans le bol et chauffer pendant 5 mn / 70° /  $\frac{1}{2}$ .
- Puis ajouter le reste des ingrédients de l'infusion et mixer 3 mn / vitesse 5. Filtrer à l'aide d'un chinois étamine et servir l'infusion en tasse en accompagnement du pain de Gènes tiède.





# Menu gastronomique

*Chawan mushi (Crème prise)  
de Saint-Jacques,  
écume de coquillages au eureka*

p. 41

*Comme un tajine,  
gigot d'agneau de lait confit,  
boulgour et fruits secs*

p. 42

*Panacotta à la verveine,  
des figues écrasées*

p. 43

# Chawan mushi (crème prise) de Saint-Jacques, écume au curcuma





Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 1 h 02 mn

## Chawan mushi

700 g de fumet de poisson reconstitué  
8 champignons de paris (100 g environ)  
4 œufs entiers (60 g)  
8 noix de Saint-Jacques sans corail  
Sel fin  
400 g d'eau

## Écume

100 g de lait 1/2 écrémé  
100 g de fumet de poisson reconstitué  
1 c. à café rase de curcuma  
1 c. à soupe rase de lécithine de soja (magasin bio)

- Le chawan mushi : prélever 200 g de fumet de poisson, le disposer dans un bac à glaçons et le mettre au congélateur. Laver les champignons de paris, vérifier et couper les pieds si nécessaire et les déposer entiers dans le panier de cuisson. Verser le fumet de poisson restant et programmer pendant 10 mn / 100° / . Ôter le gobelet.
- Puis insérer le panier et cuire pendant 15 mn / 90° / . Ensuite égoutter les champignons et les couper en dés. Les disposer au fond de 4 bols ou tasses à thé qui tiennent dans le Varoma.
- Mesurer 450 g de fumet et refroidir en ajoutant le fumet du congélateur. Ajouter 3 œufs entiers et mélanger pendant 30 sec / vitesse 4. Rectifier l'assaisonnement.
- Disposer 2 noix de Saint-Jacques par tasse et arroser de la préparation précédente. Filmer 2 fois chaque tasse. Verser l'eau dans le bol et cuire pendant 25 mn / Varoma / . En fin de cuisson la crème est tremblotante. Vider l'eau du bol.
- L'écume : verser le lait, le fumet, la lécithine et le curcuma avec une pointe de sel dans le bol et chauffer pendant 10 mn / 70° / . Faire mousser en mixant 10 sec / vitesse 10, avec le gobelet. Prélever cette écume et la poser dans chaque gobelet avant de servir.

## Conseil du chef

« Facile à réaliser et à gérer, supporte tellement d'autres applications que vous devriez assez vite adapter cette recette. Moi, j'adore !! C'est mon petit déjeuner japonais... »

## Conseil du sommelier

Alsace Pinot Gris "Les Miquisards" Domaines de Châteauneuf-Epervier blanc

La puissance aromatique du vin domine et se développe agréablement, et il gagne en fraîcheur et équilibre au contact de la texture du plat.

# Comme un tajine, gigot d'agneau de lait confit, boulgour et fruits secs

Temps de préparation : 40 mn + Thermomix : 1 h 40 mn

1 gigot d'agneau de lait environ 1 kg désossé et ficelé en gardant la souris intacte (« le boucher saura faire » disait le chef !)

## Boulgour



8 abricots secs  
4 figues sèches  
2 c. à soupe de raisins secs  
200 g de boulgour « cru » / blé concassé  
100 g d'eau tiède  
2 c. à soupe d'huile d'olive  
Sel

## Jus de cuisson

750 g d'eau  
250 g de tomates pelées  
1 c. à café rase de cumin en poudre  
1 c. à café rase de raz-el-hanout  
2 c. à soupe d'huile d'olive  
2 c. à soupe de maïzena

## La garniture

12 olives dénoyautées  
1 citron confit au sel  
2 carottes  
4 navets ronds

- Le gigot et le boulgour : saler le gigot et le poser dans le Varoma. Couper les abricots et les figues sèches en petits dés. Mélanger les raisins avec le boulgour cru, ajouter l'eau, l'huile d'olive et une bonne pincée de sel. Étaler sur le plateau du Varoma. Réserver.
- Le jus de cuisson et la garniture : réunir tous les ingrédients du jus de cuisson dans le bol (sauf la maïzena) et chauffer pendant 10 mn / 100° / vitesse 1. Pendant ce temps, diluer la maïzena avec 1 c. à soupe d'eau. Éplucher, laver les carottes et les navets, les couper en 4. Couper le citron en 8, enlever la pulpe pour ne garder que le zeste et le rincer à l'eau froide. Dans le panier, mélanger les légumes, le citron et les olives.
- À la sonnerie, ajouter la maïzena au jus de cuisson, insérer le panier pour l'immerger dans la cuisson de base, mettre le Varoma en place et programmer 60 mn / Varoma / . Puis 30 mn / Varoma / .
- Vérifiez les cuissons et l'assaisonnement, dressez les légumes, le jus et le gigot déficelé dans un plat à tajine si vous en possédez un et servez le boulgour à part.

## Conseil du chef

« Une cuisson plus longue mais c'est le Thermomix qui fait le boulot... Une autre idée du gigot flagolots... »

## Conseil du sommelier ● ● ●

Faugères "Mosaïque" Domaine de l'Auster  
rouge

Les tannins du vin se fondent dans le gras du confit, ses arômes de fruits confits et d'épices trouvent à qui parler dans ce plat. Un respect mutuel pour un mariage réussi.



## Panacotta à la verveine, des figues écrasées

Temps de préparation : 10 mn + Thermomix : 10 mn 30 sec + Attente : 2 h

### Panacotta

1 feuille 3/4 de gélatine + 1 bol d'eau glacée  
500 g de crème liquide 35% m. g.  
30 g de sucre semoule  
2 g de verveine sèche

### Figues écrasées

6 figues fraîches  
1 c. à soupe de vinaigre balsamique  
10 g de sucre cassonade

- Le panacotta : ramollir la gélatine dans l'eau glacée.
- Verser 250 g de crème, le sucre et la verveine dans le bol et programmer pendant 10 mn / 70° / *sf*.
- En fin de cuisson, mixer pendant 10 sec / vitesse 10.
- Ajouter la gélatine égouttée et le reste de crème et mélanger pendant 10 sec / vitesse 6. Filtrer à travers un chinois et répartir entre 4 verres hauts. Réserver au frais 2 heures.
- Les figues : pendant ce temps, nettoyer le bol, éplucher les figues et les placer dans le bol, ajouter le vinaigre et le sucre et mixer 4 sec / vitesse 5 pour obtenir une marmelade grossière mais onctueuse.
- Au moment de servir, disposer la marmelade sur les panacotta.

*Note du chef*

« À pleine maturité des figues, simple et efficace.  
À décliner selon vos goûts, la saison et vos envies... »







### **ERIC WESTERMANN - Le BUEREHIESEL à STRASBOURG**

Il est parfois difficile d'être « fils de... », mais dans le cas présent c'est une affirmation modeste et sans complexe d'Eric Westermann : il est fils d'Antoine, fier de l'être mais capable de s'émanciper !

Antoine Westermann passe les rênes du célèbre établissement à Eric en février 2007. Eric décide alors de ne pas conserver les étoiles gagnées par son père et repart de zéro afin de pouvoir s'exprimer plus librement.

Mais les bases sont solides, acquises au Palais à Biarritz, chez Jacques Thonel ou encore au Crillon. Et le produit est à l'honneur, l'assiette passe avant le décorum et il règne depuis quelques mois une atmosphère plus décontractée, plus accessible aussi avec une carte aux tarifs allégés, mais de qualité et de plaisirs intenses ! « Garder l'esprit d'Excellence », « Faire que le plaisir soit intense, total et de surcroît renouvelable... aller à l'essentiel » voici l'esprit d'Eric Westermann et qu'il partage avec Antoine.

Changer ne veut pas dire révolutionner et les grands classiques du Buerehiesel restent à la carte : la « poulette pattes noires cuite entière comme un baeckeoffe, aux pommes de terre, artichauts, citron confit et au romarin. » ou la « brioche à la bière, caramélisée à la bière, glace à la bière et poire rôtie ». À leur côté sur la carte on peut lire le nom de plats moins attendus comme « le Mulet de roche de Bretagne à la vapeur, tartare d'huîtres et pak choi, crème iodée au Riesling. »

La vieille ferme alsacienne demeure un lieu exceptionnel où la clientèle peut bénéficier au gré de ses envies d'atmosphères plus ou moins intimistes : cocon des alcôves ou grand salon convivial revisité entre passé et futur ou encore sous la verrière magique où l'on peut se régaler du spectacle du jardin en plein jour ou des cieux étoilés.

Mais pour Eric Westermann, la réussite passe nécessairement par la solidité et l'enthousiasme d'une équipe : Fabrice Thouret, son Second, Jean-Marc Zimmermann, sommelier et 29 ans de maison, et Clément Dittlo pour la modernisation. Et les clients ne s'y sont pas trompés puisqu'ils viennent et reviennent à chaque nouvelle visite plus enchantés encore, par une carte des vins de haut niveau, par un accueil plus moderne mais très qualitatif et une cuisine... digne d'un 3 étoiles !

# Menu quotidien

*Asperges blanches d'Alsace, sauce Maltaise*

p. 47

*Lotte marinée au citron vert cuite à la vapeur,  
mousseline de fenouil et  
marinière de coquillages à la coriandre*

p. 48

*Crème brûlée à la bergamote et coulis de fraise*

p. 49



## Asperges blanches d'Alsace, sauce Maltaise

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 34 mn

1 200 g d'asperges blanches d'Alsace  
1 000 g d'eau

### La sauce malsaise

2 oranges  
50 g de vin blanc  
6 jaunes d'œuf  
1/2 jus de citron  
130 g de beurre  
Pm sel et poivre du moulin  
1 c. à soupe persil plat ciselé

- Les asperges : éplucher les asperges et les botter et les disposer dans le Varoma. Verser 1 000 g d'eau et 1 pincée de sel dans le bol et mettre le Varoma en place et programmer 30 mn / Varoma / vitesse 1.
- Garder les asperges un peu croquantes et les débarrasser dans un plat sans les rafraîchir en les couvrant avec un linge humide.
- La sauce malsaise : Presser les oranges dans une casserole, ajouter le vin blanc et faire réduire le jus de moitié à feu moyen, non couvert.
- Insérer le fouet dans le bol, y incorporer les jaunes, le jus d'orange et le vin blanc réduits, le jus de citron, le beurre et l'assaisonnement et faire cuire pendant 4 mn / 70° / vitesse 3.
- Émincer les queues d'asperges en biseau, répartir les têtes en éventail et les queues émincées avec un peu de persil plat ciselé.
- Servir tiède et répartir la sauce Maltaise en cordon sur les asperges.

### Note du chef

« De mi-avril à fin mai, l'asperge blanche (d'Alsace bien sûr) se prépare à toutes les sauces : cuite à l'eau bouillante salée ou rôtie, avec une escalope de foie poché et un jus de vieille vinaigré ou juste une sauce malsaise... le plus important étant de la travailler le jour où elle a été récoltée. »

# Lotte marinée au citron vert cuite à la vapeur, mousseline de fenouil et marinière de coquillages à la coriandre

Temps de préparation : 20 mn + Attente : 1 h + Thermomix : 52 mn

## La lotte marinée

600 g de filet de lotte  
3 c. à soupe d'huile d'olive  
le zeste d'1 citron vert  
1/4 de citron vert (jus)

## La mousseline

1 000 g de bulbes de fenouil  
1 500 g d'eau

## La marinière

50 g de praires  
50 g de coques  
50 g de moules  
50 g de palourdes  
60 g d'échalotes  
5 cl de vin blanc

Bouquet garni (1 brindille de thym, 1 feuille de laurier)  
1/2 c. à soupe citron confit  
1/2 botte de coriandre  
Sel, poivre, fleur de sel  
2 cl d'huile d'olive

- La lotte : faire lever les filets de lotte par votre poissonnier et les mettre à mariner dans une cuillère à soupe d'huile d'olive et le zeste et le jus de citron vert, puis la rouler dans du papier film et conserver au frais pendant 1 h.
- La mousseline de fenouil : couper le fenouil en 4, le placer dans le bol et programmer **5 sec / vitesse 5**. Vider le bol et réserver. Verser 700 g d'eau et 1 c. à soupe de gros sel, programmer **10 mn / 100° / vitesse 1**. À la sonnerie verser le fenouil haché et cuire **5 mn / 100° / vitesse 1**. Égoutter et rafraîchir dans de l'eau glacée puis l'égoutter à nouveau. Placer dans le bol et mixer **1 mn / vitesse 9**. Placer la purée ainsi obtenue à égoutter dans un torchon.
- Verser 500 g d'eau dans le bol, programmer **10 mn / Varoma / vitesse 1**. Pendant ce temps, disposer une feuille de papier sulfurisé dans le Varoma, y poser la lotte et programmer **25 mn / Varoma / vitesse 1**.
- La marinière : pendant ce temps, laver plusieurs fois les coquillages.
- Éplucher et émincer les échalotes. Dans une sauteuse large, chauffer à feu vif le vin blanc, les échalotes et le bouquet garni.
- Ajouter les coquillages et cuire à couvert. Les retirer dès qu'elles s'ouvrent à l'aide d'une écumoire. Filtrer le jus de cuisson. Retirer la chair des coquillages et réserver dans le jus de cuisson. Assaisonner le jus de coquillages avec le citron confit, la coriandre et l'huile d'olive.
- Tailler la lotte comme un tournedos et la poser au milieu d'une assiette creuse puis répartir les coquillages autour et remplir le jus de cuisson. Réchauffer la purée de fenouil avec 2 cl d'huile d'olive, rectifier l'assaisonnement et dresser dans un petit caquelon.

## Note du chef

\* Un simple jus de coquillage mis en valeur par la coriandre fraîche et le citron confit.\*

## Le bonus du chef !

Accompagnez de légumes croquants : jeunes carottes, vert de courgettes et fenouil émincé avec une brindille de thym. Faites les juste tomber dans 2 cl d'huile d'olive bien chaude, les cuire rapidement pour les garder bien croquants.

# Crème brûlée à la bergamote et coulis de fraise

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 38 mn

## Crème bergamote

500 g de crème liquide 35% m. g.  
2 g de thé Earl Grey  
7 jaunes d'œuf  
80 g de sucre semoule  
500 g d'eau  
20 g de sucre cassonade

## Coulis de fraises

150 g fraises bien mûres  
30 g de sucre semoule  
1 c. à soupe d'eau

- Crème bergamote : verser la crème dans le bol et programmer 10 mn / 90° / vitesse 1. Puis ajouter les feuilles de thé et faire infuser pendant 3 minutes. Filtrer au chinois-étamine.
- Verser à nouveau la crème infusée dans le bol, ajouter les jaunes d'œuf et le sucre semoule et mélanger pendant 1 mn / vitesse 4.
- Garnir 4 ramequins en porcelaine et les recouvrir de papier aluminium. Verser l'eau dans le bol et placer les ramequins dans le Varoma, insérer le Varoma et cuire pendant 25 mn / Varoma / vitesse 1. Laisser refroidir et réserver au frais.
- Coulis de fraises : mettre les fraises, l'eau et le sucre dans le bol et mixer pendant 2 mn / vitesse 5.
- Parsemer les crèmes de sucre cassonade et les brûler à l'aide d'un chalumeau.
- Servir le coulis de fraise à part.

*Conseil du chef*

« Un vrai jeu d'enfant ! »





## Menu gastronomique

M

*Coquilles Saint-Jacques à l'artichaut et  
à l'huile de truffe blanche*

p. 53

*Poitrine de pigeon au chou vert et au foie gras,  
mousseline de céleri et échalotes confites*

p. 54

*Soufflé à l'orange, sorbet au chocolat et  
granité au Grand marnier*

p. 57

# Coquilles Saint-Jacques à l'artichaut et à l'huile de truffe blanche

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 1 h 02 mn

1 500 g d'eau  
1 jus 1/2 de citron  
1 c. à café de sel  
2 artichauts bretons (= 150g purée)  
300 g de grosses noix de Saint-Jacques crues avec corail  
70 g d'huile d'olive  
8 g de crème de truffe blanche  
Sel, poivre  
400 g de fumet de Saint-Jacques reconstitué (ou de poisson)

## Vinaigrette :

150 g d'huile d'olive  
75 g jus de citron  
4 g de sel  
pm. de poivre

## Salade d'herbe

15 g de cerfeuil  
15 g de persil  
15 g d'aneth  
15 g de ciboulette  
15 g de corne de cerf (à commander chez le primeur)  
15 g de poiret

- Verser l'eau dans le bol, ajouter le jus de citron et le sel. Programmer 10 mn / 100° / vitesse 1. Pendant ce temps, récupérer les plus belles feuilles d'artichaut. Les réserver. Mettre les artichauts dans le panier. À la sonnerie, insérer le panier et cuire pendant 30 mn / 100° / vitesse 1. Pendant ce temps, cuire les feuilles à l'Anglaise dans une grande casserole afin que le petit morceau de fond d'artichaut soit cuit, puis refroidir dans de l'eau glacée. Émincer les Saint-Jacques pour obtenir une soixantaine de tranches. Réserver les coraux.
- Puis vider le bol, récupérer les fonds d'artichaut, les mettre dans le bol et mixer pendant 1 mn / vitesse 6 pour obtenir une purée bien lisse. Laisser refroidir.
- Monter cette purée une fois froide à l'huile d'olive : Insérer le fouet, programmer 5 mn / vitesse 3 et verser l'huile à travers le couvercle puis la crème de truffe blanche, un peu de jus de citron, assaisonner.
- Crème de corail : Verser le fumet de Saint-Jacques dans le bol et déposer les coraux dans le panier de cuisson. Programmer 15 mn / Varoma / vitesse 1. Ôter le gobelet. Puis récupérer le fumet dans un récipient, mettre les coraux dans le bol, ajouter 50 g de fumet et mixer pendant 10 sec / en augmentant progressivement la vitesse jusqu'à 5 pour obtenir la consistance d'une crème. Ajouter un peu de fumet si nécessaire. Passer au chinois-étamine, laisser tiédir et réserver au froid.
- Carnir les feuilles avec un peu de purée d'artichaut. Disposer sur chacune d'elles une tranche de Saint-Jacques assaisonnée avec le mélange huile d'olive, 1/2 jus de citron, fleur de sel et poivre.
- Au centre de l'assiette, étaler 30 g de purée dans un cercle de 10 cm de diamètre.
- Assaisonner les coquilles avec la vinaigrette huile d'olive, citron et les disposer en rosace sur la purée en laissant un espace au centre pour disposer en dôme la salade d'herbes assaisonnée. Saler à la fleur de sel et poivre.
- Disposer les cinq feuilles d'artichaut garnies de Saint-Jacques autour de l'assiette. Mettre une cuillère à café de crème de corail et une pluche de cerfeuil entre chaque feuille.

## Note du chef

« À réaliser exclusivement avec des noix de Saint-Jacques en coquilles d'une fraîcheur irréprochable ! »

# Poitrine de pigeon au chou vert et au foie gras, mousseline de céleri et échalotes confites

Temps de préparation : 45 mn + Thermomix : 1 h 20 mn + Autre cuissons : 2 h 40 mn environ

## Garniture d'échalotes confites

20 petites échalotes  
30 g de beurre  
50 g de vin blanc  
500 g de fond blanc de volaille reconstitué  
2 brindilles de romarin  
2 brindilles de thym  
Sel, poivre

## Farce de volaille

400 g de champignons de Paris  
30 g d'échalote  
1/4 de citron (jus)  
10 g + 30 g de beurre  
80 g de blanc de volaille (cm)  
100 g de crème liquide 35 % m. g.  
40 g de foie de canard cm

- **Garniture d'échalotes confites** : éplucher les échalotes. Dans une casserole à fond épais les faire revenir 10 mn au beurre. Saler et poivrer. Déglacer avec le vin blanc, puis avec le fond blanc de volaille. Ajouter le romarin et le thym, couvrir et laisser confire doucement pendant 2 heures. Après cuisson, le jus doit être totalement réduit et enrober les échalotes. Réserver au chaud.
- **Farce à la volaille** : éplucher les échalotes et les mettre dans le bol. Couper la base terreuse des champignons de Paris, puis les laver plusieurs fois sous l'eau froide. Les placer dans le bol avec les échalotes et mixer **30 sec / vitesse 9**. Débarrasser dans une casserole. Rincer le bol et le placer au congélateur.
- Ajouter le jus du 1/4 de citron. Dans une casserole, faire revenir sans coloration la duxelle de champignons et les échalotes avec 10 g de beurre. Saler, poivrer et laisser cuire jusqu'à évaporation du jus. Réserver au frais.
- Sortir le bol. Détailler le blanc de volaille en petits morceaux puis les mettre dans le bol froid et mixer pendant **30 sec / vitesse 8**. Saler et poivrer.
- Programmer **2 mn / vitesse 3** et incorporer progressivement la crème liquide à travers le couvercle du bol : l'ensemble doit rester bien homogène.
- Ajouter la duxelle de champignons et le foie de canard coupé en petits dés et mélanger **20 sec / vitesse 1**, et réserver au frais.

**Pigeons et jus**

- 2 pigeons (environ 500 g / pièce)
- 30 g de carotte
- 30 g d'oignon
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 brindille de thym
- Sel, poivre
- 4 grandes feuilles de chou frisé

**Mousseline de céleri**

- 1 céleri rave (600 g)
- 200 g lait
- 200 g crème fleurette bien froide
- 1 jus de citron

- Préparation des pigeons et confection du jus de pigeon : flamber, épiler et vider les pigeons. Lever les poitrines et les cuisses. Garder les foies et les cuisses pour une autre préparation. Retirer la peau des poitrines.
- Éplucher la carotte et l'oignon, mettre dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**. Débarrasser dans un récipient.
- Concasser les carcasses et les abattis dans le bol pendant **1 mn / vitesse 7**. Ajouter l'huile d'olive et programmer **10 mn / Varoma / vitesse 1**. Ajouter les légumes (sauf le chou) et la brindille de thym, puis programmer **20 mn / Varoma / vitesse 1** jusqu'à coloration.
- Déglacer avec 250 g d'eau et faire cuire doucement pendant **30 mn / 100° / vitesse 1**, ôter le gobelet, il doit rester 1 dl de jus de pigeon environ. Passer le jus au chinois-étamine et rectifier l'assaisonnement.
- Blanchir les feuilles de chou 3 mn dans une grande casserole à l'eau bouillante salée. Rafraîchir sous l'eau froide, égoutter sur un linge, puis retirer la grosse côte centrale.
- **Mousseline de céleri** : nettoyer le bol. Verser la crème fleurette dans le bol, insérer le fouet et fouetter **4 mn / augmenter progressivement la vitesse jusqu'à vitesse 4**. Débarrasser dans un récipient. Éplucher le céleri et le couper en morceaux. Insérer le fouet et mettre le céleri dans le bol avec le lait et programmer **15 mn / 90° / vitesse 1**. Égoutter et incorporer la crème fouettée. Saler, poivrer et incorporer le jus de citron.

## Notes du chef

« Une recette facile à anticiper et qui ne souffre pas d'attendre lors d'une soirée entre amis.

Champignons sauvages de saison : morilles en ce moment, mousserons de la saint georges et girolles bientôt, cèpes trompettes ou chanterelles un peu plus tard. Ces champignons sont poêlés sauf les morilles qui sont cuites en cocotte avec un peu de vin blanc. »

- Confection des poitrines de pigeon au chou suivant le tour de main du chef : saler et poivrer les poitrines de pigeon. À l'aide d'une spatule, les enrober uniformément de farce à la volaille, puis les envelopper complètement dans les feuilles de chou. Presser entre les mains en gardant la forme de la poitrine.
- Cuisson des poitrines de pigeon au chou : dans une poêle, faire colorer avec les 30 g de beurre (8 mn sur chaque face) les poitrines de pigeon. Réserver et garder au chaud sur plaque. Déglacer la poêle avec le jus de pigeon, puis porter à ébullition et passer au chinois.
- Dressage : disposer les poitrines de pigeon au chou sur le bas des assiettes chaudes puis, en haut, de part et d'autre, disposer les échalotes confites et les champignons des bois. Verser le jus de pigeon au fond des assiettes.

## Le tour de main du chef



Enrober de farce.



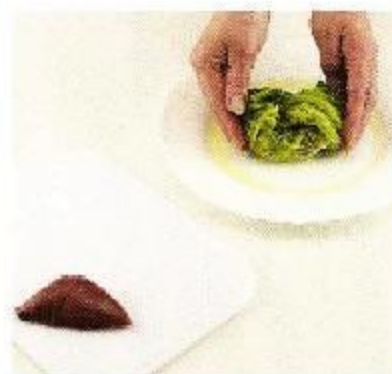
Enlever la côte centrale.



Poser sur le bord de la feuille.



Enrouler complètement les poitrines de pigeon.



Rabattre les côtés vers l'intérieur.

# Soufflé à l'orange, sorbet au chocolat et granité au Grand Marnier

Préparation : 30 mn + Thermomix : 40 mn 25 sec + Cuisson au four : 11 mn

## Sorbet chocolat

15 g de glucose (facultatif)  
25 g de cacao  
240 g d'eau  
75 g de sucre  
90 g de chocolat noir

## Granité grand marnier

250 g de jus d'orange  
25 g de sucre  
2 cl de grand marnier

## Pâtissière à l'orange

400 g de jus d'orange  
100 g de crème double  
60 g de jaunes d'œufs  
75 g de sucre  
25 g de farine  
pinzeste d'orange confite

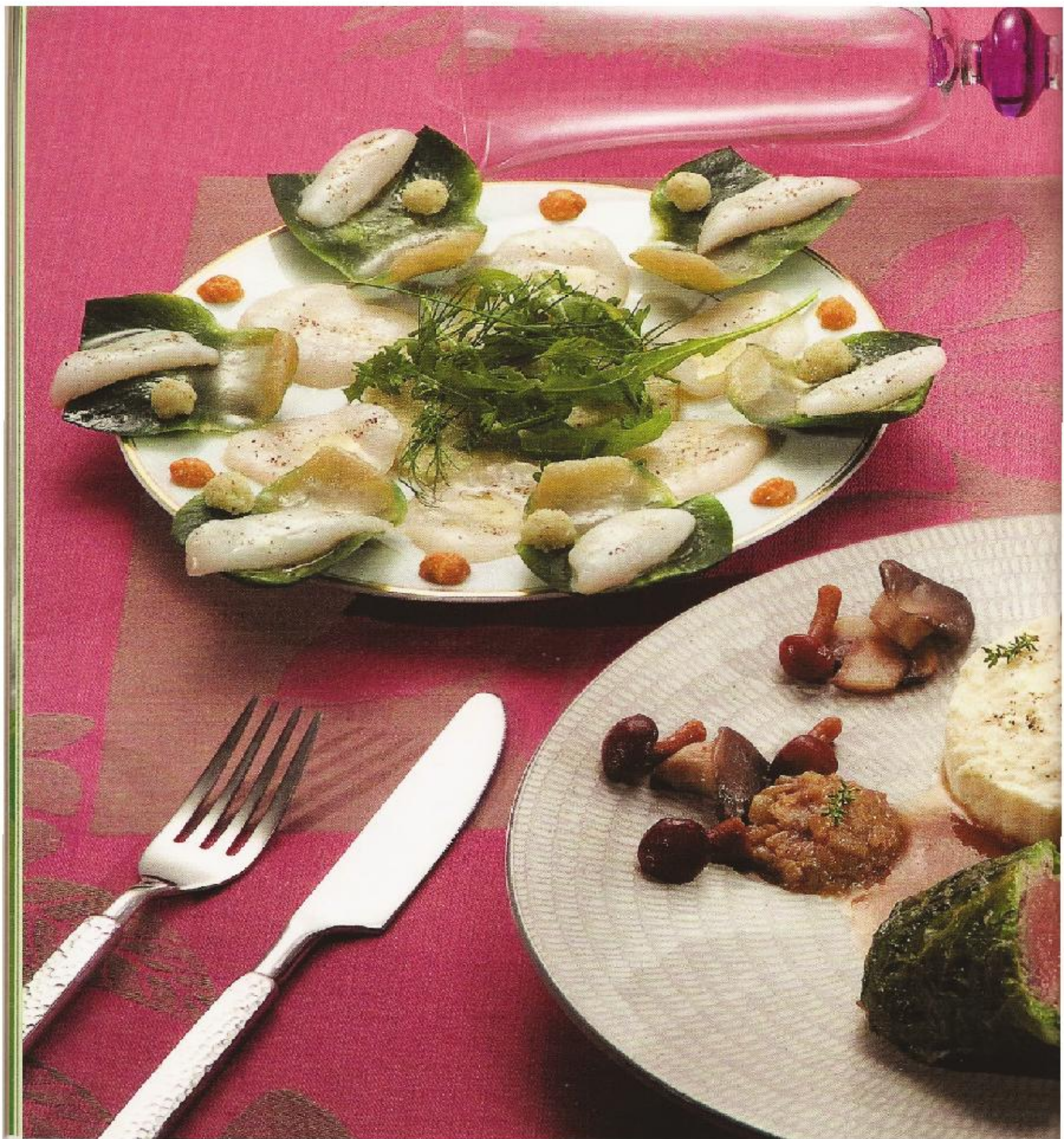
## Soufflé

70 g de blancs d'œufs  
20 g de sucre semoule

- Sorbet au chocolat noir : mettre le glucose, le cacao, l'eau et le sucre dans le bol et programmer 11 mn / 100° / vitesse 1.
- À la sonnerie, programmer 3 mn / vitesse 2 et incorporer le chocolat en petits morceaux à travers le couvercle. Puis mixer 10 sec / vitesse 6. Laisser tiédir et débarrasser dans des bacs à glaçons avant de placer au congélateur. Au moment de servir mettre l'appareil à sorbet dans le bol et mixer pendant 1 mn / vitesse 6. Nettoyer le bol.
- Granité au Grand Marnier : Dans le bol, verser le sucre et le jus d'orange, et programmer 10 mn / Varoma / . Incorporer le Grand Marnier et programmer 5 mn / Varoma / vitesse 1, ôter le gobelet. Laisser tiédir dans un récipient et placer au congélateur. Nettoyer le bol.
- Crème pâtissière : insérer le fouet. Mélanger tous ingrédients dans le bol pendant 10 sec / vitesse 3. Puis cuire 7 mn / 90° / vitesse 4. À la sonnerie mixer 5 sec / vitesse 9, puis refroidir sur une plaque à pâtisserie en filmant au contact afin d'éviter de « croûter ». Nettoyer le bol très soigneusement.
- Cuisson des soufflés : préchauffer le four pendant 15 mn à 200° (th. 6-7). Verser les blancs dans le bol avec une pincée de sel et programmer 3 mn / vitesse 3,5. Ajouter le sucre pendant la dernière minute.
- Mélanger la crème pâtissière à l'orange avec les blancs montés. Couler ce mélange dans des pots à soufflé préalablement beurrés et sucrés, et enfourner à 200° pendant environ 11 mn.
- Râper le granité à l'aide d'une fourchette. En déposer dans une coupelle, puis ajouter une quenelle de sorbet chocolat et enfin déposer des zestes d'orange par-dessus.
- Sortir le soufflé, le saupoudrer de sucre glace et disposer sur une assiette.

## Note du chef

« Un seul secret, ne pas trop monter les blancs ! »







**DIDIER ELENA : 2<sup>ème</sup> « Château les Crayères » à REIMS.**

Parcours atypique pour Didier Elena qui est arrivé tard en cuisine : après un bac C et une année de médecine, on lui présente un jour Alain Ducasse alors qu'il fait une saison à Nice. Une longue discussion plus tard, Didier Elena commence ses classes chez Alain Ducasse. Très vite il s'affirme comme un des grands de la cuisine et se forme à l'International toujours chez Ducasse : il exerce son Art à New York pendant 5 ans, puis préfère rentrer en Europe. Il continue à œuvrer au sein du groupe Ducasse en multipliant les ouvertures de prestige à l'International. « Le Château les Crayères » est le dernier défi de Didier Elena. Défi gagné puisque le restaurant compte désormais 2 étoiles.

Père marin pêcheur et mère originaire du Piémont, Didier Elena développe depuis toujours le goût du bon et à une cuisine de partage. La cuisine qui fait plaisir doit également avoir un sens : Didier Elena aime à citer une phrase clé de ses clients américains « We had an experience ! » une dégustation doit être une expérience mettant tous les sens en éveil et en les confrontant à quelque chose de nouveau. Pour lui la cuisine d'aujourd'hui doit faire évoluer les traditions non les transformer radicalement.

En avance sur son temps, il s'amuse depuis quelques années déjà avec le Finger Food. Aussi nous propose-t-il un menu quotidien évoluant sur le thème du sandwich, clin d'œil à ses années New yorkaises. Elles lui ont permis d'accepter la différence et d'amener une plus grande légèreté à son état d'esprit et par là même à sa cuisine.

# Menu quotidien

*Sandwich au blanc de volaille et cèpes*

p. 61

*Sandwich de foie gras et marmelade de figues*

p. 62

*Sandwich au Champagne et biscuits roses*

p. 63

## Sandwich au blanc de volaille et cèpes

**Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 18 mn + Cuisson à la poêle : 12 mn**

### Le beurre d'escargots

10 g d'échalotes grises épluchées  
3 g d'ail épluché  
8 g de persil lavé, équeuté  
100 g de beurre doux, mou  
4 g de sel  
Poivre

### La volaille

1 bouquet garni  
50 cl de Champagne  
10 grains de poivre noir  
2 suprêmes de volaille (200 g)

### Les cèpes

1 c. à soupe d'huile d'olive  
200 g de cèpes frais, coupés en tranches un peu épaisses.  
8 tranches de pain à la farine de châtaigne

- Le beurre d'escargot : dans le bol, mettre l'ail, l'échalote et le persil, hacher finement en donnant 3 impulsions de turbo. Râcler les parois à l'aide de la spatule.
- Ajouter le beurre ramolli à travers le couvercle, mélanger 10 sec / vitesse 7. Saler et poivrer. Garder à température ambiante. Vider et rincer le bol.
- La cuisson de la volaille : dans le bol, verser le champagne, ajouter le bouquet garni et les grains de poivre. Ôter le gobelet. Programmer 5 mn / 90° /  / . Puis laisser infuser 10 mn avec le gobelet.
- Ajouter les suprêmes de volaille, remonter à température : régler 2 mn / 90° /  / . Puis pocher 10 mn / 90° /  / . Vider le bol, escaloper finement les suprêmes de volaille.
- Les cèpes : chauffer l'huile dans une poêle, cuire les cèpes à feu vif pendant quelques minutes. En fin de cuisson, donner une légère coloration de chaque côté. Égoutter sur une grille.

### Note du chef

« Vous pouvez également griller les cèpes et agrémenter de quelques feuilles de salade romaine. »

La présentation est essentielle : à présenter sous forme de bouchées apéritives et non comme un classique sandwich ! »

### Conseil du sommelier

Champagne Brut Ter Cru Carte Blanche Montmartre

Pourquoi pas un beau Champagne dont la vinosité et les bulles s'accorderont à merveille à la texture du plat, ses notes aromatiques s'épanouiront au contact des cèpes.

- Le montage des sandwiches : tartiner les tranches sur une face avec le beurre d'escargot.
- Disposer les blancs de volaille découpés en lanières sur une tranche. Intercaler 1 tranche de cèpe entre les morceaux de volaille.
- Refermer le sandwich avec une seconde tranche de pain.

### Le tour de main du chef



Dénerver le suprême.





Escaloper à l'aide d'un couteau très aiguisé à lame moyenne.

## Sandwich de foie gras et marmelade de figues

**Temps de préparation : 20 mn + Attente : 1 h + Thermomix : 21 mn**

- 100 g de Banyuls
- 100 g de Porto
- 1 étoile de badiane
- 1 petit bâton de Réglisse
- 10 figues noires de Solis, lavées et coupées en 4
- 8 tranches de foie gras (3mm d'épaisseur) réalisé au Thermomix (La France Gourmande p. 12)
- 8 tranches de pain au levain du même diamètre que les tranches de foie

- Dans le bol, verser le Banyuls et le Porto, ajouter la badiane et la réglisse. Porter à ébullition 10 mn / 100° / . Ôter le gobelet.
- À la sonnerie, ajouter les figues. Cuire doucement 10 mn / 80° / , puis programmer 5 sec / vitesse 3. Vous obtenez une marmelade et non une purée. Vider dans un récipient, retirer la badiane et la réglisse.
- Le montage : recouvrir 1 tranche de foie de marmelade de figues, recouvrir d'une 2<sup>ème</sup> tranche de foie. Procéder ainsi pour chaque sandwich. Réserver au frais pendant 1 heure.
- Avant de servir, poser cette première préparation entre 2 tranches de pain.

### Note du chef

« Délicieux avec des tranches de pain légèrement grillées au barbecue, et dégustés tièdes après une grande bullade en forêt. »

# Sandwich au Champagne et biscuits roses

Temps de préparation : 5 mn + Thermomix : 16 mn 15 sec + Attente : 30 mn

10 biscuits roses de Reims  
4 jaunes d'œufs  
80 g de sucre semoule  
20 g de fécule de maïs  
200 g de lait entier  
1/2 gousse de vanille  
35 g de beurre  
50 g de Champagne  
8 tranches de brioche aux raisins (d'1 cm d'épaisseur)  
toastées et refroidies

- Tailler les biscuits en morceaux grossiers de 0,5 cm environ. Réserver.
- Réaliser la crème pâtissière au champagne : Dans le bol, plâtrer les jaunes d'œufs et 40 g de sucre et les blanchir **3 mn / vitesse 4**. Vider le contenu du bol dans un récipient. Rincer et essuyer le bol.
- Verser le restant de sucre, la fécule, le lait et la gousse de vanille grattée, mélanger **5 sec / vitesse 4**.
- Insérer le fouet et monter en température **8 mn / 80° / vitesse 1**. Ôter le gobelet.
- À la sonnerie, rajouter le mélange œufs sucre. Amener à ébullition **3 mn / 100° / vitesse 1**.
- Enlever la gousse de vanille. Laisser refroidir jusqu'à 50°. À cette température, régler **1 mn / 50° / vitesse 1**, incorporer le beurre à travers le couvercle.
- Incorporer le Champagne à froid. Programmer **10 sec / vitesse 2**.
- Mélanger les morceaux de biscuits à la crème pâtissière à l'aide la spatule.
- Découper les tranches de brioche en longues bandes d'une largeur de 2 doigts, garnir les tranches de crème et refermer comme un sandwich. Saupoudrer de sucre glace.

## Note du chef

« Vous pouvez ajouter à cette préparation quelques pralines concassées. »





# Menu gastronomique

M

*Ragoût de Saint-Jacques et huîtres*

p. 67

*Truffe noire et Mont d'Or  
en texture crémeuse*

p. 68

*Socca aux mendiants*

p. 69



## Ragoût de Saint-Jacques et huîtres

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 1 h 02 mn + Cuisson à la poêle : 6 mn

500 g d'eau  
10 huîtres  
100 g de crème liquide 35 % m. g. (ou fleurette)  
20 g d'échalote épluchée  
20 g de beurre  
125 g de Champagne  
250 g de jus de Saint-Jacques  
(à commander chez votre poissonnier)  
1 c. à soupe de jus de citron  
25 g de beurre  
8 grosses noix de Saint-Jacques sans corail  
des profondeurs (Frosse)  
Des pluches (les feuilles) de cerfeuil pour agrémenter

- Ouvrir les huîtres à la vapeur : verser l'eau dans le bol, poser les huîtres dans le Varoma, programmer **15 mn / Varoma / vitesse 2**. Vider, rincer et essuyer le bol. Enlever les huîtres de leur coquille. Les réserver dans le panier de cuisson.
- Verser la crème dans le bol et afin de la faire réduire de moitié, programmer **20 mn / 100° / vitesse 1**. Ôter le gobelet. Vider et rincer le bol.
- Placer les échalotes dans le bol et programmer **4 sec / vitesse 5**. Rader les parois du bol à l'aide de la spatule, ajouter le beurre et cuire **2 mn / 80° / vitesse 3**.
- Verser le Champagne et faire réduire pendant **10 mn / 100° / vitesse 4**. Ôter le gobelet.
- Ajouter le jus des Saint-Jacques, réduire à nouveau pendant **5 mn / 100° / vitesse 4**. Ôter le gobelet.
- À la sonnerie, programmer **5 mn / 80° / vitesse 2**, incorporer progressivement la réduction de crème, 2 des huîtres et le jus de citron. Puis mixer **2 mn / 90° / vitesse 8**. Pendant la cuisson, sur le couvercle poser le panier contenant les huîtres afin de les réchauffer.
- Pendant ce temps, faire mousser le beurre en le chauffant et le fouettant dans une poêle, saisir les Saint-Jacques 3 mn de chaque côté.
- À la fin de la cuisson, enlever les huîtres du panier et les poser dans un récipient. Filtrer la sauce à travers un chinois dans un récipient.
- Verser la sauce dans le fond d'une assiette creuse et disposer dessus les Saint-Jacques en cercle en alternant avec les huîtres restantes. Agrémenter de quelques pluches de cerfeuil.

### Note du chef

« Cette recette est un hommage à un plat élaboré par Alain Chapel (père spirituel d'Alain Ducasse) : le ragoût d'huître de l'île de Sein. »

# Truffe noire et Mont-d'Or en texture crémeuse

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 1 h

500 g de pommes de terre (bintje)  
1 200 g d'eau  
1 c. à café de sel  
200 g de lait  
200 g de crème fraîche  
150 g de Mont-d'Or en morceaux

## Le coulis de truffes

5 g de cébettes émincées finement  
25 g d'huile d'olive extra-vierge  
75 g de morceaux de truffes  
100 g de madère  
250 g de jus de truffes

60 g de truffes fraîches (facultatif)

- Préparer l'aligot : éplucher les pommes de terre, les tailler en dés. Verser l'eau et le sel dans le bol, placer les morceaux de pommes de terre dans le panier de cuisson, insérer le panier et programmer **25 mn / 100° / vitesse 3**. Pendant ce temps préparer le reste des ingrédients.
- Retirer le panier et vider le bol. Verser le lait et la crème, régler **3 mn / 80° / vitesse 4**.
- À la sonnerie, incorporer les morceaux de pommes de terre et programmer **30 sec / 80° / vitesse 3**. Puis mixer **1 mn / vitesse 6**.
- Ajouter les morceaux de Mont-d'Or, mixer **1 mn / vitesse 3**. Puis lisser l'aligot **1 mn / vitesse 10**. Débarrasser l'aligot dans un récipient ne craignant pas la chaleur et recouvrir de film alimentaire. Laver et essuyer le bol.
- Préparer le coulis de truffes : placer les cébettes dans le bol et donner **2 impulsions de turbo**. Racler les bords à l'aide de la spatule.
- Ajouter l'huile d'olive, les morceaux de truffes et faire mijoter **2 mn / 80° / vitesse 2**. Ôter le gobelet.
- À la sonnerie, verser le madère et le jus de truffes, programmer **10 mn / 90° / vitesse 2**.
- Puis enlever le gobelet, poser le récipient contenant l'aligot sur le couvercle du bol pour le maintenir au chaud, remettre à cuire **15 mn / 80° / vitesse 2**.
- Pendant ce temps, tailler les truffes à la mandoline en fines lamelles, saler et badigeonner d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau.
- À la fin de la cuisson du coulis, mixer **1 mn / vitesse 10**.
- Dans une assiette ronde creuse, verser l'aligot au Mont-d'Or, dresser au centre les lamelles de truffe en rosace puis réaliser un cordon de coulis de truffe sur le tour de l'assiette à environ 2 mm du bord. Servir bien chaud.

*Note du chef*

« Pour réaliser le cordon, n'avez-vous d'une seringue ! »

## Socca aux mendiants

**Temps de préparation : 10 mn + Attente : 30 mn + Thermomix : 35 sec + Cuisson au four : 10 mn**

### Pâte à socca

120 g de farine de pois chiches  
40 g de sucre  
1 pincée de sel  
300 g d'eau froide  
50 g d'huile d'olive

### Garniture mendiants

1 saladier d'eau tiède  
100 g d'abricots moelleux  
50 g de dattes  
50 g de raisins secs  
50 g de pignons de pin  
50 g de cerneaux de noix  
50 g de noisettes  
50 g d'amandes émondées  
50 g de pistaches émondées  
1 c. à café d'huile d'olive

- La pâte à socca : verser la farine, le sucre et le sel dans le bol et mixer **20 sec / vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Puis faire tourner **1 mn / vitesse 3** et incorporer l'eau froide progressivement à travers le couvercle.
- Ensuite ajouter l'huile d'olive et programmer **10 sec / vitesse turbo**. Débarrasser dans un récipient et laisser reposer pendant 30 mn. Rincer le bol.
- La garniture : préchauffer le four à 210° (th. 7). Pendant ce temps couper les abricots en grosses lanières ; les placer dans le saladier d'eau tiède avec les raisins secs et laisser gonfler pendant 20 mn. Puis les égoutter, placer tous les fruits secs dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 6** afin de ne pas obtenir de la pâte mais des morceaux.
- Quand le four a atteint la bonne température, entourer une tourtière (30 cm) ou une plaque à socca en cuivre étamé ; Puis la badigeonner d'huile d'olive, verser la pâte en couche fine et régulière, répartir uniformément la garniture aux mendiants puis cuire pendant une dizaine de minutes jusqu'à légère coloration (ou saisir pendant 4 mn dans une poêle antiadhésive avant de mettre au four). Saupoudrer de sucre glace à la sortie du four et servir tiède.

### Note du chef

« La socca se mange à 10 h du matin sur les marchés maréens, en en-cas sucré ou salé. »







### CHRISTIAN LE SQUER : 3<sup>e</sup> Pavillon LEDOYEN PARIS 8<sup>e</sup>

Christian Le Squer n'est pas tombé dans la marmite quand il était petit, mais s'est embarqué à 14 ans sur un chalutier du port de Lorient pour une campagne de pêche. Cuisiner (d'abord pour faire plaisir aux marins) a été une révélation, est aujourd'hui le credo de ce Chef discret : cuisiner pour rendre les clients heureux. Il avoue que sa mère n'était pas cuisinière, cependant elle savait choisir les bons produits et ses gestes simples n'abimaient pas les ingrédients.

De cette simplicité il a gardé l'attachement au goût du Vrai (mais sublimé) et à l'authenticité. D'ailleurs sur la carte les noms mêmes des produits sont surditrés pour une première mise en valeur. Turbo, langoustines et volaille sont ses ingrédients fétiches et n'ont jamais été supprimés de la carte. Et c'est pour le mieux, le plat le plus demandé étant le blanc de turbo juste braisé et pommes de terre rottes écrasées à la fourchette et montées au beurre de truffe.

Christian Le Squer, Chef d'un sublime établissement, garde en toute simplicité l'envie de faire partager son amour des bonnes choses, et aimerait que ses clients passent un des plus grands moments de leur vie : calme, luxé et apparente simplicité...

# Menu quotidien

*Rouleaux de roquette & ricotta,  
jus de laitue*

p. 73

*Tartare de légumes et fruits secs*

p. 74

*Blanc manger de blanc d'œuf,  
vanillé aux framboises*

p. 75

## Rouleaux de roquette et ricotta, jus de laitue

**Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 56 mn + Attente : 20 mn**

### Crème de laitue

400 g d'eau

1 laitue effeuillée et lavée, taillée en gros morceaux  
80 g de beurre en morceaux

### Farce roquette

50 g de Parmesan

600 g de roquette lavée

1 botte de basilic effeuillé et lavé

1 botte de cresson effeuillé et lavé

1 botte de persil effeuillé et lavé

1 botte de civette ciselée finement

150 g de Ricotta

2 c. à soupe d'huile d'olive

Sel fin,

1 trait de Tabasco

### Feuilles de riz

6 feuilles de riz (épicerie asiatiques, bio)

1 saladier d'eau froide

300 g d'eau

- La crème de laitue : verser l'eau dans le bol, programmer **6 mn / 100° / vitesse 1**.
- Disposer la laitue dans le panier de cuisson et cuire **20 mn / 100° / vitesse 2**.
- en fin de cuisson, garder 100 g de jus de cuisson et ajouter la salade cuite dans le bol et programmer **1 mn / vitesse B**, 30 sec avant la fin incorporer 80 g de beurre frais en petits morceaux. Assaisonner, débarrasser et réserver dans un récipient filmé. Laver le bol.
- La farce roquette : mettre le Parmesan dans le bol et programmer **10 sec / vitesse 10**. Vider et réserver dans un récipient pouvant loger dans le Varoma. Rincer le bol.
- introduire la roquette, le basilic, le cresson, le persil et la civette dans le bol et hacher **2 mn / vitesse 5**.
- réserver le fouet, verser 2 c. à soupe d'huile d'olive et fouetter **6 mn / vitesse 2**.
- incorporer la ricotta et le Parmesan, mélanger **3 mn / vitesse 3**. Assaisonner et ajouter le Tabasco puis débarrasser.
- La feuille de riz : mettre à tremper les 6 feuilles de riz dans

- l'eau froide pendant 3 mn.
- Ensuite les disposer à plat sur du film alimentaire. Placer la farce en forme de boudin sur le côté puis les façonner en les enroulant (comme des nems), les serrer et les laisser dans le film. Les ranger au congélateur 20 mn pour pouvoir les détailler facilement en deux, légèrement biscautés.
- Pendant ce temps, verser l'eau dans le bol, programmer **5 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Placer le récipient de purée dans le Varoma. Au sortir du congélateur, placer les rouleaux sur le plateau vapeur. Mettre le Varoma en place, et cuire pendant **12 mn / 100° / vitesse 2**.
- Servir dans une assiette creuse, la crème de aïtue et 3 demis rouleaux superposés.

## Tartare de légumes et fruits secs

Temps de préparation : 25 mn + Thermomix : 1 h 06 mn 20 sec

Pour 6 personnes

- 100 g de riz sauvage (dans les magasins bio)
- 50 g de graines d'orge (dans les magasins bio)
- 1 500 g d'eau
- 25 g de noisettes
- 25 g de noix de cajou
- 25 g d'ail
- 1/2 bouquet de persil plat
- 1 poivron rouge épluché et épépiné
- 1 courgette taillée en morceaux
- 2 gros champignons de Paris, taillés en morceaux
- 120 g de céleri rave, épluché et taillé en morceaux
- 1 carotte épluchée et taillée en morceaux
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de farine type 55
- 100 g de mesclun

- Peser le riz et l'orge dans le panier, puis le rincer. Verser l'eau dans le bol puis insérer le panier. Programmer **45 mn / 100° / vitesse 2**, puis réserver. Rincer le bol.
- Mettre les noisettes et les noix de cajou dans le bol et mixer **3 sec / vitesse 3**. Débarrasser puis réserver.
- Ensuite introduire l'ail dans le bol et hacher **6 sec / vitesse 5**. Racier les parois du bol. Débarrasser puis réserver.
- Placer le persil dans le bol et hacher **3 sec / vitesse 5**.
- Mixer chaque légume séparément : le poivron, la courgette et les champignons **3 sec / vitesse 5**. Le céleri et la carotte **5 sec / vitesse 5**. Puis regrouper les légumes et l'ail dans le bol.
- Insérer le bouet. Verser 2 c. à soupe d'huile d'olive et cuire **2 15 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter ensuite la farine et cuire **5 mn / 80° / vitesse 1**.
- Puis ajouter le persil, les noix-noisettes, les graines d'orges et le riz. Mélanger **1 mn / vitesse 3**. Assaisonner, débarrasser et réserver au frais environ 1 h.
- Mouler à l'aide d'un emporte-pièce des pâlers de légumes. Les pincer à l'huile d'olive, servir avec un mesclun.

*Note du chef*

« Un plat végétarien complet et facile à réaliser. »

# Blanc-manger de blanc d'œuf, vanillé aux framboises

**Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 51 mn + Attente : 1 h**

## Crème anglaise

2 bâtons de vanille  
500 g de lait  
6 jaunes d'œuf  
100 g de sucre

## Coulis de framboise

60 g de sucre  
125 g de framboises et quelques unes pour agrémenter  
1/2 jus de citron

## Blanc-manger

125 g de blancs d'œuf (5 blancs)  
1 pincé de sel  
65 g de sucre semoule  
300 g d'eau

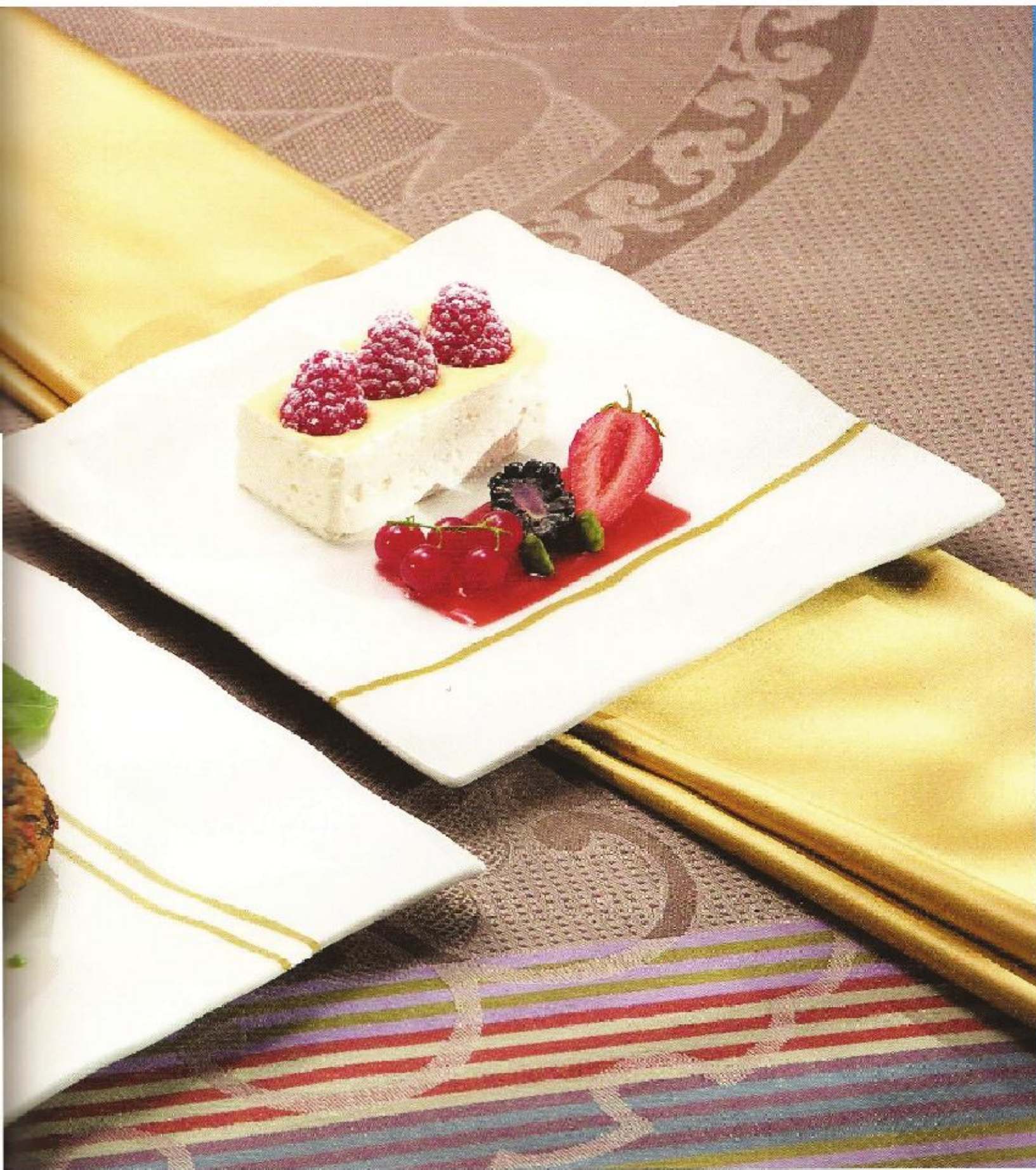
## Conseil du sommelier ●●●

Crémant de Bordeaux Rosé Château Le Prieur  
effervescent

Un Crémant rosé délicieusement fruité, frais et léger qui s'accordera de la meilleure des façons à ce dessert aérien. Ses bulles feront bon ménage avec le blanc manger.

- La crème anglaise : ouvrir les bâtons de vanille en deux, gratter pour récupérer les graines. Mettre les ingrédients de la crème anglaise dans le bol et programmer **7 mn / 80° / vitesse 4**. Ensuite mélanger **20 sec / vitesse 3**, réserver au frais. Laver le bol.
- le coulis de framboise : verser tous les ingrédients du coulis dans le bol et cuire **5 mn / 90° / vitesse 3**. Filtrer au chinois et réserver au frais. Laver et essuyer le bol soigneusement.
- Le blanc-manger : insérer le fouet. Mettre les blancs et le sel dans le bol et programmer **10 mn / vitesse 4**. Incorporer le sucre 2 mn avant la fin.
- Mouiller et essorer une feuille de papier sulfurisé, la déposer dans le Varoma. Graisser légèrement 4 emporte-pièces (8 x 4 cm) et les poser dans le Varoma. Mouler l'appareil à blanc-manger.
- Verser l'eau dans le bol. programmer **10 mn / Varoma / vitesse 1**. Pendant ce temps, déposer les moules dans le Varoma. À la sonnerie, programmer **12 mn / Varoma / vitesse 2**. Faire tiédir avant de réserver au frais pendant 1 h. Égoutter si besoin.
- Servir à l'assiette : démouler le blanc-manger sur une assiette plate, le recouvrir légèrement de crème anglaise puis décorer l'assiette avec le coulis et quelques framboises.





# Menu gastronomique

M

*Saveurs « Terre & Rivière »  
fumées et acidulées*

p. 79

*Bar en feuilles de riz,  
bouillon aux algues*

p. 80

*Soufflé Passion à l'ananas épicé,  
sorbet litchi*

p. 81

# Saveurs « Terre & Rivière » fumées et acidulées

Temps de préparation : 1 h 30 mn + Thermomix : 38 mn

## Crème d'anguille

- 500 g d'anguilles fumées en gardant la peau et les arêtes des anguilles (ou saumon fumé)
- 2 échalotes épluchées
- 1 branche de céleri
- 1/2 carotte
- 100 g de vin blanc
- 500 g de crème liquide
- 50 g de crème épaisse

## Bavarois de betterave

- 2 feuilles de gélatine (1 g)
- 1 bol d'eau froide pour tremper la gélatine
- 200 g de crème liquide à 35 % m. g
- 2 betteraves cuites épluchées et coupées en 4
- 80 g d'eau
- 1 pincée de sel fin
- 1 c. à soupe de vinaigre de vin vieux

## La décoration

- 3 petites betteraves cuites
- 2 échalotes épluchées
- 2 c. à soupe de vinaigre balsamique
- 2 c. à soupe de raifort
- Huile d'olive
- 1 pincée de sel
- Poivre de moulin

- La crème d'anguille : enlever la peau et les arêtes des anguilles puis les mixer 3 mn / vitesse 5.
- Réunir dans le bol, 2 échalotes, Le céleri, et la carotte mixer 5 sec / vitesse 5.
- Ajouter 2 c. à soupe d'huile d'olive et les anguilles. Insérer le fouet et programmer 8 mn / 80° /  $\int$ .
- À l'arrêt de la minuterie, ajouter le vin blanc et cuire 5 mn / 80° /  $\int$ . Ôter le gobelet.
- Puis incorporer la crème liquide et cuire 10 mn / 80° /  $\int$ . Récupérer les morceaux d'anguilles. Filtrer la crème d'anguilles au chinois, incorporer la crème épaisse et réserver au frais. Laver le bol.
- Hacher la chair d'anguille en morceaux grossiers et réserver au frais.
- Le bavarois de betterave : faire tremper la gélatine dans l'eau pour la ramollir.
- Verser la crème dans le bol, insérer le fouet et fouetter pendant 4 mn / en augmentant progressivement la vitesse de 1 à 4 pendant la première minute. Vider et réserver dans un récipient au frais. Laver le bol.
- Mettre les betteraves et l'eau dans le bol et mixer 5 sec / vitesse 9. Débarrasser et réserver. Passer au chinois pour récupérer le jus.
- Verser la moitié du jus obtenu dans le bol et chauffer pendant 2 mn / 100° / vitesse 1.
- Incorporer les feuilles de gélatine égouttées. Mélanger pendant 30 sec / vitesse 4.
- Puis ajouter le reste du jus, assaisonner avec le sel et le vinaigre, puis incorporer la crème montée dans le bol, insérer le fouet et programmer 5 mn / vitesse 2 pour obtenir un mélange bien lisse. Placer au froid pendant 1 h dans un plat rectangulaire. Au bout de ce temps découper des cubes de bavarois à l'emporte pièce de 4 cm. Réserver au frais.
- Éléments de décoration : éplucher les betteraves et les tailler en tranches de 2 mm d'épaisseur. Puis tailler ces tranches en 24 carrés de 4 cm. Assaisonner 12 carrés d'huile et de vinaigre balsamique.
- Mettre les chutes de betteraves dans le bol et les mixer 5 sec / vitesse 5. Les débarrasser. Prendre 2 échalotes épluchées et taillées en 4, les mixer 5 sec / vitesse 5. Puis mélanger l'échalote et la betterave hachée pendant 5 sec /

## Conseil du sommelier

Alain Riesing "Les Muses" Domaines du Château de Riquewihr (Alsace)

La franche minéralité de ce vin s'équilibre sur le fumé de l'anguille, sa grande fraîcheur de structure rend le plat encore plus fin et délicat.

vitesse 1, réserver au frais.

- Assaisonner les anguilles hachées avec la crème d'anguille puis ajouter 2 c. à soupe de raifort et une pincée de sel et poivre du moulin. Le mélange doit être onctueux.
- Dans un rectangle de 12 x 8 x 2,5 cm, mouler le mélange d'anguille-crème puis disposer les carrés de betteraves. Par-dessus et un carré sur deux, disposer les cubes de bavaoïis de betterave et disposer la betterave hachée entre les cubes de bavaoïis.

## Bar en feuilles de riz, bouillon aux algues

Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 56 mn

- 50 g de laitue de mer + 1 beaux morceaux
- 4 pavés de Bar de 120 g chacun, sans peau et façonné en rectangle de 2 morceaux chacun
- 2 c. à café de sel fin
- 8 tours à moulin le poivre de Cayenne
- 1 000 g d'eau
- 150 g de peau et d'arêtes d'anguille fumée taillées en gros morceaux
- 3 échalotes épluchées, coupées en 2
- 4 feuilles de riz
- 1 grand récipient d'eau froide
- 40 g d'huile d'olive
- 40 g d'œufs de saumon
- 40 g d'œufs de hareng
- 200 g de pommes de terre bintje
- 200 g de mini poireaux

*Le tour de main du chef*



- Mettre la laitue dans le bol et donner 2 impulsions de turbo.
- Assaisonner les rectangles de bar de sel fin et de poivre de Cayenne. Recouvrir de laitue de mer hachée, emballer dans du film alimentaire, refermer en rectangle et les déposer sur le plateau vapeur. Réserver au frais.
- Verser 1 000 g d'eau dans le bol, ajouter l'échalote et les morceaux d'anguille, programmer 30 mn / Varoma / . Pendant ce temps préparer les feuilles de riz et les garnitures.
- Mettre les feuilles de riz à tremper dans l'eau froide pour les ramollir pendant quelques instants.
- Puis les disposer sur du papier sulfurisé légèrement huilé à l'huile d'olive. Sur chaque feuille de riz, disposer quelques œufs de saumon et de hareng et un morceau de laitue de mer. Réserver au frais.
- Éplucher les pommes de terre puis les tailler en lamelles de 3 mm d'épaisseur puis les tailler en lasagne. Éplucher et laver les minis poireaux, puis les tailler en morceaux biseautés de 2 cm de longueur. Disposer les légumes dans le Varoma.
- À la sonnerie, mettre le Varoma en place et commencer la cuisson 5 mn / Varoma / vitesse 2.
- Puis, insérer le plateau vapeur avec les rectangles de bar et programmer 10 mn / Varoma / vitesse 2.
- Ensuite, sortir les pavés et continuer la cuisson de la garniture de légumes 5 mn / Varoma / vitesse 2.
- Pendant ce temps, retirer les pavés de leur papillote. Laisser tiédir. Suivez les étapes du tour de main avant d'emballer les pavés dans les feuilles de riz 5 mn / Varoma / vitesse 2.
- Dans des assiettes creuses disposer la garniture puis au centre les filets de bar. Napper de jus de cuisson filtré au préalable à travers le panier.

# Soufflé Passion à l'ananas épicé, sorbet litchi

**Temps de préparation : 30 mn + Attente : 2 h + Thermomix : 40 mn**

1 sachet de sucre vanillé  
 300 g de sucre semoule  
 250 g de pulpe de litchis surgelée  
 9 blancs d'œuf  
 8 biscuits à la cuillère  
 1 petit ananas victoria  
 500 g de vin blanc sec  
 1 bâton de cannelle  
 1 anis étoilé  
 1 graine de Cardamome  
 1 clou de girofle  
 5 feuilles de gélatine ramollies dans de l'eau froide  
 1 œuf entier  
 1 jaune d'œuf  
 250 g de la pulpe passion (décongelé)  
 75 g de beurre tempéré

- Sorbet litchi en barre : verser 1 sachet de sucre vanillé et 80 g de sucre semoule dans le bol et mixer finement pendant **10 sec / vitesse 9**.
- Ajouter la pulpe de litchis surgelée et 1 blanc d'œuf, mixer **1 mn / vitesse 9**.
- Dans des emportés pièces (7 x 3 cm et 3 cm de hauteur) disposer un fond de biscuits à la cuillère et recouvrir de sorbet. Réserver au congélateur.
- Sirop de cuisson pour l'ananas : éplucher l'ananas à vif, le couper en 8 quartiers, et enlever le cœur. Disposer les morceaux d'ananas dans le panier de cuisson.
- Verser le vin blanc, la cannelle, l'anis, la cardamome, le clou de girofle et 100 g de sucre dans le bol, chauffer l'ensemble **10 mn / 100° / vitesse 1**. Ôter le gobelet.
- À la sonnerie, insérer le panier contenant les tranches d'ananas et cuire pendant **15 mn / 100° / vitesse 1**. Débarrasser et laisser tiédir avant de réserver au frais.
- Crème pâtissière aux Fruits de la Passion : faire tremper la gélatine dans l'eau froide.
- Mettre le jaune d'œuf et l'œuf entier, 80 g de sucre semoule et la pulpe passion dans le bol et régler **7 mn / 90° / vitesse 4**.
- À l'arrêt de la minuterie, mixer **5 sec / vitesse 9**.
- Puis incorporer le beurre en petits morceaux, mixer **20 sec / vitesse 3**.
- Ajouter la gélatine égouttée et mélanger **10 sec / vitesse 2**. Débarrasser et réserver au frais au moins 1 h.
- Appareil à soufflé mixer 40 g de sucre pendant **10 sec / vitesse 9**. Vidier et réserver. Laver le bol soigneusement.
- Verser 8 blancs dans le bol, insérer le fouet et programmer **6 mn / vitesse 4**. 1 min avant la fin incorporer le sucre en le versant par le couvercle (les blancs ne doivent pas être trop fermes). Mélanger délicatement dans un cul de poule les blancs montés et 360 g de crème pâtissière passion.
- Préchauffer le four à **180° (th. 6)** pendant 10 mn, position grill.
- Sur une plaque recouverte de papier cuisson, disposer les barres de litchis de chaque côté un morceau d'ananas et pocher l'appareil à soufflé.
- Entourer la plaque 5 mn en position haute.
- Disposer sur les assiettes plates et décorer avec quelques tiges d'ananas.

## Notes du chef

« Chaque préparation peut être dégustée séparément. Gardez le sirop de cuisson d'ananas : filtrez-le et utilisez-le pour imbiber un gâteau à l'ananas ou un baba. »







**GILLES CHOUKROUN** - [www.gilleschoukroun.com](http://www.gilleschoukroun.com) et à la rentrée 2008 un nouvel espace de liberté pour sa cuisine !

Le Chef Gilles Choukroun est de ceux qui s'amuse encore en élaborant une cuisine facétieuse et poétique mais néanmoins rigoureuse. Polyvalent, il est sur tous les fronts : Conseil pour des chaînes prestigieuses de l'hôtellerie à Marseille et Agadir, associé à de nouveaux concepts de restauration (Première Étoile ou café Véry à Paris). Gilles Choukroun est un aventurier du goût du nouveau millénaire. De « La truie qui file » à Chartres (étoilé en 1996) au « Café des délices » en 2001, il s'est émancipé et ose des mariages de saveurs a priori improbables (Saint Jacques / Boudin ; Fole gras / Cacahuète) produits d'une imagination qui n'a de limite que le goût de surprendre et de remettre en question sans en avoir l'air.

Magicien des tendances, il change l'air du Temps dans le Jardin des Tuileries (café Véry) ou dépoussière un mini-palais à Paris. En 2004, il fonde Générations.C, soutenu par le non moins passionné David Zuddas. Née de la nécessité de rassembler et de mieux former les forces vives des cuisines, l'association est un lieu d'échanges et de partage qui a pour objectif de réveiller une Cuisine française qui aux yeux du monde fait figure de Belle endormie.

Lui-même gourmand de nouvelles saveurs, à l'affût des plaisirs à partager avec des clients exigeants, avide de sensations sans cesse renouvelées, Gilles Choukroun crée et nous offre nos envies de demain nées de nos régals d'hier, trempées dans un grand chaudron de souvenirs d'Enfance, matinales de nos racines pluriculturelles où se mêlent librement parfums d'Orient et d'Occident.

Et depuis quelques temps, il peaufine un nouveau projet qui devrait voir le jour à la rentrée 2008... Gageons qu'Anne Marsault fidèle bras droit depuis leur collaboration à Arg'Opéra sera de l'aventure.

# Menu quotidien

*Légumes mimosa en copeaux,  
crème fouettée au curry*

p. 85

*Cabillaud vapeur, purée de betterave, condiment  
cacahuète - pamplemousse - coriandre*

p. 86

*Pizza au chocolat*

p. 87



## Légumes mimosa en copeaux, crème fouettée au curry

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 20 mn

2 citrons  
1 carotte  
1 courgette  
1 betterave  
1 navet long  
1 c. à soupe d'herbes hachées (basilic, menthe, cerfeuil)  
50 g d'huile d'olive  
1 trait de Tabasco  
Curry en poudre  
200 g de crème liquide à 35% m. g. très froide  
50 g de lait de coco  
2 œufs  
Sel, poivre

- Presser les citrons. Laver les légumes et les éplucher, puis les tailler en fins copeaux à l'aide d'un économe : découper de fines tagliatelles dans le sens de la longueur, et les recouper en deux si besoin. Ajouter les herbes hachées et les assaisonner avec l'huile d'olive, la moitié du jus de citron, du sel, du poivre, quelques gouttes de tabasco et une pincée de curry.
- Verser la crème liquide, mettre le fouet en place et fouetter pendant 4 mn / en augmentant progressivement la vitesse pendant la première minute jusqu'à la vitesse 4. Observer la prise de la crème et poursuivez le mixage à vitesse 4, une fois durcie, incorporer le lait de coco, le reste du jus de citron, du sel, du poivre et une pincée de curry. Débarrasser et mettre au froid.
- Nettoyer le bol, mettre les œufs dans le panier de cuisson, verser l'eau et faire durcir les œufs pendant 15 mn / Varoma / vitesse 1. Vider l'eau et essuyer le bol.
- Quand les œufs sont cuits, les plonger dans de l'eau froide. Les écaler, les ouvrir en deux, prélever les jaunes. Mettre

### Note du chef

« J'aime beaucoup le mariage du kit de tofu avec les légumes « racines » : mais laissez-vous guider par votre maraîcher et vos envies, le nombre de légumes n'étant pas limité... ! »

les blancs dans le bol et les hacher finement en donnant **2 impulsions de turbo**. Débarrasser. Introduire les jaunes dans le bol et mixer en donnant **2 impulsions de turbo**.

- Répartir les légumes assaisonnés dans les assiettes et ajouter des quenelles de crème fouettée, émietter dessus les blancs et les jaunes hachés. Servez frais.

## Cabillaud vapeur, purée de betterave, condiment cacahuète - pamplemousse - coriandre

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 21 mn

50 g de cacahuètes grillées et salées  
1 pamplemousse rose  
1/2 botte de coriandre  
1 c. à café de coriandre en grains  
300 g d'huile d'olive  
1 trait de Tabasco  
Sel, poivre  
4 petites betteraves cuites  
500 g d'eau  
4 pièces de cabillaud de 140 g chacune

- Introduire les cacahuètes dans le bol et les concasser pendant **4 sec / vitesse 5**. Prélever la moitié du zeste du pamplemousse à l'aide d'un économe puis l'émincer très finement dans le sens de la longueur. Le peler ensuite à vif en suivant le tour de main et prélever les suprêmes (quartiers). Mettre le tout dans le bol, ajouter les feuilles de coriandre, la coriandre en grains, 100 g d'huile d'olive, du sel et du poivre et mélanger pendant **20 sec / vitesse 1**. Débarrasser dans un récipient et réserver.
- Éplucher les betteraves, les couper en morceaux, les mettre dans le bol et mixer **20 sec / vitesse 5**. Débarrasser la purée dans une casserole, assaisonnez la avec 200 g d'huile d'olive, du sel, du poivre et quelques gouttes de Tabasco. La mettre à chauffer tout doucement sur le coin du feu en la remuant régulièrement.
- Disposer le cabillaud dans le Varoma, verser l'eau dans le bol et programmer **20 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Poser une belle quenelle de purée de betterave dans chaque assiette, poser dessus le pavé de cabillaud cuit et arroser avec le condiment cacahuètes / pamplemousse / coriandre.

### Note du chef

« Redécouvrir la betterave autrement... ! En purée, et « boostée » par le condiment acide et vif parfumé de coriandre, la voici très présente à côté du cabillaud, moué et fudé à cœur... »

### Le tour de main du chef



Tronquer les bases du fruit.



Retirer la peau largement.



Faire apparaître la chair à vif sans laisser de zeste.

# Pizza au chocolat

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 3 mn 30 sec + Cuisson au four : 10 mn




Pour 4 personnes soit 1 grande pizza

## La pâte

1 c. à soupe d'huile d'olive  
1/2 c. à café de sel  
350 g de farine  
10 g de levure de boulanger  
100 g de lait

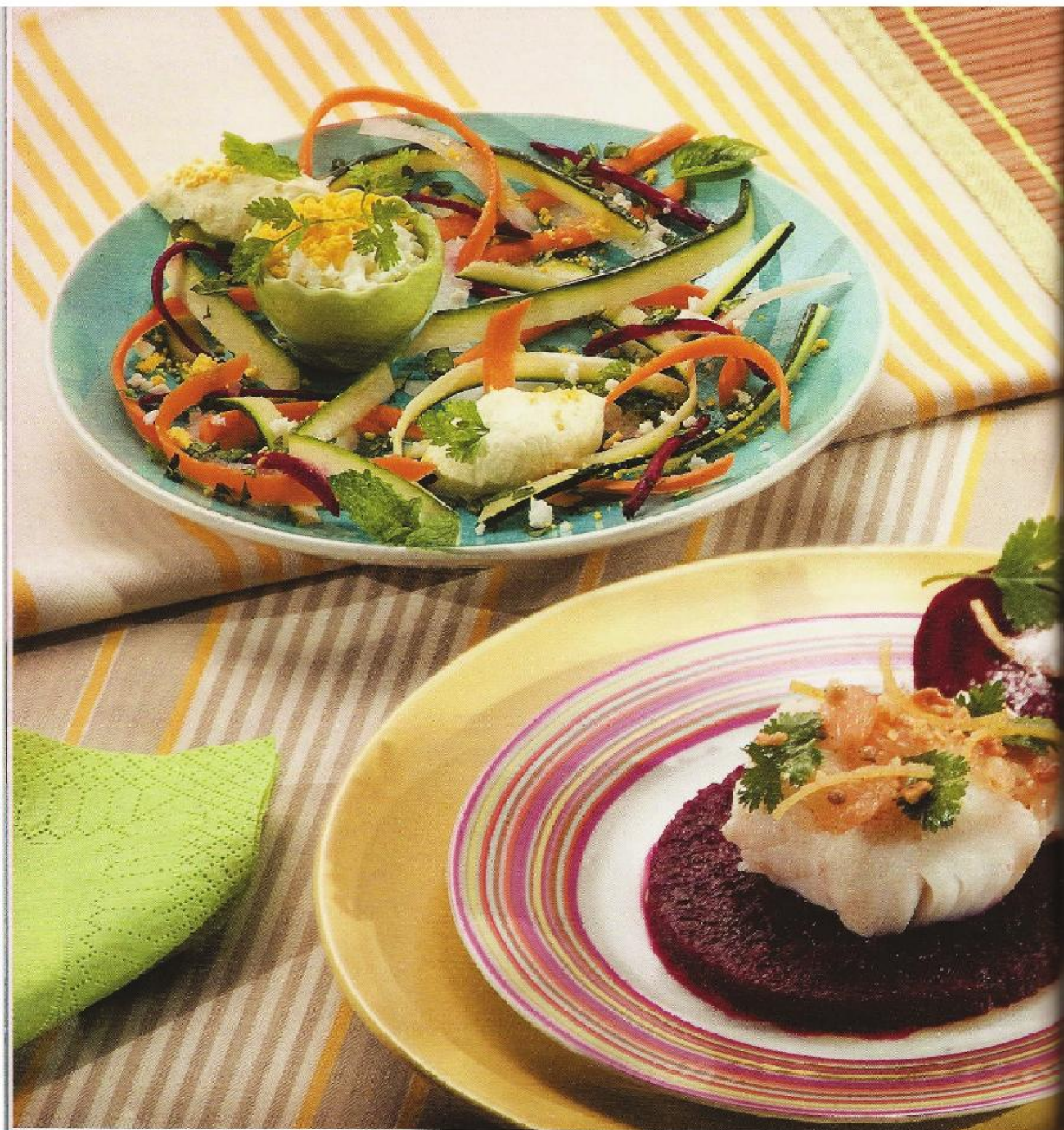
## La garniture

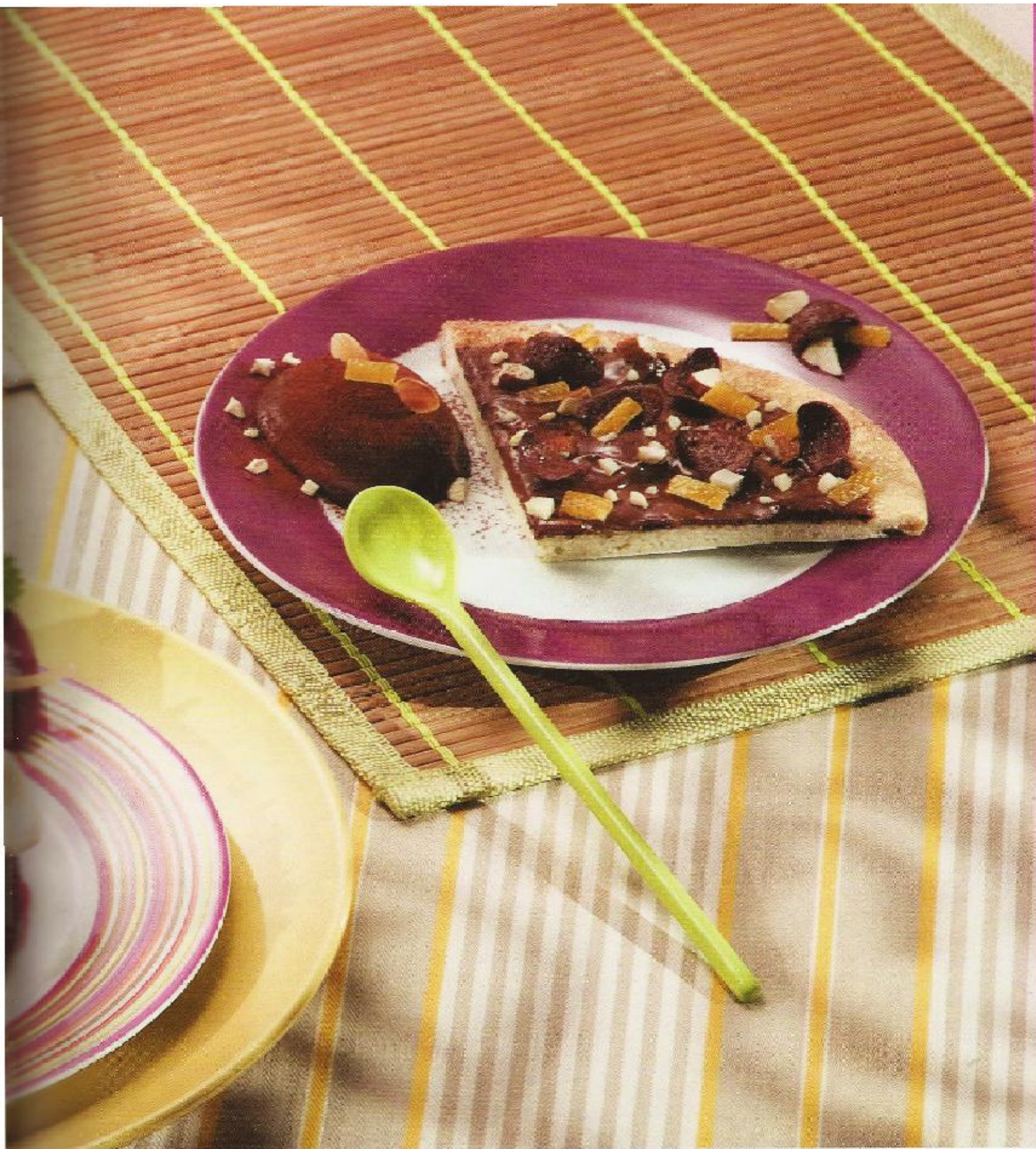
20 g de beurre doux  
1 c. à soupe de cacao amer non sucré  
2 c. à soupe de cassonade  
100 g de pâte à tartiner  
2 c. à soupe d'amandes hachées  
4 c. à soupe de céréales au chocolat  
12 orangettes  
4 c. de glace au chocolat

- La pâte : mettre la levure émiettée, 100 g d'eau et 10 g de lait dans le bol et régler 1 mn 30 / 37° / vitesse 2.
- À l'arrêt de la minuterie, ajouter la farine, l'huile et le sel et pétrir 2 mn /  /  en ajoutant 90 g de lait au bout d'1 mn.
- Puis mixer 10 sec /  / vitesse 2 afin de décoller la pâte du bol. Sortir la pâte du bol, la rouler en boule et la mettre dans un saladier. La laisser reposer pendant 1 heure.
- Préchauffer le four à 200° (th. 6-7).
- Étaler finement la pâte sur un plat à pizza fariné.
- La garniture : faire fondre le beurre dans une casserole à feu doux et ajouter le cacao en fouettant. Étaler au pinceau sur toute la surface de la pâte et saupoudrer de cassonade. Faire cuire au four à 200° pendant 10 mn. À la fin de la cuisson, maintenir la pizza au chaud dans le four en laissant la porte du four entrouverte.
- Faire fondre la pâte à tartiner dans une petite casserole puis étalez-la sur la pizza, parsemer d'amandes hachées, de céréales et d'orangettes.
- Servir tiède avec la glace au chocolat au centre et saupoudrez de cacao.

## Note du chef

« Cette pizza n'étant que gourmandise... vous pouvez la compléter ou la modifier selon vos envies... »





# Menu gastronomique

M

*Crème de lentilles et copeaux de foie gras  
à la moutarde*

p. 91

*Suprêmes de poularde des Landes  
à la vapeur de verveine,  
navet de Nancy et râpé de radis noir*

p. 92


*Riz au lait aux abricots  
comme un tiramisu*

p. 93

# Crème de lentilles et copeaux de foie gras à la moutarde

Temps de préparation : 10 mn + Thermomix : 24 mn

240 g lentilles vertes du Puy  
 720 g d'eau  
 1 carotte  
 1/2 bulbe de fenouil  
 1 oignon  
 1 bouquet garni (poireau, thym, laurier, persil)  
 8 grains de poivre  
 250 g de crème liquide à 35% m. g.  
 1 c. à soupe de moutarde de Dijon  
 1 c. à soupe d'huile d'olive  
 100 g de foie gras de canard cru très froid  
 Gros sel et fleur de sel  
 Poivre du moulin

- Rincer les lentilles. Éplucher et laver les légumes. Préparer le bouquet garni, y enfermer les grains de poivre et envelopper l'ensemble dans de la mousseline. Réunir le tout dans le bol et verser l'eau (3 fois le volume des lentilles) et régler **20 mn / 100° /  / vitesse 3**.
- À l'arrêt de la minuterie, retirer la garniture aromatique. Ajouter la crème et programmer **3 mn / 100° / vitesse 4**. Puis mixer **30 sec / vitesse 10** en augmentant progressivement la vitesse en prenant soin de maintenir le gobelet à l'aide d'un torchon afin d'éviter les projections bouillantes. Passer la préparation au tamis (ou au chinois) et rectifier l'assaisonnement et la fluidité si nécessaire en ajoutant du bouillon de légumes ou de la crème.
- Dressage : verser la crème de lentilles dans les assiettes et répartir dessus des copeaux de foie gras réalisés à l'aide d'un économe, assaisonner de fleur de sel et de poivre. Liquéfier la moutarde avec un peu d'eau tiède et décorer la crème de lentille avec quelques gouttes de ce mélange et quelques gouttes d'huile d'olive.
- Pour donner un peu de couleur et de volume, poser sur le dessus quelques feuilles de roquette bien vertes.

## Note du chef

« J'aime bien aussi une version légèrement différente : faites toaster des tranches de pain d'épices, et déposez dessus les copeaux de foie gras. Vous craquerez dans ces tartines, en vous réchauffant avec la crème bien chaude, juste relevée de moutarde... »

# Suprêmes de poularde des Landes à la vapeur de verveine, navet de Nancy et râpé de radis noir

Temps de préparation : 10 mn + Thermomix : 40 mn

500 g d'eau  
1 sachet de feuilles de verveine séchées (cu. 2 c. à soupe)  
Gros sel  
12 jeunes navets de Nancy  
4 suprêmes de poularde (120 g x 4)  
100 g de radis noir  
1/2 botte de verveine fraîche ou cerfeuil  
1 citron vert  
1 c. à soupe d'huile d'olive  
Sel et poivre

- Verser l'eau dans le bol, ajouter les feuilles de verveine et 1 c. à café de gros sel. Laver les navets et les déposer sans les épilucher dans le panier de cuisson. Disposer les suprêmes de poularde dans le Varoma, saler et poivrer. Insérer le panier de cuisson dans le bol, mettre le Varoma en place et régler **40 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Pendant la cuisson, presser le citron pour en extraire le jus, éplucher le radis et le râper finement. L'assaisonner avec la verveine fraîche hachée, 1 c. à soupe d'huile d'olive, le jus du citron vert, du sel et du poivre.
- Dressage : poser dans chaque assiette 3 navets et un suprême de poularde et répartir dessus le condiment radis noir verveine.

## Note de chef

« La poularde a un goût très délicat ; sa cuisson à la vapeur permet de conserver ce « climat de douceur » ; seul le radis noir râpé vient donner l'acidité nécessaire à l'équilibre de la recette. »

## Riz au lait aux abricots comme un tiramisu


Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 37 mn

### Le sirop

200 g d'eau  
30 g de sucre  
1 gousse de vanille  
16 abricots secs

### Le riz

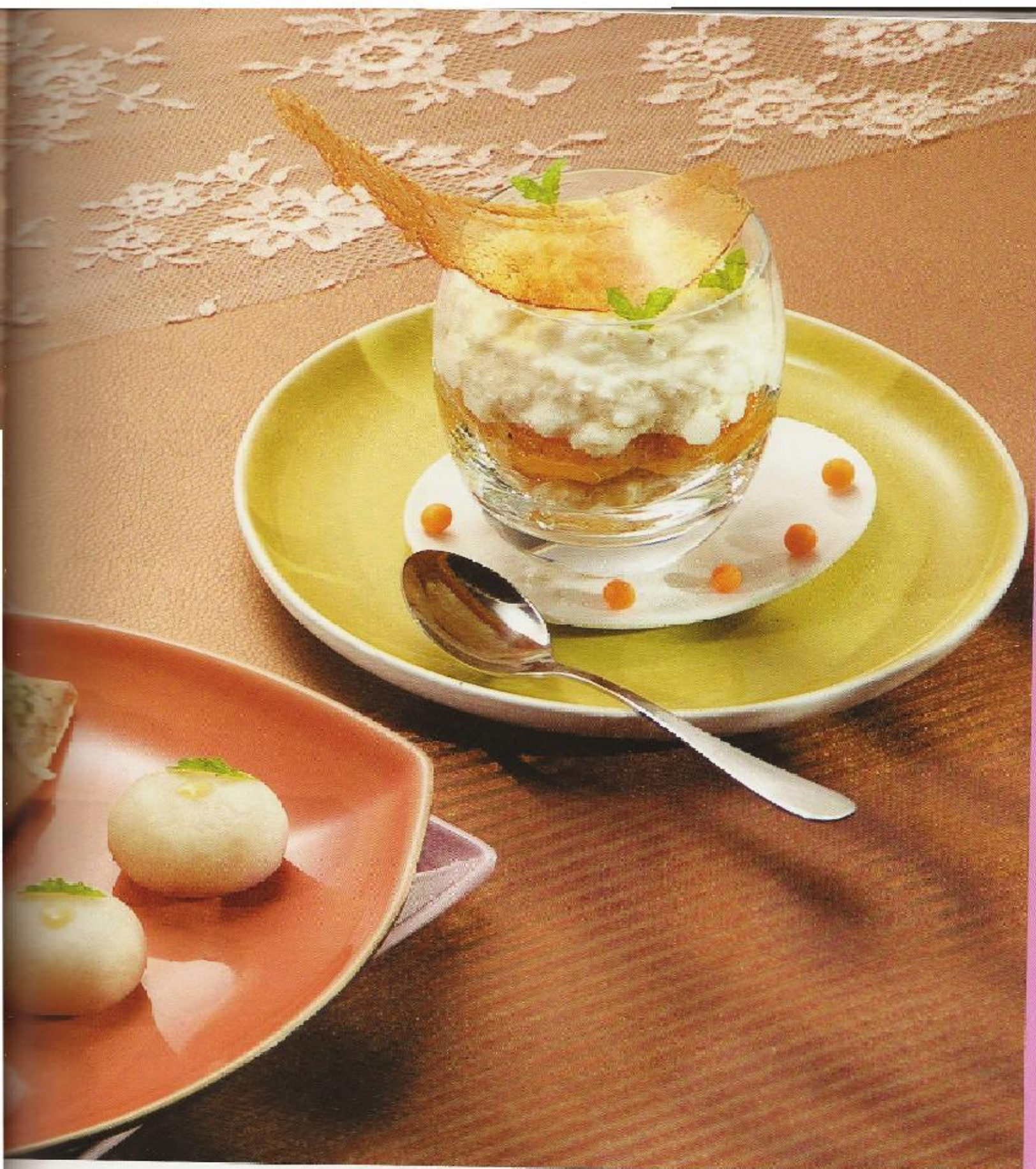
100 g de riz rond  
600 g de lait entier  
50 g de sucre  
1 gousse de vanille  
100 g de crème liquide à 35% m. g.  
100 g de mascarpone  
8 biscuits à la cuillère

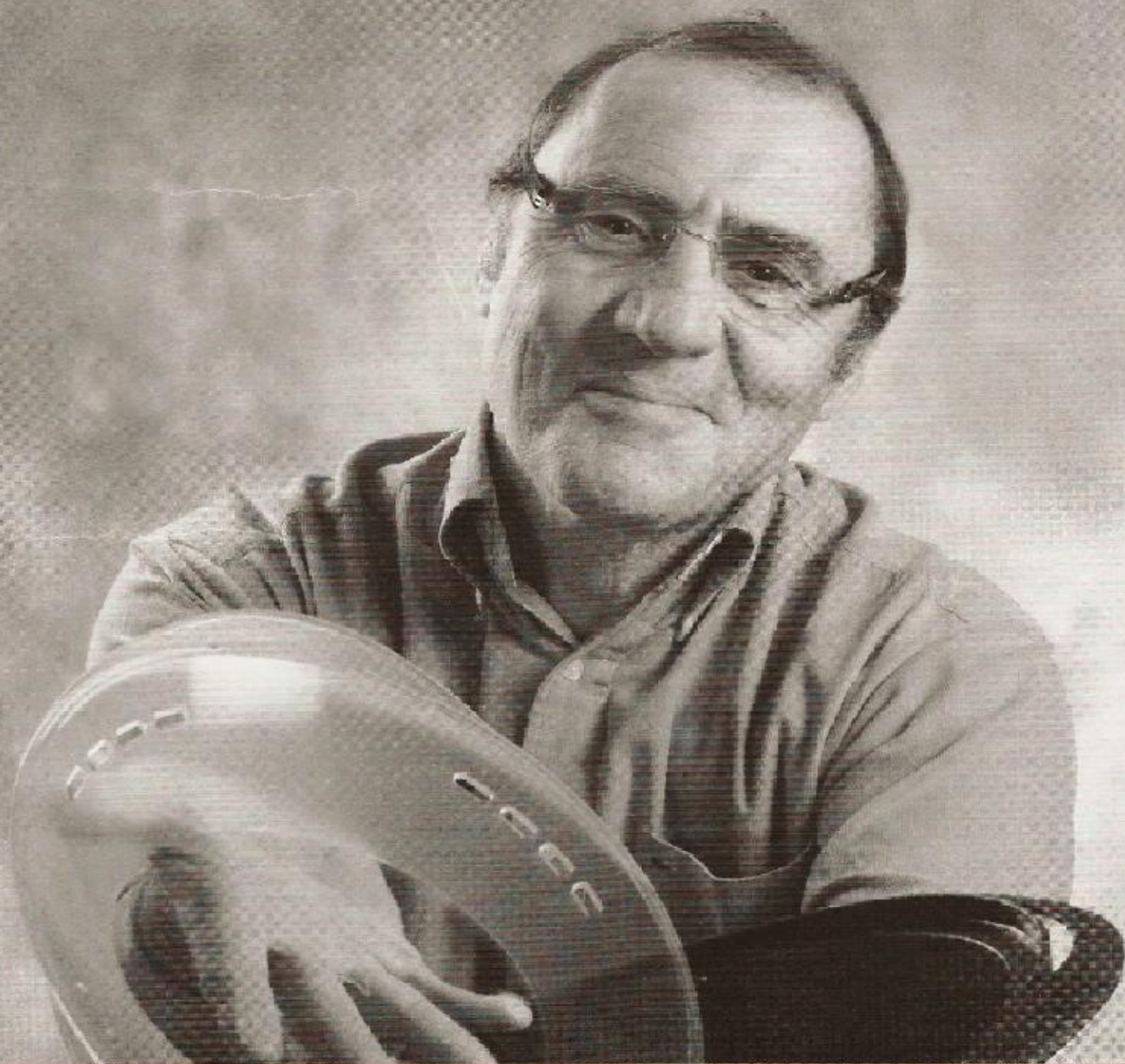
- **Le sirop** : ouvrir la gousse de vanille en deux et la gratter pour recueillir les petits grains odorants. Réunir tous les ingrédients du sirop sauf les abricots dans une petite casserole et faire chauffer pendant 10 mn à feu vif pour obtenir un sirop. Verser sur les abricots secs coupés en deux et réserver le tout au froid.
- **Le riz** : dans le même temps, mettre le lait, le riz et la gousse de vanille grattée dans le bol et programmer **8 mn / 100° / vitesse 1**. Puis à la sonnerie, cuire pendant **25 mn / 80° /  / vitesse 1** en ôtant le gobelet. Deux minutes avant l'arrêt de la minuterie, incorporer le sucre. Débarrasser et mettre au froid.
- **Nettoyer le bol et le rincer à l'eau très froide**. Insérer le fouet, ajouter la crème liquide et programmer **4 mn / vitesse 1** en **augmentant progressivement la vitesse pendant la première minute jusqu'à la vitesse 4**. Observer la prise de la crème, incorporer le mascarpone à la crème durcie et fouetter **10 sec / vitesse 3** pour obtenir un mélange homogène. Débarrasser et mettre au froid.
- **Dressage** : il est important que tous les éléments du dessert soient bien froids au moment du dressage. Mélanger le riz froid à la crème fouettée à l'aide d'une spatule. Au fond de chaque verre, mettre 2 biscuits à la cuillère en morceaux, et verser dessus un peu du sirop des abricots. Ajouter 2 moitiés d'abricots par-dessus de manière à obtenir des couches comme pour un tiramisu et terminer par le riz.

### Note du chef

« Je trouve ce dessert très « sensuel »... : les abricots, le mascarpone, le riz confit donnent cette tonalité ! Vous pouvez même avant de servir, ajouter une larme d'huile d'olive... »







### **MICHEL BRUNEAU : La Bourride à Caen**

Garibus au feu de pommes, poulet en cocotte, tarte aux pommes de grand-mère... le menu de la Bourride sent bon le terroir de Normandie, la chaleur au coin d'un feu de cheminée mais également l'esprit généreux de Monsieur Bruneau.

Et voici un chef facétieux et original, l'inventeur de la glace au camembert à l'esprit libre : à 15 ans après l'école hôtelière il fugua en mobylette de Paris vers l'Ardeche pour suivre sa passion : la Cuisine. Après un tour de France des cuisines, de Paris à Nice, et une courte pause dans une cuisine collective qui ne lui apporte rien (si non une stabilité familiale), ce normand pur jus de pommes, revient s'installer au Mont Saint Michel au célèbre restaurant de la Mère Poulard, où il officie jusqu'en 2006.

Depuis il a repris et restauré l'ancienne Bourride familiale avec l'aide de son épouse Françoise. L'endroit est à l'image de la famille : chaleureuse et confortable. « Made in Normandy » et éminemment sympathique. Michel Bruneau s'attache aux produits normands, les nobles, les très bons et les accommodent au gré de ses curiosités, de ses facéties et de ses gourmandises. Françoise, quant à elle, s'acquitte avec Bonheur du choix des vins et... des cigares !

Qu'il fait bon passer à la Bourride où sans complexe et dans la bonne humeur l'on peut déguster crème, ardoille, mais aussi sole et tourte au camembert !

# Menu quotidien

*Soupe de camembert  
aux petits blancs de poireaux et basilic fin*

p. 97

*Fleur de sole Saint-Jacques  
à l'oseille*

p. 98

*Quatre quart des temps modernes*

p. 99

## Soupe de camembert aux petits blancs de poireaux et basilic fin

Temps de préparation : 20 mn | Thermomix : 36 mn | Cuisson au four : 10 à 15 mn

20 baies roses  
2 blancs de jeunes poireaux  
250 g d'eau  
1 c. à soupe d'huile d'olive  
1 bouquet de basilic fin  
700 g de crème fleurette  
300 g de bouillon de légumes reconstitué  
1/2 Camembert au lait cru bien lait  
200 g de pâte feuilletée  
1 jaune d'œuf pour la dorure  
Poivre

### *Note du chef*

« Remplacez le camembert par tout autre fromage de votre région.  
Dans le même esprit changez le poireau par des épinards, du chou,  
du céleri et mariez cette soupe avec un bouquet de salade verte et des  
mouillettes de campagne.  
Ce plat peut tout aussi bien être une entrée ou un plat de fromage. »

- Placer les baies roses dans le bol et donner **3 impulsions de turbo** pour les concasser. Les retirer du bol et réserver.
- Emincer finement les blancs de poireaux et les déposer dans le Varoma, les arroser d'huile d'olive. Verser l'eau dans le bol, mettre le Varoma en place et programmer **15 mn / Varoma / vitesse 1**. À la sonnerie, égoutter les poireaux et les répartir dans 4 grands bols « tête de lion », ajouter quelques feuilles de basilic. Réserver.
- Préchauffer le four à 200°C (th. 6 //). Verser la crème, le bouillon et le Camembert dans le bol, régler **10 mn / 37° / vitesse 3**. Pendant ce temps abaisser la pâte feuilletée sur une épaisseur de 5 mm. Découper 4 disques de 2 à 3 cm plus larges que les bols. À la sonnerie, cuire **10 mn / 60° / vitesse 5**. À la fin de la cuisson, mixer **1 mn / vitesse 10**. Répartir la soupe de Camembert entre les bols. Fermer les bols avec un disque de feuilletage. Dorer le

## Conseil du sommelier

Cépages du Rhône blanc et vignes / vin blanc blanc

Un blanc à la bonne puissance aromatique pour dominer le fromage, et à la belle ampleur grasse pour bien épouser l'onctuosité du plat.

dessus avec l'œuf battu. Saupoudrer de baies roses et de poivre concassé.

- Enfourner pendant 10 à 15 mn pour faire dorer le feuilletage.

# Fleur de sole et Saint-Jacques à l'oseille

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 33 mn

1 bouquet d'oseille  
250 g d'eau  
1 bouquet garni  
400 g de navets  
4 noix de Saint-Jacques avec corail  
4 filets de sole (150 g chacun)  
2 échalotes  
200 g de cidre sec  
30 g de beurre  
200 g de crème double épaisse  
Sel  
Poivre

- Séparer les feuilles d'oseille de leur tige. Verser l'eau dans le bol, ajouter le bouquet garni et les tiges d'oseille. Éplucher les navets et les détailler en petits dés. Les mettre dans le panier de cuisson, insérer le panier et programmer **20 mn / 100° / vitesse 1**. Pendant ce temps, suivre le tour de main du chef : enrouler chaque noix de Saint-Jacques d'une feuille d'oseille, puis d'un filet de sole. Piquer le tout d'un pique en bois. Saler et poivrer et les disposer dans le Varoma.
- À la sonnerie, mettre le Varoma en place et programmer **10 mn / Varoma / vitesse 2**.
- Pendant ce temps éplucher les échalotes. Vider et rincer et essuyer le bol. Mettre les échalotes dans le bol, mixer en **3 impulsions de turbo**. Racer les parois du bol à l'aide de la spatule. Ajouter le cidre et mixer **10 sec / vitesse 6**. À la sonnerie, ajouter le beurre et cuire **1 mn / 90° / vitesse 3**. Ajouter la crème et mixer de nouveau **1 mn / vitesse 3**. Si la sauce est trop épaisse, allonger avec de l'eau minérale. Rectifier l'assaisonnement.
- Servir les fleurs de sole nappées de sauce, décorées de fines lamelles de feuilles d'oseille et accompagnées de brunoise de navet.

## Note du chef

« Tout autre poisson peut convenir à cette recette : St Pierre, Merlan, cabillaud, Barbu par exemple. L'oseille est un produit très saisonnier aussi adaptez la recette avec des pousses d'épinard, du Laitue ou du persil. »

## Le tour de main du chef



Enrouler chaque noix dans 1 feuille d'oseille.



Puis d'un filet de sole.



Fermer avec un pique en bois.



## Quatre quart des temps modernes

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 10 mn 20 sec + Cuisson au four : 30 à 40 mn

4 œufs entiers à température ambiante  
1 pincée de sel  
100 g de beurre doux en morceaux  
100 g de farine type 55  
100 g de sucre  
1/2 sachet de levure chimique  
1 c. à soupe bombée de poudre d'amandes  
1 c. à soupe bombée de poudre de noisettes  
1 c. à soupe bombée de poudre de noix de coco  
1 c. à soupe bombée d'orange confites et hachées

### Note du chef

~ Il est possible d'y ajouter des raisins ou des fruits confits et des morceaux de fruits frais. Réalisé plusieurs jours à l'avance, conserve à l'abri de l'air il libérera encore davantage de saveurs !

Supprimez le sucre de la recette et réalisez un cake salé en ajoutant olives noires ou vertes, quelques copeaux de fromage pour obtenir le meilleur AM abécrotif qui soit ! »

- Préchauffer le four à 180° (th. 6). Séparer les blancs des jaunes et verser les blancs dans le bol avec 1 pincée de sel. Insérer le fouet et monter les blancs 4 mn / vitesse 2 en augmentant progressivement la vitesse jusqu'à 4 pendant la première minute. À la sonnerie, les débarrasser et réserver au frais.
- Nettoyer et essuyer le bol. Introduire le beurre en morceaux et le faire fondre pendant 4 mn / 80° / vitesse 4.
- Ajouter délicatement le reste des ingrédients sauf les blancs et mixer pendant 10 sec / vitesse 3 puis 10 sec / vitesse 5.
- Ensuite insérer le fouet et incorporer les blancs petit à petit à travers le couvercle en mélangeant pendant 2 mn / vitesse 3.
- Beurrer et fariner un petit moule à manqué. Verser l'appareil à quatre-quatre dans le moule et enfourner pendant 30 à 40 mn. Fiquer la pointe d'un couteau dans le gâteau : si elle ressort sèche, la pâte est cuite.





# Menu gastronomique

M

*Crème brûlée aux crevettes et  
mitonnée de cèpes au persil*

p. 103

*Fricassée de volaille  
aux tomates oubliées*

p. 104

*Crumble aux amandes et  
pommes vertes*

p. 105

# Crème brûlée aux crevettes et mitonnée de cèpes au persil

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 18 mn + Cuisson au four : 30 mn

1 500 g d'eau  
 160 g de crevettes grises  
 200 g de cèpes  
 200 g de lait entier  
 1 pincée de cannelle moulue  
 4 persils ceufs  
 1/2 bouquet de persil plat équeuté  
 100 g de crème liquide  
 40 g de beurre doux  
 1 c. à café de sel  
 4 tours de moulin de poivre

- Verser l'eau dans le bol, placer les crevettes grises dans le panier et programmer 10 mn / 100° / vitesse 1. À la sonnerie retirer le panier et rafraîchir les crevettes sous l'eau froide. Réserver.
- Préchauffer le four à 160° (th. 5/6). Nettoyer et essuyer le bol. Nettoyer et éplucher les cèpes. Les déposer dans le bol et donner 2 impulsions de turbo. Râcler les parois du bol à l'aide de la spatule. Verser le lait et la cannelle, programmer 5 mn / 90° / vitesse 5. Pendant ce temps décorifier les crevettes.
- Disposer les crevettes au fond des ramequins en porcelaine ou des moules à crème brûlée. Dans le bol ajouter le reste des ingrédients et mixer 2 mn / vitesse 6. Vérifier l'assaisonnement. Répartir l'appareil à crème brûlée entre les moules et enfourner 30 mn.

## Note du chef

« Vous pouvez remplacer les crevettes par des moules et des pétoncles par exemple ; de même pour les champignons (cèpes, girolles ...) en fonction des saisons.

Et pourquoi pas agrémenter de quelques copeaux de foie gras cuit ? »

# Fricassée de volaille aux tomates oubliées

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 41 mn

400 g de pommes de terre vitelotte ou des rattes  
600 g de tomates de variétés différentes  
(Rose de Borne, Noire de Crimée, Cœur de bœuf,  
Téton de vénus, Andine cornue)  
2 grosses échalotes  
1 gousse d'ail  
4 brindilles d'estragon  
4 morceaux de sucre  
400 g d'eau minérale  
1 petit poulet fermier (1 kg)  
100 g d'huile d'olive  
Fleur de sel  
Poivre

## Note du chef

« Vous pouvez réaliser ce plat avec d'autres volailles et même du gibier en adaptant le temps de cuisson.

Bien entendu privilégiez les saisons et en hiver oubliez les tomates et remplacez par des poivrons en jouant avec les couleurs et pourquoi pas un mariage avec des fruits telle la mandarine ou l'orange ? »

## Conseil du sommelier ●●●

Barbara d'Avi Superiore "Tre Vescoy" Vinchio e Vaglio Serra  
rouge

Voici un vin du Piémont dont la fraîcheur va adorer se marier avec la tomate. Il s'épanouira au contact de cette préparation de viande, et verra s'épanouir son beau fruité tout en équilibrant le plat.

- Éplucher et détailler les vitelottes en petits dés. Les déposer dans le panier de cuisson. Couper les tomates en 2 ou 4 selon leur taille. Les évider et verser le jus et les pépins dans le bol. Ajouter les échalotes, l'ail, l'estragon, le sucre et l'eau dans le bol. Insérer le panier de cuisson. Découper le poulet en 12 parts et les disposer dans le Varoma. Recouvrir chaque morceau d'un quartier de tomate, arroser d'huile d'olive et saler et poivrer. Mettre le Varoma en place et programmer 40 mn / Varoma / vitesse 2.
- À la sonnerie, retirer le Varoma et le panier de cuisson. Mixer 10 sec / vitesse 6 puis 5 sec / vitesse 10.
- Vérifier la cuisson du poulet et les disposer dans un plat, accompagner de vitelottes et entourer d'un cordon de sauce.

# Crumble aux amandes et pommes vertes

**Temps de préparation : 15 mn + Attente : 1 nuit + Thermomix : 1 mn 30 sec + Cuisson au four : 35-40 mn**

4 pommes granny Smith  
100 g de farine  
50 g de poudre d'amandes  
100 g de beurre 1/2 sel + 20 g pour beurrer le plat  
30 g de sucre en poudre  
50 g de muesli ou de corn-flakes  
50 g de gelée de pommes ou d'abricot

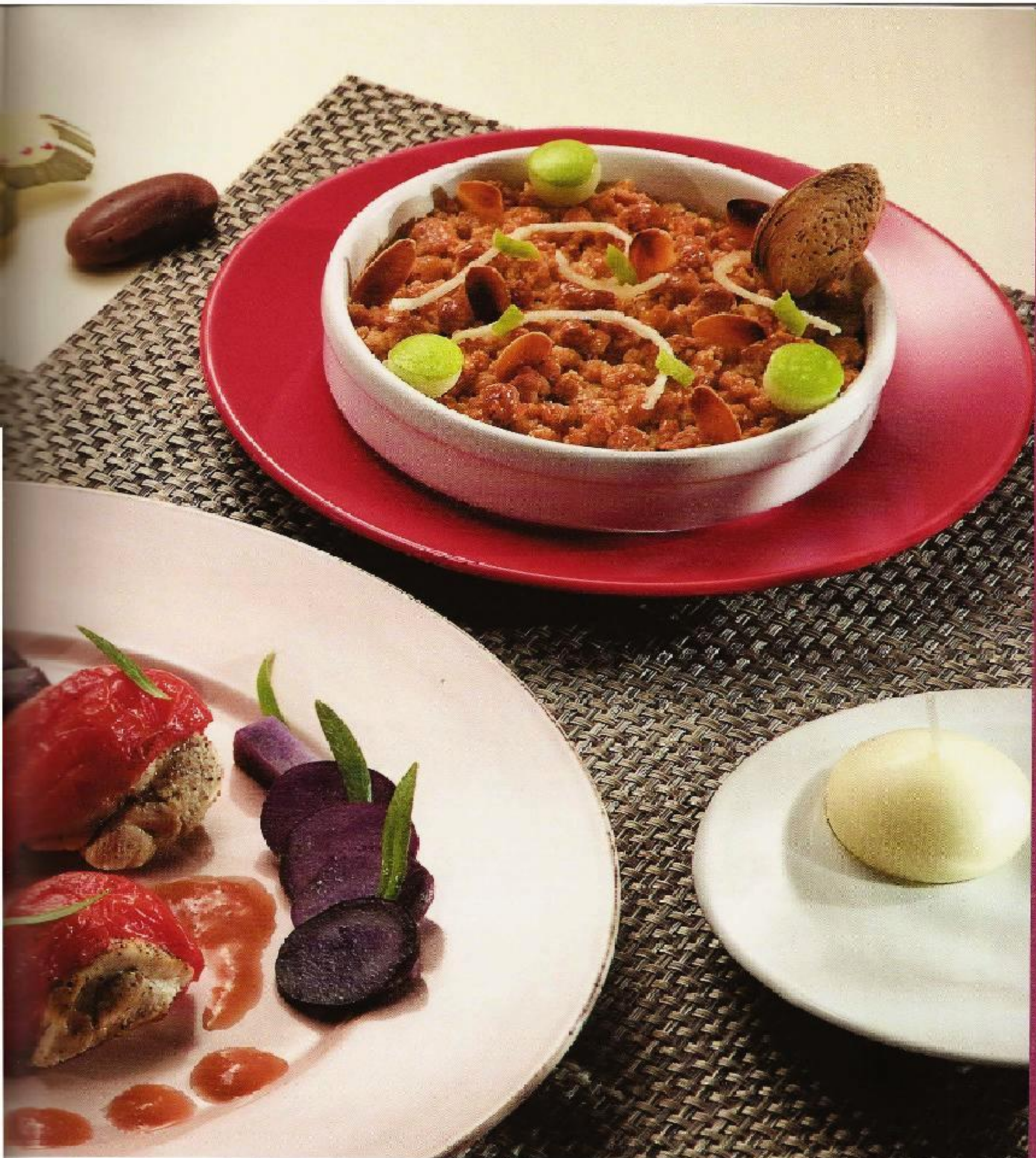
- La veille, couper vos pommes en brunoise sans les éplucher en prenant soin d'ôter le cœur et les pépins. Les mettre une nuit au congélateur.
- Préchauffer votre four à 180° (th. 6). Beurrer un plat à gratin de 20 cm. Dans le bol, verser la farine, la poudre d'amandes, le beurre et le sucre et mixer pendant **1 mn / vitesse 3**.
- Ajouter les corn-flakes ou le muesli et mélanger **30 sec / vitesse 2**. Veiller à ne pas faire une boule, le mélange doit s'émietter.
- Disposer les morceaux de pommes surgelées au fond du plat. Napper de la gelée de fruits et recouvrir de la pâte à crumble en l'émiettant dessus uniformément. Enfourner 35 à 40 mn. À déguster tiède.

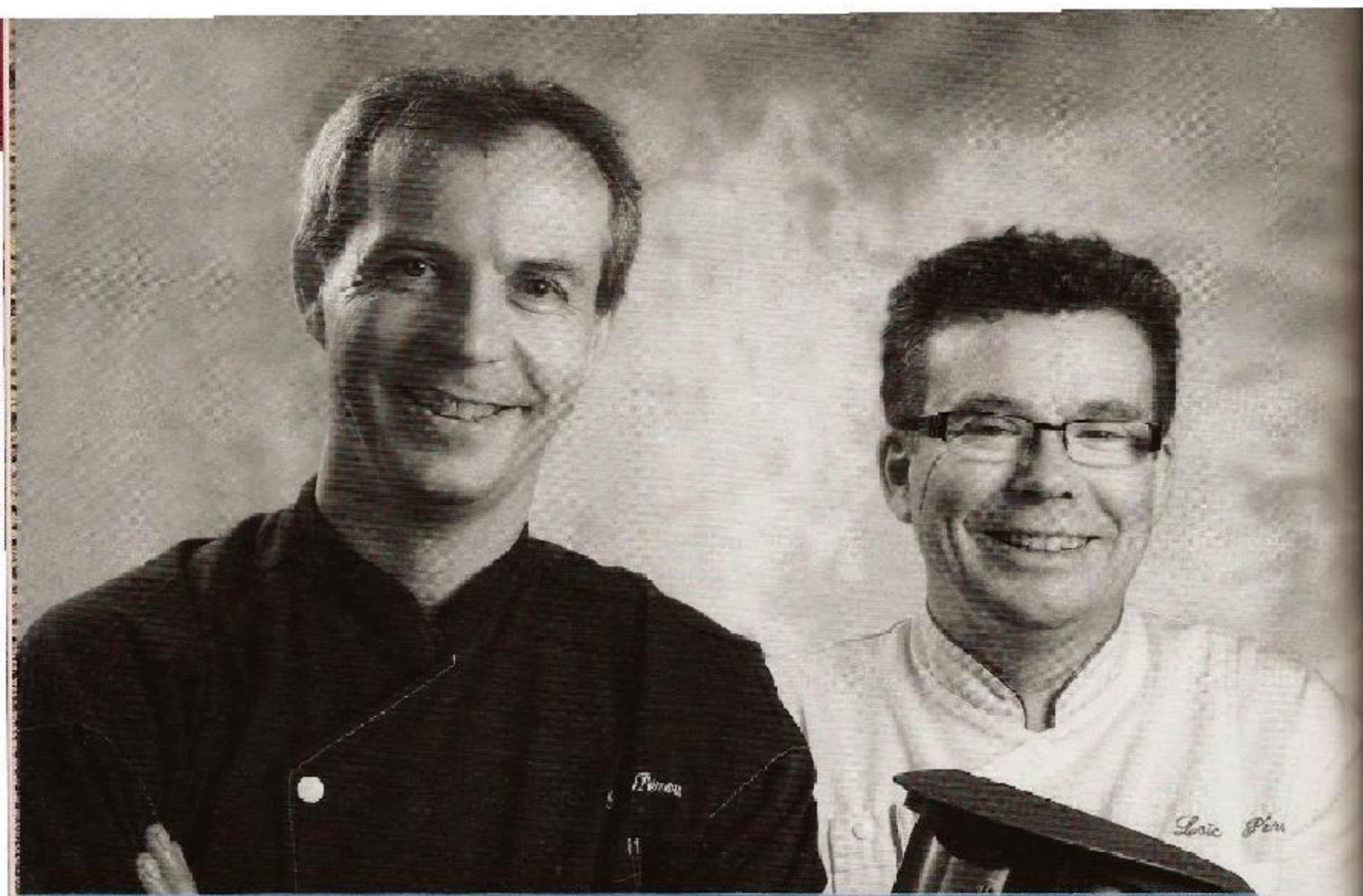
## *Note de Chef*

« Le fait de surgeler les pommes avec la peau consiste à cuire par le froid la peau et à la rendre plus digeste et agréable.

Utilisez d'autres fruits frais ou secs : abricots, cerises, prunelles, dattes... et variez les saveurs en agrémentant de noisettes, pignons de pin ou autres suivant vos envies du moment. »







**LOÏC ET PASCAL PÉROU : le Manoir de la Régate, la Square et le Bistrot de l'écrivain à Nantes et une naissance au printemps 2009**

L'un ne va pas sans l'autre ! Les frères Pérou sont nés presque ensemble de la maison familiale en Bretagne (Tinténiac), pour la même école hôtelière puis pour rejoindre les grandes maisons parisiennes. La première année de Loïc au Côtébon à Paris, dans la brigade de Mr Lhonneur (ancien de Robuchon), est très difficile. Mais le credo de la famille « Ne jamais lâcher ! » est ancré au fond de lui et ne le quittera pas. Suivent les années chez Ledoyen avec F. Rossier, à La Pérouse et dans la maison Guy De Rothschild où il cuisine pour les plus grands, près du cimetière de Magninville. Pascal intègre à Londres au Dorchester. Loïc et Pascal se retrouvent à un moment décisif et décident de s'associer en 1994 malgré une conjoncture économique difficile (une fois de plus : « ne jamais lâcher »). Ils rachètent et rénovent le Manoir de la Régate, maison hantée de multiples anecdotes tourmentées, sur les bords de l'Endre. Les frères sont complémentaires, Loïc est plus créatif et Pascal plus synthétique et leur cuisine est une symbiose des deux. Si la Tradition est primordiale, il est nécessaire de travailler avec son temps et d'innover. Aussi le fameux sandre au beurre blanc est reconstruit, les cuissons retravaillées : le poisson est cuit en croûte d'argile, le beurre blanc servi sous forme de carrés de chocolat ! Au Printemps 2008, Pascal et Loïc Pérou ont reçu le grand prix Charles Monsielet pour récompenser leur carte mettant à l'honneur le terroir et ses produits, en les mariant à des saveurs de terre lointaines, auart de clins d'œil à l'histoire nantaise, construite autour du commerce des épices. À la carte par exemple, le bar aux épices : le poisson est pêché à la Turballe et s'accommode d'une croûte d'épices des 4 coins du monde. Leur cuisine s'inspire de saveurs multiculturelles.

Très attentifs à leur clientèle, les salons sont modulés suivant les moments afin de favoriser l'échange entre les convives : les grandes tablées de gens affairés en semaine sont remplacées par de petites tables espacées pour les couples en fin de semaine. Quelque soit l'occasion on vient au Manoir de la Régate pour se faire plaisir et se régaler au bord d'une des plus agréables rivières de France. Et si vous suivez la rivière et ses méandres en direction de Nantes, après quelques ponts, continuez votre dégustation au Square au bord du canal St Félix où Pascal vous reçoit dans un cadre moderne, autour d'une cuisine toute en couleurs et déclinaisons subtiles des saveurs.

À partir du Printemps 2009, venez vous détendre et vous délecter à l'Hôtel de la Régate érigé dans l'écrin de verdure contigu au Manoir.

# Menu quotidien

*Velouté de potiron aux copeaux de jambon  
d'Aoste, œuf de caille poché*

p. 109

*Filet de dorade à la vapeur de citronnelle,  
petits légumes vapeur et sauce gingembre*

p. 110

*Petits babas au chocolat, chantilly cannelle et  
soupe froide de chocolat*

p. 111

## Velouté de potiron aux copeaux de jambon d'Aoste, œuf de caille poché

Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 23 mn

500 g de potiron  
4 petits potirons miniatures  
(10 cm de diamètre environ) *faudalify*  
4 œufs de caille  
1 gros oignon  
750 g de bouillon de légumes reconstitué  
100 g de poitrine fumée  
10 g de beurre  
Des copeaux de jambon d'Aoste  
Sel  
25 g de cacao non sucré

- Couper le potiron en morceaux et les réserver dans un récipient. Évider les potirons et ajouter les morceaux obtenus aux précédents. Puis suivre les étapes du tour de main du chef : tapisser 4 coquetiers de film alimentaire en laissant déborder largement, graisser légèrement puis y casser les œufs de caille. Refermer les feuilles de film alimentaire en les tordant, faire un nœud. Déposer les œufs ainsi emballés dans le panier de cuisson.
- Mettre l'oignon dans le bol et hacher pendant 4 sec / vitesse 5. Couper la poitrine en morceaux. Verser le bouillon, ajouter le potiron et la poitrine fumée et cuire pendant 12 mn / 100° / vitesse 1.
- À la sonnerie, insérer le panier de cuisson et programmer 3 mn / 100° / vitesse 1.
- À la sonnerie, retirer le panier de cuisson, ajouter le beurre et mixer pendant 3 mn / vitesse 8. Vérifier l'assaisonnement.

### Note du chef

« N'assaisonnez pas l'œuf avant la cuisson, le blanc risque de très mal coaguler et l'œuf poché restera bien rond. »

- Verser le velouté dans les petits potirons, ajouter les œufs de caille débailés et les copeaux de jambon et saupoudrer de cacao.

### Le tour de main du chef



Filmer 4 coquetiers.



Graisser le film alimentaire.



Casser les œufs.



Refermer le film en le tordant.



Faire un nœud.

## Filet de dorade à la vapeur de citronnelle, petits légumes vapeur et sauce gingembre

Temps de préparation : 25 mn | Thermomix : 21 mn

#### La garniture

2 belles carottes  
2 courgettes  
16 tomates cerise  
100 g de germes de soja frais

#### La sauce

2 oignons  
2 bâtons de citronnelle  
50 g de gingembre frais  
1 c. à café de curry en poudre  
100 g de lait de coco  
100 g de crème liquide  
1/2 botte de coriandre fraîche  
100 g de bouillon de légumes reconstitué

4 filets de dorade de 150 g chacun environ  
sans arêtes et sans peau

- Éplucher les carottes et les courgettes et les couper en fine julienne. Couper les tomates cerise en deux. Déposer tous les légumes dans le panier de cuisson. Réserver.
- Couper les oignons en deux et les mettre dans le bol, hacher pendant 5 sec / vitesse 5.
- Préparer le poisson (saler et poivrer) et déposer les filets dans le Varoma. Ajouter le reste des ingrédients de la sauce dans le bol, insérer le panier de cuisson et le Varoma et cuire pendant 20 mn / Varoma / vitesse 2.
- Au moment de servir, disposer les légumes au centre d'une assiette creuse, déposer un filet dessus. Filtrer la sauce avant de napper les filets.

### Note du chef

« Si possible achetez de la Dorade Royale, le filet vient mieux à la cuisson et le poisson est plus savoureux. »

# Petits babas au chocolat, chantilly cannelle et soupe froide de chocolat

Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 30 mn + Cuisson au four : 15 mn

## La soupe froide de chocolat

60 g de chocolat à 70% de cacao  
2 cl à soupe d'eau  
100 g de lait  
200 g de crème liquide 35% m. g.  
20 g de sucre

## Les babas

200 g de farine (type 55)  
50 g de cacao amer  
1 g de fleur de sel  
25 g de miel  
5 g de levure de boulanger  
1 zeste de citron haché  
5 œufs  
100 g de beurre doux en petits morceaux

## Le sirop



400 g d'eau  
150 g de sucre  
2 zestes d'orange  
1 bâton de cannelle  
2 cl à soupe de rhum

## La chantilly cannelle

175 g de crème liquide 35% m. g.  
20 g de sucre semoule  
1 pointe de cou. eau de cannelle en poudre

## Note du chef

« Ne pas mettre le sirop trop chaud sur les babas, cela risquant de les faire sécher. »

- La soupe froide : casser le chocolat dans le bol et le hacher pendant **10 sec / vitesse 6**. Puis le faire fondre avec l'eau pendant **4 mn / 50° /** .
- Insérer le fouet, verser le lait, la crème et le sucre dans le bol et amener à ébullition pendant **5 mn / 100° / vitesse 1**. Ôter le gobelet. Débarasser dans un récipient et laisser tiédir avant de passer au froid. Rincer le bol.
- Les babas : verser la farine, le cacao, la fleur de sel, le miel, la levure et le zeste de citron dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 3**.
- Ajouter 2 œufs et mixer **10 sec / vitesse 3**. Ajouter les œufs restants et mixer **10 sec / vitesse 6**.
- Incorporer le beurre et mixer **15 sec / vitesse 5**. Débarasser l'appareil à baba dans un récipient et laisser reposer pendant 30 mn dans un endroit tiède. Rincer le bol. Préchauffer le four à 180° (th. 6). Beurrer et fariner des petits moules à babas, y verser l'appareil à babas et enfourner pendant 15 mn.
- Le sirop : Verser tous les ingrédients du sirop dans le bol et cuire pendant **15 mn / Varoma /**  **/ vitesse 1**. Ôter le gobelet. Débarasser dans un récipient et laisser infuser le temps de tiédir, puis filtrer.
- Pendant ce temps préparer la chantilly à la cannelle : Laver et essuyer le bol soigneusement. Le passer au froid avec le fouet et la crème pendant 10 mn environ. Verser le sucre et la cannelle dans le bol et mixer pendant **10 sec / vitesse 7**. Ajouter la crème, insérer le fouet et programmer **4 mn / en augmentant progressivement la vitesse de 1 à 4** pendant la première minute.
- Démouler les babas. Verser le sirop tiède sur les babas et les laisser s'imbiber pendant 20 mn, nicher la crème cannelle à l'aide d'une poche à douille, servir la soupe froide au chocolat dans un min verre et accompagner d'une quenelle de glace au chocolat.





## Menu gastronomique

M

*Grosses langoustines vapeur,  
sabayon mangue gratiné*

p. 115

*Filet de bar en croûte d'épices,  
purée de panais et patates douces*

p. 116

*Cakes au chocolat, marmelade d'orange,  
sorbet orange-curry*

p. 117



# Grosses langoustines vapeur, sabayon mangue gratiné

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 11 mn + Cuisson au four : 3 mn

16 grosses langoustines (16/20) à température ambiante  
300 g d'eau  
1/2 mangue bien mûre

#### La sauce

50 g d'eau  
4 jaunes d'œufs  
150 g de beurre  
50 g de pulpe de mangue très mûre  
1/2 jus de citron

- Préchauffer le four position grill à 210° (th 7). Décortiquer les langoustines : séparer la tête de la queue, garder le dernier anneau. Les étaler dans le Varoma. Verser l'eau dans le bol, mettre le Varoma en place et cuire à la vapeur pendant 7 mn / 100° / vitesse 4. Pendant ce temps, découper la moitié de mangue en julienne, et la pulpe en petits dés, réserver. À la fin de la cuisson, retirer le Varoma, rincer le bol.
- Mettre tous les éléments du sabayon dans le bol et programmer 4 mn / 70° / vitesse 3
- Dresser les langoustines en étoile sur une grande assiette passant au four napper de sabayon, entourer et retirer à la coloration. Disposer la julienne de mangue sur les langoustines.

### Note du chef

« Chauffez quelques minutes votre four sur position grill avant de napper les langoustines de sabayon, pour réaliser une belle coloration. »

# Filet de bar en croûte d'épices, purée de panais et patates douces

Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 44 mn + Cuisson au four : 15 mn

4 pavés de bar (150 g chacun environ)

## La purée de panais :

500 g de panais  
50 g de crème  
100 g de lait 1/2 écrémé  
150 g d'eau  
50 g de beurre  
1/3 c. à café de fleur de sel

## La purée de patate douce :

500 g de patates douces  
100 g de lait 1/2 écrémé  
150 g d'eau  
50 g de beurre  
1/2 c. à café de fleur de sel  
1 c. à soupe de cerfeuil, coriandre et ciboulette mélangés  
50 g de sucre

## Les épices :

15 g d'anis étoilé  
22 g de coriandre en grains  
18 g de poivre noir  
1 pincée de sucre  
1 pincée d'aneth  
1 pincée de poudre de gingembre  
1 pincée de sel  
20 g d'huile d'olive

## Sauce aux fruits de mer :

100 g de vin blanc (Muscadet)  
100 g de moules  
100 g de coques  
100 g de beurre à température ambiante

- La purée de panais : éplucher les légumes et les couper en morceaux. Mettre les panais dans le bol, ajouter les ingrédients de la purée et cuire pendant 15 mn / 90° / vitesse 1. Ôter le gobelet. À la fin de la cuisson, mixer pendant 20 sec / vitesse 7 afin d'obtenir une purée très fine. Débarrasser et réserver au chaud.
- La purée de patate douce : rincer le bol. Introduire tous les ingrédients de la purée de patates douces dans le bol sauf les herbes et cuire pendant 15 mn / 90° / vitesse 1. Ôter le gobelet. À la sonnerie, ajouter les herbes et mixer 20 sec / vitesse 7. Débarrasser et réserver au chaud.
- Préchauffer le four à 175° (th. 6). Poser les pavés côté chair sur un plat allant au four. Huiler le côté peau. Réunir toutes les épices dans le bol et les tamiser pendant 3 mn / 37° /  $\frac{1}{2}$ . Puis mixer pendant 5 sec / vitesse 6 afin de les concasser. Les poser sur les pavés de bar en pressant légèrement. Réserver.
- La sauce aux fruits de mer : laver le bol. Laver les fruits de mer et les poser dans le panier de cuisson. Verser le vin dans le bol et insérer le panier de cuisson, programmer pendant 10 mn / Varoma /  $\frac{1}{2}$  afin d'ouvrir les fruits de mer.
- Pendant ce temps emousser le poisson pendant 10 mn. À la sonnerie, retirer le panier de cuisson, décoriquer les moules et les coques et les verser avec leur jus dans le bol. Ajouter le beurre et émulsionner pendant 20 sec / vitesse 10.
- Dresser le poisson au centre de l'assiette, faire des quenelles de 2 purées, napper d'un filet de sauce aux coquillages.

## Note du chef

« Pour une bonne tenue des épices sur le bar, huilez le filet, poser le côté peau sur les épices et retirez l'excédent ; le bar peut se manger avec la peau »

## Conseil du sommelier

Muscadet de Sèvre et Maine sur Lie Vieille Vendosmois Vignobles Plantés dans

Un Muscadet gras et ample qui s'accordera très bien à la texture et à la saveur du plat, sa belle minéralité fera merveille face aux notes iodées du poisson.

# Cakes au chocolat, marmelade d'orange, sorbet orange-curry

Temps de préparation : 25 mn + Attente : 3 h + Thermomix : 18 mn + Cuisson à la casserole : 40 mn + Au four : 25 mn

## Sorbet orange-curry

175 g d'eau  
60 g de sucre semoule  
2,5 g d'agar agar  
500 g de jus d'orange  
1/2 c. à café de curry en poudre  
1 blanc d'œuf

## Marmelade d'oranges confites

1 000 g d'eau  
2 oranges  
30 g de beurre  
30 g de cassonade  
100 g de sucre semoule

## Cakes au chocolat

85 g de chocolat 70 % de cacao  
5 œufs (60 g)  
175 g de sucre semoule  
75 g de poudre d'amande  
120 g de farine (Type 45)  
25 g de cacao  
8 g de levure chimique  
125 g de crème liquide  
80 g de beurre fondu

- Le sorbet : verser l'eau, le sucre et le curry dans le bol et programmer 15 mn / Varoma / vitesse 1. Ôter le gobelet.
- Ajouter l'agar-agar et le jus d'orange et mélanger pendant 10 sec / vitesse 4. Laisser tiédir puis verser dans des bacs à glaçons ou plusieurs petits bacs. Laisser prendre au congélateur pendant au moins 3 h. Pendant ce temps, laver et rincer le bol. Préparer la marmelade d'oranges mi-confites.
- La marmelade : verser l'eau dans une casserole, ajouter les oranges et faire bouillir pendant 30 mn à feu moyen. Les égoutter, les couper en morceaux. Faire fondre le beurre dans une casserole, ajouter les morceaux d'orange et la cassonade. Laisser caraméliser en tournant de temps en temps. Recouvrir d'eau, ajouter le sucre semoule et remuer, faire réduire à feu moyen. Ensuite verser la préparation réduite des oranges dans le bol mixer 20 sec / vitesse 5. Débarrasser et laisser refroidir.
- Les cakes : préchauffer le four à 180° (th. 6-7). Beurrer des moules à muffins. Faire fondre le chocolat dans une petite casserole. Mettre les œufs et le sucre dans le bol et mélanger pendant 25 sec / vitesse 6.
- Ajouter la poudre d'amande, la farine, le cacao et la levure et mélanger pendant 15 sec / vitesse 6.
- Verser la crème et le beurre fondu et incorporer pendant 10 sec / vitesse 5.
- Ajouter le chocolat fondu et mélanger pendant 10 sec / vitesse 5. Verser cet appareil dans les moules à muffins et enfourner pendant 25 mn.
- Nettoyer le bol. Au moment de servir, verser l'appareil à sorbet dans le bol et mixer 10 sec / vitesse 9. Ajouter le blanc d'œuf, insérer le fouet et mixer 15 sec / vitesse 3.
- Sur une assiette, disposer un cake au chocolat, de la marmelade dans un petit verre et une quenelle de sorbet. Déguster aussitôt.

## Note du chef

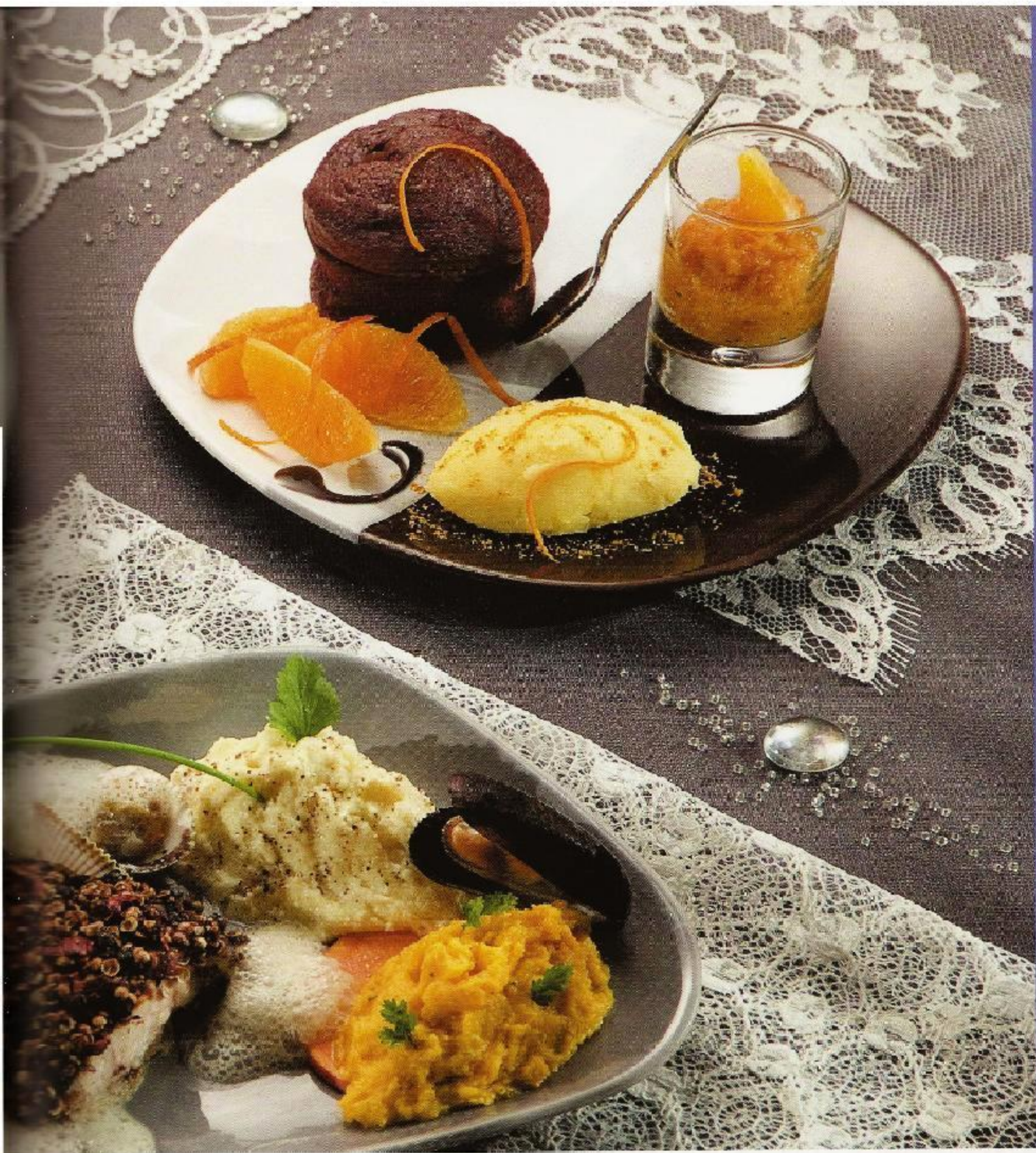
« Utilisez plutôt du chocolat à fort pourcentage de cacao, le contraste avec l'orange n'en sera que meilleur avec le curry Madras très parfumé. »

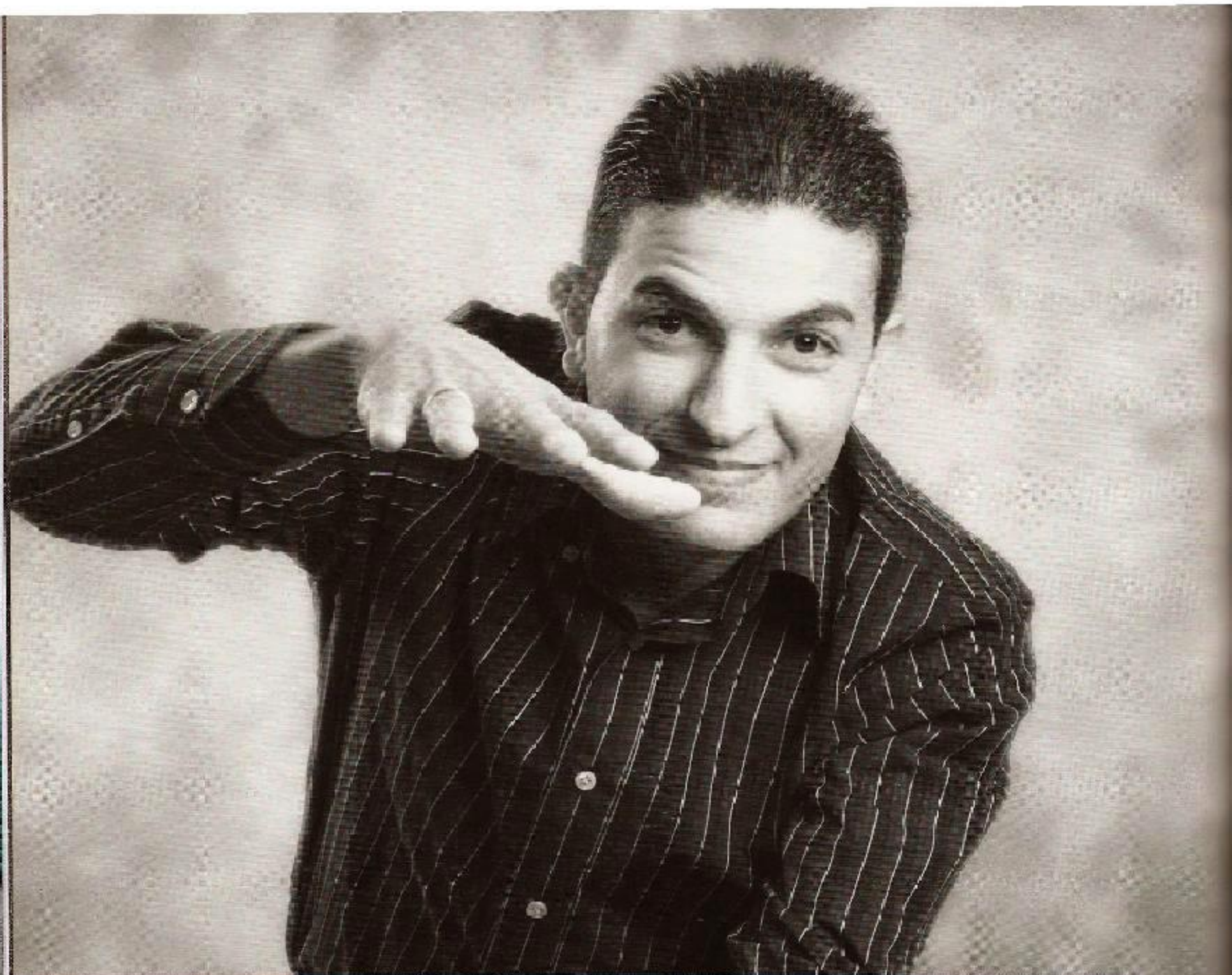
## Conseil du sommelier ● ● ●

Muscad de Saint-Jean de Minervos "Cuvée Nicolas" Domaine de Barroubio

Magnifique vin ambré aux notes de fruits confits, d'écorce d'orange, de miel et de pâte de coing pour s'associer à la douceur de ce dessert tout en l'aérant.







**AKRAME BENALLAL : le « Notaboo » en chef de la France au Grand Hôtel de TOURS**

Akrame Benallal officie dans les cuisines d'un château digne de ce nom : ambiance feutrée, boiseries anciennes, parc aux arbres centenaires au cœur de la Touraine. Le jeune chef et son équipe ont dépoussiéré les pianos pour y concocter une cuisine vive et pétillante. Akrame Benallal qui a fait une partie de ses classes au côté de Pierre Gagnaire, débordé d'énergie positive et mène le Notaboo depuis 2005 avec brio et faisonnement. Étonnement : sur la table sobrement habillée d'une nappe noire sont roulées les serviettes immaculées ; elle n'est pas dressée mais s'étioffe au fur et à mesure de l'avance du repas. Il s'agit de mettre en valeur le seul contenu des assiettes. Surprises concoctées par ce disciple de Ferran ADRIA (meilleur chef du monde en 2006 et 2007) : meringue coco cuite à l'azote, huile d'olive solide, riz soufflé et bouillon de paëlla... on s'amuse et on se régale.

Ardent défenseur des traditions comme bases solides à l'évolution de la cuisine de demain, Akrame Benallal cherche à faire plaisir et avant tout à étonner à travers la réinterprétation de ses classiques culinaires et influencé par ses racines algériennes.

Mais il réussit également parfaitement à communiquer sa passion pour sa cuisine ce goûts et de partage à de jeunes apprentis partageant la même philosophie de la vie : travailler dur avec plaisir, donner pour recevoir, respecter son prochain et pour l'honneur le client.

Insatiable de projets, Akrame Benallal projette une nouvelle ouverture à Tours dans un lieu qui lui ressemblera : chaleureux, bousculant les conventions, imaginatif et surtout généreux.

# Menu quotidien

*Capuccino de tomates et crevettes roses  
à la chantilly de citron vert*

p. 121

*Carré d'agneau aux épices et  
son chou-fleur à la noisette*

p. 122

*Milk shake chaud de chocolat et  
compotée de mandarines*

p. 123

## Capuccino de tomates et crevettes roses à la chantilly de citron vert

**Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 7 mn**

450 g de crevettes roses  
8 tomates noires de crimée (1 000 g)  
500 g d'eau de source  
200 g de crème liquide à 35% m. g.  
Le jus de 2 citrons verts  
Sel  
Poivre

- Décortiquer les crevettes puis les mettre dans le bol pendant **50 sec / vitesse 5**.
- À la fin de l'opération, assaisonner à point. Disposer 100 g de crevettes au fond d'un verre à vin puis réserver au frais.
- Pendant ce temps laver les tomates, enlever le pédoncule. Les peser dans le bol, et rajouter la moitié de leur poids en eau de source. Mixer le tout **3 mn / vitesse 5**. Puis rectifier l'assaisonnement, passer à la passoire fine, verser dans les verres avec les crevettes et remettre au frais.
- Laver et essuyer le bol. Verser la crème et le jus des 2 citrons verts avec leur zeste dans le bol. Insérer le fouet. Monter le tout en chantilly pendant **3 mn / vitesse 4**.
- Répartir la chantilly à la cuillère ou à la douille sur le capuccino de tomate, et remettre au frais. Servir bien frais.

### *Note du chef*

« Pour obtenir une bonne chantilly, mettez quelques glaçons dans le bol et mixez quelques secondes pour refroidir l'ensemble bol-couteaux. Vous obtiendrez ainsi d'excellents résultats. »

# Carré d'agneau aux épices et son chou-fleur à la noisette

Temps de préparation : 10 mn + Thermomix : 36 mn + Cuisson au four : 35 mn

3 graines de cardamome  
1 bâton de cannelle  
10 grains de poivre noir  
1 trait d'huile d'olive  
1 carré d'agneau (900 g à 1 kg)  
1 c. à café de sel  
1 tête de chou-fleur (600 g)  
1 000 g d'eau  
3 anis étoilés  
50 g de noisettes  
50 g d'huile de noisettes

## Note du chef

« Ajoutez quelques gouttes de vinaigre à l'eau de nettoyage du chou-fleur afin de faire sortir les insectes éventuels des bouquets. »

## Conseil du sommelier ● ● ●

Vin Central Cabernet-Sauvignon Vina Alerce  
rouge

Ce très beau vin chilien verra sa force tannique arrondie et adoucie par la chair de l'agneau, et ses arômes exotiques seront soulignés par les épices du plat.

- Préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Réunir la cardamome, la cannelle, le poivre, et l'anis étoilé et réduire en poudre pendant 10 sec / vitesse 10. Ajouter un trait d'huile d'olive et cuire 3 mn / 50° / vitesse 2.
- Disposer le carré d'agneau dans un plat allant au four et bien badigeonner d'épices, de sel et de poivre. Mettre au four à 180° (th. 6) pendant 35 mn.
- Couper le chou-fleur en quatre ou cinq gros morceaux et mettre à cuire dans le bol avec l'eau pendant 30 mn / 100° / vitesse 1.
- À la sonnerie, égoutter le chou-fleur en prenant soin de conserver environ 125 g de jus de cuisson dans le bol. Remettre le chou-fleur dans le bol, ajouter 50 g de noisettes, 50 g d'huile de noisette et le sel et mixer pendant 3 mn / vitesse 5.
- Rectifiez l'assaisonnement avant de servir aussitôt : découpez le carré d'agneau et servez avec le chou-fleur aux noisettes, arrosez de jus de cuisson.



## Milk shake chaud de chocolat et compotée de mandarines

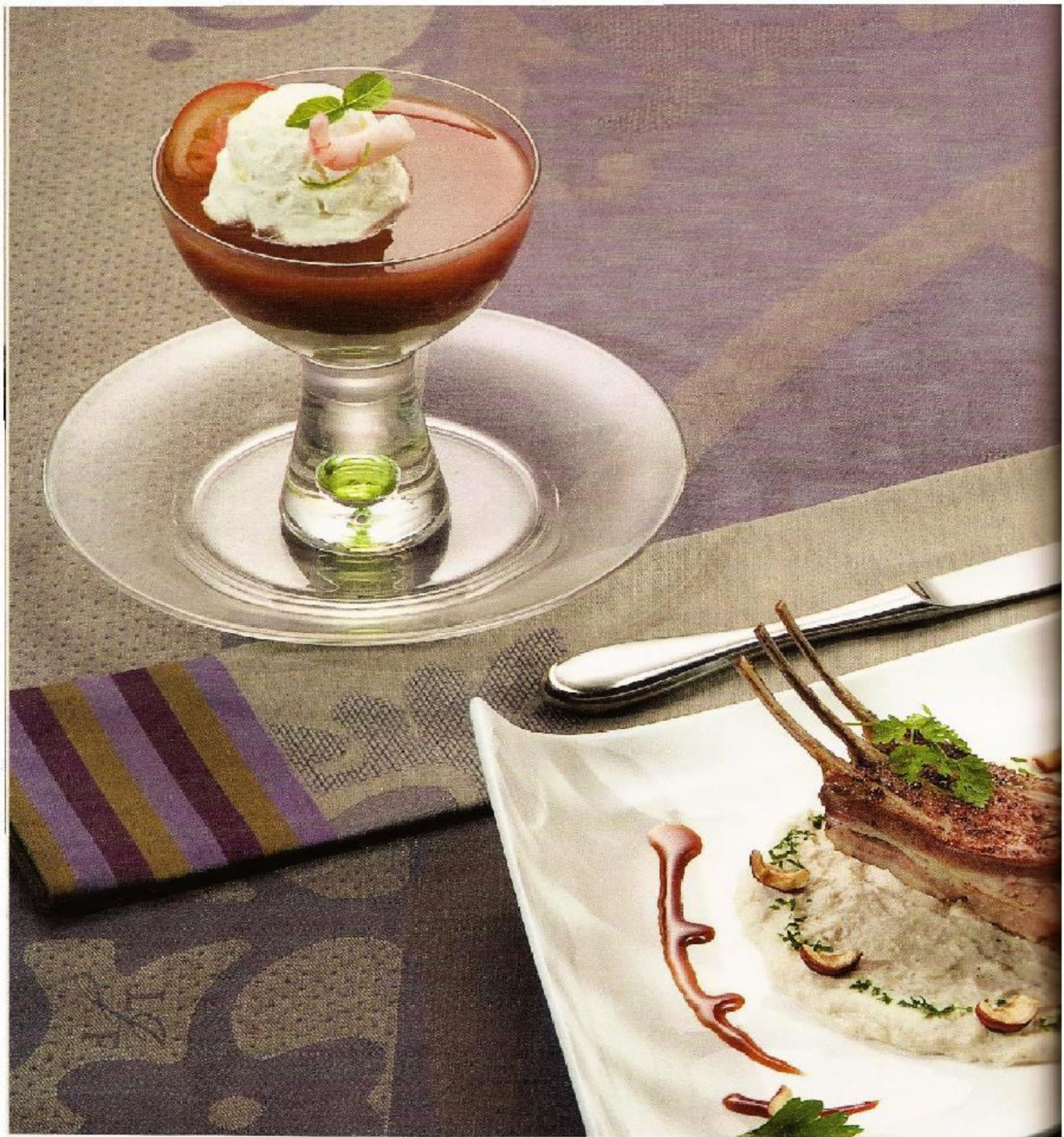
Temps de préparation : 10 mn + Attente : 30 mn + Thermomix : 16 mn 30 sec

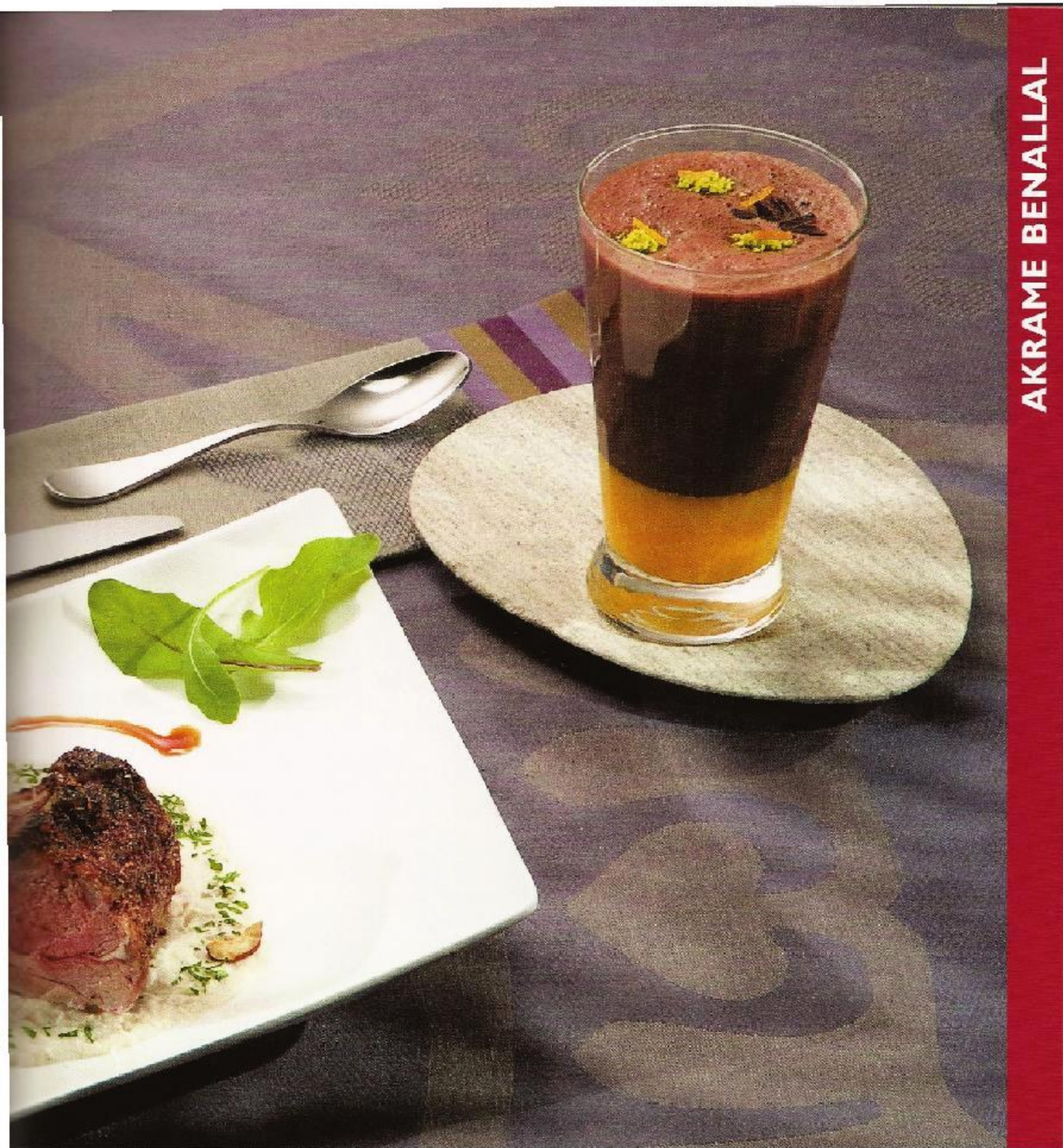
40 g de sucre  
5 mandarines  
500 g de lait  
200 g de chocolat noir (53 %)

- Verser le sucre dans le bol et réduire en poudre fine 10 sec / vitesse 8.
- Peler les mandarines à vif (conserver les zestes pour réaliser une marmelade ou parfumer une crème), placer les quartiers dans le bol et programmer 10 mn / 90° / vitesse 4. Débarrasser et disposer la compotée dans quatre verres hauts et étroits. Réserver au frais pendant 30 mn.
- Verser le lait et le chocolat dans le bol 6 mn / 60° / vitesse 1. À la sonnerie, donner 2 impulsions de turbo.
- Verser la préparation dans les verres contenant la compotée de mandarines et servir aussitôt.

*Note du chef*

» Remplacez le sucre par du miel de fleurs, pour parfumer délicatement ce milk-shake inhabituel. Saupoudrez de poivre noir et de cannelle moulue. »





# Menu gastronomique

M

*Gambas rôties et vapeur au céleri  
dans tous ses états*

p. 127

*Mi-cuit de saumon à la vapeur d'agrumes et  
petits légumes verts*

p. 128

*Poire en deux textures  
à la crème de mascarpone*

p. 129

# Gambas rôties et vapeur au céleri dans tous ses états

**Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 36 mn + Cuisson au four : 10 mn**

12 gambas de calibre 16/20 crues non congelées  
30 g d'huile d'olive  
1 boule de céleri rave  
500 g d'eau de source  
Sel  
Poivre

### Pour la sauce satay

100 g de lait de coco  
100 g de crème liquide  
35 g de pâte d'arachide  
20 g de pâte de curry

- Préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Décortiquer les gambas, en mettre 6 dans un plat allant au four et les arroser d'un trait d'huile d'olive, 6 sur le plateau vapeur du Varoma et réserver au frais. Peler le céleri, en réserver une moitié au frais. Couper l'autre moitié en petits cubes (brunoise) et les mettre dans le bol. Verser l'eau dans le bol, cuire 15 mn / 100° / vitesse 1.
- À la sonnerie mettre le Varoma en place et cuire 10 mn / Varoma / vitesse 1. Enfourner les gambas à rôtir pendant 10 mn.
- Enlever le Varoma et réserver. Retirer les gambas du four. Réaliser la purée de céleri en conservant 150 g d'eau de cuisson et mixer pendant 4 mn / vitesse 5. Saler et poivrer. Débarrasser dans une casserole et réserver au chaud. Laver et essuyer le bol.
- Reprendre l'autre moitié de céleri, la couper en gros morceaux et la mettre dans le bol avec du sel et du poivre, mixer pendant 3 mn / vitesse 5 en vous aidant de la spatule pour bien racler les bords.
- Mettre tous les ingrédients de la sauce dans le bol et programmer 3 mn / 80° / vitesse 5. Débarrasser et réserver au chaud avant de servir.
- Servir à l'assiette : Suivez le tour de main du chef pour mouler la purée en quenelles, formez la semoule de céleri cru dans un cercle et disposez harmonieusement les gambas dans les assiettes. Accompagnez de sauce Satay servie dans de petits verres.

## Note du chef

« Ajoutez une touche exotique en faisant cuire le céleri avec une demi gousse de vanille. À vous de jouer ! »

## Le tour de main du chef



Tremper 2 cuillères à soupe dans de l'eau froide.



Passer la purée d'une cuillère à l'autre.

# Mi-cuit de saumon à la vapeur d'agrumes et petits légumes verts

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 39 mn

400 g de haricots verts extra-fins frais  
8 belles oranges  
4 belles tranches de saumon d'environ 110 g  
(coupées par votre poissonnier)  
100 g d'épinards frais  
Sel  
Poivre

- Équeuter les haricots. Zoster les oranges à vif et couper les zestes en fines lanières. Recueillir le jus des oranges dans le bol.
- Dans le Varoma, déposer les zestes des oranges et les tranches de saumon par-dessus. Assaisonner à votre convenance. Mettre le Varoma en place, et programmer 4 mn / Varoma / vitesse 1.
- À la fin de la cuisson, enlever les tranches de saumon et les emballer dans du film alimentaire, et réserver. Faire réduire le jus d'orange au tiers en programmant 20 mn / Varoma / vitesse 1, ôter le gobelet.
- Pendant ce temps, former 4 bûches de haricots et les disposer dans le Varoma et répartir les épinards sur le plateau vapeur. Mettre le Varoma en place et programmer 15 mn / Varoma / vitesse 1.
- Sur des assiettes creuses, disposer harmonieusement le saumon mi-cuit et les légumes, verser autour le jus d'orange réduit. Rectifier l'assaisonnement.

## Note du chef

« Une gousses d'ail écrasée (sous l'eau) et ajoutée aux haricots verts les parfume agréablement. »

## Conseil du sommelier ● ● ●

Marlborough Sauvignon Saint-Clair Estate  
Blanc

Un accord épatant : un superbe sauvignon blanc Néo-Zélandais dont la minéralité et l'expression de fruits exotiques et d'agrumes conviendront parfaitement à ce plat.

# Poires en deux textures à la crème de mascarpone

Temps de préparation : 10 mn + Thermomix : 4 mn + Cuisson au four : 50 mn

8 poires bien mûres, des conférences de préférence

Huile d'olive

250 g de mascarpone

100 g de crème liquide à 35% m. g.

20 g de sucre

1 œuf

2 c. à soupe de cacao en poudre

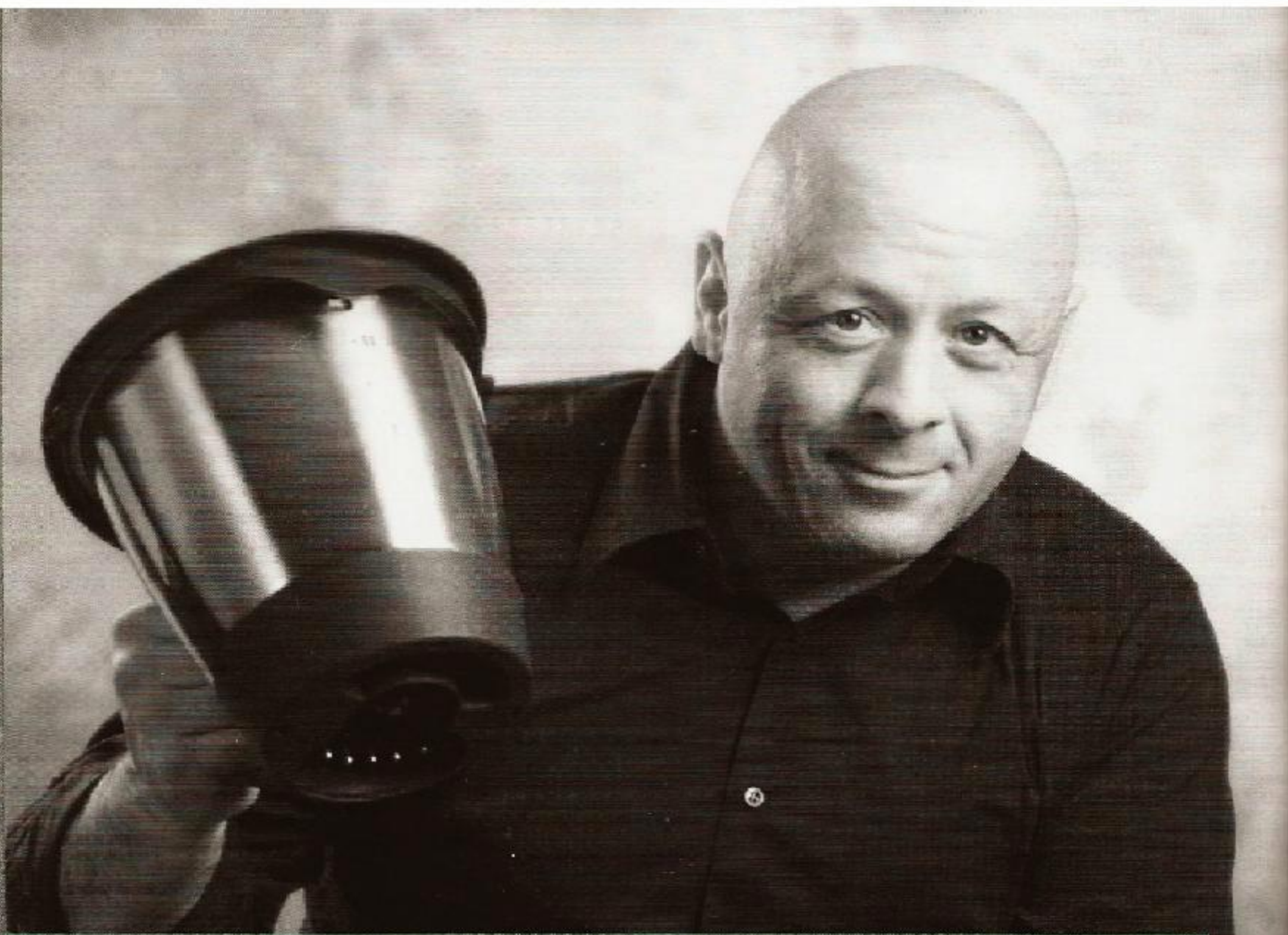
- Préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Éplucher les poires et leur retirer le cœur. Mettre 5 poires dans un plat au four arrosées d'un trait d'huile d'olive pendant 50 mn. Ce mode de cuisson permet d'emprisonner les saveurs dans le fruit.
- Puis les mettre dans le bol et mixer 30 sec / vitesse 5. Ensuite répartir la purée dans 4 verres à Martini. Détailler les 3 poires restantes en petits cubes et les répartir également dans les verres sur la compote de poire. Réserver au frais.
- Pendant ce temps verser le mascarpone, la crème, le sucre et l'œuf dans le bol. Insérer le fouet. Programmer 3 mn / vitesse 4.
- Divisez cette préparation dans les quatre verres et saupoudrez de cacao.

*Note du chef*

« Choisissez des poires Conférence ou William de même calibre pour une cuisson homogène et régulière. »







**THIERRY MARX : 2<sup>e</sup> Château Cordeillan-Bages à PAUILLAC**

« Planète Marx » (ouvrage de cuisine en mouvement), « Easy Marx » (livre de recettes faciles), « Street Marx » (restauration proche de celle des rues de Tokyo)... Autant de concepts qui nous révèlent le monde de ce Chef avant-gardiste, hors normes depuis son enfance à Ménilmontant jusqu'au château de Cordeillan-Bages. Son nom est souvent attaché à la cuisine moléculaire : Ferran Adrià voit en lui son alter-ego français.

Son parcours Thierry Marx l'a construit loin des sentiers battus : il apprend dans la rue, s'enivre des odeurs de la boulangerie du quartier, rêve d'une carrière de boulanger. Le futur Chef entre chez les Compagnons du Devoir et « Isla de Franco, désir de bien faire » devient Chocolatier-Pâtissier-Glacier. Sa formation se fait déjà sur les routes au gré des changements de Patrons. Puis à 20 ans, le combat devient dure réalité : il fait son service aux côtés des chrétiens maronites pendant la guerre du Liban. A son retour, il retrouve le chemin d'autres brigades, dans les cuisines de Taillevent, puis de Robuchon, Ledoyen... Mais le besoin de s'évader ne l'a jamais quitté et s'ensuivent des années à explorer les cuisines et les goûts des autres : Australie, France (à Nîmes où il gagne une étoile), puis Japon, Thaïlande, Vietnam, Cambodge... Les expériences s'enchaînent, la passion pour la culture japonaise est entière. Il puise dans l'art Kaisoku (la cuisine du corps et de l'esprit) les sources d'évolution de sa cuisine.

Au Château de Cordeillan-Bages où il pose son balluchon, il monte un laboratoire d'exploration culinaire dans lequel chimie et cuisine font bon ménage. Mais la démarche du chef Marx est claire, la science et son côté spectaculaire ne font pas tout et les 2 étoiles n'ont pas été atteintes grâce à elle. C'est surtout le travail d'une équipe dont il faut savoir obtenir le Meilleur avec pour objectif l'Excellence de chaque service. Puis s'ajoutent l'ingéniosité et la dextérité du chef à mettre en scène et à révéler les goûts et les textures : Boeuf carotte en version déstructurée, l'incroyable spaghetti au ris de veau au cœur coulant cèpes et truffes... « la cuisine se regarde, se médite et se mange » aime-t-il à citer. La cuisine de Thierry Marx s'envisage comme une expérience à épanouir les sens.

# Menu quotidien

## *Crèmeux de concombre*

p. 133

## *Veau aux noisettes, pomme de terre et écume de bière*

p. 134

## *Biscuit à l'huile d'olive et agrumes*

p. 135



## Crèmeux de concombre

**Temps de préparation : 25 mn + Thermomix : 39 mn + Cuisson à la poêle : 2 mn par blinis**

### Pour 10 personnes

#### Gelée de concombre

8 feuilles de gélatine (1 g / unité)  
1 récipient d'eau très froide  
5 petits concombres  
Poivre  
Sel  
150 g d'eau

#### Bouillon de concombre

2 feuilles de gélatine (1 g / unité)  
et un bol d'eau très froide  
250 g de crème liquide  
2 concombres  
Le jus d'1 citron  
1 yaourt nature  
1 bouquet de menthe fraîche  
1 bouquet de coriandre fraîche

- La gelée de concombre : mettre les feuilles de gélatine à tremper dans l'eau. Pendant ce temps éplucher 2 concombres sur 5. Tailler tous les concombres en gros morceaux et les mixer 1 mn / vitesse 5. Assaisonner et passer le jus dans une passoire fine. Réserver le jus. Rincer le bol.
- Verser 150 g d'eau dans le bol et chauffer pendant 5 mn / 70° / vitesse 1.
- Ajouter la gélatine préalablement essorée entre les doigts, mélanger pendant 30 sec / vitesse 3. Laisser refroidir quelques minutes puis verser le jus de concombre dans le bol, mélanger 30 sec / vitesse 4. Assaisonner.
- Mettre 100 g de gelée de concombre dans chaque verre puis les réserver au frais, pendant 2 h minimum.
- Le bouillon de concombre : faire tremper la gélatine dans de l'eau bien froide pendant 10 mn.
- Verser la crème dans le bol et amener à ébullition 8 mn / 100° / vitesse 1.
- À la sonnerie incorporer la gélatine et mélanger 1 mn / vitesse 3. Débarrasser le bol et le rincer.
- Mettre le reste des ingrédients dans le bol et mixer 1 mn /

#### Blinis d'épeautre

- 3 grosses pommes de terre (400 g environ)
- 1 200 g d'eau
- 120 g de farine Type 45
- 120 g de farine d'épeautre (magasin bio)
- 4 œufs
- 160 g de lait 1/2 écrémé
- 15 g de levure chimique
  
- 100 g de caviar d'hareng fumé

vitesse 5.

- Ajouter la crème et mixer à nouveau pendant **1 mn / vitesse 8**.
- **Blinis d'épeautre** : éplucher les pommes de terre, les couper en dés et les déposer dans le panier de cuisson. Verser l'eau dans le bol, introduire le panier et programmer **20 mn / 90° / vitesse 1**.
- À la sonnerie, peser 340 g de pulpe, la mettre dans le bol avec les autres ingrédients et mixer pendant **30 sec / vitesse 3**.
- Cuire des petits blinis dans une poêle anti-adhésive pendant 1 mn de chaque côté.
- **Dressage** : poser délicatement la mousse ou bouillon de concombre sur la gelée avec une quenelle de caviar et servir les blinis à part.

## Veau aux noisettes, pommes de terre et écume de bière

**Temps de préparation : 35 mn + Thermomix : 22 mn + Cuisson à la poêle : 2 mn**

#### Pour 6 personnes

- 2 c. à soupe d'huile d'arachide
- 6 médaillons de veau de 160 g

#### Garniture

- 1 000 g de petites pommes de terre ratte coupées en 2

#### Marinade

- 90 g de noisettes hachées
- 25 g de sucre
- 2 g de piment d'Espelette
- 30 g de vinaigre de Xérès
- 25 g de coriandre fraîche
- 60 g d'huile d'arachide
- 30 g de mie de pain

#### Sauce bière

- 240 g de bière blonde
- 60 g de pomme de terre (1 moyenne)
- 30 g de crème liquide
- 240 g de lait de soja
- 120 g d'eau
- 1 c. à café de sel

- Éplucher les pommes de terre et les peser dans le panier de cuisson. Réserver. Faire chauffer 2 c. à soupe d'huile dans une poêle anti-adhésive. Colorer les médaillons de veau pendant 1 minute pour chacune des faces.
- **La marinade** : réunir tous les ingrédients dans le bol et mixer pendant **1 mn / vitesse 4**. Découper 10 grandes feuilles de papier sulfurisé préalablement humidifiées et poser un médaillon sur chaque feuille. Sur chaque médaillon poser une grosse cuillère de marinade. Fermer les papillotes. Si besoin rajouter une couche de papier sulfurisé. Les poser dans le Varoma.
- **La sauce bière** : introduire tous les ingrédients dans le bol, insérer le panier et mettre le Varoma en place. Programmer pendant **20 mn / Varoma / vitesse 2**. Enlever le Varoma, mixer **10 sec / vitesse 10** en maintenant fermement le gobelet à l'aide d'un torchon pour éviter les projections bouillantes.
- Retirer la pièce de veau de la papillote et la dresser au centre de l'assiette en récupérant toute la marinade. Mettre l'écume de bière sur le veau et garnir de pommes de terre.

#### Conseil du sommelier

Chablis Domaine Bart

blanc

Un beau Chablis qui "noisette" pour s'accorder aux arômes de ce plat, et dont le gras gagnera en ampleur aux côtés de la viande. Ou pourquoi pas une bière ?

## Biscuit à l'huile d'olive et agrumes

Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 58 mn + Cuisson au four : 40 mn

### Biscuit à l'huile d'olive

240 g de sucre  
4 œufs entiers  
100 g de beurre  
50 g de lait  
150 g d'huile d'olive  
20 g de jus de citron  
250 g de farine  
10 g de levure chimique

### Crème mascarpone (crème pâtissière)

250 g de lait  
2 jaunes d'œuf  
1 œuf  
50 g de sucre  
40 g de farine  
1 gousse de vanille  
450 g de mascarpone  
30 g de sucre

### Sauce agrume

4 pièces de pamplemousse  
4 pièces d'orange  
25 g de confiture d'orange

- Le biscuit : préchauffer le four à 150° (th. 5).
- Introduire 240 g de sucre et 4 œufs dans le bol, et blanchir pendant **8 mn / vitesse 5**. Pendant ce temps mettre le beurre à fondre dans une casserole. Fariner et graisser un moule à tarte de 30 cm de diamètre.
- Ensuite ajouter le lait, le beurre fondu, l'huile d'olive et le jus de citron et mélanger pendant **1 mn / vitesse 5**.
- Puis finir le biscuit en ajoutant la farine et la levure, mélanger à nouveau pendant **20 sec / vitesse 3**. Verser l'appareil dans le moule à tarte. Puis cuire le biscuit pendant 40 mn environ au four suivant la puissance du four.
- La crème mascarpone : pendant la cuisson du biscuit, laver le bol. Puis placer les jaunes d'œufs, l'œuf, la farine et le sucre avec 60 g de lait dans le bol. Mixer pendant **2 mn / vitesse 3**.
- Gratter la gousse de vanille et mettre les grains dans le reste du lait. Faire bouillir le lait. Le verser bouillant dans le bol, et programmer pendant **5 mn / 90° / vitesse 4**. À la sonnerie, faire descendre la température en programmant **15 mn / vitesse 1**. Ôter le gobelet.
- Ensuite ajouter le sucre et le mascarpone et mélanger **20 sec / vitesse 3**. Réserver au frais. Laver le bol.
- La sauce agrume : presser les 4 oranges et les 4 pamplemousses et les verser dans le bol. Réduire le jus de moitié pendant **25 mn / varoma / vitesse 2** sans le gobelet. Puis incorporer la confiture d'orange pendant **20 sec / vitesse 3**.
- Dressage : tailler des parts de biscuit à l'huile d'olive. Mettre une grosse cuillère de crème mascarpone dessus et la sauce agrume autour.





# Menu gastronomique

*M*

*Ravioles, pomme verte  
et hareng fumé*

p. 139

*Bar cacao, risotto d'amarante  
et émulsion d'huile d'olive*

p. 140

*Café fumant*

p. 141

# Ravioles, pomme verte et hareng fumé

Temps de préparation : 35 mn + Thermomix : 29 mn

## Pour 10 personnes

### Pâte à raviole



250 g de farine  
6 jaunes d'œufs  
1 œuf entier  
30 g d'huile d'olive

### Farce

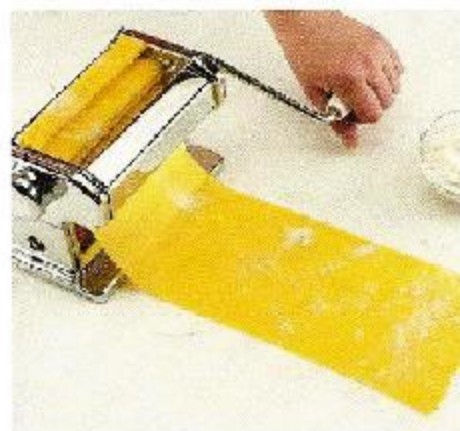
3 pièces de pomme verte  
300 g de hareng fumé désarêté  
1 bouquet de cerfeuil

### Sauce mozzarella

300 g de mozzarella  
50 g de mascarpone  
150 g d'eau  
1 cube de bouillon de légumes  
10 g de fécule de pomme de terre  
15 g d'huile d'olive  
Sel  
Poivre

- **La pâte** : Mettre les ingrédients de la pâte à ravioles dans le bol et pétrir 2 mn /  / . Retirer la pâte, la mettre en boule et réserver au frais pendant 1 h minimum. Rincer le bol.
- **La farce** : pendant ce temps, éplucher les pommes vertes, les couper en 4, et vérifier qu'il ne reste pas d'arête sur les harengs. Introduire les pommes, le hareng et le cerfeuil dans le bol et concasser le tout pendant 1 mn / **vitesse 5**. Réserver au frais. Rincer le bol.
- **La sauce** : couper la mozzarella en gros morceaux, puis mixer 5 sec / **vitesse 8**. Placer tous les ingrédients dans le bol. Cuire pendant 20 mn / **90°** / **vitesse 3**. Au bout de 20 mn, vous devez obtenir une sauce bien nappée. Réserver au chaud dans le bol.
- **Remplir un grand faitout d'eau et amener à ébullition**. Suivez les étapes du tour de main pour réaliser les disques de ravioles : étaler la pâte très finement au rouleau ou à l'aide d'une machine à pâte. Détailler des cercles de 12 cm de diamètre. Les cuire dans l'eau bouillante pendant 1 mn. Les rafraîchir dans de l'eau bien froide.
- **Poser une grosse cuillère de farce au centre des cercles et les plier en deux**. Presser la pâte autour de la farce pour sceller les ravioles. Les disposer dans le Varoma et sur le plateau vapeur. Mettre le Varoma en place et programmer **5 mn / Varoma / vitesse 1** pour réchauffer l'ensemble.
- **Dressage** : dresser la raviole au centre de l'assiette, entourer d'un cordon de sauce.

*Le tour de main du chef*



# Bar cacao, risotto d'amarante et émulsion d'huile d'olive

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 30 mn

Pour 10 personnes

## Émulsion d'huile d'olive

30 g de fumet de poisson déshydraté  
250 g de lait de soja  
50 g d'huile d'olive  
Le jus de 2 citrons  
60 g de crème liquide 35% m. g.  
Sel  
Poivre

## Le bar et risotto d'amarante

120 g de bar / personne (sans peau ni arête)  
150 g de cacao en poudre  
100 g d'échalotes  
30 g de beurre  
50 g de vin blanc  
400 g d'amarante (magasin bio)  
60 g de mascarpone  
40 g de parmesan  
600 g d'eau  
Sel

- L'émulsion : introduire tous les ingrédients dans le bol et programmer **3 mn / 70° / vitesse 4**. Réserver au bain marie. Laver et essuyer le bol.
- Le bar : paner le dessus de chaque morceau de bar avec le cacao en poudre. Assaisonner et disposer dans le Varoma. Réserver.
- Le risotto d'amarante : placer les échalotes épluchées avec le beurre dans le bol et mixer pendant **1 mn / vitesse 4**.
- Programmer ensuite **5 mn / Varoma / vitesse 2** pour faire revenir les échalotes.
- Ajouter le vin blanc et cuire pendant **2 mn / 100° / vitesse 2**.
- Verser l'amarante et l'eau dans le bol, mettre le Varoma en place et cuire **18 mn / 100° / vitesse 1**. Retirer le Varoma et réserver jusqu'au service.
- À la sonorité, ajouter le mascarpone et le parmesan et mélanger pendant **30 sec / vitesse 3**.
- Dressage : poser le risotto au fond de l'assiette puis le bar au cacao dessus et l'émulsion d'huile d'olive autour.

## Conseil du sommelier ● ● ●

Vernaccia di San Gimignano Agricola Cavioi  
blanc

Ce vin aux accents de fruits secs et d'amandes s'accordera à merveille aux saveurs multiples de ce plat, dont l'émulsion d'huile d'olive. Épatant.

# Café fumant

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 13 mn + Attente : 2 h

## Pour 10 personnes

### Crème caramel

160 g de sucre  
150 g de lait  
2 gousses de vanille  
16 jaunes d'œufs  
350 g de crème liquide

### gelée de café

3 feuilles de gélatine (1 g / unité)  
1 bol d'eau très froide  
400 g de café frais passé  
50 g de sucre

### Émulsion yaourt

325 g de yaourt nature  
200 g de crème liquide  
100 g de fromage blanc  
60 g de sucre  
1 siphon

### Dressage

500 g de café chaud  
100 g de copeaux de chocolat

### Accessoire

1 siphon

- **Crème caramel** : réaliser un caramel avec 60 g de sucre et un peu d'eau dans une casserole. Puis verser le lait dessus. Porter à ébullition en récupérant bien tout le caramel au fond de la casserole.
- Placer les jaunes d'œufs et le sucre restant dans le bol et mélanger pendant **2 mn / vitesse 3**. Pendant ce temps, fendre les gousses de vanille et les gratter pour récupérer les grains.
- À la sonnerie verser la crème, la sauce caramel et la vanille dans le bol et cuire l'ensemble pendant **4 mn / 100° / vitesse 3**. Puis programmer **2 mn / vitesse 5**. Verser la crème caramel dans les verres et réserver au frais. Rincer le bol.
- **Gelée de café** : ramollir la gélatine dans le bol d'eau froide.
- Mettre le café et le sucre dans le bol et mélanger pendant **3 mn / 60° / vitesse 2**.
- Égoutter la gélatine et l'incorporer au café sucré pendant **1 mn / 60° / vitesse 2**. Laisser tiédir avant de répartir la gelée sur la crème caramel entre les verres. Laisser prendre au frais pendant 1 h. Rincer le bol.
- **Émulsion au yaourt** : mettre tous les ingrédients de l'émulsion de yaourt dans le bol et mélanger pendant **1 mn / vitesse 3**. Remplir le siphon avec ce mélange et y vider 2 cartouches de gaz.
- **Dressage** : avant la dégustation, napper avec l'émulsion de yaourt. Puis verser 5 cl de café chaud dans les verres. Décorer de quelques copeaux de chocolat noir.







**SYLVESTRE WAHID : Ousteau de Baumanière, LES BAUX DE PROVENCE**

Depuis novembre 2005, Sylvestre a reçu de Jean-André Charial la lourde tâche de « chercher la perfection, sans avoir la prétention de l'atteindre » au château de Baumanière (véritable institution tenue longtemps par Raymond Thuillier).

Les éloges sont intarissables à l'égard de la nouvelle brigade de Sylvestre Wahid et de son frère Jonathan (champion de France des Desserts 2005) : cuissons parfaites, respect total de produits, perfection du dressage.

Le parcours de Sylvestre croise celui de grands du monde contemporain des cuisines : Marx découvre à Nîmes en 1991 celui qu'il décrit comme « capable de s'organiser. C'est essentiel en cuisine ». Cette formation est pour Sylvestre « incomparable », mais difficile. Plus tard, Sylvestre entre dans la papinière de talents d'Alain Ducasse à Paris auprès de Jean-François Piège qui lui apprend rigueur et finition puis à New York où il rejoint Didier Elena.

Dans le cadre somptueux de l'Ousteau de Baumanière, où règne l'harmonie à l'ombre douce des mûriers et des vôtres de la vieille demeure magnifiquement restaurée, les frères Wahid ont su renouveler la cuisine de Mr Charial. Ils proposent aux habitués des plats épurés, une cuisine sophistiquée mais juste ce qu'il faut pour ne pas contrarier le palais et sauvegarder les saveurs. Les produits poussent dans les immenses serres du Domaine et l'on se doit d'en tirer le meilleur.

Sylvestre est l'incarnation de la modestie et de l'humilité : pour lui, on a toujours à apprendre. On doit sans cesse se remettre en question afin de pouvoir constamment évoluer et accompagner les autres dans leur progression. L'élément essentiel de ce métier est également de se faire plaisir et de faire partager ce plaisir aux futures brigades.

# Menu quotidien

*Oeuf de poule,  
céleri au fumet de truffes noires en chaud / froid*

p. 145

*Volaille jaune des Landes façon Pejarški,  
truffes noires et légumes sautés à cru*

p. 147

*Cheese-cake à la française*

p. 149

## Oeuf de poule, céleri au fumet de truffes noires en chaud/froid

**Temps de préparation : 1 h + Thermomix : 55 mn + Autres cuissons : 35 mn**

### Oeuf de poule


4 oeufs  
500 g de fond blanc  
50 g de jus de truffe  
p.m. de fleur de sel  
p.m. de poivre mignonnette noire

### Crème de céleri

150 g de crème liquide 35% m. g. très froide  
400 g de céleri boule  
100 g de lait entier  
1 pièce de truffe noire (Tuber melanosporum)

### Purée de truffe

100 g de beurre  
1 botte de cébette  
100 g de madère  
500 g d'eau minérale  
250 g de brisures de truffes noires  
4 tranches de pain de mie

- Clarifier les oeufs (séparer le blanc des jaunes) en prenant soin de ne pas perdre les jaunes. Réserver.
- Verser les blancs d'oeufs dans le bol avec une pointe de sel. Insérer le fouet et fouetter pendant 4 mn / 37° / vitesse 4.
- Faire fondre 10 g de beurre à la casserole sans le faire roussir. Suivez les étapes du tour de main du chef pour réaliser l'oeuf de poule : beurrer les moules en forme demi sphérique (6 cm environ) à l'aide d'un pinceau avec le beurre fondu. Tapiser toutes les parois avec le blanc en neige en creusant légèrement au milieu. Ajouter le jaune, saler et fermer avec le blanc.
- Nettoyer le bol. Mettre le fond blanc et le jus de truffe dans le bol. Programmer 6 mn / 90° / .
- Puis disposer les quatre moules garnis des oeufs dans le Varoma et mettre le Varoma en place, cuire pendant 13 mn / Varoma / vitesse 1.
- Crème de céleri : verser la crème liquide dans le bol, insérer le fouet et fouetter pendant 4 mn / en augmentant progressivement la vitesse jusqu'à 4. Débarrasser

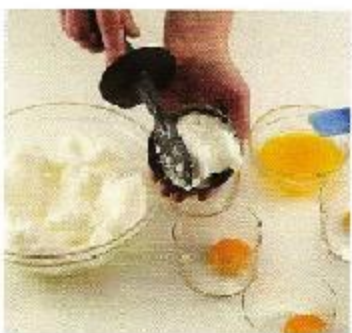
## Le tour de main du chef



Beurrer les moules.



Prélever les blancs.



Garnir les moules.



Creuser un puits au milieu.



Verser le jaune d'œuf cru dans le puits.



Refermer avec du blanc monté.

dans un récipient et réserver au froid.

- Éplucher le céleri boule, puis en garder 100 g pour faire une brunoise. Mettre le céleri boule coupé en gros cubes dans le bol, verser le lait, assaisonner et insérer le fouet. Programmer **20 mn / 90° / vitesse 1**. Pendant ce temps hacher la truffe.
- À la sonnerie, ôter le fouet et mixer **1 mn / vitesse 5**.
- Mélanger une partie de la crème de céleri avec la brunoise de céleri et les 3/4 de la truffe hachée. Assaisonner.
- Mettre le reste de la crème de céleri dans un saladier, ajouter la crème fouettée et mélanger délicatement à l'aide d'une spatule. Réserver.
- Purée de truffe : dans une sauteuse faire mousser 50 g de beurre à l'aide d'un fouet. Ajouter ensuite les cébettes disclées et les brisures de truffe. Faire suer quelques minutes puis déglacer avec le macère. Réduire de moitié et ajouter l'eau minérale. Laisser cuire environ 30 mn à feu moyen.
- Au terme de la cuisson, verser le tout dans le bol et programmer **6 mn / 70° / vitesse 1**. En fin de cuisson mixer **15 sec / en augmentant progressivement la vitesse jusqu'à 10**. Laisser tiédir et réserver au frais en ajoutant une fine couche d'huile d'olive pour éviter le dessèchement de la purée.
- Clarifier les 50 g de beurre restant : faire fondre doucement dans une casserole et enlever la surface blanche.
- Dressage : toaster le pain de mie. Au fond de l'assiette, étaler avec une cuillère la purée/brunoise à l'aide d'un emporte-pièce rond.
- Disposer la tranche de pain de mie toasté avec le beurre clarifié. Puis démouler et glacer les œufs. Ajouter à l'aide d'une pipette la purée de truffe puis décorer de la truffe hachée restante.



# Volaille jaune des Landes façon Pojarski, truffes noires et légumes sautés à cru

Temps de préparation : 1 h + Thermomix : 1 h 30 mn + Autres cuissons : 12 h 30 mn

## Chapelure d'herbes

- 1 botte de persil plat
- 200 g de pain dur
- 2 petites volailles jaunes des Landes

## Le fond blanc et le jus de volaille

- 2 000 g d'eau
- 1 carotte
- 1 oignon
- 2 branches de persil
- 1 brindille de thym
- 1 feuille de laurier
- 100g de jus de truffe
- 1 truffe noire (liber melanosporum)
- 50 g de crème épaisse
- 200 g de jus de volaille
- 1 œuf entier
- 100 g de beurre
- 30 g d'huile d'olive
- 1 branche de thym
- 1 gousse d'ail
- p.m. de poivre nigelle/noire
- p.m. de fleur de sel

## Pâte

- 350 g de farine
- 3 œufs
- q.s. d'eau

## Farce à ravioli

- q.s. de Cognac
- 50 g de foie gras
- 25 g de moelle
- 1 échalote



## Légumes Wok

- 1 carotte
- 1 fenouil
- 1 courgette
- 1 oignon nouveau

- Chapelure d'herbes : faire sécher les herbes (persil) en dessus du four pendant 12 h.
- Le lendemain, mettre 200 g de pain très dur dans le bol et mixer en 4 impulsions de turbo. Puis ajouter les herbes et mixer pendant 1 mn / vitesse 8. Réserver.
- Volailles : lever les blancs de volaille et les couper en gros morceaux, garder les pilons et les manchonner légèrement. Réserver. Garder les foies de volaille au frais.
- Fond blanc : verser 1 000 g d'eau dans le bol et les carcasses des volailles cassées en gros morceaux, le persil, le thym, le laurier et du sel et programmer 45 mn / Varoma / vitesse 2 sans le godet, poser le panier de cuisson afin d'éviter les éclaboussures. À la sonnerie filtrer le jus de cuisson obtenu et réserver.
- Avec les cuisses et les parties plus charnues (sauf les blancs) confectionner le jus de volaille : mettre les morceaux dans le bol avec un bouquet garni, verser 1 000 g d'eau et cuire pendant 30 mn / 100° /  / vitesse 1. Filtrer en fin de cuisson et garder les morceaux de poulet à part.
- Introduire les morceaux de blanc de volaille dans le bol et mixer pendant 1 mn / vitesse 4. Ajouter 50 g du jus de truffe, la crème épaisse, la moitié de la truffe hachée et assaisonner. Mélanger pendant 30 sec / vitesse 4. Vider et réserver dans un cul de poule posé sur de la glace. Sur du papier film reconstituer la forme de la poitrine de volaille en intégrant le manchon. Fermer le film alimentaire bien serré. Les poser dans le Varoma. Réserver au froid. Laver le bol.
- Verser le fond blanc et le reste de jus de truffe dans le bol. Cuire pendant 10 mn / 90° / vitesse 1. À la sonnerie, mettre le Varoma en place et cuire pendant 15 mn / Varoma / vitesse 1 jusqu'à avoir une température à cœur de 50°. Une fois cuites, retirer les poitrines, badigeonner légèrement d'œuf et enrober de la chapelure verte en tassant bien à la main.
- faire chauffer une poêle anti adhésive avec 20 g d'huile d'olive, la gousse d'ail et le thym. Ajouter le beurre et faire mousser au fouet. Incorporer les poitrines de volaille délicatement et arroser sans cesse.

### *Note du chef*

« Cette recette peut être réalisée en plusieurs étapes à l'avance : le bouillon de volaille par exemple, conservez-le au frais. Votre boucher pourra vous mancher les pâtes de volaille. »

- Raviolis de foies de volaille : préparer la pâte. Mettre tous les ingrédients dans le bol et programmer pendant 2 mn /  / . Laisser reposer pendant 30 mn au frais couvert d'un linge. Étaler la pâte et découper de petits cercles à l'emporte pièce (environ 3 cm de diamètre).
- La sauce : ciseler un échalote et la faire suer au beurre. Couper la moelle, les foies de volaille, le foie gras et le reste de la truffe en petits cubes. Assaisonner de poivre, fleur de sel et un trait de cognac. Ajouter l'échalote. Puis poser la farce au centre des disques de pâte, mouiller les bords puis poser un deuxième cercle de pâte sur la farce, pincer les bords pour bien les sceller.
- Faire chauffer un peu d'huile dans le wok et faire sauter les raviolis jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Légumes au Wok : nettoyer les légumes, les couper et les couper très finement à la mandoline. Réserver au chaud. Puis sauter au wok pendant 7 mn.

# Cheese-cake à la française

**Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 25 mn + Attente : 2 h 30**

**Pour 12 personnes**

## Cheese-cake

10 g de gélatine en feuilles (1 g / unité)  
 500 g de crème liquide 35 % m. g.  
 125 g de sucre semoule  
 250 g de jaunes d'œufs  
 900 g de fromage Philadelphia (ou st moret)  
 50 g de beurre  
 12 grands sablés bretons

## Glaçage ivoire

5 feuilles de gélatine (1 g / unité)  
 240 g de sucre semoule  
 320 g de crème 35% m. g.  
 160 g de glucose  
 100 g d'eau  
 200 g de couverture chocolat Ivoire (chocolat blanc)

## Confit de fruits rouges

200 g de framboises (ou autre fruits rouges)  
 100 g d'eau  
 100 g de sucre semoule  
 20 g de Vitpris

- **Cheese-cake** : mettre la gélatine à ramollir dans un bol d'eau froide.
- Verser la crème, le sucre et les jaunes d'œufs dans le bol et cuire pendant **6 mn / 90° / vitesse 3**.
- Puis incorporer la gélatine et le fromage et mixer **2 mn / vitesse 6**. À la sonnerie, ajouter le beurre et mixer à nouveau **1 mn / vitesse 6**.
- Débarrasser et mouler aussitôt dans des moules individuels, laisser tiédir avant de les placer au congélateur pendant 2 h. Laver et essuyer le bol.
- **Glaçage ivoire** : mettre les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide pour les ramollir.
- Verser l'eau avec le sucre, la crème et le sirop de glucose dans le bol et cuire pendant **7 mn / 90° / vitesse 3**.
- Ajouter la gélatine et le chocolat blanc Ivoire et mixer **1 mn / vitesse 7**. Réserver au frais.
- **Confit de fruits rouges** : verser tous les ingrédients nécessaires à la réalisation du confit dans le bol et programmer **8 mn / 100° / vitesse 2**. Ôter le gobelet. Débarrasser et laisser refroidir.
- **Dressage** : démouler les cheese-cake quand ils sont bien fermes, les glacer avec le glaçage ivoire. Réserver. Sur chaque assiette disposer un sablé breton, ajouter sur le dessus le confit de fruits rouges, et poser le cheese-cake sur le confit.





# Menu gastronomique

M

*Soupe d'amandes glacée,  
huile à la menthe fraîche, jambon ibérique*  
p. 153

*Dos de cabillaud à la vapeur d'algues,  
jus garniture d'une bourride*  
p. 154

*Le chocolat « Poire belle hélène »  
à notre façon*  
p. 155

# Soupe d'amandes glacée, huile à la menthe fraîche, jambon ibérique

Temps de préparation : 20 mn + Thermomix : 16 mn + Cuisson au toaster : 5 mn

## Pour 6 personnes

### La soupe

4 g de feuilles de gélatine  
300 g d'amandes fraîches émondées  
Le jus d'1 citron  
200 g de crème fraîche liquide 35% m. g.  
500 g de fond de poule reconstitué  
40 g de miel de lavande

### L'huile à la menthe

300 g d'huile d'olive  
100 g de menthe fraîche

### Dressage

60 g de brousse de brebis  
6 tranches de jambon ibérique / serrano  
6 tranches de pain  
3 brins d'herbes du jardin  
15 pétales de fleurs comestibles  
P.m. de sel  
P.m. de poivre noir

### Accessoire

1 chinois-étamine

- La soupe : laisser tremper la gélatine dans un bol d'eau froide pendant 10 mn.
- Éplucher les amandes, prélever le jus du citron. Verser la crème et le fond de poule dans le bol et mixer 5 sec / vitesse 5.
- Ajouter la gélatine, le miel, le sel, le poivre, les amandes et le jus de citron, régler 10 mn / 100° / vitesse 1. Ôter le gobelet. Puis mixer 15 sec / vitesse 8.
- À l'arrêt de la minuterie, filtrer à travers un chinois et garnir les verres. Réserver au fro d. Laver et essuyer le bol.
- Huile à la menthe : mettre la menthe avec l'huile d'olive dans le bol et programmer 3 mn / 100° / vitesse 4, puis 2 mn / vitesse 1. Filtrer l'huile à l'aide d'une mousseline dans un chinois étamine. Laisser refroidir, réserver.
- Dressage : couper le jambon et disposer en surface de la soupe glacée légèrement prise et verser un filet d'huile à la menthe. Conserver le restant pour un usage ultérieur. Déposer l'équivalent de 2 tours du moulin de poivre et fleur de sel à la surface.
- Toaster les tranches de pain, tartiner de brousse de brebis. Disposer les herbes du moment ainsi que quelques pétales de fleurs comestibles.

# Dos de cabillaud à la vapeur d'algues, jus garniture d'une bourride

Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 1 h 05 mn

## Pour 6 personnes

1 500 g de cabillaud  
200 g d'oignons blancs (2)  
1 000 g de pommes de terre bintje  
1 000 g d'eau  
0,2 g de safran  
300 g d'algues wakame (ou 20 g déshydratées)  
6 brins de persil plat  
3 gousses d'ail  
2 m. de poivre  
P.m. de sel  
6 jaunes d'œufs  
6 brins de lavande  
6 branches de céleri (cœur)

## Accessoires

Petit emporte-pièce carré (environ 4 cm)

- Découper le cabillaud, lever les filets. Conserver les parures pour réaliser le fumet de poisson. Éplucher les oignons et les pommes de terre.
- Verser l'eau dans le bol, les parures de cabillaud, 1 oignon, le safran, les algues, l'ail, une garniture aromatique de votre choix, le sel, le poivre et régler 15 mn / 90° / vitesse 1.
- Pendant ce temps, éplucher et découper les pommes de terre en tranches de 2 cm environ et former 36 petits pavés taillés à l'emporte-pièce carré. Les disposer dans le Varoma, mettre le Varoma en place et cuire 30 mn / Varoma / vitesse 1.
- À la fin de la cuisson, débarrasser les pommes de terre dans un plat peu profond. Filtrer le jus de cuisson et en verser la moitié sur les pavés de pommes de terre afin qu'ils prennent une belle coloration safran. Couvrir le plat d'une assiette et tenir au chaud.
- Ensuite disposer les portions de cabillaud dans le Varoma et régler 15 mn / Varoma / vitesse 1.
- À la sonnerie mettre de côté le Varoma. Filtrer le jus de cuisson à travers un chinois-étamine puis le reverser dans le bol. Ajouter les jaunes d'œufs et cuire 5 mn / 70° / vitesse 5. Pendant ce temps émincer l'oignon restant en rouelles fines, préparer le céleri et la lavande.
- Dressage : disposer le poisson sur assiette, décorer de persil plat, de blanc de céleri et de lavande. Aligner les pavés de pommes de terre confites au jus de bourride, déposer 2 rouelles d'oignon blanc et parsemer de pétales de lavande. Napper votre poisson de la sauce onctueuse.

# Le chocolat « Poire belle hélène » à notre façon

**Temps de préparation : 40 mn + Thermomix : 30 mn + Cuisson au four : 20 mn + Attente : 3 h 20 mn**

## Glace chocolat

500 g de lait  
20 g de lait en poudre  
65 g de sucre  
15 g de crème liquide 35% m. g.  
160 g de guanaja  
25 g de pâte de cacao

## Décor feuilleté

3 belles poires Williams  
1 jus de citron  
1 pomme granny Smith  
4 framboises  
4 demies sphères en chocolat de 7cm de diamètre  
(chez votre pâtissier)  
4 disques en chocolat de 7 cm de diamètre

## Jus de framboises

50 g de sucre semoule  
50 g d'eau  
100 g de framboises  
1 feuille de gélatine + 1 bol d'eau froide

## Émulsion chocolat

300 g de lait  
20 g de sucre  
300 g de chocolat  
200 g de crème liquide 35% m. g.

## Accessoires

Emporte pièce rond de 5 cm de diamètre  
1 siphon

- Glace chocolat : introduire tous les ingrédients dans le bol, sauf le chocolat et la pâte de cacao et programmer **5 mn / 90° / vitesse 5**.
- Incorporer dans l'appareil le chocolat et la pâte de cacao, mixer **1 mn / vitesse 5**. Répartir dans des bacs à glaçons et placer au congélateur pendant 3 h. Au moment de servir, verser l'appareil à glace dans le bol et mixer pendant **1 mn / vitesse 6**.
- Poire confite et fraîche : préchauffer le four à 180° (th. 6). Éplucher 2 poires, les couper en deux et les vider. Rôtir avec le jus de framboises et 1 jus de citron au four dans un petit plat anti-adhésif 20 mn à 180°.
- Laisser refroidir. Puis les découper à l'aide d'un emporte pièce de 5 cm de diamètre, en prenant dans le centre de chaque poire. Réserver.
- Pendant ce temps, tailler tous les parures (la chair restante) de poire en cubes réguliers. Éplucher la 3<sup>ème</sup> poire, la couper en deux.
- Dans la première moitié de la poire tailler 4 tranches et dans la deuxième moitié tailler 4 quartiers. Réserver le tout.
- Jus de framboises : faire tremper la gélatine dans l'eau froide. Détendre le sucre avec l'eau dans le bol, ajouter les framboises, porter le tout à ébullition pendant **10 mn / Varoma / vitesse 1**. Ôter le gobelet. Débarrasser dans un récipient et laisser tiédir.
- Filtrer le jus de framboises, y faire fondre la gélatine essorée en mélangeant à l'aide d'une cuillère en bois et laisser prendre légèrement.
- Émulsion chocolat : chauffer le lait avec le sucre pendant **10 mn / 90° / vitesse 1**.
- Verser le chocolat dans le lait chaud et mixer **20 sec / vitesse 4**. Ajouter la crème et mélanger **5 sec / vitesse 4**. Réserver au chaud.
- Dressage : poser une tranche de poire fraîche dans le centre de chaque assiette, poser la demi sphère de chocolat dessus, garnir la sphère de cubes de poire, puis ajouter l'émulsion chocolat à l'aide d'un siphon, et finir avec une quenelle de glace chocolat.
- Refermer la sphère de chocolat avec un disque de chocolat, disposer la poire rôtie sur le disque.
- Ajouter un quartier de poire par assiette, le glaçage à la framboise, quelques framboises et quelques bâtonnets de pommes Granny-Smith de 1 cm de base.







**ALAIN LLORCA : 2 \* Le moulin de Mougins, MOUGINS.**

La passion d'Alain LLORCA pour la Cuisine naît et grandit dans les délicieuses offrandes des marmittes de sa grand-mère maternelle, une fameuse cuisinière. Après l'école, les frères Llorca concoquent des petites expériences culinaires avec les trouvailles des placards. La passion ne les pas quitté. Inscrit très jeune au lycée hôtelier, ambitieux, Alain cherche vite à se placer dans les bonnes maisons et en recherche les meilleurs du métier parmi les adresses des guides gastronomiques. C'est ainsi qu'il entre chez Christian Motra à BIOT. Ensuite se succèdent les places chez quelques-uns des plus grands noms de leur génération : Dominique Le Stanc ou Alain Ducasse, auprès desquels il affine son style, ses goûts et ses ambitions culinaires. En 1992, il reprend le restaurant « les peintres ». Il obtient rapidement une première étoile pour sa cuisine qui s'est déjà affirmée à l'écart, des conventions. En 1997 il rejoint sa région natale pour gérer les prestigieuses cuisines du Negresco et la Rotonde à Nice.

Sa très libre et épurée de la cuisine méridionale rencontre très rapidement le succès et le guide Michelin le gratifie de deux étoiles en 1997. En 2004, Roger Vergé lui transmet un lieu exceptionnel et déjà presque mythique pour la clientèle internationale : Le Moulin de Mougins. Depuis Alain Llorca perpétue la recherche d'une nouvelle cuisine du soleil dans cet ancien Moulin à huile, baigné des parfums de lavande et de thym et de cette incroyable lumière qui joue à travers l'ombre des oliviers et des pins de la terrasse. Son frère Jean-Michel, pâtissier, a rejoint l'équipe animée par le grand chef d'orchestre Alain Llorca : au piano, à la décoration, au management, ... Dans le nouveau décor blanc, prune et rose signé J. Morabito, c'est devenu un jeu de proposer aux clients de nouveaux mariages de goûts et de saveurs, et sans cesse les surprendre. La carte est renouvelée toutes les semaines et met à l'honneur la qualité de produits du terroir, croquants et gorgés de soleil.

# Menu quotidien

## *Gaspacho de tomates et condiments*

p. 159

## *Chapon farci aux verts, bisque de crevette*

p. 160

## *Pêche Melba*

p. 161

## Gaspacho de tomates et condiments

Préparation : 20 mn + Attente : 12 h + Thermomix : 1 mn 20 sec

3 feuilles de basilic  
3 feuilles d'estragon  
100 g de concombre  
6 tomates bien mûres  
1 anchois salé  
1 c. à soupe de concentré de tomate  
1 c. à café de sauce anglaise

### Assaisonnement

Sel de céleri  
Poivre du moulin blanc  
Quelques gouttes de Tabasco  
Vinaigre de Xères  
Vinaigre balsamique  
200 à 300 g d'huile d'olive

### Garniture

1 poivron rouge  
1 poivron vert  
3 tranches mie de pain

- Mettre les feuilles de basilic et d'estragon dans le bol et concasser en 2 impulsions de turbo.
- Éplucher le concombre, le couper en gros tronçons et peser 100 g de chair dans le bol. Couper les tomates en quartiers et les déposer dans le bol. Ajouter l'anchois salé et concasser 3 sec / vitesse 5.
- Ajouter le reste des ingrédients dont la moitié d'huile d'olive, mélanger 10 sec / vitesse 3. Puis mixer 1 mn / vitesse 9. Puis passer au chinois fin. Rectifier l'assaisonnement, garder au froid.
- Légumes de la garniture : éplucher les poivrons et les couper en fine brunoise régulière. Détailler le pain de mie en brunoise fine.
- Finition et dressage : verser le contenu du gaspacho dans des verres ou tasses. Disposer la garniture taillée en fine brunoise sur le dessus, quelques grains de sel de Guérande, poivre en grains et quelques giclées d'huile d'olive.

### *Note du chef*

« Préparez le mélange la veille et laissez macérer la nuit au réfrigérateur avant de mixer finement »

# Chapon farci aux verts, bisque de crevette

Préparation : 30 mn + Thermomix : 1 h 17 mn + Cuisson à la casserole : 3 mn




3 chapons (ou rascasses) de 500 g  
désarêtés par votre poissonnier

## Farce

1 gousse d'ail  
2 poireaux  
40 g de beurre  
1 petite botte de blettes  
100 g de crépine de porc  
50 g de parmesan râpé  
2 jaunes d'œufs  
400 g de pommes de terre Bintje

## Bisque de crevette

6 têtes de grosses crevettes  
30 g d'huile d'olive  
1 oignon  
1 gousse d'ail  
1 c. à soupe de concentré de tomates  
500 g de crème  
2 traits de Cognac

- La farce : éplucher la gousse d'ail et les légumes. Tailler les poireaux en brunoise. Mettre le beurre dans le bol, ajouter les poireaux et faire compoter pendant **20 mn / 90° /**  / .
- Pendant ce temps, faire bouillir une grande casserole d'eau salée. Retirer le vert des feuilles de blettes et le plonger dans l'eau pendant 3 mn pour le blanchir. Égoutter et laisser refroidir. À la fin de la cuisson des poireaux, débarrasser dans un récipient. Presser les feuilles de blettes et les mettre dans le bol puis hacher pendant **5 sec / vitesse 5**.
- Ensuite ajouter la compote de poireaux, le parmesan et l'ail haché et mélanger pendant **20 sec / vitesse 3**. Étaler la farce sur les filets de chapon, puis faire tenir la farce avec la crépine. Les disposer dans le Varoma. Réserver au frais.
- La bisque de crevettes : laver le bol. Mettre l'oignon et l'ail dans le bol et hacher **5 sec / vitesse 5**. Verser l'huile d'olive dans le bol, ajouter les têtes de crevettes et faire rissoler pendant **10 mn / Varoma /** . Puis verser le concentré de tomate et cuire pendant **5 mn / 70° / vitesse 1**.
- À la sonnerie, déglacer avec le Cognac puis verser la crème et cuire pendant **5 mn / 70° / vitesse 1**. Puis mixer pendant **1 mn / vitesse 10**. Débarrasser et maintenir au chaud dans un récipient filmé.
- Les chapons et les pommes de terre en tranches à la vapeur : rincer le bol et verser 1 000 g d'eau. Programmer **10 mn / Varoma / vitesse 1**. Pendant ce temps éplucher les pommes de terre, les couper en tranches fines et les déposer dans le panier cuisson. À la sonnerie, insérer le panier et le Varoma et programmer **30 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Servez à l'assiette : nappez de bisque bien chaude.

## Conseil du sommelier ●●●

Graves blanc Château Magence

blanc

La puissance et l'expression aromatique du vin sont soulignées par le plat, ses notes tertiaires sont agréablement mises en avant. De plus, accord de textures très réussi.



# Pêche Melba

Temps de préparation : 1 h | Attente : 2 h | Thermomix : 32 mn

## Crèmeux à la vanille

- 8 g de feuille de gélatine et un bol d'eau froide
- 60 g de lait entier
- 2 gousses de vanille
- 190 g de crème fleurette 35% m. g.
- 60 g de jaunes d'œufs (soit 2 jaunes environ)
- 60 g de sucre semoule

## Gelée de framboise

- 3,5 g de gélatine en feuille et un bol d'eau froide
- 150 g de framboises
- 20 g de sucre semoule

## Pêches à la vanille

- 200 g de pêches jaunes
- 50 g de liqueur de pêche
- 1 gousse de vanille
- 100 g de sucre semoule

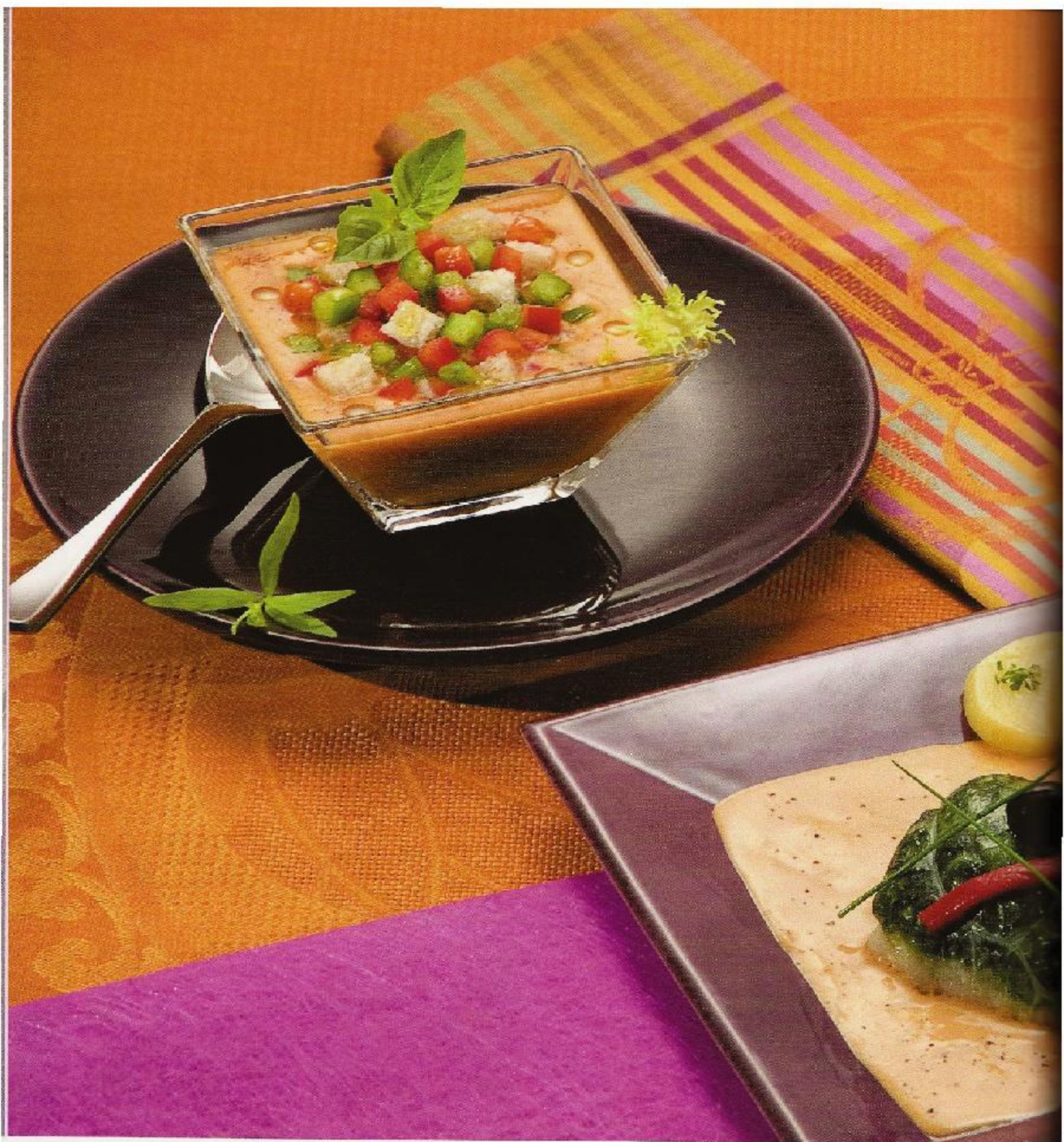
## Milk shake de litchi

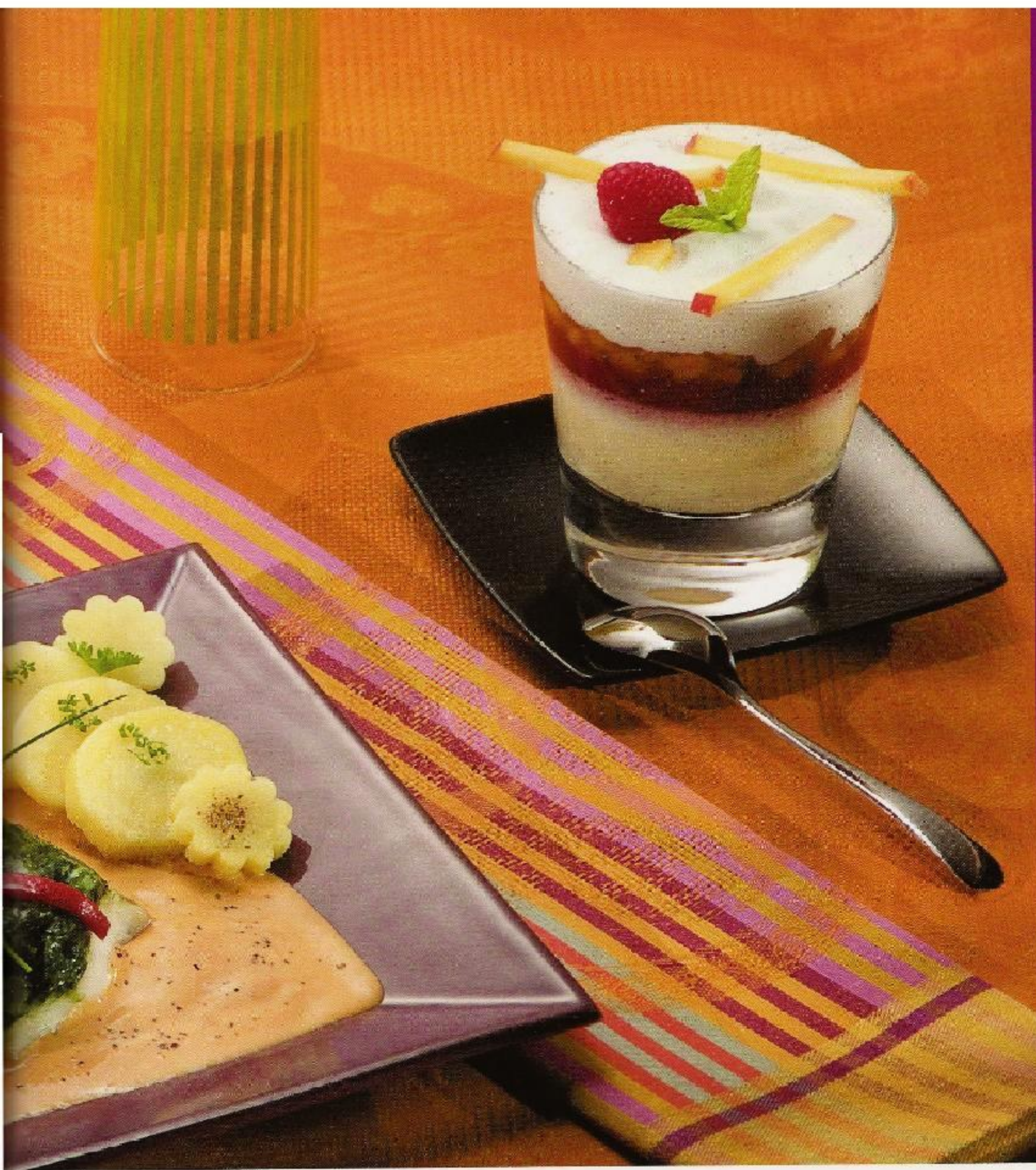
- 5 boules de glace au litchi
- 200 g de crème liquide
- 100 g de lait 1/2 écrémé
- 4 glaçons

- Crèmeux à la vanille : faire tremper la gélatine dans un grand bol d'eau froide pour la ramollir.
- Introduire tous les ingrédients sauf la gélatine dans le bol et mélanger pendant **30 sec / vitesse 6** puis cuire pendant **10 mn / 90°C / vitesse 1**.
- Ajouter la gélatine et mélanger pendant **2 mn / vitesse 3**.
- Verser à mi hauteur dans des verres. Faire prendre au frais pendant **1 h**. Rincer le bol.
- Gelée de framboise : mettre la gélatine à tremper dans l'eau froide pendant **10 mn**. Pendant ce temps placer les framboises dans le bol et mixer **30 sec / vitesse 8**.
- Ajouter le sucre et cuire pendant **10 mn / 80°C / vitesse 1**. Filtrer si besoin.
- Ajouter la gélatine égouttée et mélanger pendant **15 sec / vitesse 4**. Laisser refroidir puis verser sur le crèmeux. Laver le bol.
- Pêches à la vanille : fendre la gousse de vanille en deux. Tailler les pêches en petits dés et les mettre dans le bol avec la liqueur, la gousse de vanille et le sucre et cuire pendant **10 mn / 90°C / vitesse 1**. Refroidir et disposer sur la gelée de framboise. Rincer le bol.
- Milk shake de litchi : au dernier moment introduire tous les ingrédients du milk shake dans le bol et mixer pendant **20 sec / vitesse 6**.
- Versez dans les verres. Dégustez aussitôt.

## Les étapes du dressage







# Menu gastronomique

*M*

*Royale de foie gras,  
soupe de faisan*

p. 165

*Homard breton au miel de crustacé,  
émulsion de jus de carottes à l'orange  
et au cumin*

p. 166

*Tarte citron,  
crème de chocolat blanc*

p. 167

# Royale de foie gras, soupe de faisán

Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 1 h 15 mn 30 sec

## Royale de foie gras

200 g de foie gras cuit  
150 g de fond blanc reconstitué  
125 g de crème liquide  
3 œufs  
3 jaunes d'œufs

## Soupe de faisán

1 poule faisán  
60 g d'huile d'olive  
1 oignon  
1/2 poireau  
1 000 g de fond blanc  
150 g de beurre  
250 g de crème liquide 35% m. g.

## Accessoires

Moules de 5 cm de diamètre environ

- Royale de foie gras : désosser (ou, le faire désosser par votre boucher volailler) la poule faisán puis couper à chair en dés. Réserver. Couper le foie gras en dés et les introduire dans le bol. Faire fondre pendant 10 mn / 37° / vitesse 1.
- À la sonnerie ajouter le fond blanc, la crème, les œufs et les jaunes et mixer pendant 30 sec / vitesse 10. Rectifier l'assaisonnement. Verser l'appareil à Royale de foie gras dans des moules de 5 cm de diamètre environ et les disposer dans le Varoma et le plateau à vapeur. Réserver.
- Soupe de faisán : laver et essuyer le bo. Verser l'huile d'olive dans le bol et chauffer pendant 5 mn / 100° / vitesse 1.
- Éplucher l'oignon et le poireau. À la sonnerie, les mettre dans le bol et hacher en 2 impulsions de turbo. Puis cuire pendant 10 mn / 100° / vitesse 1.
- Ensuite ajouter les dés de faisán et cuire à nouveau pendant 15 mn / 100° /  / vitesse 2. Puis verser le fond blanc, mettre en place le Varoma et programmer 30 mn / Varoma / vitesse 2.
- À la fin de la cuisson, verser le reste des ingrédients dans le bol et cuire 5 mn / 80° / vitesse 3. Démouler la royale de foie gras et répartir entre les bols à soupe. Passer la soupe de faisán au chinois et la verser sur la Royale de foie gras.

*Note du chef*


« Vous pouvez mettre une quenelle de crème montée à la fin sur la soupe. »

# Homard breton au miel de crustacé, émulsion de jus de carottes à l'orange et au cumin

Temps de préparation : 30 mn + Thermomix : 1 h 05 mn + Cuisson à la poêle : 5 mn

500 g de carottes  
2 gousses d'ail  
4 homards de 500 g  
1 manneite d'eau  
100 g d'huile d'olive  
100 g de cognac  
200 g de miel  
2 oranges  
10 g de cumin  
400 g de bouillon de volaille reconstitué  
250 g de jus de carotte frais  
Aneth

**Accessoire**  
1 cercle (8 cm)

- Éplucher les carottes, les couper en rondelles. Éplucher l'ail. Réserver.
- Remplir un grand faitout d'eau, et amener à ébullition. Y plonger les homards pendant 2 mn, puis les refroidir dans de la glace. Les décortiquer. Mettre les têtes dans le bol et les mixer pendant **20 sec / vitesse 8**.
- Verser 2 c. à soupe d'huile dans le bol et chauffer pendant **7 mn / 100° / vitesse 1**. Puis ajouter les têtes et le cognac. Ôter le gobelet et programmer **10 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Verser le miel et 50 g d'eau et cuire pendant **5 mn / Varoma / vitesse 1**. Passer au chinois et réserver.
- Laver et essuyer le bol. Presser les oranges dans le bol. Réunir les carottes, l'ail, le cumin et l'huile d'olive dans le bol et programmer **25 mn / 100° /  / vitesse 1**. À la sonnerie retirer la moitié des carottes et les réserver dans le panier de cuisson avec de l'aneth.
- Ajouter le jus de carotte et le bouillon de volaille, poser le panier de cuisson à la place du gobelet pour maintenir les carottes restantes au chaud et cuire **15 mn / 90° / vitesse 6**. Pendant ce temps poêler les queues et les pinces de homard à l'huile d'olive et arroser de gaçage au miel.
- À la fin de la cuisson, déposer les carottes au centre d'une assiette à l'aide d'un cercle (environ 8 cm), parsemer d'aneth. Émincer les homards et les déposer sur l'assiette. Poser les pinces sur les carottes, rajouter la sauce en filet autour des carottes.

# Tarte citron, crème de chocolat blanc

Temps de préparation : 20 mn + Attente : 2 h + Thermomix : 35 mn + Cuisson au four : 10 mn

## Pâte sucrée

250 g de farine  
130 g de beurre  
2 g de sel  
90 g de sucre semoule  
30 g de poudre d'amandes (facultatif)  
1 œuf

## Crème citron

2 feuilles de gélatine (1 g / pièce) et un bol d'eau froide  
80 g de citron (jus et zestes)  
4 œufs  
140 g de sucre  
120 g de crème 35% m. g.

## Crème chocolat blanc

20 g de sucre  
2 jaunes d'œuf  
15 g de farine  
100 g de lait  
80 g de chocolat blanc  
20 g de beurre

## Note du chef

« Accompagnez ce dessert de griolettes. »

## Conseil du sommelier

Muscad de Saint-Jean de Minervois Domaine de Barroubis  
moelleux

Un accord classique et rafraîchissant, la saveur à la fois sucrée et adde du dessert convenant parfaitement bien aux arômes et à la structure de ce vin doux naturel.

- Verser le sucre dans le bol et mixer 10 sec / vitesse 8 pour réaliser un sucre glacé.
- Ajouter la farine, le beurre, le sel et la poudre d'amandes et mixer 30 sec / vitesse 6.
- À la sonnerie incorporer l'œuf et mélanger pendant 10 sec / vitesse 6 pour obtenir une pâte homogène.
- Réserver au réfrigérateur au moins 1 h (cette pâte peut être congelée) dans un récipient filmé.
- Crème citron : faire tremper la gélatine dans de l'eau froide. Nettoyer le bol. Prélever les zestes d'un citron. Verser la crème et le jus de citron avec les zestes dans le bol et amener à ébullition pendant 10 mn / 100° / vitesse 1. Débarrasser et garder au chaud.
- Introduire les œufs et le sucre dans le bol et blanchir pendant 1 mn / vitesse 8.
- À la sonnerie verser le 1/4 du mélange crème-citron (garder le surplus pour une dégustation ultérieure) sur les œufs puis amener à ébullition pendant 5 mn / 90° / vitesse 1. Ajouter la gélatine essorée pendant la dernière minute. Laisser tiédir puis placer le bol au froid.
- Mélanger 10 sec / vitesse 4 puis cuire 10 mn / 80° / vitesse 6. Débarrasser dans un récipient et réserver au froid.
- Crème chocolat blanc : nettoyer le bol soigneusement. Verser le sucre, les jaunes d'œufs et la farine dans le bol et programmer 1 mn / vitesse 5.
- Ajouter le lait et cuire pendant 6 mn / 80° / vitesse 1. Incorporer le chocolat blanc en morceaux à travers le couvercle et mélanger pendant 1 mn / vitesse 3. Puis incorporer le beurre et programmer 20 sec / vitesse 3.
- Dressage : préchauffer le four à 180° (th. 6-7). Étaler la pâte sucrée et foncer des cerdes à fond ouvert. Cuire à blanc pendant 10 mn (il faut obtenir une pâte de couleur blanche).
- Démouler les fonds, ajouter la crème citron, faire tiédir et laisser refroidir au réfrigérateur pendant 1 h.
- Dresser la crème chocolat par-dessus.





# Des petits trucs en plus...

**La meringue italienne** (réaliser un sirop au boulé, verser sur des blancs montés) est plus stable que l'appareil à meringue ordinaire. À privilégier l'été par temps orageux ! Cette préparation est à la base des mousses et des bavarois glacés notamment.

Pour **éviter la formation d'une peau en surface des crèmes prises** (crème pâtissière par exemple) : tamponnez la surface avec un peu de beurre.

Il est nécessaire d'ajouter les **ingrédients alcoolisés ou acides** seulement une fois qu'une crème est froide, sinon le lait bouillant risque de coaguler.

**La crème chantilly** peut être fixée avec un peu de meringue italienne.

**Dans la fabrication des pâtes levées** (pains brioches...)

- Ne mettez pas la levure, constituée d'organismes vivants, dans un liquide trop chaud car cela provoquerait la mort des bactéries et par conséquent empêcherait la pousse de la pâte.
- Ne pas mettre la levure au contact de sel : cela est néfaste pour les bactéries et les fait éclater.
- Utilisez les ingrédients à température ambiante et la pousse sera plus rapide.
- Évitez de trop laisser pousser la pâte qui deviendrait acide. Recouvrez-la d'un linge ou d'un film alimentaire à l'abri des courants d'air.

**L'utilisation de la levure chimique** : la levure et la farine doivent être tamisées ensemble et incorporées au dernier moment à la pâte.

**Pour limiter la déformation des pâtes à tarte** pendant la cuisson, réfrigérez les pièces avant la cuisson.

**Le gluten est la protéine** présente dans la farine de blé et responsable de l'élasticité de la pâte. La T45 contient moins de gluten que la T55 ou T80.

**Les truffes :**

- Leurs arômes sont particulièrement volatils. Préparez-les au dernier moment.
- La cuisson en cocotte hermétiquement fermée leur est particulièrement favorable. Elles doivent être polées impérativement.
- Elles peuvent être conservées dans un mélange de cognac ou d'Armagnac, de porto, de madère ou de fond brun de veau, puis lustrer à la gelée (comme élément de décor).

**Blanchir** les légumes verts dans de l'eau bouillante salée permet d'inactiver immédiatement les enzymes responsables du jaunissement et de conserver leur couleur d'origine.

**Les sauces :**

- Évitez de les préparer et de les conserver dans des récipients en argent, au risque de les voir tourner.
- Si votre mayonnaise n'a pas pris, remontez-la avec un peu d'eau.
- Si les ingrédients sont trop froids, ajoutez de l'eau tiède en petite quantité.
- La hollandaise : la sauce est trop épaisse, diluez-la avec un peu d'eau tiède.
- S'il y a trop de beurre au départ, l'émulsion est difficile à obtenir, rajoutez un peu d'eau tiède.

# Glossaire

## abattis (les)

Morceaux accessoires de diverses volailles comprenant d'une part la tête, le cou, les ailerons et les pattes, d'autre part le gésier, le cœur et le foie ainsi que les rognons et la crête du coq. Les abattis externes vendus séparément sont utilisés dans la confection des ragoûts. Les abattis internes s'utilisent en farces, garnitures et terrines.

## agar-agar (l')

Substance mucilagineuse également connue sous le nom de "mousse du japon". Extrait d'algues rouges à fort pouvoir gélifiant.

## appareil (l')

Mélange d'ingrédients divers, servant à réaliser une préparation de cuisine, à confectionner un mets ; on dit aussi une masse. Les appareils sont surtout nombreux en pâtisserie.

## badiane ou anis étoilé (l')

Arbuste originaire d'Extrême-Orient dont le fruit est appelé "anis étoilé" : en forme d'étoile à 8 branches, ses graines ont un goût anisé, un peu poivré.

## bette ou blette (la)

Partie potagère parente de la betterave, cultivée pour ses cardes blanches et charnues et ses feuilles qui ressemblent à celles de l'épinard.

Il faut distinguer la bette à feuilles et la bette à cardes. Les bettes ou blettes désignent les feuilles ; les cardes sont les pétioles aplatis ou côtes, soit deux types de culture, de cuisson et d'utilisation. Pauvre en calories, c'est le légume idéal pour ceux qui veulent perdre du poids tout en apportant à la diète du potassium, du calcium et des fibres.

Le vert des feuilles s'apparente à l'épinard et, tout comme ce dernier, on peut servir les bettes en salade avec de petits

lardons, les faire "fondre" dans une cuillerée de beurre ou d'huile et s'en servir comme lit pour poser un poisson grillé.

Juste tombées au beurre, elles apporteront un petit goût méridional aux quiches, farces et gratins.

## bouiride (la)

Soupe de poissons (typiquement provençale), dont le bouillon est passé en fin de cuisson et lié avec de l'aïoli. La bouiride sétoise se cuisine avec de la lotte.

## brousse (la)

Fromage de Provence ou Corse fabriqué à partir du lait de brebis. Fromage frais confectionné avec du lait de vache, de chèvre ou de brebis, caillé, égoutté partiellement. Le caillage est obtenu sous l'action de la présure ou de l'acidification lactique.

## brunoise (la)

Découpe de légumes en dés minuscules de 1 à 2 mm de côté. Souvent étuvée au beurre, la brunoise est utilisée comme garniture de potages, de sauces et de farces. Elle peut se conserver quelques instants sous un linge humide.

## cardamome (la)

Plante aromatique, originaire de la côte de Malabar en Inde et dont les capsules renferment des graines qui séchées sont employées comme épice en Orient. Elles parfument le riz, les gâteaux, les omelettes, les boulettes de viande et les nouilles. Dans les pays du Nord, la cardamome condimente les vins chauds, compotes et sauces.

## cébette (la)

Originaire du sud-est de la France, la cébette est une variété de petit oignon blanc.

### **cercle à tarte (le)**

Cercle de fer-blanc ou cercle à flan de diamètre variable que les pâtisseries préfèrent souvent au moule car il assure une meilleure diffusion de la chaleur.

### **chapon (le)**

Espèce de rascaisse, à la chair bien blanche et ferme.

### **chemiser**

Mettre une fine couche de beurre, de farine ou de papier sulfurisé sur le fond et les parois intérieures d'un moule.

### **chinois étamine (le)**

Passoire conique en étamine métallique munie d'un manche, permet de filtrer les sauces, les bouillons et les crèmes fines et les gelées qui doivent être très lisses.

### **chocolat ivoire (le)**

Chocolat blanc de couverture. Le chocolat de couverture contient une proportion élevée de beurre de cacao, ce qui abaisse son point de fusion.

### **ciseler**

Pratiquer quelques incisions obliques et peu profondes à la surface d'un poisson rond (maquereau) afin de faire pénétrer l'assaisonnement. Quand aux herbes et aux légumes, ils sont taillés en menus morceaux, en fines lanières ou en dés minuscules.

### **clarifier**

Rendre limpide et claire une substance trouble. La clarification des œufs consiste à séparer le jaune du blanc de manière que celui-ci ne comporte aucune trace de jaune. La clarification du beurre consiste à faire fondre du beurre au bain-marie, sans remuer, afin d'éliminer le petit lait, qui forme un dépôt blanchâtre.

### **condiment (le)**

L'assaisonnement est une substance ajoutée au cours de préparation, alors que le condiment, choisi en fonction de l'harmonie gustative qu'il crée, est un produit d'accompagnement, soit un ingrédient (ou plusieurs) ou un agent de conservation.

### **compoter**

Laisser cuire très lentement une préparation (poignons, lapin en morceaux) de manière à ce que les aliments se réduisent en une sorte de compote ou de marmelade.

### **corne de cerf (la) (ou herbe étoilée)**

Plante traditionnelle dans la cuisine méditerranéenne où ses feuilles s'ajoutent aux salades mêlées. Lorsqu'on la fait revenir dans de l'huile d'olive, l'herbe étoilée est un vrai régal.

### **crépinc (la)**

Fine membrane veinée de gras, également appelée "toilette" qui entoure les intestins des animaux de boucherie. Son rôle est généralement de maintenir une préparation hachée pendant la cuisson.

**cuire à l'anglaise**

Se dit de légumes, de viandes ou de poissons traités selon divers mode de cuisson. Les légumes : cuits à l'eau et servis naturels avec sauces ou herbes fraîches / Mandes et volailles pochées ou cuites dans un fond blanc.

**cuire à blanc**

Cuire dans un plat très chaud et sans matière grasse.

**cul de poule (le)**

Bassine hémisphérique servant surtout à battre les blancs d'œufs au fouet et y préparer divers appareils à pâtisserie.

**déboyauter les crustacés**

Enlever le filet noir sous la carcasse des crustacés.

**déglacer**

Faire dissoudre à l'aide d'un liquide correspondant à l'apprêt (vin, madère, consommé, vinaigre, crème fraîche) les sucs contenus dans un récipient ayant servis à un rissolage, à un sauté ou à une cuisson au four, afin de confectionner un jus ou une sauce. Il s'agit de verser le liquide en faisant dissoudre tous les sucs et en le faisant réduire jusqu'à ce qu'il acquière la consistance voulue.

**détendre**

Assouplir une pâte ou un appareil en lui ajoutant un liquide ou une substance appropriée (bouillon, lait, œufs battus).

**duxelles (la)**

Hachis de champignons de Paris, d'oignons et d'échalotes étuvés dans le beurre. Elle est utilisée comme farce, garniture ou élément d'une sauce ou divers apprêts dits à la duxelles.

**émonder**

Terme technique : retirer la peau marron des amandes.

**emporte-pièce (l')**

Ustensile en fer-blanc ou en acier inoxydable, permettant de découper rapidement et régulièrement des abaisses de pâte de formes et de dimensions variables (vol-au-vent, petits sablés...).

**émulsion (l')**

Préparation obtenue en dispersant un liquide dans un autre avec lequel il ne se mélange pas. Le lait est une émulsion naturelle formé de globules de crème en suspension dans un sérum qui contient des substances albumineuses qui jouent le rôle d'émulsifiant (stabilisant).

**espumas (l')**

Instrument qui permet d'élaborer des mousses à base de légumes ou de fruits + chantilly. Il est adapté pour les préparations chaudes mais convient aussi pour les préparations froides.

**espumas**

Terme emprunté à la langue espagnole désignant une préparation mousseuse montée dans un siphon.

**étuvée**

Cuisson plus ou moins longue à couvert sur feu moyen avec un minimum de liquide ou de corps gras, juste une ou deux cuillerées pour former une vapeur. Par exemple, il est important d'étuver les morilles. L'eau de végétation monte en vapeur et retombe en sucs. La quasi-totalité des légumes peuvent être préparés ainsi. La cuisson à la vapeur permet de conserver sels minéraux et oligo-éléments, solubles dans l'eau.

### exprimer

Éliminer par pression, le jus, l'eau de végétation ou le liquide en excès d'un aliment. S'utilise pour "presser le jus" des agrumes notamment.

### faire réduire

Faire diminuer le volume d'une sauce par évaporation.

### foncer

Garnir le fond d'une cocotte, d'un moule ou d'une terrine, de lard, de couennon ou de pâte.

### fond blanc (le)

Bouillon aromatisé gras ou maigre, utilisé pour confectionner une sauce, ou mouiller un ragoût ou un braisé. Les éléments qui le composent sont mis directement dans le liquide de cuisson.

### fumet de poisson (le)

Réalisé en cuisant des parures de poisson, ce fumet permet de braiser ou de pocher des poissons et de confectionner des sauces d'accompagnement (normande, suprême au vin blanc).

### ganache (la)

Crème de pâtisserie utilisée pour garnir des entremets, fourrer des gâteaux ou des bonbons, réaliser des petits fours... à base de crème, de chocolat, de beurre et de sucre.

### glacer

Obtenir à la surface d'un mets une couche surface brillante et lisse. Le glaçage à chaud consiste à enduire une pièce cuite au four de jus ou de fond pour qu'une mince couche brillante se forme sur le dessus. Le glaçage des légumes consiste à cuire des oignons, des carottes tournés en gousses avec de l'eau, du sel,

du beurre et du sucre. Le liquide de cuisson se transforme en sirop et enrobe les légumes d'une pellicule brillante et caramélisée. Le glaçage au sucre recouvre les gâteaux d'une couche de fondant de glace de sucre cru, ou de gaze royale parfois colorée ou parfumée. Le glaçage des entremets recouvre les entremets à chaud ou à froid d'une fine couche de nappage de fruit ou de chocolat (appelé "miroir") pour les rendre brillants et attrayants.

### glucose (le)

Glucide le plus simple et élément énergétique majeur de toutes les cellules. Rarement tel quel dans les aliments, il est le résultat de l'action des sucs digestifs sur les glucides alimentaires. Le sirop de glucose est une matière visqueuse et transparente formée de divers sucres. Il est employé en pâtisserie pour graisser les sucres cuits et les assouplir.

### guanadja (le)

Le chocolat Noir Amer Grand Cru d'Amérique du Sud à 70 % de cacao. Son goût intense rehaussé par ces notes florissantes révèle une puissance et une longueur en bouche exceptionnelle.

### kumquat (le)

Fruit d'un arbuste voisin du mandarinier aux feuilles étroites, petites et pointues, il est cultivé pour ses petits fruits aussi bien en Afrique, en Asie, en Amérique qu'au Brésil.

C'est un fruit dont on mange aussi bien la chair que l'écorce dont la couleur varie du orangé au rouge orangé. C'est la plus petite variété dans la famille des agrumes. Sa chair se divise en 3 ou 5 segments; elle est peu juteuse et contient de gros pépins en regard à sa taille.

**lécithine de soja (la)**

La **lécithine** est un émulsifiant naturel que l'on tire industriellement par un traitement aqueux de l'huile de soja.

La **lécithine** agit sur les pâtes levées : elle assouplit, améliore l'extensibilité, augmente le volume des produits en agissant sur l'élasticité et la souplesse du gluten.

Elle favorise les liaisons entre l'eau et les matières grasses.

Elle apporte une meilleure texture au produit ainsi qu'un plus grand moelleux. Elle prolonge la conservation des produits.

Elle favorise les émulsions.

**mandoline (la)**

Coupe-légumes composé de deux lames tranchantes et réglables en acier inoxydable, une unie et l'autre cannelée maintenues par un cadre en bois ou en métal. Elle sert à émincer les légumes en julienne et les pommes de terre en chips, fines, gaufrettes...

**manjari (le)**

Grand cru de chocolat noir de l'océan indien à 64 % de cacao. Issu des meilleures fèves de Madagascar. De la richesse des Criollos et Trinitarios précieux et fragiles, s'échappe un bouquet acidulé aux notes de fruits rouges.

**mendiants (les)**

Assortiment de 4 fruits secs : amandes, figues, noisettes et raisins de Malaga dont les couleurs évoquent les robes des mendiants du Moyen-Âge : dominicains en blanc (amande) franciscains en gris (noisettes) carmes en brun (raisin) et augustins en violet (figues).

**manchonner**

Dégager la chair qui recouvre certains os (côtelettes, pilons, ailes de volaille) pour améliorer la présentation.

**monder**

Retirer la peau d'un fruit que l'on a plongé dans quelques secondes dans de l'eau bouillante. Le mondoge se fait ensuite à la pointe d'un couteau d'office sans entamer la pulpe. Les amandes sont prêtes à monder quand leur peau peut se détacher sous la pression des doigts.

**Mont-d'Or (le)**

Tradition séculaire partagée entre la Suisse et la France, la fabrication du Vacherin Mont-d'Or est saisonnière, du 15 août au 31 mars. Comme sa pâte est légèrement coulante et onctueuse, on cerce le fromage en utilisant une matière première de la région : le bois de sapin. Le Vacherin Mont-d'Or est également devenu indissociable de la boîte en sapin dans laquelle il est vendu. Sa saveur est caractérisée par des arômes boisés de résine d'épicéa dus à la sangle de bois qui l'entoure et fait le délice des connaisseurs de fromages.

Temps idéal de novembre à mai ; lait de vache entier. Pâte molle à croûte lavée ; plissée, croûte moelleuse d'un aspect lisse et brillant d'une belle couleur jaune.

**monter**

Monter une mayonnaise, une vinaigrette = battre au fouet en versant doucement un liquide pour obtenir une consistance.

**panais (le)**

On le cuisine comme les carottes : bouilli, au jus, en purée, au beurre, en beignet, etc. Dans les pays anglo-saxons, le panais sert à donner du goût au pot-au-feu. Pensez à l'utiliser pour aromatiser le bouillon d'un couscous.

Le panais est une racine potagère de la famille des ombellifères comme la carotte il doit être ferme, de petite taille (plus tendre et moins fibreux) et d'un beau blanc crème. Lorsque le producteur lui laisse quelques fanes, l'apparence de ces dernières est un gage de fraîcheur. Évitez les panais mous, jaune foncé, tachés ou très gros.

### parure(s)

Ce qui est enlevé aux viandes ou aux poissons lorsqu'on les pare (enlever la peau, os, arêtes, têtes) et qui sont utilisées pour réaliser des bouillons ou des fonds blancs ou bruns.

### peler à vif

Poser le fruit debout et enlever le zeste et le ziste en glissant un couteau de haut en bas en suivant la courbure du fruit. La chair du fruit se trouve à vif, c'est-à-dire sans peau blanche (ziste).

### poche à douille (la)

Instrument qui permet de distribuer un produit de consistance pâteuse. La poche de forme conique faite de grosse toile ou de nylon : lorsqu'on la comprime, l'ingrédient introduit par la base du cône est expulsé par la pointe sous forme de petites boules ou de serpentins. Les embouts de la douille sont de tailles et de formes variables : lisses, cannelés, dentelés ou aplatis.

### poivre mignonette (le)

Poivre blanc broyé, moins arcent que le poivre noir (baie mûre, rouge et séché, piquante). La baie est récoltée très mûre puis débarrassée de sa coque par trituration dans l'eau salée. Le poivre mignonette convient pour assaisonner les sauces blanches.

### réduire

Faire chauffer un liquide pour le faire diminuer par évaporation. Plus le liquide est réduit, plus sa consistance devient épaisse et concentrée en goût.

### réserver

Laisser en attente.

### rouelle (la)

Épaisse tranche de forme ronde (comme une roue) que l'on coupe dans le ciseau du veau. Par extension le mot s'applique à des tranches rondes de légumes et parfois à des dames de maquereau ou autres poissons ronds.

### sirop (le)

La technique est simple, seules les quantités varient selon l'usage. Il suffit de faire bouillir du sucre et de l'eau jusqu'à la consistance désirée :

- Sirop léger (3 portions d'eau pour 1 portion de sucre) - utilisée en pâtisserie au pinceau ou pour humidifier et apporter une nouvelle texture à un gâteau.
- Sirop moyen (2 portions d'eau pour 1 portion de sucre) - idéal pour sucrer les cocktails, les thés glacés, etc.
- Sirop épais (1 portion d'eau pour 1 portion de sucre) - pour confire fruits et légumes.

### suer

Faire cuire doucement dans un corps gras un ou plusieurs légumes, pour leur faire perdre une partie de leur eau et concentrer les sucs dans la matière grasse. La modération de la chaleur permet d'éviter toute coloration.

### suprêmes (les)

Pour un agrume, se dit de la chair débarrassée de son écorce et de sa petite pellicule qui enrobe chaque quartier. Pour une volaille, le terme "suprême" désigne la poitrine sans peau et sans os.

**tourner (un légume)**

Façonner un élément à l'aide d'un couteau d'office pour lui donner une forme déterminée et régulière; ils cuisent ainsi de façon uniforme. Les pommes de terre sont tournées en boules, en olives ou en gousses ; les carottes sont tournées pour une bouquetière, de même que la pulpe de concombre en gousses, les têtes de champignons et les olives dénoyautées.

**zeste (le)**

Partie colorée de l'écorce d'un agrume qu'on prélève à l'aide d'un zesteur ou d'un couteau économe. Il ne faut pas prendre la partie blanche entre l'écorce et la chair.

**zester**

Prélever l'écorce extérieure, colorée et parfumée des agrumes. À l'aide d'un couteau spécial, le zesteur, afin de la séparer de la partie blanchâtre et amère de la peau (le ziste).

**ziste (le)**

Petite peau blanchâtre se trouvant entre la peau et la pulpe des agrumes. Le ziste est amer et doit toujours être prélevé avec précaution.

# Index thématique des chefs

## ANNE-SOPHIE PIC

### Menu quotidien

- Fraîcheur de courgette, crème glacée à l'amande fraîche... p. 9
- Crème brûlée de foie gras, espumas de pomme verte... p. 10
- Brownies au chocolat et ganache noisettes... p. 11

### Menu gastronomique

- Velouté de châtaignes aux épices douces, champignons du moment, truffes et noix de Saint-Jacques... p. 15
- Les langoustines de petite pêche de Loctudy marinées puis rôties à la plancha, coulant de petits pois et oignons cébette à la réglisse mentholée... p. 16
- Les fruits exotiques fine tartelette fondante au chocolat Manjari, crémeux passion-banane... p. 18

## NICOLAS LE BEC

### Menu quotidien

- Flocons de courgettes farcis... p. 23
- Polenta crémeuse aux truffes... p. 24
- Soupe de fraises du jardin, crème glacée au yaourt... p. 25

### Menu gastronomique

- Velouté de pommes de terre ratte à l'huile d'olive, caviar et quenelle de chantilly... p. 29
- Saumon épais grillé sur la peau, jus acidulé au Kumquat... p. 30
- Tarte au chocolat et aux fruits de la passion... p. 31

## DAVID ZUDDAS

### Menu quotidien

- Un nœud de poulet cuit vapeur pour une bouchée de légumes aux arachides... p. 35
- Dos de lieu jaune, fenouil râpé cru et huile de badiane... p. 36
- Pain de Gènes et infusion de pollen... p. 37

### Menu gastronomique

- Chawan mushi (Crème prise) de Saint-Jacques, écume de coquillages au curcuma... p. 41
- Comme un tajine, gigot d'agneau de lait confit, boulgour et fruits secs... p. 42
- Panna cotta à la verveine, des figues écrasées... p. 43

## ERIC WESTERMANN

### Menu quotidien

- Asperges blanches d'Alsace, sauce Maltaise... p. 47
- Lotte marinée au citron vert cuite à la vapeur, mousseline de fenouil et marinère de coquillages à la coriandre... p. 48
- Crème brûlée à la bergamote et coulis de fraise... p. 49

### Menu gastronomique

- Coquilles Saint-Jacques à l'artichaut et à l'huile de truffe blanche... p. 53
- Poitrine de pigeon au chou vert et au foie gras, mousseline de céleri et échalotes confites... p. 54
- Soufflé à l'orange, sorbet au chocolat et granité au Grand marnier... p. 57

## DIDIER ELENA

### Menu quotidien

- Sandwich au blanc de volaille et cépes... p. 61
- Sandwich de foie gras et mamelade de figes... p. 62
- Sandwich au Champagne et biscuits roses... p. 63

### Menu gastronomique

- Ragôut de Saint-Jacques et huîtres... p. 67
- Truffe noire et Mont d'Or en texture crémeuse... p. 68
- Socca aux mendiants... p. 69

## CHRISTIAN LE SQUER

### Menu quotidien

- Rollaux de roquette et ricotta, jus de laitue... p. 73
- Tartare de légumes et fruits secs... p. 74
- Blanc manger de blanc d'œuf, vanillé aux framboises... p. 75

### Menu gastronomique

- Saveurs « Terre & Rivière » fumées et acidulées... p. 79
- Bar en feuilles de riz, bouillon aux algues... p. 80
- Soufflé Passion à l'ananas épicé, sorbet litchi... p. 81

## GILLES CHOUKROUN

### Menu quotidien

- Légumes mimosa en copeaux, crème fouettée au curry... p. 85
- Cabillaud vapeur, purée de betterave, condiment cacahuète - pamplemousse - coriandre... p. 86
- Pizza au chocolat... p. 87

**Menu gastronomique**

- Crème de lentilles et copeaux de foie gras à la moutarde... p. 91
- Suprêmes de poularde des Landes à la vapeur de verveine, navel de Nancy et râpé de radis noir... p. 92
- Riz au lait aux abricots comme un tramisu... p. 93

**MICHEL BRUNEAU****Menu quotidien**

- Soupe de camembert aux petits blancs de poireaux et basilic fin... p. 97
- Fleur de sole et Saint-Jacques à l'oseille... p. 98
- Quatre-quart des temps modernes... p. 99

**Menu gastronomique**

- Crème brûlée aux crevettes et misonnée de cèpes au persil... p. 103
- Fricassée de volaille aux tomates oubliées... p. 104
- Crumble aux amandes et pommes vertes... p. 105

**LOÏC ET PASCAL PEROU****Menu quotidien**

- Velouté de potiron aux copeaux de jambon d'Aoste, œuf de caille poché... p. 109
- Filet de dorade à la vapeur de citronnelle, petits légumes vapeur et sauce gingembre... p. 110
- Petits babas au chocolat, chantilly cannelle et soupe froide de chocolat... p. 111

**Menu gastronomique**

- Grosses langoustines vapeur, sabayon mangue gratiné... p. 115
- Filet de bar en croûte d'épices, purée de panais et patate douce... p. 116
- Cakes au chocolat, marmelade d'orange, sorbet orange-curry... p. 117

**AKRAME BENALLAL****Menu quotidien**

- Cappuccino de tomates et crevettes roses à la chantilly de citron vert... p. 121
- Cané d'agneau aux épices et son chou-fleur à la noisette... p. 122
- Milk shake chaud de chocolat et compotée de mandannes... p. 123

**Menu gastronomique**

- Gambas rôties et vapeur au céleri dans tous ses états... p. 127
- Mi-cuit de saumon à la vapeur d'agrumes et petits légumes verts... p. 128
- Poires en deux textures à la crème de mascarpone... p. 129

**THIERRY MARX****Menu quotidien**

- Crèmeux de concombre... p. 133
- Veau aux noisettes, pomme de terre et écume de bière... p. 134
- Biscuit à l'huile d'olive et agrumes... p. 135

**Menu gastronomique**

- Ravioles, pomme verte et hareng fumé... p. 139
- Bar cacao, risotto d'amarante et émulsion d'huile d'olive... p. 140
- Café fumant... p. 141

**SYLVESTRE WAHID****Menu quotidien**

- Œuf de poule, céleri au fumet de truffes noires en chaud/froid... p. 145
- Volaille jaune des Landes façon Pojarski, truffes noires et légumes sautés à cru... p. 147
- Cheese cake à la française... p. 149

**Menu gastronomique**

- Soupe d'amandes glacée, huile à la menthe fraîche, jambon ibérique... p. 153
- Dos de cabillaud à la vapeur d'algues, jus garniture d'une bourride... p. 154
- Le chocolat « Poire belle hélène » à notre façon... p. 155

**ALAIN LLORCA****Menu quotidien**

- Caspacho de tomates et condiments... p. 159
- Chapon farci aux verts, bisque de crevette... p. 160
- Pêche Melba... p. 161

**Menu gastronomique**

- Royale de foie gras, soupe de faisans... p. 165
- L'homard breton au miel de crustace, émulsion de jus de carottes à l'orange et au cumin... p. 166
- Tarte citron, crème de chocolat blanc... p. 167

# Index thématique

## Les Soupes & les Entrées

- Asperges blanches d'Alsace, sauce Maltaise ..... p. 47  
Capuccino de tomates et crevettes roses  
à la chantilly de citron vert ..... p. 121  
Chawan mushi (Crème prise) de Saint-Jacques, écume de  
coquillages au curcuma ..... p. 41  
Coquilles Saint-Jacques à l'artichaut et à l'huile de  
truffe blanche ..... p. 53  
Crème brûlée aux crevettes et mijonnée de cépes  
au persil ..... p. 103  
Crème de lentilles et copeaux de foie gras à la moutarde ..... p. 91  
Crèmeux de concombre ..... p. 133  
Fleurs de courgettes farcies ..... p. 23  
Fraîcheur de courgette, crème glacée à l'amande fraîche ..... p. 9  
Gambas rôties et vapeur au céleri dans tous ses états ..... p. 127  
Gaspacho de tomates et condiments ..... p. 159  
Grosses langoustines vapeur, sabayon mangue gratiné ..... p. 115  
Légumes mimosa en copeaux, crème fraîchée au curry ..... p. 85  
Œuf de poule, céleri au fumet de truffes noires en  
chaud/froid ..... p. 145  
Ragoût de Saint-Jacques et huîtres ..... p. 67  
Ravioles, pomme verte et hareng fumé ..... p. 139  
Rouleaux de roquette & ricotta, jus de laitue ..... p. 73  
Royale de foie gras, soupe de faisan ..... p. 165  
Sandwich au blanc de volaille et cépes ..... p. 61  
Saveurs « Terre & Rivière » fumées et acidulées ..... p. 79  
Soupe de camembert aux petits blancs de poireaux  
et basilic fin ..... p. 97  
Soupe d'amandes glacée, huile à la menthe fraîche,  
jambon ibérique ..... p. 153  
Un nom de poulet cuit vapeur pour une bouchée  
de légumes aux arachides ..... p. 35  
Velouté de châtaignes aux épices douces, champignons  
du moment, truffes et noix de Saint-Jacques ..... p. 15  
Velouté de pommes de terre ralle à l'huile d'olive,  
caviar et quenelle de chantilly ..... p. 29  
Velouté de potiron aux copeaux de jambon d'Aoste,  
œuf de caille poché ..... p. 109

## Les Poissons

- Bar caraco, risotto d'amaranto et émulsion d'huile d'olive ..... p. 110  
Bar en feuilles de riz, bouillon aux algues ..... p. 80  
Cabillaud vapeur, purée de betterave, condiment  
cacahuète - pamplemousse - coriandre ..... p. 86  
Chapon farci aux verts, bisque de crevette ..... p. 160  
Dos de cabillaud à la vapeur d'algues, jus garniture  
d'une bourride ..... p. 154  
Dos de lieu jaune, fenouil râpé cru et huile de badiane ..... p. 36  
Filet de bar en croûte d'épices, purée de panais  
et patate douce ..... p. 116  
Filet de dorade à la vapeur de citronnelle,  
petits légumes vapeur et sauce gingembre ..... p. 110  
Fleur de sole et Saint-Jacques à l'oseille ..... p. 98  
Homard breton au miel de crustacé, émulsion de  
jus de carottes à l'orange et au cumin ..... p. 166  
Les langoustines de petite pêche de l'octudy marnées  
puis rôties à la plancha, roulet de petits pois et  
oignons cébette à la réglisse mentholée ..... p. 16  
Lotte marinée au citron vert cuite à la vapeur,  
mouseline de fenouil et manière de coquillages  
à la coriandre ..... p. 48  
Mi-cuit de saumon à la vapeur d'agrumes et  
petits légumes verts ..... p. 128  
Saumon épais grillé sur la peau, jus acidulé au Kumquat ..... p. 30

## Les Viandes

- Carré d'agneau aux épices et son chou-fleur à la noisette ..... p. 122
- Comme un tajine, gigot d'agneau de lait confit, boulgour et fruits secs ..... p. 42
- Encassée de volaille aux tomates oubliées ..... p. 104
- Poirine de pigeon au chou vert et au foie gras, mousseline de céleri et échalotes confites ..... p. 54
- Suprêmes de poularde des Landes à la vapeur de verveine, navet de Nancy et râpé de radis noir ..... p. 92
- Volaille jaune des Landes façon Pajarski, truffes noires et légumes sautés à cru ..... p. 147
- Veau aux noisettes, pomme de terre et écurie de bière ..... p. 134

## Autres Plats

- Crème brûlée de foie gras, espumas de pomme verte ..... p. 10
- Polenta crémeuse aux truffes ..... p. 24
- Sandwich de foie gras et marmelade de figues ..... p. 62
- Tartare de légumes et fruits secs ..... p. 74
- Toutle noire et Mont d'Or en texture crémeuse ..... p. 68

## Les Desserts

- Bistuit à l'huile d'olive et agrumes ..... p. 135
- Blanc manger de blanc d'œuf, vanillé aux framboises ..... p. 75
- Brownies au chocolat et ganache noisettes ..... p. 11
- Café fumant ..... p. 141
- Cakes au chocolat, marmelade d'orange, sorbet orange curry ..... p. 117
- Cheese cake à la française ..... p. 149
- Crème brûlée à la bergamote et coulis de fraise ..... p. 49
- Crumble aux amandes et pommes vertes ..... p. 105
- Le chocolat « Paire belle Hélène » à notre façon ..... p. 155
- Les fruits exotiques fine tartelette fondante au chocolat
- Manjari, crémeux passion-banane ..... p. 18
- Milk shake chaud de chocolat et compotée de mandarines ..... p. 123
- Pain de Gênes et infusion de pollen ..... p. 37
- Paracotta à la verveine, des figues écrasées ..... p. 43
- Pêche Melba ..... p. 161
- Petits babas au chocolat, chantilly cannelle et soupe froide de chocolat ..... p. 111
- Pizza au chocolat ..... p. 87
- Poires en deux textures à la crème de mascarpone ..... p. 129
- Quatre-quart des temps modernes ..... p. 99
- Riz au lait aux abricots comme un tiramisu ..... p. 93
- Sandwich au Champagne et biscuits roses ..... p. 63
- Socca aux merisiers ..... p. 69
- Soufflé à l'orange, sorbet au chocolat et granité au Grand marnier ..... p. 57
- Soufflé Passion à l'ananas épicé, sorbet litchi ..... p. 81
- Soupe de fraises du jardin, crème glacée au yaourt ..... p. 25
- Tarte au chocolat et aux fruits de la passion ..... p. 31
- Tarte citron, crème de chocolat blanc ..... p. 167



Recettes rapides



Recettes économiques



Recettes légères



Recettes créatives



Recettes "un temps d'avance"

Achievé d'imprimer en novembre 2008  
sur les presses de l'Imprimerie Wauquier  
Bonnières-sur-Seine (France)  
Tél. : 01 30 93 13 13

## REMERCIEMENTS

Notre profonde reconnaissance va à toutes les personnes qui ont contribué avec patience et une bonne dose d'abnégation à accomplir cet incroyable voyage au pays des fourneaux magiques.

Mille mercis aux Grands Chefs qui nous ont ouvert leur cuisine malgré des emplois du temps surchargés, souvent avec humour et toujours avec beaucoup de simplicité, et qui nous font partager aujourd'hui un peu de leur savoir-faire ; et toute notre gratitude à leurs assistants, assistantes et aux seconds grâce auxquels tant de questions sont aujourd'hui élucidées !

Les publications Thermomix ce sont aussi des illustrations et des mises en pages travaillées dans l'ombre par Michel Leprêtre et Anne Le Corre avec une extrême gentillesse et un véritable savoir-être. Nous ne les remercierons jamais assez pour le travail titanesque et l'énergie investis dans cet ouvrage.

Bien sûr, et une fois de plus, la fine équipe des testeurs a largement participé par son engagement dans sa mission et sa bonne humeur sans faille à mener cette aventure à son terme.

Et puis à l'origine il y a également les contacts avec les restaurateurs : Sandra Jossien, Bertrand Lengaigne, Cathy Brachotte, Frédérique Ioannides, Danièle Muller, Cathy Joubert, Alain Hélyar, Gary Boidin, Jean-Claude Marceau, Frédéric Thenon, Karine Garrau, Ghislaine Louvet et l'Agence Eponyme.

Enfin merci à Sandra Jossien et à Bertrand Lengaigne pour leur soutien et leurs encouragements et pour avoir permis de réaliser ce rêve incroyable : toucher les étoiles !



Tous nos remerciements à nos partenaires de Générations.C en les personnes de David Zuddas et de Gilles Choukroun, Wine Passion ([www.rouge-blanc.com](http://www.rouge-blanc.com)) pour ses conseils éclairés.

Merci également à Guy Degrenne ([www.guydegrenne.fr](http://www.guydegrenne.fr)) et le Jacquard français (Boutique 12, rue Chevalier de Saint-Georges 75001 Paris - Autres points de vente : 01 41 97 40 49) pour le prêt de vaisselle et de nappage nécessaires à la réalisation des photographies.

*Direction éditoriale : Sandra JOSSIEN - VORWERK France*

*Développement des recettes : Anne-Laure ALLIEN*

*Création graphique : Cécile BÉLONIE*

*Réalisation PAO : Anne LE CORRE*

*Prise de vue et stylisme : Michel LEPRÉTRE et Aude LORRIOT*



*Le meilleur pour votre famille*

© Vorwerk International Mittelsten Scheid & Co, 2008.

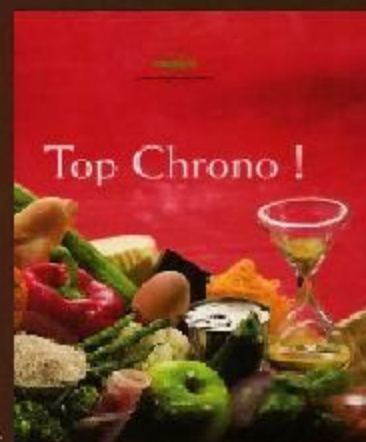
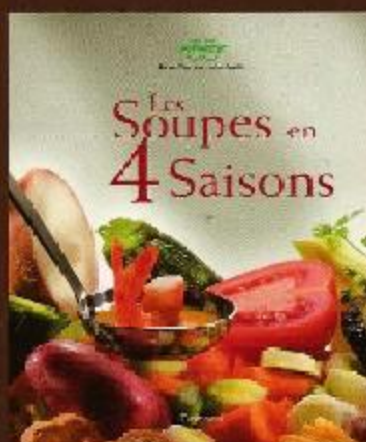
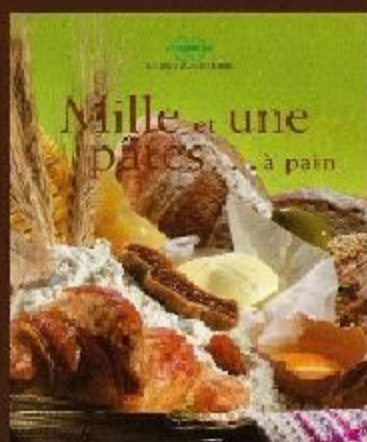
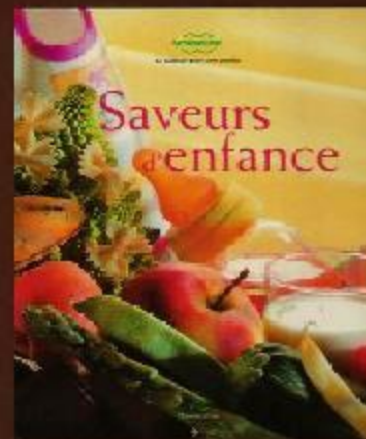
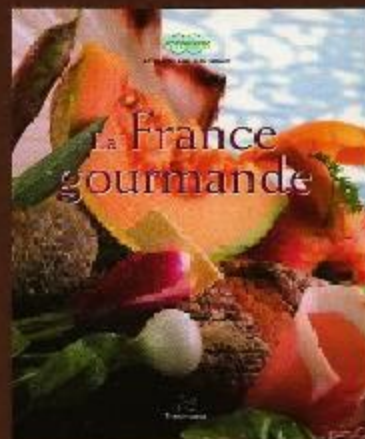
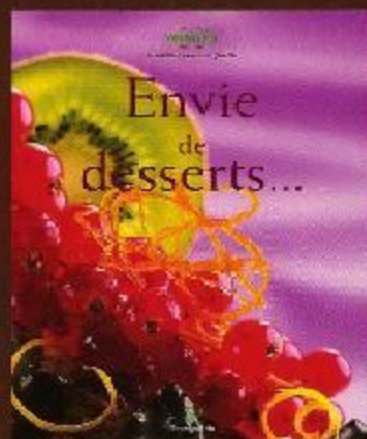
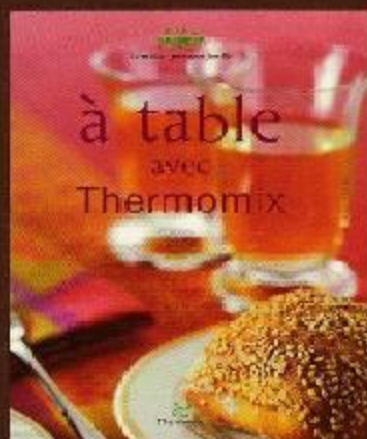
Vorwerk France  
Société en commandite simple  
5, rue Jacques Daguerre  
Case Postale 40 626  
44306 Nantes Cedex 3  
Tel : 02 51 85 47 47  
[www.thermomix.fr](http://www.thermomix.fr)



**Thermomix**

VORWERK

*Le meilleur pour votre famille*



Pour compléter votre bibliothèque,  
contactez votre conseillère ou le service clients au 02 51 85 47 47  
ou connectez-vous sur notre site [www.thermomix.fr](http://www.thermomix.fr)

ISBN 978-2-915749-09-0

  
Thermomix