

Atelier cuisine du 9 avril 2016

(Recettes pour 8 personnes)

Flan d'asperges au parmesan sauce hollandaise

Ingrédients :

- 600 g d'asperges vertes fraîches
- 20 cl de crème liquide
- 75 g de parmesan râpé (dose à adapter : le parmesan ne doit pas masquer le goût des asperges)
- 3 à 4 œufs entiers + 4 jaunes pour la sauce hollandaise
- 250 g de beurre
- jus de citron (facultatif)
- jambon de Bayonne (1/2 tranche /personne)
- assaisonnement sel, poivre
- ciboulette fraîche

Eplucher les asperges et les cuire 10 mn dans de l'eau bouillante salée (cuisson à l'anglaise)

➤ Lier les asperges en petites bottes pour qu'elles ne s'abiment pas à la cuisson

Mettre les têtes d'asperges de côté

Mixer les queues d'asperges, rajouter 20 cl de crème, le parmesan râpé puis les œufs

Assaisonnement : sel poivre

Beurrer les moules individuels et cuire au bain-marie au four à 150°, thermostat 5 pendant 40mn en surveillant la cuisson

Sauce hollandaise (sauce émulsionnée à chaud stable)

Couper le beurre en petits dés

Faire fondre le beurre à feu très doux (si une peau blanche se forme sur le dessus, l'écumer). Toujours sur feu doux, ajouter les 4 jaunes d'œufs et un peu d'eau (1/2 cuillère à soupe /jaune d'œuf) en fouettant énergiquement et en n'oubliant pas le pourtour de la casserole, puis les dés de beurre progressivement, tout en continuant de fouetter le mélange. Ajouter ensuite la ciboulette fraîche et le jus de citron.

➤ Cette sauce est à réaliser au dernier moment. Si par malheur elle tombait, on peut tenter de la rattraper en ajoutant une goutte d'eau chaude.

Pour les tuiles au bacon utilisées pour le décor, les mettre au four à 150° entre 2 couches de papier sulfurisé pendant 45mn et laisser sécher.



Dressage de l'assiette

Démouler les flans en les retournant et les déposer sur l'assiette. Ajouter un peu de sauce hollandaise et décorer avec les pointes d'asperges réchauffées, les tuiles de bacon et on peut aussi rajouter des tuiles de fromage

* Variante de présentation à l'ardoise



Nems de chou farci au foie gras

Ingrédients :

- un gros chou vert
- un petit pot de foie gras
- carottes de différentes couleurs
- 150 g de chair à saucisse
- 2 oignons + 1 à 2 échalotes
- 10 à 15cl de porto et de cognac
- 1/4l de crème liquide
- fond de veau
- assaisonnement sel, poivre, thym, laurier, un peu de miel (facultatif), persil
- bière, eau ou vin blanc au choix pour le mouillage des légumes

Réserver les grandes feuilles vertes du pourtour du chou et les faire blanchir 8 mn à l'eau bouillante puis les étaler sur un torchon pour les égoutter et les sécher.

Détailler oignons et une partie des carottes en brunoise (très petits dés) et émincer le reste du chou. Emincer les 2 échalotes.

Dans une casserole, faire fondre un peu de beurre et/ou huile d'olive et faire suer les échalotes émincées sans les colorer. Ajouter un peu de thym et de miel (facultatif). Ajouter le cognac et le porto et laisser réduire de moitié. En fin de réduction, ajouter le fond de veau dilué dans de l'eau chaude.

Dans une casserole, faire fondre un peu de beurre, huile d'olive et ajouter les carottes et oignons détaillés en brunoise puis le chou émincé. Faire suer le mélange et mouiller avec de la bière (ou eau, vin blanc), assaisonner et laisser cuire à couvert en surveillant la cuisson (15 à 20mn).

Démouler le foie gras et en détailler une partie en petits bâtonnets.

Dans un cul de poule, éclater la chair à saucisse, ajouter 1/2 oignon haché, du persil, un peu d'huile d'olive et du cognac. Bien mélanger. Ajouter ensuite le mélange des légumes (choux émincés, oignons, carottes), un œuf pour la liaison.

Mettre de l'eau à bouillir.

Réaliser les nems. Recouvrir la planche à découper de film plastique étirable et poser dessus une grande feuille de chou vert. Déposer la farce et le bâtonnet de foie gras et rouler le tout bien serré en commençant par rabattre les côtés avant de rouler. Puis enrouler le film plastique et bien serrer les bouts (comme un bonbon). Refaire la même opération avec une 2^{ème} couche de film alimentaire. Quand tous les nems sont faits, les déposer délicatement dans l'eau bouillante.

Variante : on peut aussi faire des petites papillotes en boule en garnissant un emporte-pièce de film plastique, déposer la farce et le foie gras, puis refermer la papillote (bien chasser l'air) et remettre une 2^{ème} couche de film comme précédemment pour la cuisson. Pour les tagliatelles de carottes de couleur (utiliser la mandoline pour les réaliser dans le sens de la longueur), les cuire dans de l'eau bouillante salée quelques mn. Les égoutter et les réserver. Elles servent pour la déco au moment du dressage de l'assiette.

Vérifier la cuisson des nems (environ 10 à 15 mn). On peut utiliser un thermomètre pour vérifier la cuisson à cœur : 70-80°.

Passer au chinois la réduction de sauce échalotes et remettre à feu doux. Ajouter la crème liquide en fouettant jusqu'à ce que le mélange soit nappant.

Ajouter le reste du foie gras et mixer.

➤ *Attention, ne jamais faire bouillir le mélange quand le foie gras a été rajouté à la sauce.*

Retirer les nems de l'eau bouillante. Enlever le film plastique et les égoutter.

Réchauffer les têtes d'asperges et dresser les assiettes. (Voir photos)

Variante à l'ardoise



Verrine de kiwi au mascarpone

Ingrédients :

- 3 kiwis
- 1 feuille de gélatine de 2g
- 100 g de mascarpone
- 15 cl de crème liquide
- 70g de sucre (20g+50g)
- 2 œufs
- Décor chocolat

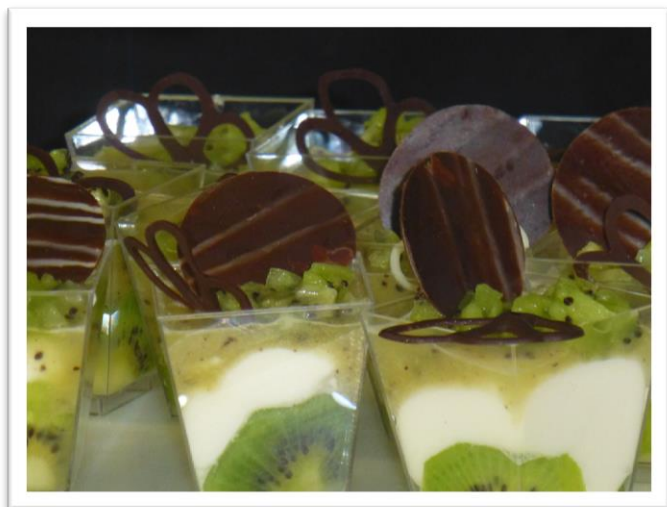
On commence par réaliser la gelée de kiwi. Faire bouillir de l'eau (environ 10cl) avec les 20g de sucre. A ébullition, ajouter le kiwi coupé en morceaux ainsi que la feuille de gélatine ramollie dans l'eau froide. Réserver une partie des kiwis pour la déco (à détailler en lamelles et petits dés)

Sabayon : dans un cul de poule, battre les 2 œufs avec les 50g de sucre. Fouetter jusqu'à ce que le mélange blanchisse et devienne mousseux. Poser le cul de poule sur la casserole où cuit la gelée de kiwi et continuer de fouetter (mélange à 40° environ). Le mélange devient crémeux et épais, consistance au ruban (quand on soulève le fouet, il doit se former un ruban). Quand la consistance voulue est atteinte, mettre le mélange au frais. Dans un autre récipient, mettre les 15 cl de crème et la fouetter. Après avoir travaillé un peu le mascarpone, le rajouter à la crème fouettée, puis le sabayon progressivement et délicatement à la spatule.

Remplir une poche plastique avec le mélange

Déposer 2 rondelles fines de kiwi dans le fond des verrines, puis à l'aide de la poche à douille, mettre le mélange au mascarpone. Ajouter un peu de gelée de kiwi refroidie puis des petits dés de kiwi. Déposer les décors au chocolat et réserver au frais.

Variante à l'assiette



Bon appétit, bonne dégustation et merci à Vincent et Hervé