

# Tapenade petits pois, menthe et chorizo

Une dégustation toute simple pour l'été? Voici des petits bouchées de saison qui feront de vos apéritifs un moment très apprécié par les chaleurs que nous subissons en ce moment! Rafraîchissant et goûteux vous pouvez également servir ce plat en petite terrine et l'accompagner de bonnes tranches de pain de campagne grillé et d'une salade.

Si vous désirez présenter ce plat en minis bouchées, j'ai utilisé les minis croustades vendues chez Ikéa au rayon alimentation.



Tapenade petits pois, menthe et chorizo

# Ingrédients pour environ 25 petites bouchées de Tapenade petits pois ou un pot de 250 ml de tapenade

- une échalote
- 350 g de petits pois frais écosés
- 15 feuilles de menthe. J'utilise de la menthe chocolat qui est une variété dont le goût est encore plus frais.
- 20 g d'huile de noisette
- 25 g de noisette émondées (sans peau)
- 30 g de chorizo coupé en tranches fines. Gardez une tranche à part que vous couperez en petits carrés réguliers pour la présentation.
- sel et poivre

## Matériel

Si vous désirez présenter ce plat en minis bouchées, j'ai utilisé les minis croustades vendues chez Ikéa au rayon alimentation.



Krustader Ikéa

## Préparation

- Torréfiez les noisettes au four à 180° pendant 10 mn.

Réservez.



Torréfiez les noisettes à 180° pendant 10 mn

- Épluchez et ciselez l'échalote. Faites-la revenir dans du beurre à feu doux jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée. Réservez.



Faites revenir l'échalote dans du beurre

- Écossez les petits pois. Plongez-les dans une casserole d'eau bouillante et laissez cuire à feu doux pendant 5 minutes. Égouttez-les et plongez-les dans un bain d'eau froide pour arrêter la cuisson.



Plongez les petits pois dans une casserole 'eau bouillante et laissez cuire à feu doux pendant 5 minutes

- Mixez finement les petits pois avec l'échalote revenue, l'huile de noisette, les feuilles de menthe et les noisettes. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre selon votre goût.



Mixez finement les petits pois

- Hachez les tranches de chorizo en petits morceaux.



Hachez les tranches de chorizo en petits morceaux

- Mélangez la purée de petits pois et le chorizo.



Mélangez la purée de petits pois et le chorizo

Il ne reste plus qu'à disposer votre Tapenade petits pois, menthe et chorizo dans un beau ramequin où chacun se servira ou la dresser dans des petits croustades.



Disposez votre Tapenade petits pois, menthe et chorizo dans un beau ramequin



## Ma Tarte Sakura (cerise et pistache)

Voici une recette de tarte ultra facile et ultra délicieuse, entre le moelleux du clafoutis et le croustillant de la tarte feuilletée ! C'est la saison des cerises alors à vos fourneaux, vous allez régaler votre petite famille!

« Sakura » est le mot japonais qui correspond aux cerisiers du Japon et à leurs fleurs.



Ma Tarte Sakura

# Ingrédients pour Ma Tarte Sakura (35 cm sur 11 cm et 2.5 cm de hauteur)

- 240 g de pâte feuilletée maison. Pour la recette classique cliquez [ici](#) et pour la recette facile cliquez [ici](#). Mais vous pouvez bien sûr utiliser une pâte feuilletée déjà prête.

## Pour les cerises

- environ 1 kg de belles cerises fraîches
- 50 g de sucre
- 30 g de beurre salé

## Pour la crème de pistache

- 50 g de beurre
- 50 g de sucre
- 50 g de poudre d'amande
- 70 g de graines de pistache émondées: ce sont des pistaches sans peau, non salées et présentant une couleur bien verte (il vous en faudra 40 g pour la crème et réservez les 30 g restants pour la décoration de la tarte).



Pistaches

- 2 cuillères à café de pâte de pistache. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



Brontedolci - Pâte Pur 100% De Pistache Verte Etna Gr. 190

## Matériel

- un cercle à tarte rectangulaire de 35 cm sur 10 cm et 2.5 cm de hauteur. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



Gobel 865310 Flan à Tarte Rectangulaire Inox Bords Roulés  
35\*10 cm

## Préparation

Pour les cerises

- Equeutez les cerises et coupez-les en deux. Ôtez les noyaux.



Equeutez les cerises et coupez-les en deux

- Versez le sucre dans une casserole et réalisez un caramel bien doré. Ôtez la casserole du feu et rajoutez le beurre. Mélangez bien.



Versez le sucre dans une casserole et réalisez un caramel bien doré

- Remettez la casserole sur le feu et ajoutez les cerises. Laissez cuire à feu doux pendant 5 minutes en mélangeant régulièrement.



Remettez la casserole sur le feu et ajoutez les cerises

- Égouttez les cerises et gardez le jus. Laissez refroidir les cerises à température ambiante.



Égouttez les cerises et gardez le jus

- Faites réduire le jus de cuisson jusqu'à ce qu'il devienne un sirop léger. Réservez. Vous laquerez les cerises avec après les avoir dressées sur la tarte.



Faites réduire le jus de cuisson jusqu'à ce qu'il devienne un sirop léger

Pour la crème de pistache

- Faites griller les **70 g** de pistaches au four à 180° pendant 10 mn.



Faites griller les 60 g de pistaches au four à 180° pendant 10 mn

- Laissez refroidir les pistaches à la sortie du four. Puis mettez **40 g de pistaches** dans un sachet et écrasez-les en gros morceaux à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Gardez les 30 g de pistaches grillées restantes entières pour les parsemer sur la tarte en fin de cuisson. Réservez.



Écrasez les pistaches en gros morceaux

- Travaillez le beurre avec le sucre avec une fouet pour le rendre bien mou.



Mélangez vivement le beurre  
et le sucre au fouet

- Ajoutez la poudre d'amande et la pâte de pistache.  
Mélangez bien.



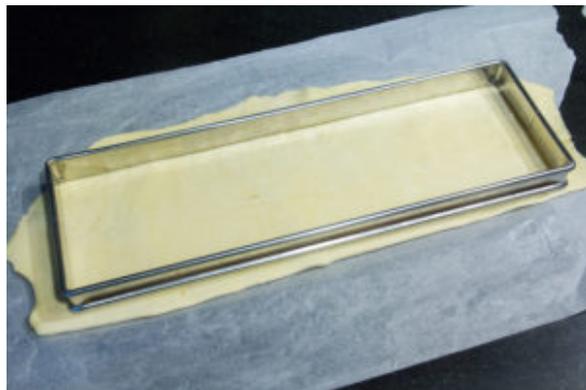
Ajoutez la poudre d'amande  
et la pâte de pistache

- Puis ajoutez les 50 g d'œuf préalablement battus à la fourchette ainsi que les **40 g** de pistaches écrasées.  
Mélangez bien.



Puis ajoutez les 50 g d'œuf préalablement battus à la fourchette ainsi que les 40 g de pistaches

- Abaissez la pâte feuilletée en un long rectangle sur une feuille de papier cuisson sur une épaisseur de 3 mm. Déposez par dessus votre cercle à tarte.



Abaissez la pâte feuilletée en un long rectangle

- Découpez le surplus de pâte tout autour à l'aide d'un petit couteau. (Gardez les chutes: roulez-les dans du fromage râpé et saupoudrez-les de piment d'Espelette, et hop on enfourne 35 mn à 180°; vous aurez des feuilletés au fromage super légers et ultra croustillants pour l'apéritif...).



Découpez le surplus de pâte

tout autour à l'aide d'un  
petit couteau

- Piquez la pâte à l'aide d'une fourchette. Remettez la pâte au frais pour 20 mn.



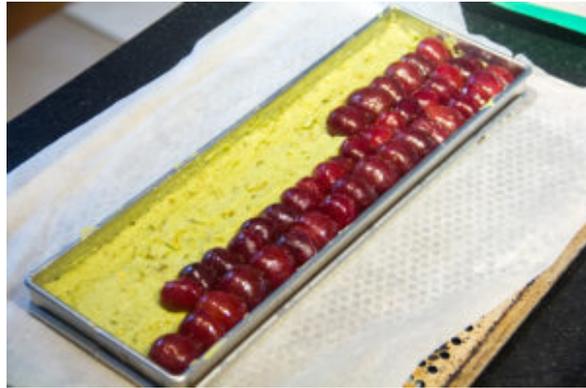
Piquez la pâte à l'aide  
d'une fourchette

- Étalez la pâte de pistache sur la pâte feuilletée.



Étalez la pâte de pistache  
sur la pâte feuilletée

- Puis disposez les cerises sur la tarte.



Puis disposez les cerises sur la tarte

- Nappez le dessus de la tarte avec un peu de jus de cuisson réduit. Enfournez à 180° pendant environ 35 mn.



Nappez le dessus de la tarte avec le jus de cuisson réduit

- Parsemez la tarte à la sortie du four des 30 g de pistaches entières restantes. Attendez que la tarte soit bien refroidie pour la transvaser sur votre plat de présentation en vous aidant d'un grande spatule.



Parsemez la tarte à la sortie du four des 30 g de pistaches entières restantes

Servez tiède avec une pointe de chantilly...Et s'il vous reste un peu de jus de cuisson des cerises ajoutez-le!



Ma Tarte Sakura (cerise et pistache)



Ma Tarte Sakura (cerise et pistache)

---

## **Pâte feuilletée rapide et facile!**

Cette recette de pâte feuilletée est ultra simple et beaucoup plus rapide que la recette traditionnelle. Elle nécessite juste un robot mixeur et il vous faudra moins d'une heure pour

la réaliser selon la température ambiante: pas besoin de tamiser la farine, pas besoin de faire une détrempe et surtout pas besoin de pliages compliqués pour maintenir le beurre bien à l'intérieur de la pâte!

Pour une comparaison avec la recette traditionnelle, beaucoup plus technique et difficile à réaliser [cliquez ici!](#)



Pâte feuilletée rapide et facile!

## **Ingrédients pour environ 270 g de pâte feuilletée**

- 110 g de beurre **congelé coupé en petits morceaux**
- 110 g de farine
- 50 g d'eau **bien froide** réservée au frigo
- une demi cuillerée à café de sel

# Matériel

- du papier cuisson
- un robot coupe mixeur



robot coupe

# Préparation

- Coupez le beurre congelé en petits morceaux.



Coupez le beurre congelé en petits morceaux

- Mixez le beurre **congelé**, la farine, la 1/2 cuillerée à café de sel et l'eau **bien froide**. Vous allez obtenir une

sorte de sablage assez gras.



Mixez le beurre, la farine  
et l'eau

- Versez ce sablage sur une surface anti adhésive.



Versez le mélange sur du  
papier cuisson

- Formez **rapidement** une boule de pâte.



Façonnez rapidement une  
boule de pâte

- Étalez la pâte **entre deux feuilles de papier cuisson** et donnez-lui la forme d'un rectangle d'une épaisseur de 3 à 4 mm. Remettez au frais pendant 15 mn si nécessaire à savoir si votre pâte devient trop molle et trop collante pour être travaillée. Plus la température de votre cuisine sera élevée, plus la pâte devra être mise au frais entre deux manipulations. S'il fait bien frais et que la pâte reste malléable sans être trop molle vous pouvez sauter un ou deux passages au frais...



Étalez la pâte entre deux  
feuille de papier cuisson

- Ôtez la feuille du dessus. Roulez la pâte sur elle-même de haut en bas. Le rouleau doit être à **l'horizontal** devant vous.



## Roulez la pâte sur elle-même

- Tournez-la d'un quart de tour sur la droite: le rouleau doit être à **la verticale** devant vous. Mettez le rouleau au congélateur 10 mn à 15 mn au frais si la pâte est trop molle . Sinon recommencez la même opération encore deux fois toujours entre deux feuilles de papier cuisson: étalez en rectangle entre les deux feuilles de papier, roulez la pâte sur elle-même de haut en bas et tourner d'un quart de tour...



Tournez-la d'un quart de tour sur la droite

- Donnez enfin la forme que vous désirez à votre pâte, toujours en l'étalant entre deux feuilles de papier cuisson...Elle est prête à être cuite. **Petite astuce:** remettez la pâte au frais pendant 25 mn juste avant de l'enfourner (déjà disposée dans son moule , garnie ou pas selon l'utilisation que vous en ferez).



Donnez enfin la forme que vous désirez à votre pâte...

- Pour vous donner une idée du feuilletage obtenu voici une photo d'un carré de pâte de 6 cm de côté cuite à  $190^{\circ}$  pendant 30 mn et quelques petits feuilletés au fromage pour l'apéritif ( $190^{\circ}$  pendant 20 mn)...



Pâte feuilletée rapide et facile!



pâte feuilletée facile

---

## **Pétales de cabillaud basse température, fenouil , pommes et ravioles de pommes de terre à l'ail noir**

Aujourd'hui je vous propose une belle entrée basse température tout en fraîcheur , croquante et fruitée: Voici mes Pétales de cabillaud, fenouil, pommes et ravioles de pommes de terre à

l'ail noir. C'est un plat équilibré, diététique et qui saura égayer vos petites papilles par un beau soir d'été!



Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

Pour plus de renseignements sur la cuisine sous vide basse température cliquez [ici](#).



Pétales de cabillaud basse température, fenouil , pommes et ravioles de pommes de terre à l'ail noir

## Ingrédients pour 4 personnes

Pour le cabillaud

- 750 g de dos de cabillaud
- une pomme Granny
- une poire
- un fenouil (une moitié pour la marinade du cabillaud et l'autre moitié pour la garniture)
- huile d'olive et fleur de sel pour le dressage

Pour la garniture

- une pomme Granny (donc deux pommes en tout)
- le demi fenouil restant
- sel et poivre du timut
- une excellente huile d'olive bien parfumée

Pour les ravioles de pomme de terre

- une grosse pomme de terre à chair ferme
- 3 dl de bouillon de légumes
- deux gousses d'ail noir: l'ail noir est difficile à trouver. Il est réalisé à partir de gousses d'ail frais mûries une trentaine de jours à 80°. Cela leur donne une saveur caramélisée, non piquante qui rappelle un peu le vinaigre balsamique en beaucoup plus doux. Vous pouvez en acheter sur le site « L'île aux épices » en cliquant [ici](#).



Ail noir

Pour la sauce

- une grosse cuillerée de mayonnaise maison
- la réduction de la marinade du cabillaud

## Matériel

- une centrifugeuse pour extraire le jus du fenouil, de la poire et de la pomme. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous



Philips Centrifugeuse - 500W, 1.5L, Appli Recettes NutriU, Nettoyage Rapide (HR1832/00)

Pour la cuisson sous vide basse température

- du flm alimentaire
- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche d'excellente qualité je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant [ici](#) et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo "**Gourmantissimes50**"



Home de Multivac

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez en trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:



Aicok Cuiseur Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

## Préparation

Pour la garniture

- Coupez le fenouil en deux parts; réservez-en une demi pour en extraire le jus (voir plus bas). taillez-le demi fenouil en toute petite brunoise (en tout petits dés). Gardez bien les petites feuilles du fenouil: elles vous

serviront pour le dressage.



Coupez le fenouil en petite brunoise donc en petits dés

- Faites de même avec la pomme.



Coupez la pomme en très fine brunoise

- Mélangez les brunoises de pommes et de fenouil. Assaisonnez avec l'huile d'olive ,sel et le poivre du timut. Réservez.



Mélangez les brunoises de pommes et de fenouil

Pour les ravioles

- Épluchez la pomme de terre et détaillez-la en fines tranches (2 mm maximum). Prévoyez 6 tranches par personne. Si vous avez une mandoline utilisez-la pour obtenir une belle régularité d'épaisseur.



Épluchez la pomme de terre et détaillez-la en fines tranches

- Facultatif: utilisez un emporte pièce pour tailler vos tranches de manière à ce qu'elles aient toutes le même diamètre.



Utilisez un emporte pièce  
pour tailler vos tranches

- Faites cuire les tranches de pomme de terre dans le bouillon de légume pendant environ 2 mn : les tranches doivent être cuites mais rester un peu croquantes.



Faites cuire les tranches de  
pomme de terre dans le  
bouillon de légume

- Au bout de 2 mn de cuisson prélevez les tranches à l'aide d'une écumoire: ne versez pas l'eau et les tranches dans une passoire car vous casserez à coup sûr les tranches de pommes de terre, d'où l'utilité de l'écumoire. Trempez tout de suite les tranches dans de l'eau froide pour arrêter la cuisson.



Prélevez les tranches à l'aide d'une écumoire

- Puis disposez les tranches sur un chiffon propre. Essuyez-les soigneusement pour ôter l'eau qui les entoure.



Puis disposez les tranches sur un chiffon propre

- Ouvrez deux gousses d'ail noir et prélevez-en l'intérieur.



Ouvrez deux gousses d'ail noir et prélevez-en l'intérieur

- Écrasez l'ail noir dans un petit bol. Ajoutez un peu d'huile d'olive pour obtenir une pâte lisse. Rectifiez l'assaisonnement.



Écrasez l'ail dans un petit bol

- Disposez une petite noix d'ail noir sur **la moitié** des tranches de pommes de terre et recouvrez avec les autres tranches. Réservez.



Disposez une petite noix d'ail noir sur la moitié des tranches

Pour le cabillaud

- Découpez le dos de cabillaud en 4 portions.



Découpez le dos de cabillaud  
en 4 portions

- Utilisez votre centrifugeuse pour extraire le jus de la pomme, de la poire et du demi fenouil restant.



Extraire le jus de la pomme,  
de la poire et d'un 1/2  
fenouil

- Faites mariner les morceaux de cabillaud pendant deux heures au frais dans le jus que vous avez extrait.



Faites mariner les morceaux de cabillaud dans le jus

- Sortez le poisson de la marinade. **Surtout ne jetez pas la marinade et réservez-la!** Emballez chaque morceau dans du film alimentaire pour en faire de jolis petits boudins bien serrés.



Emballez chaque morceau de cabillaud dans du film alimentaire

- Mettez les boudins de poisson sous vide et faites-les cuire pendant 20 mn à 52° à l'aide de votre thermoplongeur.



Mettez les boudins de poisson sous vide

Pour la sauce

- Versez le jus de la marinade dans une casserole.



Versez le jus de la marinade dans une casserole

- Au fur et à mesure de la cuisson écumez régulièrement.



Au fur et à mesure de la

cuisson écumez régulièrement

- Puis à mi-cuisson filtrez le jus pour enlever les dernières petites particules.



Puis à mi-cuisson filtrez le jus pour enlever les dernières petites particules

- Remettez sur le feu et faites réduire presque à glace.



Remettez sur le feu et faites réduire presque à glace

- Laissez refroidir la réduction à température ambiante: c'est important car si vous intégrez la mayonnaise alors que la réduction est encore chaude, la mayonnaise va redevenir de l'huile...Mélangez la réduction avec deux cuillerées à soupe de mayonnaise maison.



Mélangez le tout avec deux cuillérées à soupe de mayonnaise maison

- Versez la sauce dans une pipette (type Lekué comme sur la photo) ou une petite poche à douille et réservez au frais en attendant le dressage.



Pipette Lekué

## **Finition et dressage**

- A la fin de la cuisson sortez le cabillaud du sachet. Détaillez-le en petites pétales.



Détaillez le cabillaud en petites pétales

Il ne reste plus qu'à dresser:

Disposez la garniture fenouil et pomme en arc de cercle et posez les pétales de cabillaud par dessus. Versez un petit filet d'huile d'olive sur les pétales et assaisonnez avec un peu de fleur de sel. Décorez avec les feuilles de fenouil. Disposez les ravioles à l'ail noir et pochez des points de mayonnaise. Dégustez et régalez-vous avec ce plat tout en fraîcheur!



Pétales de cabillaud basse température, fenouil , pommes et ravioles de pommes de terre à l'ail noir



Pétales de cabillaud basse température, fenouil , pommes et ravioles de pommes de terre à l'ail noir



Pétales de cabillaud basse température, fenouil , pommes et ravioles de pommes de terre à l'ail noir

---

# **Tartelettes printanières aux petits pois et espuma au chorizo**

Cette délicieuse recette printanière est grandement inspirée de celle du chef Nicolas Masse du restaurant « La grand'Vigne », deux étoiles. Je l'ai repensée en fonction de mes goûts en remplaçant la compoté d'oignon et l'émulsion à l'ail confit proposées par le chef par une crème d'ail et un espuma au chorizo . Vous pouvez découvrir la recette originale du chef sur l'excellent magazine *Thuries gastronomie* n° 291, magazine que je recommande grandement à tous les passionnés de cuisine.

Ces Tartelettes printanières se servent tout juste tièdes.



Tartelettes printanières aux petits pois et espuma au chorizo

## Ingrédients pour 4 Tartelettes printanières

Pour la pâte brisée: pour 4 tartelettes

- 125 g de farine tamisée
- 90 g de beurre pommade (mou mais pas fondu)
- une grosse pincée de sel
- un jaune d'œuf
- 25 g de lait à température ambiante

Pour la purée de petit pois

- 160 g de petits pois écossés (poids net sans les gousses)
- un oignon blanc
- 1 dl de bouillon de légumes

- une belle noix de beurre

Pour les petits pois entiers

- 250 g de petits pois écosés (toujours poids net sans les gousses!): il vous faut donc 410 g de petits pois écosés au total pour la recette
- une cuillerée à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre blanc

Pour la purée d'ail

- 80 g d'ail frais (environ 10 à 12 grosses gousses)
- environ 30 cl de lait pour la cuisson des gousses d'ail
- sel

Pour l'espuma au chorizo

- 25 cl de crème fraîche liquide pour l'espuma de chorizo
- 80 g de chorizo

Pour le dressage

- quelques petites fleurs comestibles (par exemple de ciboulette ou de thym)
- quelques petits dés de chorizo

## Matériel

- Facultatif: un siphon d'un demi litre pour l'espuma et deux cartouches ( ou un siphon d'un quart de litre et une cartouche). Vous pouvez trouver cet article en cliquant sur la photo ci-dessous. Pour plus d'information sur la bonne utilisation des siphons cliquez [ici](#).



iSi 1603 Siphon

- des petits cercles à tarte de 10 cm de diamètre et 2 cm et demi de haut comme ceux de la photo ci-dessous.



Ard'time TG-4CERC Lot de 4 Mini-Cercles à Tarte Inox

## Préparation

La pâte brisée

- Tamisez la farine et versez-la dans le bol de votre robot. Ajoutez le beurre, le sel, le lait et le jaune d'œuf.



Mélangez au robot tous les ingrédients de la pâte

- Mélangez bien jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Retirez -la du bol et formez un gros pâton. Mettez la pâton au frais pendant 2 heures.



Formez un gros pâton

- Abaissez la pâte sur une épaisseur de 3 mm et détaillez des cercles. Puis foncez vos cercles à tarte préalablement posés sur un papier cuisson ou un silpat. Coupez à ras à l'aide d'un petit couteau l'excédent de pâte et remettez au froid pendant 1 heure. N'oubliez pas de piquer le fond des tartes avec une fourchette.



Abaissez la pâte



Foncez vos cercles

- Enfournez les tartelettes à 180° pendant 12 à 15 mn. Après refroidissement ôtez délicatement les cercles.



Après refroidissement ôtez délicatement les cercles

- Réservez sur une grille. Attention: les rebords des tartelettes sont fragiles donc on les manipule avec une spatule sans toucher les bords!



Réservez les tartelettes sur

une grille

La purée de petit pois et les petits pois entiers

- Écossez **tous** les petits pois et plongez-les dans l'eau bouillante pendant deux minutes. Ils doivent rester croquants. Égouttez-les.



Plongez les petits pois dans un litre d'eau bouillante

- Émincez l'oignon.



Épluchez l'oignon très finement

- Faites revenir l'oignon dans une casserole avec un peu de beurre et ajoutez **160 g de petits pois** et le fond de

volaille (réservez les 250 g de petits pois restants). Laissez cuire à feu doux pendant 15 mn puis mixez bien le tout. Au besoin rajoutez un morceau de beurre pour bien lisser le mélange. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Réservez.



Faites revenir l'oignon dans une poêle



Mixez la purée de petit pois et ajoutez un peu de beurre

- Mélangez le restant des petits pois (250 g) avec un peu d'huile d'olive, sel et poivre blanc. Réservez.



La crème d'ail:

- Épluchez l'ail: il vous faut environ 10 gousses pour obtenir 80 g.



Épluchez l'ail

- Dans une casserole versez le lait puis vos gousses d'ail: le lait doit affleurer le dessus des gousses donc prenez une petite casserole pour ne pas utiliser trop de lait. Cuire à **feu doux** environ 20 minutes (attention au débordement du lait hors de la casserole). Quand les gousses sont bien tendres retirez-les du lait. L'ail ainsi cuit n'aura pas les inconvénients digestifs de l'ail frais et il perd son côté piquant sur le plan gustatif.



Cuire l'ail à feu doux dans le lait

- Égouttez et mixez les gousses d'ail: au besoin rajoutez un peu de lait de cuisson. Salez et réservez. Cette petit crème d'ail est absolument délicieuse et se marie particulièrement bien avec l'agneau...



L'espuma au chorizo

- Coupez le chorizo en tranches puis en petits dés. Réservez quelques dés pour la décoration.



Coupez le chorizo

- Dans une casserole, versez la crème liquide et le chorizo. Amenez à ébullition et coupez de suite le feu. Filmez la casserole avec du film alimentaire et laissez infuser une dizaine de minutes. Puis filtrez pour ne garder que la crème.



Infusez le chorizo dans la crème chaude.



Filmez et laissez infuser



Passez le mélange crème

- Versez la crème dans votre siphon et fermez-le avec le bouchon. Introduisez une ou deux cartouche de gaz selon le volume de votre siphon: à savoir deux cartouches pour un siphon d'un demi litre ou d'un litre ou une cartouche pour un siphon d'un quart de litre. Secouez le siphon. Introduisez une seconde cartouche. Secouez de nouveau. Réservez au frais. Pour plus de renseignement sur l'utilisation des siphons cliquez [ici](#).

Si vous n'avez pas de siphon montez la crème infusée au chorizo bien froide en chantilly. réservez-la au frais en attendant de servir.



Tous les éléments sont prêts.

# Dressage

- Garnir les fonds de tarte avec un peu de purée d'ail.



Garnir les fonds de tarte avec un peu de purée d'ail

- Puis ajoutez une couche de purée de petit pois.



Puis ajoutez une couche de purée de petit pois

- Puis disposez par dessus les petits pois, des dés de chorizo et quelques petites fleurs de ciboulette.



Puis disposez par dessus les petits pois, des dés de chorizo et quelques petites fleurs de ciboulette

- Disposez les tartelettes dans les assiettes et ajoutez l'espuma au chorizo à l'aide de votre siphon. Si vous n'avez pas de siphon déposez une cuillerée de chantilly à côté de la tarte. Comme j'ai utilisé les petits pois de mon jardin j'ai ajouté en décoration des pousses de petits pois...



Disposez les tartelettes dans les assiettes et ajoutez l'espuma au chorizo à l'aide de votre siphon



Tartelettes printanières aux  
petits pois et espuma au  
chorizo



Tartelettes printanières aux petits pois et espuma au chorizo

---

# **Glace étonnante aux asperges...une jolie douceur sucrée que vous allez découvrir!**

Cette Glace étonnante et inattendue va vous surprendre et ravira les amateurs de fraîcheur pas trop sucrée. La recette me vient d'un de mes restaurants préférés en Belgique (une étoile): le restaurant « Philippe Meyers » à Braine l'Alleud tenu par le chef du même nom. N'hésitez pas à faire le le détour pour déguster une cuisine exceptionnelle et rencontrer ce chef aussi généreux dans ses assiettes que dans ses partages gastronomiques!

C'est une recette très simple à réaliser mais il vous faut toutefois une sorbetière. Vous pouvez servir cette glace aussi bien en dessert qu'au milieu d'un repas avant le plat principal, un peu comme un trou normand non alcoolisé.



Glace étonnante aux asperges...une jolie douceur sucrée que vous allez découvrir!

## Ingrédients pour un demi litre de glace

- soit les épluchures de 3 asperges blanches et 3 vertes, soit la tige (sans la pointe) de 2 grosses asperges blanches et 2 vertes. Aujourd'hui j'ai utilisé les tiges et non les épluchures pour cette recette.
- quelques mini asperges ou la pointe des asperges précédentes: elles serviront à décorer la glace. Il vous faut donc une à deux tranches de tête d'asperges par bol de présentation **ou** deux/trois mini asperges par invité
- 250 ml de lait entier
- 250 ml de crème fraîche liquide entière
- 5 jaunes d'oeuf
- 85 g de sucre

Pour le sirop

- 100 g d'eau
- 50 g de sucre

## Matériel

- une sorbetière. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



Krups Perfect Mix 9000 Sorbetière, Crèmes glacées, Sorbets, Yogourts glacés, Capacité 1,6 L, Fonctionnement automatique, Ecran LCD, Couvercle anti-éclaboussure, Facile à nettoyer  
GVS241

# Préparation

- Coupez les têtes des mini asperges. Si vous n'avez pas de mini asperges qui sont assez fines, prélevez les têtes de vos asperges et tranchez-les en trois dans la longueur. Ces têtes d'asperges vont être confites dans un sirop. Elles serviront à décorer la glace. Il vous faut donc une à deux tranches de tête d'asperge par bol de présentation...



Prélevez les têtes de vos asperges et tranchez-les en trois dans la longueur

**ou**



Coupez la tête des mini asperges

- Faites un sirop avec 100 g d'eau et 50 g de sucre. Faites chauffer. A frémissement versez-le sur vos têtes d'asperges. Laissez refroidir puis récupérez le sirop et renouvelez l'opération au moins trois fois: on chauffe le sirop et on le verse sur les têtes d'asperges, on attend le refroidissement total et on recommence...Puis réservez à température ambiante.



A frémissement versez le sirop sur vos têtes d'asperges coupées en tranches

**ou**



A frémissement versez le sirop sur vos têtes de mini asperges

- Coupez les tiges des grosses asperges en tronçons.



Coupez les tiges des  
asperges en tronçons

- Versez les morceaux de queues d'asperges dans une casserole avec le lait et la crème. Cuire à feu doux pendant 30 mn. Puis mixez finement et passez le mélange au tamis. Si vous avez la chance d'avoir un Thermomix n'hésitez pas à l'utiliser: dans ce cas cuire à 90° pendant 30 mn et mixez finement puis tamisez.



Versez les morceaux  
d'asperges dans une  
casserole avec le lait et la  
crème



Filtrez le mélange

- Battre au robot les jaunes et le sucre pendant 8 mn: le mélange doit vraiment blanchir.



Battre au robot les jaunes  
et le sucre

- Versez les jaunes et sucre blanchis sur le mélange encore chaud d'asperge et bien mélanger. Réservez au frigo jusqu'à **complet refroidissement**.



Versez les jaunes et sucre  
blanchis sur le mélange

encore chaud d'asperge et  
bien mélanger

- Quand le mélange est bien froid versez le dans le sorbetière et turbinez. Puis soit servez immédiatement ou réservez au congélateur.



Passez le mélange à la  
sorbetière...

## **Dressage**

- Réalisez de belles boules de glace que vous placerez dans des bols individuels et décorez avec les têtes d'asperges au sirop et quelques petites fleurs en sucre.



Glace étonnante aux asperges...une jolie douceur sucrée que vous allez découvrir!

---

## **Gambas en robe d'oseille, sauce au Noilly Prat, cuisson basse température**

Le saumon à l'oseille est un plat emblématique et légendaire de la gastronomie française que l'on doit à la non moins célèbre maison Troisgros.

Après avoir vu le chef Thierry Marx revisiter cette recette lors de l'émission « Les carnets de Julie » j'ai eu envie d'adapter ce plat en réalisant une belle entrée à base de

Gambas en robe d'oseille de mon jardin. C'est la pleine saison de l'oseille donc on en profite pleinement. En plus c'est un pur délice!



Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.



Gambas en robe d'oseille, sauce au Noilly Prat, cuisson basse température

## Ingrédients (pour 4 personnes)

- 20 gambas
- un bouquet de feuilles d'oseille (12 feuilles pour les gambas et le reste pour la salade en garniture)
- huile d'olive
- citron vert (jus et zeste pour la marinade)

Pour la sauce

- deux grosses échalotes
- 20 cl de Noilly Prat: c'est un un vermouth français, c'est-à-dire un apéritif à base de vin blanc et d'un mélange secret de plantes aromatiques
- 20 g de beurre
- un petit glaçon d'eau minérale

Pour la salade d'oseille

- feuilles d'oseille
- huile d'olive: choisissez-en une de très bonne qualité, bien fruitée
- sel, poivre
- citron vert: une cuillerée à café de jus

## Matériel

Pour plus de précision sur la cuisson sous vide basse température cliquez [ici](#).

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs

de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires  
[V2860-I]

- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche d'excellente qualité je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant [ici](#) et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo "**Gourmantissimes50**"



Home de Multivac

- Je vous conseille la marque Anova pour le choix de votre thermoplongeur mais vous pouvez en trouver également en cliquant sur la photo ci-dessous:



Aicok Cuisueur Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

## Préparation

Décortiquez les gambas.

- Enlevez la tête des gambas en prenant soin d'ôter en même temps le petit boyau. Pincez la tête entre vos doigts et tirez doucement; le petit boyau vient avec la tête.



Tête et petit boyau

- Puis ôtez les pattes du restant de la carapace. Terminez en ôtant la carapace qui s'enlève facilement. Faire de même avec les autres gambas. Ne jetez pas les têtes: utilisez-les pour réaliser une bonne sauce ou bisque.



Décortiquez les gambas

- Versez un petit filet d'huile d'olive et les zestes et le jus du citron vert sur les gambas. Mélangez bien. Réservez au frais pendant une heure;



Versez un petit filet

d'huile d'olive et les zestes de citrons verts sur les gambas

- Blanchissez 20 feuilles d'oseille. Pour cela plongez-les dans une casserole d'eau bouillante juste quelques secondes. Procédez une feuille à la fois (contrairement à la photo où il y en a deux...): plongez une feuille et retirez-la aussitôt à l'aide une petite passoire.



Plongez les feuilles d'oseille dans l'eau bouillante très rapidement

- Aussitôt immergez cette feuille dans un bol d'eau bien froide pour stopper la cuisson. Faites de même avec les 19 autres feuilles.



Rafraîchissez les feuilles

d'oseille

- Égouttez-les sur un papier absorbant et réservez-les.



Égouttez les feuilles  
d'oseille

- Et maintenant on habille les gambas pour le dîner...Roulez délicatement chaque gambas dans une feuille après en avoir ôté la tige centrale.



Ôtez la tige centrale des  
feuilles d'oseille



Roulez délicatement chaque gambas dans une feuille d'oseille

La cuisson des gambas:

- Mettez sous vide les gambas.



Mettez sous vide les gambas

- Cuisez les gambas basse température à 52° pendant 20 mn.



Anova sous vide circulator

Pendant que les gambas cuisent préparez la sauce et la chiffonnade d'oseille.

- Hachez les échalotes finement.



Taillez l'échalote en tous petits dés

- Versez les échalotes ciselées avec le Nouilly Prat dans une casserole et faire réduire le tout.



Versez les échalotes ciselées avec le Nouilly Prat dans une casserole et faire réduire le tout

- Hors feu ajoutez le petit glaçon d'eau minérale; laissez-le fondre en mélangeant puis ajoutez le beurre. Émulsionnez bien avec un petit fouet.



Émulsionnez bien avec un petit fouet

- Passez la sauce au travers d'un chinois. La sauce est prête. Au besoin gardez-la au chaud au bain marie. Personnellement j'adore les échalotes donc j'en garde un peu que je mélange dans la chiffonnade d'oseille que vous allez préparer en garniture.



Passez la sauce au travers d'un chinois

Il ne reste plus qu'à préparer la chiffonnade d'oseille.

- Coupez les feuilles d'oseille crues restantes en fines lamelles. Mélangez-les avec un peu d'huile d'olive, le jus de citron vert, du sel et poivre et éventuellement un peu d'échalotes restantes de la sauce.



Mélangez les feuilles d'oseille avec un peu d'huile d'olive, le jus de citron vert, du sel et poivre

Il n'y a plus qu'à dresser...

- Sortez les gambas du bain de cuisson et ôtez-les du sachet. Un peu de sauce dans le fond du plat, les gambas et la chiffonnade d'oseille...Très très bon et pas difficile à faire!



Gambas en robe d'oseille, sauce au Noilly Prat, cuisson basse température



Gambas en robe d'oseille, sauce au Noilly Prat, cuisson basse température

---

## **La Home de Multivac, ou comment emballer sous vide comme les pro!**

Comme promis la semaine dernière voici le deuxième produit innovant que j'ai découvert à la foire de Paris: **Home** (de la marque Multivac) une machine à mise sous vide pour les

particuliers qui allie les avantages de la mise sous vide à la qualité professionnelle que l'on aimerait tous avoir chez soi. Connaissant ma passion pour la cuisson sous vide qui nécessite une mise sous vide des aliments elle a attiré mon intérêt dès que j'ai croisé son regard!

Elle concilie facilité d'emploi, élégance, performances et peut trouver sa place sans problème dans une cuisine de particulier. Elle est beaucoup légère que les machines professionnelles.



Home de Multivac

**Avant de vous en dire plus sur ce produit de qualité, sachez qu'en utilisant le code « Gourmantissimes50 » vous obtiendrez 50 euros de réduction sur l'achat de la machine sur le site officiel Home de Multivac ou en téléphonant directement au 33 (0) 1 64 12 13 15!**

Petit rappel sur les avantages de la mise sous vide: il faut savoir que la mise sous vide n'a quasiment que des avantages. Elle vous permet de préserver les vitamines sans abîmer la texture et le goût de vos aliments. Elle permet également de préparer vos repas à l'avance et de les conserver sous vide environ une quinzaine de jours dans votre frigo! Comme l'air est extrait, l'oxygène est également éliminé: donc la mise sous vide permet ainsi d'éradiquer une très grande partie des micro-organismes aérobies ce qui n'est pas le cas de la

congélation qui ne fait que les endormir.

Contrairement aux machines que vous trouverez dans le commerce cette machine va vous permettre non seulement de conserver vos aliments sous vide mais également :

- De mettre sous vide vos aliments afin de les cuire sous vide basse température : enfermé hermétiquement dans son sachet sous vide, l'aliment va cuire dans son jus à l'abri de toute évaporation que se soit d'arômes ou de liquides. Tout est conservé au sein de l'aliment : il y a donc un respect absolu de sa saveur et une concentration du goût qui vous étonnera. De plus la perte de poids de l'aliment sera minime toujours du fait que rien ne s'évapore : seule une perte de 5% est constatée contre 20 à 30% avec un mode de cuisson traditionnel ( four, poêle, etc). Pour plus d'informations sur la cuisine sous vide basse température cliquez [ici](#).
- Son plan incliné et son équerre aimantée vous permettront de **mettre des liquides sous vide** ce qui est impossible avec les machines grand public. Ceux qui cuisinent déjà sous vide basse température comprendront cet avantage énorme que nous propose la Home !
- De faire le vide dans des récipients comme les bouteilles pour **éviter toute oxydation** (comme les huiles délicates, le vin...).
- Bien sûr de mettre tout type d'aliment sous vide pour qu'ils gardent toute leur fraîcheur beaucoup longtemps. La mise sous vide prolonge **jusqu'à 5 fois plus longtemps la durée de vie de vos aliments**. Home vous garantie **garantit un taux de vide professionnel**.
- De vous permettre de **mariner** rapidement (en 15 à 30 minutes), à coeur et **plus intensément** vos aliments qu'une marinade classique...
- Plus besoin de sacs gaufrés: vous utiliserez des sachets spéciaux sous vide pour conservation ou cuisson non

gaufrés

- Une **soudure d'excellent qualité** qui ne craquera pas lors de la cuisson!
- Une **utilisation** et un **entretien très facile**
- Vous pourrez même **faire le vide dans vos petits bocaux de conserve sans les faire chauffer!** Les bocaux remplis d'aliments froids seront placés directement dans la cloche pour les mettre sous vide!

Vous comprenez maintenant pourquoi cet appareil a retenu mon attention! Voici deux petites vidéo explicatives qui vous résume en images toutes les explications énumérées si dessus...

De plus techniquement voici ses qualités: une pompe à vide sans entretien et une utilisation simple, caractérisent la home de MULTIVAC. En outre, elle a reçu le prix IF Design Award 2017. Voici sa description technique:

- Dimensions de la machine (L x P x H) : 310 x 480 x 225 mm
- Taille de la cloche (L x P x H) : 200 x 230 x 100 mm
- Taille maximale du sac (largeur x longueur) : 200 mm x 300 mm
- Longueur de soudure : 210 mm
- Capacité d'aspiration de la pompe à vide : 2,5 m<sup>3</sup> / h
- Poids : environ 12 kg
- Alimentation : 220 – 240 V, 50/60 Hz
- 1 x plan incliné avec équerre aimantée  
1x tuyau d'aspiration pour le vide externe  
2 x bouchons de vide  
1 x lot de sacs et sachets
- Vous pouvez remplacer très facilement certains éléments comme le joint d'étanchéité, le rail de soudure, le tuyau d'aspiration pour vide externe, le câble secteur... Et la disponibilité des pièces détachées est de 10 ans

Bref , grâce à la Home vous emballerez sous vide comme un vrai pro! Vous pouvez la commander en cliquant [ici](#).



Home de Multivac

---

## Mousse de chèvre au thym et ses billes de melon rôties

Voici une recette que vous pouvez servir soit comme une entrée pleine de fraîcheur soit en fin de repas car elle marie subtilement fromage et dessert fruité. La mousse de chèvre, présentée dans une corolle croquante comme une petite tartelette, est délicatement parfumée au thym et les billes de melon amènent une petite pointe de douceur relevée par un léger assaisonnement. En plus c'est une recette sans difficulté technique!

Petite astuce: la Mousse de chèvre au thym peut commencer à

être préparer la veille: elle sera encore plus parfumée!



Mousse de chèvre au thym et ses billes de melon rôties

## **Ingrédients pour la Mousse de chèvre au thym (6 personnes) :**

Pour le melon

- un beau melon
- sel
- une noix de beurre
- poivre long moulu: c'est un poivre très parfumé mais qui ne se broie pas avec un moulin (il est trop dur). Il faut donc le pulvériser dans un petit mixeur et le conserver moulu dans une boîte hermétique. Vous pouvez aussi choisir à la place du poivre du timut qui a un petit parfum d'agrumes...

## Pour le chèvre

- 160 g de chèvre frais
- quatre belles branches de thym frais
- 160 g de crème liquide entière
- sel
- des feuilles de pâte filo ( une à deux par personne en fonction de leur grandeur)
- beurre
- quelques feuilles d'épinards ou de salade pour la présentation si vous servez ce plat en entrée

## Matériel

- un siphon. Pour en savoir plus sur la bonne utilisation des siphons cliquez [ici](#). Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



iSi 1603 Siphon

- une cuillère parisienne. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



Brabantia 211041 Profile Cuillère à Fruits

## Préparation

Pour le melon

- Coupez le melon en deux et ôtez les graines.



Coupez le melon en deux et ôtez les graines

- Prélevez des billes de melon à l'aide de la cuillère parisienne. Réservez les billes au frais.



Prélevez des billes de melon

Pour le chèvre:

- Faites chauffer le chèvre avec la crème et le thym. Puis quand le mélange est chaud, ôtez du feu et recouvrez de film alimentaire. Laissez infuser 20 mn.



Faites chauffer le le chèvre avec la crème et le thym



Filmez et laissez infuser 20 mn

- Au bout des 20 mn filtrez la préparation , mixez-la rapidement juste pour qu'elle soit bien fluide, rectifiez l'assaisonnement et réservez au frais.



Filtrez la préparation



## Mixez la crème

- Quand la crème est bien froide versez la dans votre siphon (pour tout connaître sur la bonne utilisation d'un siphon cliquez [ici](#)). Vous pouvez préparer cette crème au thym la veille: dans ce cas laissez-la au frais toute la nuit sans ôter le film alimentaire de la casserole et filtrez-la juste avant de la verser dans votre siphon.



Versez la crème  
dans le siphon

On s'occupe maintenant des feuilles de filo.

- Beurrez les feuilles de pâte filo à l'aide d'un pinceau.



Beurrez les feuilles de pâte

## filo

- Pliez les feuilles en deux ou en quatre selon leur grandeur et disposez-les dans des moules en silicone ou en inox bien beurrés. Enfournez à 180° degrés pendant 10 à 15 mn suivant les fours.



Pliez les feuilles en deux ou en quatre selon leur grandeur et disposez-les dans des moules en silicone ou en inox bien beurrés



Enfournez à 180° degrés pendant 10 à 15 mn suivant les fours

## Finitions et dressage

- Faites revenir rapidement les billes de melon avec une noix de beurre , sel et poivre long. Le but n'est pas de les faire cuire mais juste de les tiédir et de les enrober de beurre assaisonné.



Faites revenir rapidement les billes de melon avec une noix de beurre , sel et poivre

Il ne reste plus qu'à dresser: disposez un petit panier en pâte filo et remplissez-le de mousse de chèvre; saupoudrez de quelques petits feuilles de thym frais. Disposez des billes de melon tout autour ainsi que quelques feuilles d'épinards...Et on se régale!



Mousse de chèvre au thym et ses billes de melon rôties



Mousse de chèvre au thym et ses billes de melon rôties

---

# **Le nouveau couvert révolutionnaire: la Georgette**

De passage à Paris la semaine dernière je suis allée visiter la foire de Paris qui est une exposition toujours très intéressante car on y trouve toujours des produits novateurs dans beaucoup de secteurs aussi variés que la cuisine, le jardinage, la décoration, l'ameublement, la balnéothérapie et les piscines, la beauté, etc. Je vous ai ramené deux créations innovantes et ce bien sûr, dans mon domaine de prédilection: la cuisine! Aujourd'hui je vous présente ma première découverte: la Georgette, le nouveau couvert révolutionnaire!

Rendez-vous la semaine prochaine pour un ustensile orienté cuisson sous vide basse température: je vous présenterai une machine à faire le vide, beaucoup plus performante que les machines du commerce grand public, qui permet de mettre également les liquides sous vide...

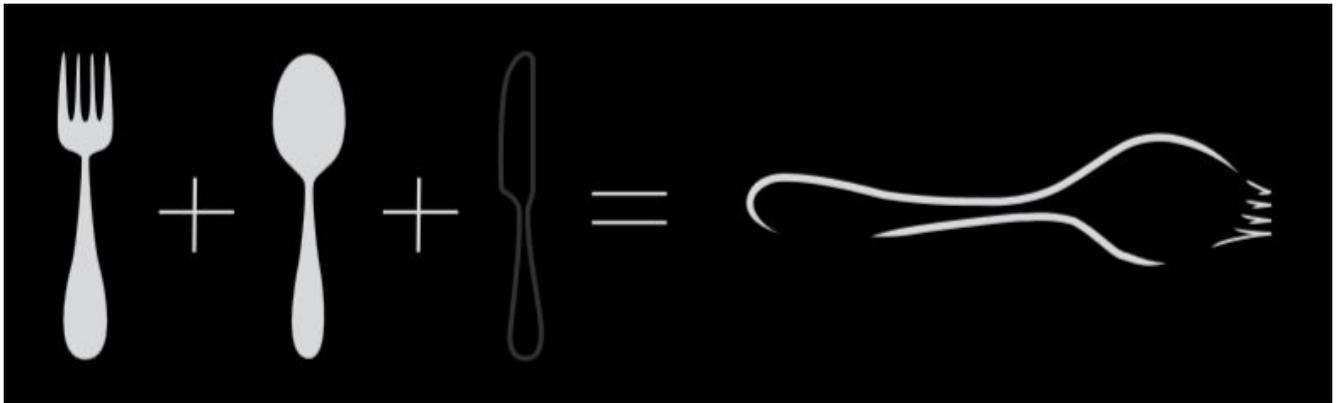
## **La Georgette, un couvert totalement révolutionnaire**



La Georgette

Catherine de Médicis avait révolutionné la façon de manger en amenant la fourchette à la cour de France en 1533; son usage est d'abord resté très limité. Mais c'est son fils le roi **Henri III**, qui a véritablement lancé la mode des fourchettes en France: cela lui permettait de manger sans tacher les collerettes extrêmement volumineuses qui étaient très en vogue à l'époque. La fourchette est devenue ainsi un ustensile qui a révolutionné les arts de la table.

Elle n'avait donc plus évolué depuis tout ce temps. Mais c'était sans compter l'esprit innovateur de Jean Louis Orengo qui vient de révolutionner à son tour cet instrument pour le faire entrer dans une nouvelle ère novatrice et ce grâce à une fabuleuse vision avant-gardiste: la fourchette, la cuillère et le couteau se retrouvent réunis dans un seul et même couvert à l'élégance raffinée! D'ailleurs beaucoup de chefs de renom ne s'y sont pas trompés et l'ont déjà adopté comme Alain Ducasse, Gilles Goujon ou Hélène Darroze.



## La Georgette

Jean Louis Orenco a eu l'idée originale de ce couvert hybride au retour d'une expédition dans le grand Nord Canadien. Ce naturaliste Ariégeois s'est inspiré des formes de pattes animales. Ses rencontres fortuites avec des ingénieurs et un chef restaurateur ont donné naissance à un couvert de table en inox 18/10 aux lignes travaillées.



## La Georgette

La Georgette se décline en inox mat ou brillant, en métal argenté ou en titanium (noir, or bronze). Pour en savoir plus sur cet extraordinaire et original couvert et le **commander** cliquez [ici](#). En attendant voici une vidéo pour vous présenter tous les avantages et l'originalité de la Georgette:

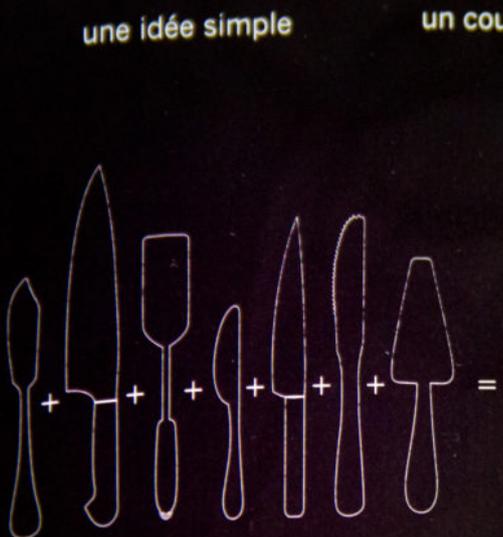
La Georgette sera bientôt accompagnée de son **George**, un

couteau biface qui sera commercialisé au mois de juin: ce superbe couteau aux usages multiples coupe d'un côté grâce à ses micro dents et permet de tailler et émincer extrêmement finement de l'autre, ce taillant étant affûtable à vie!

Ce n'est pas seulement un couteau de table mais également un couteau de travail qui remplace le couteau éminceur, le couteau chef, la spatule, le couteau à poisson, le couteau dentelé, le couteau à tartiner, la pelle à tarte, le couteau à fromage... Pour avoir assisté à la démonstration de coupe d'un cornichon en une soixantaine de tranches je peux vous dire que c'est bluffant! Il est extraordinaire pour ciseler, tailler de très très fines brunoise, lever les filets des poissons cuits, découper un poulet rôti, etc. Découvrez-le en avant première cliquant sur le lien suivant: <https://vimeo.com/262073699>

**Le GEORGE®**

une idée simple      un couvert pratique

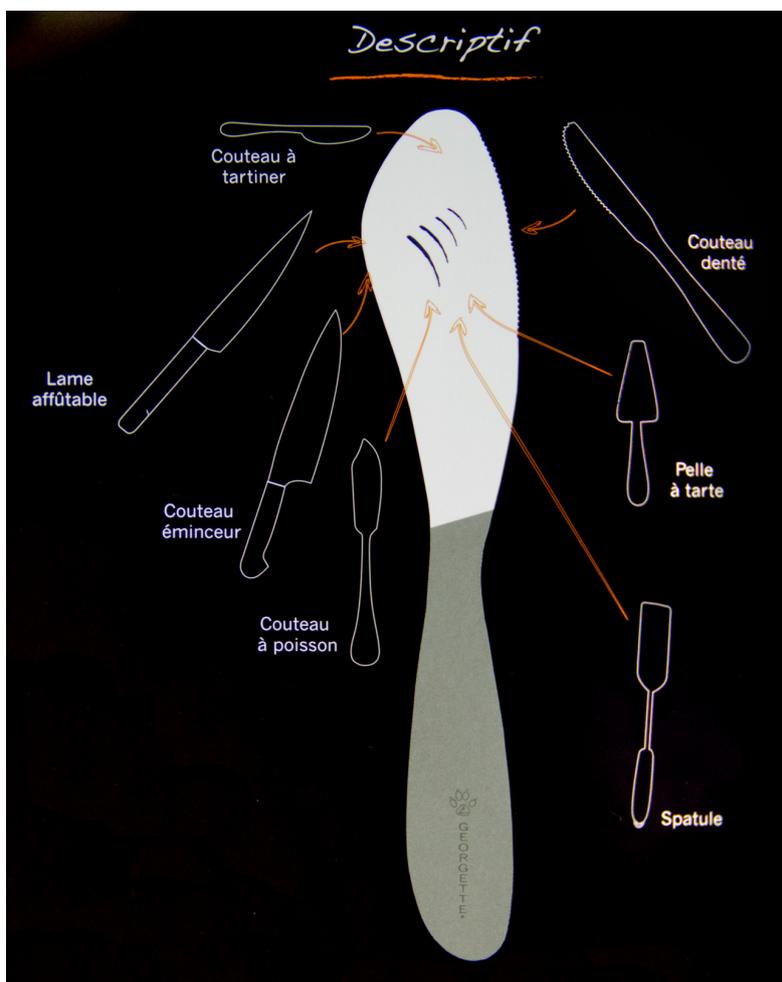


Le GEORGE®: il est charpenté et musclé, c'est le compagnon de GEORGETTE® piquante et rondelette.

C'est un biface préhistorique revisité !  
Avec son double tranchant il s'adapte à tous les aliments. D'un côté, il coupe avec ses dents de l'autre, il taille et permet à un amateur d'émincer aussi vite qu'un professionnel.

Son design osé et son ergonomie vont apporter de nouveaux plaisirs à tous ceux qui aiment manger, servir et cuisiner.

Georgette et George



Georgette et George

La Georgette a déjà remporté le concours Lépine International de Paris en 2016, Le concours Lépine Européen à Strasbourg 2016 et le salon des inventions à Genève en 2017. Je ne doute pas que son futur compagnon remportera autant de succès! Et une partie des bénéfices des ventes permet de financer une école d'ichnologie appliquée (science de l'interprétation des traces animales) et un conservatoire international des traces.

Les chefs en parlent!

**Pour commander la Georgette et bientôt son George:** <http://www.georgettes.fr/boutique.html>

---

# La « mayonnaise » sans huile de Jean François Piège

La « mayonnaise » sans huile de Jean François Piège ou comment se faire plaisir sans manger gras!



La « mayonnaise » sans huile de Jean François Piège

Voici une astuce et recette de grand chef que vous pourrez retrouver dans son livre » Zéro Gras » qui vous présente plus de 50 recettes pour manger light mais avec énormément de plaisir! C'est bientôt l'été alors on suit ses conseils gastronomiques et gourmands pour perdre nos petits kilos en trop mais en se régaland! Vous pouvez commander ce livre en cliquant sur la photo ci-dessous:

# ZÉRO GRAS

Jean-François



PIÈGE



Plus de

**50 RECETTES**

lightes et gourmandes qui ont fait leurs preuves

**hachette**  
CUISSINE

Zéro gras

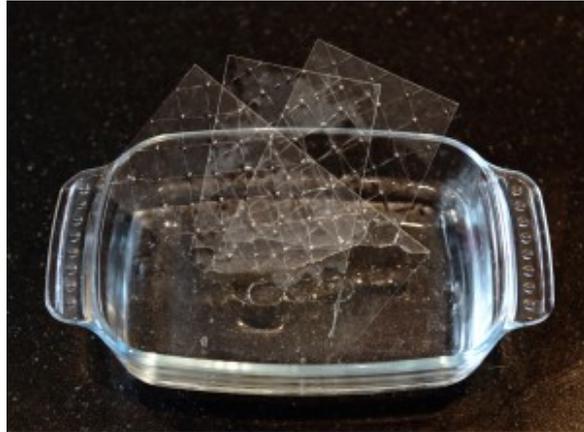
Une autre astuce et recette pour une béarnaise light et sans beurre selon Michel Guérard? Cliquez [ici](#) pour la recette...

## Ingrédients pour un bol de sauce

- 4 feuilles de gélatine
- 50 cl de bouillon de légumes
- une cuillerée à soupe de moutarde
- un jaune d'œuf
- une cuillerée à soupe de vinaigre de vin ou de jus de citron
- sel et poivre

# Préparation

- Faites tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide pendant quelques minutes. N'utilisez pas d'eau tiède ou chaude car la gélatine fondrait complètement ce qui n'est pas le but: les feuilles doivent ramollir mais pas fondre.



Hydratez les feuilles de gélatine

- Faites chauffer votre bouillon de légumes.



Faites chauffer votre bouillon de légumes

- Essorez les feuilles de gélatine en les compressant dans votre main et versez-les dans le bouillon chaud. Mélangez pour bien dissoudre la gélatine et laissez

prendre au frigo.



Laissez prendre le bouillon  
au frigo

- Quand la gélatine est bien prise, mixez la gelée pour obtenir une texture bien lisse et homogène.



Mixez la gelée pour obtenir  
une texture bien lisse et  
homogène



La texture doit être homogène

- Dans un bol versez la moutarde, le jaune d'œuf et le vinaigre et fouettez pour bien mélanger. Ajoutez alors la gelée progressivement (comme vous feriez avec l'huile pour une véritable mayonnaise) et montez la » mayonnaise » au fouet jusqu'à l'obtention d'une texture onctueuse... Rectifiez l'assaisonnement et c'est prêt!

Cette mayonnaise est bien sûr moins calorique qu'une mayonnaise classique mais elle est tout aussi bonne! Vous retrouverez le goût de la mayonnaise. Toutefois sa texture sera différente , un petit peu moins onctueuse que celle que vous dégustez habituellement.



Montez la » mayonnaise » au fouet



La « mayonnaise » sans huile de Jean François Piège

---

## Mon aïoli basse température

Mon Aïoli basse température! Tout un programme de gourmandise...L'aïoli est un plat que j'affectionne particulièrement. Et pas seulement parce que je suis originaire du sud de la France! C'est un plat très goûteux, facile à faire qui convient parfaitement aux grandes réunions de famille ou de copains car on peut le préparer en grande partie la veille: donc le jour J, il ne reste que très peu de travail à effectuer et on profite pleinement de ses invités.

Je vous en propose bien sûr une version basse température qui va comme d'habitude en sublimer les saveurs et vous obtiendrez des légumes parfaitement cuits, à la fois fermes mais

parfaitement cuits et savoureux ainsi qu'un poisson bien parfumé. Pour plus d'informations sur la cuisine sous vide basse température cliquez [ici](#).

Commencez la recette la veille : il vous faut en effet congeler le fumet de poisson. Les légumes peuvent être également préparés la veille, de même que la sauce aïoli. Vous pouvez aussi préparer les chips d'encre de seiche par avance et les réserver dans une boîte hermétique. Mettez le poisson sous vide la veille mais cuisez-le juste avant de servir...Un peu avant le service n'oubliez pas de préchauffer vos assiettes de présentation au four à 70° en même temps que vous réchaufferez vos légumes cuits sous vide la veille.



Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.



Mon aïoli basse température

## **Ingrédients pour Mon aïoli basse température (4 personnes)**

- 800 g de dos de cabillaud
- 4 carottes
- 5 pommes de terre
- un petit brocoli
- une courgette
- 20 cl de fumet de poisson
- 4 gousses d'ail
- huile d'olive

Pour la sauce aïoli

- 50 g de pommes de terre cuites
- une ou deux gousses d'ail cru ( selon votre goût...)
- 4 gousses d'ail cuites (celles que vous aurez fait cuire

- avec les pommes de terre)
- 2 jaunes d'oeuf
- 20 cl d'une très bonne huile d'olive
- sel et poivre

Pour les chips d'encre de seiche

- 4 g d'encre de seiche
- 20 g de beurre
- 20 g de farine
- 20 g de blanc d'œuf

## Matériel

Pour plus d'informations sur la cuisine sous vide basse température cliquez [ici](#).

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche d'excellente qualité je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant [ici](#) et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo "**Gourmantissimes50**"



Home de Multivac

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez en trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:



Aicok Cuiseur Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

## Préparation

### Pour la garniture

- Préparez 20 cl de fumet de poisson maison ou utilisez du fumet du commerce. Congelez ces 20 cl de fumet: il faut absolument congeler le fumet pour lui éviter d'être aspiré par votre machine sous vide lorsque vous mettez

les sachets de cuisson sous vide...



Congelez ces 20 cl de fumet

- Épluchez et dégermez les 4 gousses d'ail. Coupez-les en deux.



Épluchez et dégermez les 4 gousses d'ail

- Épluchez les pommes de terre. Coupez-les en tronçons d'environ deux centimètres.



Coupez les pommes de terre en tronçons d'environ deux centimètres

- Versez une cuillerée d'huile d'olive et une bonne pincée de sel dans un grand bol avec les tronçons de pommes de terre. Mélangez bien.



Versez deux cuillerées d'huile d'olive et une bonne pincée de sel dans un grand bol avec les tronçons de pommes de terre

- Mettez les pommes de terre sous vide avec la moitié du fumet de poisson congelé, une pincée de poivre et les 4 gousses d'ail. Cuire au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur 1 heure à 90°. A la fin de la cuisson plongez le sac dans l'eau froide. Réservez.



Mettez les pommes de terre  
sous vide

- Épluchez les carottes. Mettez-les sous vide avec un quart du fumet de poisson congelé, une petite noix de beurre, une pincée de sel et de poivre. Réservez: vous allez préparer les courgettes et vous cuirez courgettes et carottes en même temps.



Mettez les carottes sous  
vide

- Coupez la courgette en quatre et à l'aide d'une cuillère ou d'un évideur ôtez le cœur qui contient les graines: elles n'ont pas d'intérêt ni gustatif, ni diététique et vont rendre beaucoup d'eau à la cuisson.



Coupez la courgette en quatre

- Coupez la courgette en morceaux.



Coupez la courgette en morceaux

- Mettre la courgette sous vide avec le dernier quart de fumet de poisson congelé, une noix de beurre, sel et poivre. Cuire ensemble le sachet de courgette et celui de carotte au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur à 85° pendant 1 heure. A la fin de la cuisson plongez les sacs dans l'eau froide.



Mettre la courgette sous vide

- Détaillez le brocoli en petites sommités. Puis cuisez-le à la vapeur pendant 20 mn. Le brocoli est le seul élément qui ne sera pas cuit basse température. En effet il sera écrasé lors de la mise sous vide...Il vaut mieux opter pour une cuisson traditionnelle pour ce légume.
- Quand tous les légumes sont cuits disposez-les dans un plat. Vous les réchaufferez au four à 80° pendant 30 mn avant de servir. N'oubliez pas de mettre de côtés les gousses d'ail cuites avec les pommes de terre pour la confection de votre sauce aïoli.

### **Pour les chips d'encre de seiche**

- Dans un bol mélangez bien tous les ingrédients de la tuile.



Dans un bol mélangez bien tous les ingrédients de la tuile

- A l'aide d'une spatule étalez finement la pâte sur une surface non adhésive. Et enfournez à 170° pendant 15 minutes.



A l'aide d'une spatule étalez finement la pâte sur une surface non adhésive

- La tuile est prête: elle se détache facilement. Attendez qu'elle soit refroidie pour la casser en morceaux; réservez-la dans une boîte hermétique.



La tuile est prête: elle se détache facilement

### Pour la sauce **aïoli**

- Dans un mortier écrasez **vraiment finement** 50 g de pommes de terre cuites, les quatre gousses d'ail (cuites avec les pommes de terre), une ou deux gousses d'ail crues: le mélange doit être bien homogène.



Le mélange doit être bien homogène

- Puis ajoutez les jaunes d'œuf. Incorporez alors l'huile d'olive: au début commencez par un filet très fin puis au fur et à mesure que la mayonnaise prend vous pouvez augmenter le filet. Assaisonnez en sel et poivre selon votre goût. Vous pouvez ajouter un peu de moutarde si vous le désirez mais elle ne fait pas partie de la recette traditionnelle...Réservez au frais.



Montez comme une mayonnaise

### **Pour le cabillaud**

- Badigeonnez le cabillaud avec un peu d'huile d'olive. Salez et poivrez.



Tronçonnez le filet de cabillaud

- Mettez les morceaux de cabillaud sous vide. Vous pouvez effectuer cette opération la veille et réserver le sachet au frigo; vous cuirez le poisson le jour même juste avant de servir (la cuisson est de 20 minutes à 54° au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur).



Mettre le cabillaud sous vide

## Dressage

- Réchaufferez les légumes au four à couvert à 70° pendant 30 mn avant de servir. Préchauffez également vos assiettes à la même température. Disposez les légumes et le poisson préalablement détaillé dans les assiettes individuelles. Ajoutez les chips d'encre de seiche et pochez des points d'aïoli sur le tout.



Mon aïoli basse température



Mon aïoli basse température



Mon aioli basse température

---

## Soufflé de saumon à l'oseille

Le saumon à l'oseille est un plat gastronomique français emblématique que le chef Pierre Troisgros a créé en 1962. Et c'est enfin la saison de l'oseille: je viens juste d'en cueillir les premières feuilles dans mon petit potager. Comme j'adore cette association saumon et oseille, j'ai eu envie de revisiter ce plat en le présentant sous forme de soufflé. Voici donc mon Soufflé de saumon à l'oseille!



Soufflé de saumon à l'oseille

## Ingrédients pour 4 personnes

- 30 g de saumon fumé et une petite tranche entière
- 30 g de saumon frais
- environ 100 g de feuille d'oseille. Vous aurez besoin de 40 g de feuilles d'oseille pour le soufflé et 40 g pour la chiffonnade, feuilles d'oseille dont vous aurez ôter la tige centrale...
- 10 g d'échalote ciselée
- 40 g de parmesan râpé
- 75 g de beurre ( 50 g et 25 g)
- 50 g de farine
- 25 cl de lait
- 4 jaunes d'œuf et 5 blancs
- sel, poivre
- huile d'olive
- vinaigre parfumé au citron

# Préparation

- Ciselez l'échalote.



Ciselez l'échalote

- Coupez le saumon frais et le saumon fumé en petits morceaux (n'oubliez pas de garder une tranche entière de saumon fumé pour le dressage).



Coupez le saumon fumé et le saumon frais en petits morceaux

- Ôtez la tige centrale des feuilles d'oseille et ciselez les feuilles grossièrement. Gardez la moitié des feuilles (40 g) pour la chiffonnade que l'on préparera au dernier moment.



Ôtez la tige centrale des  
feuilles d'oseille

- Faites revenir l'échalote à la poêle avec un peu de  
beurre puis rajoutez le saumon frais et le saumon fumé.



Faites revenir l'échalote à  
la poêle avec un peu de  
beurre puis rajoutez le  
saumon frais et le saumon  
fumé

- Puis ajoutez les feuilles de d'oseille (20 g).



Puis ajoutez les feuilles de d'oseille

- Versez alors le lait et portez à ébullition. A ébullition stoppez le feu et recouvrez la casserole de film alimentaire pour laisser la préparation infuser pendant 15 mn.



A ébullition stoppez le feu et recouvrez la casserole de film alimentaire

- Puis mixez le tout en ajoutant le parmesan râpé.



Puis mixez le tout en ajoutant le parmesan râpé

Pendant ce temps préparer la base du soufflé:

- Faites fondre 50 g de beurre dans une casserole. Ajoutez la farine et laissez cuire 2 mn.



Faites fondre 50 g de beurre dans une casserole



Laissez cuire 2 mn

- Ajoutez alors la préparation mixée (lait, saumon, oseille, parmesan). Mélangez en permanence pour éviter la formation de grumeaux. Laissez cuire toujours en remuant pendant environ 5 mn. La sauce doit avoir la consistance d'une béchamel. Salez et poivrez.



Mélangez en permanence pour éviter la formation de grumeau

- Laissez refroidir légèrement et ajoutez les jaunes d'œuf un par un à l'aide d'une spatule.



Laissez refroidir légèrement et ajoutez les jaunes d'œuf un par un à l'aide d'une spatule

- Montez alors les blancs en neige.



Montez les blancs d'oeuf en neige

- Incorporez délicatement les blancs à l'appareil à soufflé.



Incorporez délicatement les blancs à l'appareil à soufflé

- Versez 20 g de feuilles d'oseille ciselées dans l'appareil à soufflé. Mélangez bien et mettez la préparation dans une poche à douille.



Ajoutez l'oseille



Mettez la préparation dans une poche à douille

- Beurrez les moules à soufflés à l'aide d'un pinceau et remplissez-les aux 3/4 avec la préparation.



Beurrez les moules à soufflés à l'aide d'un pinceau



Remplissez-les aux 3/4 avec la préparation

- Enfournez à 200° pendant 25 mn. Surtout n'ouvrez pas la porte du four avant la fin de la cuisson.



Enfounez les soufflés à 200° pendant 25 mn

## Dressage

- Mélangez le restant ( 40 à 50 g) des feuilles d'oseille coupées en chiffonnade avec l'huile d'olive et le vinaigre. Salez et poivrez. Puis détaillez la tranche de saumon fumé en lanières de manière à les enrouler sur elles mêmes pour former des petites fleurs.



Mélangez le restant des feuilles d'oseille coupées en chiffonnade avec l'huile d'olive et le vinaigre

- Dressez la chiffonnade d'oseille et une fleur de saumon fumé sur l'assiette.



Dressez la chiffonnade d'oseille et une fleur de saumon fumé sur l'assiette

Quand les soufflés sont prêts disposez-les à côté de la chiffonnade et servez immédiatement: les soufflés ne souffrent pas de retard!



Soufflé de saumon à l'oseille