

Croquant de tartare végétal et sa vinaigrette tomatée

Envie d'une salade fraîche, croquante, savoureuse et originale? En voici une qui accompagnera avec délice vos belles soirées d'été.

Elle est inspirée d'une recette du talentissime chef Christophe Hardiquet du restaurant Bon Bon à Bruxelles, deux étoiles et restaurant absolument exceptionnel: une expérience à vivre au moins une fois dans sa vie... Sa préparation n'est pas difficile: il vous faudra juste un peu de patience car son secret réside dans la découpe des légumes en fine brunoise.



Croquant de tartare végétal
et sa vinaigrette tomatée

Ingrédients: pour environ 5 personnes

- 30 g de carottes crues (une à deux carottes)
- 30 g de courgette crue
- 30 g de chou fleur cru
- 30 g de poivron cru
- 30 g de radis et deux ou trois radis supplémentaires
- 30 g de fenouil cru
- 30 g de petits pois frais
- 30 g de betterave cuite
- une cuillerée à café bombée de petits câpres

- Quelques pousses de salade
- 2 chips par personne
- une très bonne huile d'olive
- un bon vinaigre balsamique
- quelques gouttes de tabasco
- du concentré de tomate maison: j'insiste sur le « maison » car vous en perdriez l'âme de cette recette. Il vous faut donc faire une sauce tomate maison (voir la recette en cliquant [ici](#)) et de la réduire (la cuire à feu doux pour faire évaporer l'eau et la concentrer) jusqu'à obtention d'une purée. Il vous en faudra environ 3 cuillères à soupe de concentré « maison » pour la vinaigrette et deux pour le dressage dans l'assiette.



Réduire la sauce tomate

Préparation:

C'est parti pour la découpe des légumes!

- Écossez les petits pois et versez les dans une casserole d'eau froide. Portez à frémissement et cuire les petits pois environ deux minutes. Ils doivent rester croquants. Passez-les sous l'eau froide et réservez au frais.



Cuire les petits pois deux minutes dans l'eau frémissante

- Détaillez la betterave en fine brunoise. Attention: mettez des gants et un tablier car la betterave tache énormément.



Détaillez la betterave en fine brunoise

- Détaillez le poivron en fine brunoise.



Détaillez le poivron en fine
brunoise

- Détaillez les carottes en fine brunoise.



Détaillez les carottes en
fine brunoise

- A l'aide d'un petit couteau, prélevez sur toute la longueur des lanières de courgette d'environ 3 mm d'épaisseur. Détaillez ces lanières de courgette en fine brunoise.



Détaillez la peau de la
courgette en fine brunoise

- Détaillez le chou fleur en tout petits bouquets.



Détaillez le chou fleur en fine brunoise

- Détaillez le fenouil en fine brunoise.



Détaillez le fenouil en fine brunoise

- Détaillez les radis en fine brunoise.



Détaillez les radis en fine brunoise

Ouf! c'est y est vous avez tout découpé... Enfin presque: découpez encore deux radis en fines rondelles et laissez les tremper dans un petit peu d'eau froide.



Découpez deux radis en fines rondelles et laissez les tremper dans un petit peu d'eau froide.

- Égouttez les câpres.
- Mélangez tous les légumes dans un grand bol (sauf les rondelles de radis).



Mélangez tous les légumes dans un grand bol

- Il ne reste plus qu'à préparer la vinaigrette tomatée: commencez par **réserver** deux cuillerées à soupe de purée de tomate (pour le dressage).
- Puis dans un bol mélangez quatre cuillerées à soupe de

purée de tomate avec l'huile d'olive et le vinaigre: ajoutez-les progressivement selon votre goût en mélangeant bien. Ajoutez quelques gouttes de tabasco également selon votre goût et salez. Assaisonnez votre tartare de légumes avec quelques cuillerées à café de cette vinaigrette à la tomate: **attention** réservez au moins la moitié de la vinaigrette pour le dressage.



Mélangez la moitié de la vinaigrette et salade

Dressage:

- Égouttez les rondelles de radis.
- Au fond de l'assiette versez un peu de vinaigrette. Étalez la avec le dos d'un cuillère.



Au fond de l'assiette versez un peu de vinaigrette

- Déposez une belle cuillerée de tartare de légumes sur la

vinaigrette.



Déposez une belle cuillerée de tartare de légumes sur la vinaigrette

- Puis déposez harmonieusement les rondelles de radis, les pousses de salade et les chips.



Puis déposez harmonieusement les rondelles de radis, les pousses de salade et les chips

- Terminez en plaçant des petits points de purée concentrée de tomate.



Terminez en plaçant des
petits points de purée
concentrée de tomate

Vous n'avez plus qu'à croquer...



Croquant de tartare végétal
et sa vinaigrette tomatée

Et voici la version originale du chef Christophe Hardiquet:



Restaurant Bon Bon

453 avenue de Tervueren

1150 Bruxelles

+ 32 (0)2 346 66 15

www.bon-bon.be

Gelée de citron à la verveine

Aujourd'hui voici une délicieuse gelée au citron qui est une aide culinaire précieuse. J'en ai toujours dans mon frigo car elle sublime vos yaourts, glace vos tartes d'une gelée transparente beaucoup plus pepsy que la gelée de coing, accompagne sublimement un cake, une brioche ainsi que vos tartines du petit déjeuner...Elle agrmente également une vinaigrette (juste une cuillerée qui va transformer un condiment de tous les jours en une sublime sauce pour vos

crudités), accompagne gaiement un foie gras ou un pâté.

Ingrédients:

- 3 citrons coupés en petits morceaux
- 110 g d'eau
- 200 g de jus de citron (comptez quatre à 5 citrons...)
- 300 g de sucre (si vous désirez une gelée qui se tienne comme une confiture utilisez un sucre spécial confiture qui contient de la pectine)
- un beau bouquet de verveine fraîche si possible ou de la verveine séchée (15 g, en magasin bio). Le résultat sera bien meilleur avec de la verveine fraîche: profitez en c'est la saison!

Matériel:

- un thermomètre de cuisson

Préparation:

- Taillez les 3 citrons en petits dés.
- Pressez les citrons restants pour obtenir 200 g de jus.
- Versez le jus dans une casserole avec les dés de citron et la verveine. Portez à frémissement et couvrez. La cuisson est terminée lorsque les dés de citron se défont et sont bien tendres.
- Ajoutez alors le sucre et l'eau.
- Cuire à 102 ° sans couvercle. Il vous faut surveiller avec un thermomètre de cuisson. Dès que la température est atteinte, ôtez du feu.
- Filtrez alors au travers d'une passoire fine en appuyant bien avec une cuillère.
- Vous n'avez plus qu'à remplir vos pots de cette gelée et mettre au frais (vos récipients doivent être bien propres).

Je publierai bientôt un dessert rafraîchissant à base de cette recette et de fruits rouges. Voici déjà la photo pour vous mettre l'eau à la bouche!



Spare ribs basse température et roties au barbecue, sauce à l'orange

C'est l'été! Donc profitons au maximum de notre jardin et surtout de notre barbecue. Ces Spare ribs, préalablement préparés basse température avant de finir en cuisson au barbecue sont d'une tendresse exceptionnelle. Accompagnés de leur sauce à l'orange et d'un taboulé rafraîchissant ils feront le délice de toute la tablée!



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](#).

Ingrédients pour les Spare Ribs (8 personnes)

Pour les travers et la marinade (la recette de la marinade est tiré de l'excellent livre de Bernard Laurence » Le grain de sel de Bernard »).

- 3 kg de travers de porc
- 300 g de miel ou de sirop d'érable
- 100 g de cassonade
- 50 g de ketchup
- 120 g de whisky
- une cuillerée à soupe de paprika fort
- une cuillerée à café de sauce Worcestershire
- 25 g de vinaigre de riz

Pour la sauce à l'orange:

- oranges (en tout il vous faudra 120 g de jus et le zeste des oranges que vous aurez pressées)
- 125 g de sucre de palme
- 10 g de sauce soja salée
- 10 g de sauce soja sucrée
- poivre du timut (vous pouvez vous en procurer sur le site suivant: **thiercelin1809**)

Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.
- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche de bien meilleure qualité (et qui vous permettra aussi de mettre des liquides sous vide) 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**"
- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

Préparation:

Le porc va donc cuire pendant 18 h basse température. Puis il sera plongé quelques heures dans la marinade et vous terminerez la cuisson en le grillant au barbecue. Donc commencez la cuisson basse température la veille du repas!

Commencez par préparer la marinade:

- Mettez tous les ingrédients dans un mixeur et mixez les.
- Puis coupez vos travers de porc en quatre portions chacun. A l'aide d'un pinceau badigeonnez les de la marinade. Attention n'en mettez pas de trop car sinon cela posera un problème: lors de la mise sous vide la marinade superflue risque d'être aspirée par la machine à mettre sous vide et de l'encrasser.
- Mettez les travers sous vide à l'aide de votre scelleuse.
- Cuire les Spare Ribs 18 heures à 68°.
- Lorsque les Spare Ribs sont cuits, déposez les dans un grand plat et enrobez les de la marinade restante. Filmmez le plat et mettre au frais 4 heures.

Passons à la préparation de la sauce à l'orange: vous pouvez

la préparer la veille.

- Râpez le sucre de palme à l'aide d'un robot mixeur: il est assez dur donc le râper à la main est assez fatiguant.
- Zestez les oranges.
- Puis pressez les pour obtenir 120 g de jus.
- Mettez tous les ingrédients de la sauce dans une casserole (sauf le poivre que vous ajouterez en fin de cuisson). Portez la à ébullition pendant 3 à 5 minutes. Surveillez bien la cuisson pour qu'elle ne cuise pas de trop et se mette à caraméliser: cela amènerait un petit gout amer pas très agréable.
- Puis réservez la sauce au frais. Vous pouvez selon votre goût filtrer la sauce si vous le désirez ou garder les petits morceaux de zeste. N'oubliez pas de la poivrer.
- Vous n'avez plus qu'à préparer les braises de votre barbecue et cuire les Spare Ribs quelques minutes pour qu'ils prennent une jolie coloration et ce petit gout fumé typique de la cuisson au barbecue!



Servez les avec la sauce et un petit taboulé..



Lotte au gingembre, shitakés et sauce teriyaki ananas, chips de riz (recette basse température)

Voici cette semaine une recette à la fois facile et goûteuse grâce à sa petite sauce teriyaki asiatique originale que vous allez pouvoir faire maison. Avec un beau dressage vous allez en faire de cette Lotte au gingembre un plat gastronomique! Pour ceux qui ne possèdent pas de matériel spécial pour faire un cuisson sous vide basse température je vous propose une cuisson de la lotte au four, plus traditionnelle: il vous faudra cependant un thermomètre de cuisson.

Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleures 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 » , « Ma

cuisine basse température-Tome 4 » et enfin « Ma Cuisine basse Température, Best Of- Tome 5 » 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](#)
- Pour le Tome 4, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 5, cliquez [ici](#)

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

Ingrédients: (pour 4 personnes)

- 2 queues de lotte d'environ 400 grammes chacune. Demandez à votre poissonnier d'enlever la peau qui est assez élastique.
- 10 gros shitakés
- un morceau de gingembre frais (environ 1 cm de racine)
- 4 cébettes (oignons jeunes)
- huile de sésame
- 1 gousse d'ail
- un petit piment rouge
- feuilles de shiso (facultatif mais si vous en trouvez c'est un grand plus pour le plat... Vous pouvez en commander chez votre primeur)

Pour la sauce teriyaki:

- un ananas: vous aurez besoin de 200 grammes d'ananas frais
- 5 cl de sauce huître
- 15 cl de sauce soja sucrée
- 10 cl de sauce soja traditionnelle
- deux gousses d'ail
- une cuillerée à café rase de gingembre râpé

Pour la chips de riz:

- 60 g de riz cru (type basmati)

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.
- 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:

Matériel si vous ne possédez pas de matériel sous vide basse température:

- un thermomètre de cuisson

Préparation

- Réhydratez les shitakés dans un bol d'eau chaude pendant une heure.

Pendant ce temps préparez la sauce teriyaki (vous pouvez la préparer la veille et la réchauffer juste avant de servir)

- Coupez les deux extrémités de l'ananas (la base et la couronne).
- Puis retirez la peau à l'aide d'un grand couteau. Ôtez bien les « yeux ».
- Coupez quelques tranches (200 g) que vous détaillerez en lanières puis en petits dés (brunoise). Versez cette brunoise d'ananas dans une casserole avec la sauce huître , le soja sucré et salé. Râpez dedans les deux gousses d'ail et l'équivalent d'une petite cuillerée de

gingembre.



- Faites cuire à feu doux et à couvert pendant 1 h.
- La cuisson terminée passez le tout au travers d'un chinois en écrasant bien l'ananas avec une spatule.
- Mixez la sauce dans avec un tiers de l'ananas qui vous reste dans le chinois.
- Reversez la sauce dans une casserole et faites la réduire pendant quelques minutes jusqu'à ce qu'elle devienne légèrement sirupeuse. Réservez.

Les chips de riz

- Faites cuire le riz et prolongez le temps de cuisson conseillé de 10 minutes: votre riz doit être trop cuit et un peu collant. Égouttez le et salez le bien.
- Déposez le riz sur une feuille anti adhésive ou un silpat.

- Recouvrez d'une feuille de papier cuisson et étalez au rouleau. Le riz doit alors s'écraser et s'étaler en une fine couche. Ôtez délicatement la feuille de papier cuisson du dessus.
- Passez le riz au four à 220° pendant environ 8 mn. Puis à l'aide d'une spatule retournez la plaque de riz: cette dernière doit être assez desséchée pour pouvoir être retournée; si ce n'est pas le cas poursuivez un peu la cuisson.
- Cuire encore quelques minutes: la plaque de riz doit être légèrement dorée. Sortez-la alors du four et laissez refroidir. Vous pouvez alors la rompre en plusieurs morceaux croustillants. Réservez.

La préparation et cuisson de la lotte: c'est un poisson qui n'a pas d'arrêtes mais une sorte de colonne vertébrale. Il est donc facile de lever les filets en passant votre couteau de chaque côté de cette arête dorsale.

- Râpez le gingembre dans un bol contenant deux cuillerées à soupe d'huile de sésame.
- Massez vos filets avec ce mélange.
- Mettez vos filets de lotte sous vide. Cuire basse température à 52° pendant 25 minutes.
- **Si vous ne possédez pas de matériel spécial pour faire un cuisson sous vide basse température** chauffez votre four à 70° et cuisez la lotte environ une demi heure en l'arrosant régulièrement avec le mélange huile de sésame/ gingembre. Surveillez la cuisson en utilisant un thermomètre de cuisson. Piquez l'aiguille dans le poisson: la température à cœur doit atteindre 53°. A ce moment votre poisson est cuit. Baissez alors le four à 50° en attendant de servir.

Préparation de la garniture: préparez la pendant la cuisson de la lotte.

- Coupez les cébettes en fines rondelles. Réservez.
- Coupez le piment en deux et ôtez les graines: ce sont elles qui sont très piquantes. Comme les cébettes coupez le piment en fines lamelles. Réservez.
- Dans une poêle torréfiez les graines de sésame à sec pendant quelques minutes. Réservez.
- Ôtez les pieds des champignons et coupez les champignons en lamelles.
- Faites revenir les champignons dans une poêle avec un peu d'huile de sésame et un peu d'ail râpé. Salez en fin de cuisson. Réservez.

Dressage:

- Réchauffez la sauce si vous l'avez préparée la veille.
- Disposez une feuille de shiso dans l'assiette et déposez un filet de lotte dessus.
- Parsemez le filet de lamelles de cébette et piment.
- Puis déposez les champignons sur le côté du filet de lotte.
- Versez la sauce sur la lotte et les champignons et disposez quelques points de sauce autour des champignons.
- Parsemez de graines de sésame et finissez en dressant une ou deux chips de riz le long du filet de lotte.

Alors cela ne vous met pas en appétit??

Avis et commentaires

Je viens de me rendre compte que depuis quelques semaines vous ne pouvez plus poster de commentaires sur les articles de Gourmantissimes. Cela est dû à un bug informatique qui vient d'être réglé. Donc à vos claviers! N'hésitez pas à me faire part à nouveau de vos commentaires et avis pour un meilleur partage de notre passion commune: la cuisine et la gourmandise!

A bientôt pour de nouvelles recettes...

Marguerite aux noisettes

Ce petit gâteau est connu sur internet sous le nom de « fleur au Nutella ». Il tient son originalité grâce à un pliage particulièrement joli qui lui confère une forme très originale et spectaculaire. Il est généralement présenté en grand format et réalisé avec une pâte à brioche.

Je le trouve beaucoup plus mignon en format petite tartelette.

Et gustativement je le préfère nettement avec une pâte feuilletée qui va accentuer sa forme et j'y rajoute des éclats de noisettes pour amener le croquant en plus du croustillant de la pâte (c'est-y pas gourmand tout ça!).

C'est une recette simplissime et très rapide à faire (10 mn de préparation et 12 mn de cuisson). Vous allez devenir la reine du goûter aux yeux de vos enfants grâce à ces petites marguerites aux noisettes!

Ingrédients (pour trois à quatre marguerites)

- une pâte feuilletée du commerce. Vous pouvez aussi la

commander également chez votre pâtissier (elle sera meilleure) ou la faire vous même.

- une très bonne pâte à tartiner à la noisette: choisissez en une sans huile de palme! Beaucoup de bons pâtissiers vous en proposent à l'achat.
- des noisettes

Matériel:

- Cercle d'environ 8 cm de diamètre (ou un verre du même diamètre) pour la découpe de la pâte

Préparation:

- Mettez une poignée de noisettes dans un sachet plastic et écrasez les à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Réservez une noisette entière par marguerite.
- Détaillez votre pâte feuilletée en petits ronds grâce au cercle. Il vous faut trois ronds de pâte par marguerite.
- Déposez les premiers ronds de pâte sur une feuille de papier cuisson ou un silpat. A l'aide d'une spatule recouvrez les de pâte à tartiner.
- Saupoudrez chaque rond avec des éclats de noisette.
- Recouvrez chaque rond d'un autre rond de pâte. Recommencez l'opération: pâte à tartiner et noisettes.



- Rejoignez alors les extrémités des deux languettes pour les coller ensemble.
- Faites de même avec toutes les languettes restantes. Vous allez obtenir une belle étoile. Posez alors une noisette entière sur le centre de l'étoile.
- Passez les étoiles au four pendant environ 12 mn à 180°. Surveillez la cuisson: au besoin rajoutez 2 ou trois minutes de cuisson. Les étoiles vont alors gonfler et se transformer en jolies fleurs dont vous pourrez effeuiller les pétales comme une marguerite! Regardez comme elles sont magnifiques à la sortie du four...



Le petit plus:

Ces marguerites sont également excellentes en version caramel... Remplacez la pâte à tartiner par du caramel beurre salé et les noisettes par des amandes. Miam! Un régal.

Vous pouvez tout à fait réaliser ces marguerites en version salée pour l'apéritif en remplaçant la pâte à tartiner sucrée par une crème d'artichaut, une crème de poivron, une tapenade et les noisettes par des pignons ou des cacahuètes... Faites jouer votre imagination!

Déjeuner pur bonheur au restaurant « Bon Bon », Bruxelles

Aujourd'hui je vous invite à une ballade gastronomique absolument divine au restaurant « Bon Bon » du chef Christophe Hardiquet. Il est rare de faire une telle découverte...

Dans cette très jolie maison vous dégusterez des plats qui atteignent la perfection culinaire accueilli par une équipe aux petits soins à la fois joviale, efficace sans obséquiosité.

J'ai été subjugué par le choix, l'excellence, la fraîcheur et la « simplicité » des plats. Tout est étudié dans le détail : même les couverts sont magnifiques et originaux.

Je suis allée de surprise en surprise et me suis laissée guider par le chef et son menu expérimental. A la vue des photos ci dessous la quantité peut paraître énorme mais chaque plat est une véritable oeuvre d'art à la fois visuelle et gustative et les portions sont adaptées au nombre de plats du

menu que vous choisissiez. L'ensemble était tout simplement exceptionnel. Le menu était imposé mais cela m'a permis de goûter des plats que je n'aurais certainement pas choisis et d'en être très agréablement surprise (moi qui déteste les huîtres j'ai été transportée par les bonbons d'huîtres à la gelée de livèche...).

Les associations mets et vins élaborées par le sommelier sont délicieuses. J'ai ainsi dégusté un vin de rhubarbe et un alcool japonais sublimes (un yuzu komachi, pur bonheur).

A noter également, un somptueux plateau de fromages...

Le budget est conséquent mais tout est simplement exceptionnel et la perfection a un prix.

Voici un reportage des plats du menu. Mes descriptions seront certainement fort réductrices par rapport à la joie ressentie par mes petites papilles lors de ce repas...

Commençons par les amuse-bouches: différentes petites tartelettes (carottes oranges, petite ratatouille aux anchois, petits pois menthe)

Puis une meringue au sésame, mousse de poivron et chorizo.

Suivi par un gaspacho de fenouil, concombre et pastis...

Puis un granité de radis roses

Et on fini les amuse-bouches avec une tuile au parmesan, tartare d'oseille, asperge et céleri mariné aux agrumes.

Et on attaque les choses sérieuses à savoir les plats du menu!

Suchis croustillants de maquereau sur riz soufflé accompagné de ce délicieux vin japonais (yuzu komachi)

Tartare de légumes, sauce anglaise

Le plat signature du chef: Bonbons d'huître gelée de livèche.
Une tuerie, moi qui n'aime pas les huîtres... C'est là que l'on voit le talent d'un grand chef!

Tartelette sans fond d'artichaut

Oeuf parfait crème de chou fleur, tarama et caviar

Bar en croûte d'huître, couteaux, asperges et émulsion d'huître.

Caille basse température , épices tandori et sauce langoustine.

Crème de gorgonzola , granité de champagne

Et maintenant l' « avant dessert »:

Mousse fruit de la passion avocat et opaline en sucre

Et le dessert avant-gardiste étonnant, audacieux et savoureux:
Fontainebleau et ses meringues à l'aneth, coulis de concombre et sorbet à l'oseille

Et les mignardises (que j'ai dévorées en oubliant de les photographier...):

- Fausse bière de rhubarbe
- Financier au grué de cacao
- Guimauve au jet 27
- Tartelette aux noix de pécan

Inutile de vous redire que tout était sublime. Je suis revenue de ce voyage avec plein d'idées culinaires. Je vais donc essayer modestement dans les semaines à venir de vous proposer des recettes inspirées de ces plats merveilleux. Et le premier d'entre eux est la recette de **l'Oeuf parfait basse température, crème de choux fleur et tarama**. Vite à vos fourneaux!

Restaurant Bon Bon

453 avenue de Tervueren

1150 Bruxelles

+ 32 (0)2 346 66 15

www.bon-bon.be

Oeuf parfait basse température, crème de choux fleur et tarama

J'ai récemment eu l'occasion de déguster une repas sublime au restaurant Bon Bon de Bruxelles. Je vous en parlerai bientôt plus longuement; j'en suis revenue sur un petit nuage avec plein d'idée de recettes. Voici la première! Le chef nous a proposé un œuf basse température, merveille de douceur et de saveur. J'ai donc essayé de le reproduire au plus proche...C'est

délicieux, délicat et succulentissime. Alors régalez vous avec cet Oeuf parfait basse température, crème de chou fleur et tarama...



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.

Ingrédients: pour 6 personnes

- un petit chou fleur
- un oignon jaune
- 300 ml de lait
- un œuf par personne
- du tarama (chez votre poissonnier)
- un pot d'œufs de truite. Le chef a utilisé du caviar à la place des œufs de truite.
- sel, poivre et une pointe de curry
- quelques pousses de shiso pour le dressage

Matériel:

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

- Il faut impérativement être équipé d'un thermoplogeur pour cette recette car l'œuf est extrêmement sensible aux variations de chaleur: les modes de cuisson traditionnels ne pas assez stables en température. Toutefois vous pouvez remplacer l'œuf basse température par un œuf poché.
 - un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:
- Un siphon (facultatif)

Préparation:

- Plongez vos œufs dans votre cuve remplie d'eau et réglez votre thermoplongeur à 63°. Dès que la température est atteinte comptez 1 heure de cuisson. Vous pouvez sans problème laissez les œufs dans le bain marie 15 mn de plus pour les maintenir à température en baissant de un degré la température de cuisson. C'est l'avantage de ce mode de cuisson: la température idéale de cuisson atteinte votre aliment ne cuira pas plus: il est simplement gardé au chaud!

Pendant la cuisson des œufs préparez la crème de chou fleur.

- Pelez l'oignon et détaillez le en rondelles.
- Détaillez le chou fleur en sommités.
- Faites revenir les oignons dans une grande casserole avec un peu de beurre pendant environ 10 mn.
- Ajoutez les sommités de chou fleur et versez le lait. Cuire à feu doux 25 mn. Le chou fleur doit être bien tendre.
- Avec une écumoire prélevez le chou fleur.

- Mixez le finement sans rajouter de liquide. Vous pouvez maintenant l'assaisonner: sel, poivre et éventuellement une pointe de curry.

Dressage :

- Dans le fond d'un joli bol déposez une petite cuillerée à café de tarama.
- Sortez les œufs du bain marie et cassez les dans une assiette creuse. Servez vous d'une cuillère pour les déposer dans votre plat de présentation.
- Servez vous d'une cuillère pour les déposer dans votre plat de présentation.
- Recouvrez de crème de chou fleur tiède. Si vous désirez une crème encore plus aérienne, utilisez un siphon pour le dressage de la mousse. Vous pourrez ainsi garder votre mousse au chaud jusqu'au moment de la servir. Pour en savoir plus sur l'utilisation de préparations chaudes au siphon, cliquez [ici](#).
- Puis posez une cuillerée à café rase d'œufs de truite (ou de caviar pour un jour de fête).
- Terminez par une pousse de shiso. Vous avez plus qu'à déguster: vous serez au paradis des gourmets...

Je ne résiste pas à l'envie de vous montrer l'œuf parfait du chef Christophe Hardiquet servi dans sa coquille...Le chef a utilisé du caviar à la place des œufs de truite de mon interprétation.

Restaurant Bon Bon

453 avenue de Tervueren

1150 Bruxelles

+ 32 (0)2 346 66 15

www.bon-bon.be

Gratin de pommes de terre au lard et oignons

Quand j'étais enfant, ma grand mère paysanne nous faisait très souvent ce gratin de pommes de terre que j'adorais. J'ai appris récemment que ce gratin s'appelle en réalité des « Pommes boulangères ».

Je suis ravie d'en avoir retrouvé la recette dans l'excellent livre « Le grand cours de cuisine Ferrandi: L'école française de gastronomie » que je vous recommande. Et surtout le résultat est identique en tous points à mon souvenir d'enfance...

Ingrédients (pour environ 6 à 8 personnes)

- 1,5 kg de pommes de terre (chair ferme)
- 150 g d'oignons
- tranches fines de lard (une bonne vingtaine)
- 1 litre de bouillon de viande ou de volaille
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- beurre
- thym
- laurier

Préparation

- Commencez par éplucher les oignons et taillez-les en fines lamelles.
- Puis faites les revenir à feu doux dans une poêle avec

du beurre avec le thym et le laurier. Laissez compoter à feu doux, puis réservez.

- Coupez les tranches de lard en morceaux d'environ trois à quatre centimètres de long. Faites les revenir quelques minutes à la poêle.
- Épluchez les pommes de terre et taillez les en tranches régulières et fines (2 mm d'épaisseur). Si vous avez une mandoline utilisez la : vous aurez ainsi des tranches de la même épaisseur.
- Chauffez votre four à 180°.
- Garnissez le fond de votre plat de la compotée d'oignons après en avoir ôté les branches de thym et feuille de laurier.
- Puis recouvrez les oignons en intercalant les tranches de pommes de terre et les petits morceaux de lard.
- Versez alors le bouillon (dans lequel vous aurez ajouter la crème fraîche) sur toute la surface. Recouvrez en les pommes de terre.
- Enfournerez le plat pour 45 mn à 1 heure de cuisson. Vérifiez la cuisson des pommes de terre à l'aide de la pointe d'un couteau: cette dernière doit s'enfoncer facilement dans la tranche de pomme de terre.

Et voici un bon plat familial du dimanche à servir avec un poulet rôti, un gigot, une volaille de votre choix!

Dans la recette du livre de l'école Ferrandi les pommes de terre sont taillées à l'aide d'un emporte pièce pour qu'elles aient non seulement la même épaisseur mais aussi le même diamètre. Puis elles sont légèrement poêlées avant de les placer dans le plat. J'ai fait le choix de ne pas les tailler de manière aussi précise (c'est assez long à faire... mais le rendu visuel est parfait). Je ne les passe également pas au beurre à la poêle car je trouve que cela forme une petite

croûte à leur surface et les pommes de terre ont alors plus de mal à se gorger du bouillon pendant la cuisson au four. Ma grand mère rajoutait toujours de la crème fraîche juste avant d'enfourner: c'est pourquoi j'ai remplacé le beurre de la recette Ferrandi par la crème... Prix indicatif pour le livre: 49,95 euros

Chips de riz

Ces chips de riz sont faciles à réaliser. Très légères car elle ne sont pas frites, elles orneront de façon originale vos plats de poisson en apporteront un côté croustillant très intéressant. Vous pouvez également les proposer en apéritif en les aromatisant au piment d'Espelette ou du curry et en les servant avec un guacamole par exemple.

Ingrédients: (pour une dizaine de grandes chips)

- 60 grammes de riz (type basmati)
- sel

Préparation:

- Faites cuire le riz et prolongez le temps de cuisson conseillé de 5 minutes: votre riz doit être trop cuit. Égouttez le et salez le bien sinon la chips sera fade. Si vous le désirez vous pouvez également l'assaisonner avec du piment d'Espelette, du curry, de la cannelle ou du sucre (si vous les servez avec un dessert comme un riz au lait cela apporte le petit croquant original...).
- Déposez le riz sur une feuille anti adhésive ou un silpat.
- Recouvrez d'une feuille de papier cuisson et étalez au

rouleau. Le riz doit alors s'écraser et s'étaler en une fine couche. Ôtez la feuille de papier cuisson.

- Retirez délicatement la feuille de papier cuisson du dessus.
- Passez le riz au four à 220° pendant environ 8 mn. Puis à l'aide d'une spatule retournez la plaque de riz: cette dernière doit être assez desséchée pour pouvoir être retournée; si ce n'est pas le cas poursuivez un peu la cuisson. Cuire encore quelques minutes lorsque vous avez retourné la plaque de riz: la plaque de riz doit être légèrement dorée. Sortez la alors du four et laissez refroidir. Vous pouvez alors la rompre en plusieurs morceaux croustillants.

Avec du guacamole c'est délicieux! Mais n'hésitez pas à les servir avec d'autres plats de poisson comme ici ma « Lotte au gingembre, shitakés et sauce terriyaki ananas, chips de riz ». Pour la recette cliquez [ici](#).

Porc laqué aux cacahuètes sous vide basse température

Voici une recette qui vous demandera très peu de temps de travail pour un résultat exceptionnel grâce à la cuisson sous vide basse température. Un fois de plus vous allez être conquis par le moelleux ultra fondant de la viande cuite avec ce mode de cuisson.



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](#).

Ingrédients (pour 5 personnes)

- 1, 5 kg de rôti de porc (demandez à votre boucher de garder les os sur le rôti). Vous pouvez tout à fait remplacer le rôti par des spares ribs. Dans ce cas finissez la cuisson au barbecue et non au four: c'est super bon!
- 3 étoiles de badiane

Pour la marinade:

- 1,5 dl de vinaigre: prenez un excellent vinaigre rouge ou blanc. Vous pouvez également en choisir un parfumé (j'ai utilisé ici le vinaigre citron et pamplemousse de la marque » A l'Olivier »)

- 150 g de miel
- 2 cuillerées à soupe de soja sucré
- une cuillerée à soupe de mirin (vous en trouverez facilement dans les épiceries japonaises ou à votre supermarché au rayon asiatique)
- 2 cuillerées à soupe de beurre de cacahuète
- 3 étoiles de badiane
- une vingtaine de graines de poivre: n'hésitez pas à mélanger à la fois du poivre noir mais aussi des poivres plus spéciaux comme le poivre du thymut ou de sechuan.
- quelques graines de coriandre ou de cardamome

Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.
- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche de bien meilleure qualité (et qui vous permettra aussi de mettre des liquides sous vide) 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"**
- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

Préparation:

- Mettre tous les ingrédients de la marinade dans une casserole et faire fondre à feu doux pour que tout soit bien homogène. Puis laissez refroidir.
- Badigeonnez légèrement le rôti avec un peu de marinade. Réservez le reste de la marinade pour la fin de cuisson au four.

- Mettre le rôti sous vide avec les trois étoiles de badiane.
- Cuire le rôti sous vide basse température à 64° pendant 17 heures (j'ai bien marqué 17 heures: ce n'est pas une erreur!).
- Sortez le rôti du sachet puis badigeonnez le généreusement avec le reste de la marinade.
- Enfournerez à 170° pendant 10 à 15 mn. Surveillez la cuisson pour que cela ne caramélise pas trop. Et voilà le résultat: une viande ultra fondante et très parfumée...Vous allez vous régaler. Servez le par exemple avec des nouilles chinoises cuites à l'eau puis revenues à la poêle avec un poivron, une échalote, un oignon et quelques feuilles de basilic thaïlandais.





Terrine de porc et foie gras, pistaches et abricots

L'été va bientôt pointer son nez avec ses barbecues et grandes tablées entre amis. Quoi de mieux qu'une terrine pour un banquet ou un buffet! Voici cette succulente Terrine de porc succulente agrémentée de foie gras que vous pouvez réaliser soit en sous vide basse température soit de manière traditionnelle par une cuisson au four.

Je vous proposerai bientôt une autre terrine à base de poulet, tomates confites et poivrons servie avec une sublime vinaigrette à la tomate...

Vous aimez le foie gras? Retrouvez toutes les recettes à base de foie gras en cliquant [ici](#).

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



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](#)

Ingrédients

- 350 g de haché de porc (échine, gorge)
- 100 g de veau (épaule)
- 2 gousses d'ail
- thym citron frais (environ 3 cuillères à café)
- 1 belle échalote
- 2 œufs
- 30 g de noisettes
- 30 g de pistaches
- 60 g abricots secs
- 3 cuillères à soupe de cognac ou armagnac
- 4 escalopes de foie gras de canard crues
- sel, poivre

- de la crépine: la crépine est la membrane qui entoure les viscères du cochon. Très fine et translucide elle est utilisée pour maintenir les pâtés, terrines, paupiettes. N'oubliez pas de la rincer à l'eau fraîche et froide avant de l'utiliser.

Matériel

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



Préparation

- Coupez la viande (porc et veau) en morceaux. Et si ce n'est pas déjà fait, hachez les viandes avec mixeur ou

mieux un hachoir si vous en avez un . Mélangez et réservez le haché au frais.

- Torréfiez les noisettes et pistaches au four (180° quelques minutes). Surveillez bien la cuisson pour ne pas les faire brûler.
- Écrasez grossièrement les noisettes et pistaches refroidies. Pour plus de facilité enfermez les dans un sac plastic et écrasez les avec un rouleau à pâtisserie.
- Coupez les abricots secs en petits morceaux.
- Épluchez l'échalote et émincez la en petits cubes.
- Effeuillez le thym citron.
- Épluchez l'ail.
- Mettez dans un grand bol l'échalote, le thym et le cognac. Râpez l'ail au dessus.
- Ajoutez les 2 œufs, les noisettes, les pistaches, les morceaux d'abricot, la viande hachée, 2 cuillerées à café de sel et quelques tours de moulin à poivre. Bien mélanger et réservez au frais.
- Saisir les escalopes de foie gras à la poêle 2 mn de chaque côté. Salez et poivrez.
- Tapissez le fond de votre terrine de crépine.
- Versez la moitié du mélange viande hachée dans la terrine et égalisez avec une spatule. Déposez les tranches de foie gras par dessus.
- Puis rajoutez la moitié restante du mélange de viande. Égalisez le dessus avec une spatule. Puis refermez le dessus de la terrine en rabattant la crépine.
- Pour la cuisson deux méthodes:

– la traditionnelle: au bain marie au four à 150° pendant 1

heure 30

– sous vide basse température: mettre la terrine sous vide. Cuire à 68° au bain marie pendant deux heures et demi avec votre thermoplongeur.



- La cuisson terminée laissez la terrine refroidir. Démoulez la et déposez la sur un plat qui passe au four. Enfournez quelques minutes sous le grill pour dorer le dessus. Vous pouvez également la dorer sur toutes ses faces dans une poêle.



- Servez la terrine légèrement tiède avec une salade et un chutney au citron (voir la recette ci dessous).

Le petit plus:

Je la serre avec un chutney au citron et cardamome, une épice qui amène de la fraîcheur (attention le goût est assez fort).

Voici la recette:

Enveloppez trois citrons jaunes bio chacun dans du papier aluminium. Les cuire au four 1 heure à 200°. Puis ouvrez les citrons en deux et prélevez en la chair (ôtez les pépins). Versez la pulpe dans une petite casserole avec une cuillerée à soupe de Limoncello (alcool italien au citron), une cuillerée à café de sucre et les graines de 5 gousses de cardamome. Cuire deux à trois minutes. C'est prêt.

Où trouver le matériel pour la cuisson sous vide basse température?

En cuisine sous vide à basse température, vos aliments doivent être placés dans un sac en plastique dans lequel vous allez faire le vide. Puis la cuisson s'effectue dans un bain marie dont la température est maintenue de manière extrêmement stable (au 1/10 de degré près) grâce à un thermoplongeur.

Il est encore assez difficile de trouver dans le commerce traditionnel (magasins) le matériel spécifique à la cuisson sous vide basse température. Il existe toutefois un site français spécifique qui vous propose tout le matériel dont vous aurez besoin si vous désirez vous lancer dans l'aventure:

la-cuisine-sous-vide.com

Vous y trouverez aussi bien des machines sous vide, des thermoplongeurs, des sacs spécifiques pour ce type de cuisson, des thermomètres et sondes.



Pour vous équiper il vous faudra 2 types d'appareils.

1/ Les appareils à faire le vide par aspiration

Les professionnels utilisent des scelleuses sous vide à chambre très performantes avec lesquelles ils peuvent même mettre sous vide des liquides sans qu'ils soient « avalés » par l'aspiration: ces appareils sont extrêmement onéreux.

Heureusement vous pouvez trouver des appareils bien moins coûteux appelés scelleuses sous vide par aspiration.

C'est l'appareil le plus facile à trouver dans les magasins électroménager. Les marques les plus connues : Foodsaver, Easy Pro.



Les prix de ce type de machine (tous fabricants confondus) s'échelonnent de 60 à 300 euros selon les modèles. Vous les trouverez en France ou en Belgique dans n'importe quel magasin d'appareils électroménagers.

Vous ne pourrez pas mettre sous vide des liquides avec ce

type d'appareil (non professionnels). Pour éviter ces désagréments je vous conseille de congeler les liquides avant de les ajouter dans le sachet et de le souder.

2/ Les appareils de cuisson basse température:

Ce sont des thermoplongeurs.

Vous pouvez trouver des bacs avec thermoplongeur intégré mais le plus simple, au vu des prix qui ont bien baissés ces derniers mois, est d'utiliser un thermoplongeur que vous pourrez adapter directement sur un contenant de votre choix.

Le site **la-cuisine-sous-vide.com** vous propose le nouveau thermoplongeur SANSAIRE au prix de 214 euros 90.

C'est un appareil facile d'utilisation qui gère la température à 0,1 ° C près. La lecture numérique est clairement visible dans la lumière ou dans l'obscurité. Son moteur est très silencieux. Je l'ai utilisé et testé : il m'a donné entière satisfaction! C'est à ce jour l'appareil qui vous propose performance et qualité à un tarif imbattable .

Vous désirez en savoir plus sur la cuisine sous vide basse température et vous régalez avec les recettes basse température Gourmantissimes? Alors cliquez **ICI**.

