

Tempérage du chocolat , méthode sous vide et tellement plus facile!

Le tempérage du chocolat est une technique utilisée en pâtisserie. Elle permet d'obtenir un chocolat brillant, appétissant, à la texture lisse, bien croquant et qui se démoule sans problème. Bref une technique indispensable pour obtenir de belles bouchées ou décors en chocolat.

Je vous fait grâce des explications physiques et chimiques qui sont à l'origine de ce phénomène. Mais si vous faites simplement fondre votre chocolat et que vous le laissez refroidir, il ne sera pas brillant mais plutôt terne et mat . Il peut même présenter des petites marbrures blanches.

Il faut donc respecter au degré près une courbe de température précise pour le faire fondre et qui diffère en fonction du chocolat utilisé (noir, lait ou blanc). Il faut également utiliser du chocolat de couverture c'est à dire du chocolat à pâtisser et non des tablettes de chocolat à croquer.

Suivant les marques de chocolat les courbes de températures peuvent varier de quelques degrés: donc vérifiez toujours sur le paquet la courbe conseillée par le fabricant.

Pour le chocolat noir : 50/55° puis descendre à 28/29° et remonter à 31/32°

Pour le chocolat blanc : 45/50° puis descendre à 26/27° et remonter à 28/29°

Pour le chocolat au lait : 45/50° puis descendre à 27/28° et remonter à 29/30°

La technique traditionnelle est la suivante: on fait fondre le chocolat au bain marie jusqu'à atteindre une température maximale (par exemple pour le noir 55°). Puis une fois fondu

on en étale les 4/5 sur un marbre pour faire descendre la température à 28° en le travaillant à la spatule (cette technique est appelée le tablage). Les 28° atteints on remet le chocolat au bain marie avec le 1/5 restant: on mélange alors les deux masses pour revenir à 31°...Bref un peu complexe pour les amateurs que nous sommes.

C'est là qu'intervient le progrès! Grâce à la technique de la cuisson sous vide et maîtrisée de la basse température plus de souci ni de manipulation. Un avantage de plus pour cette technique que j'affectionne énormément.

Difficulté: très technique avec la méthode traditionnelle , plus facile avec le tempérage sous vide

Matériel:

1/Pour la mise sous vide

Il vous faut une machine à mise sous vide. Mais si vous n'en possédez pas suivez la méthode suivante qui est assez simple et donne de bons résultats sans matériel spécifique. Vous n'aurez besoin que de sachets conservation que l'on peut fermer hermétiquement (attention à acheter ceux qui se joignent en appuyant avec les doigts sur les deux côtés du sac et pas ceux que l'on zippe avec une sorte de petite fermeture éclair: ces derniers ne sont pas étanches).

Voici une photo qui vous permettra de faire la différence entre les deux types de sachet:

Le sachet bleu a une sorte de petite fermeture éclair: c'est le sachet à ne pas utiliser!

Le jaune se ferme par une simple pression sur les deux rainures: c'est le bon sachet!



choix du bon sachet

Et voici la technique en vidéo pour mettre sous vide votre sachet de chocolat sans matériel spécial! L'eau chasse l'air vers le haut selon le principe d'Archimède...c'est donc facile de faire le vide (presque aussi bien qu'avec une machine spéciale...).

2/Pour la cuisson :

Au niveau du matériel de cuisson il vous faudra un thermoplongeur (type Anova: voir l'article en cliquant [ici](#)) ou une machine type Sousvidesupreme qui permettent de maîtriser la température au degré près et surtout de la maintenir constante , sans variation. Ou si vous en possédez, vous pouvez également vous servir de votre robot Thermomix ou Kenwood Cooking Chef puisque vous pouvez régler ces appareils au degré près. Pour plus de précisions sur ces appareils

référez vous à l'article complet de la cuisson sous vide basse température en cliquant [ici](#). Grâce à ce type d'appareils plus besoin de rester à côté du thermomètre pour surveiller!

Vous pouvez également utiliser un bain marie classique et un thermomètre de cuisson. Avec cette dernière méthode il vous faudra bien surveiller le thermomètre!



thermomètre
sonde-de-
cuisson

3/un moule spécial petits chocolats



Moules

Préparation:

- Commencez par mettre le chocolat (coupé en petits morceaux , cela facilite la fonte) dans un sachet sous vide.



Sachet de chocolat sous vide

- Plongez le sachet dans le bain marie ou dans votre cuve basse température (déjà porté à la température maxi: exemple pour du chocolat noir 55°). Laissez fondre le chocolat complètement pendant environ 10 à 15 mn.
- Puis sortez le sachet. Videz l'eau du bain marie et remettez de l'eau que vous allez porter cette fois à 28°. Replongez alors le sachet dans le bain marie lorsqu'il atteint 28° (pour du chocolat noir) et laissez 15 mn à 28°.
- Montez alors la température du bain marie à 31° degrés pour du chocolat noir (en laissant le sachet dans le bain marie cette fois); lorsque les 31° degrés sont atteints attendez 10 mn puis sortez le sachet.
- Coupez le coin du sachet. De cette manière le sachet va vous servir de poche à douille pour remplir vos formes et vous travaillerez proprement sans mettre du chocolat partout...



Coupez le coin du sachet

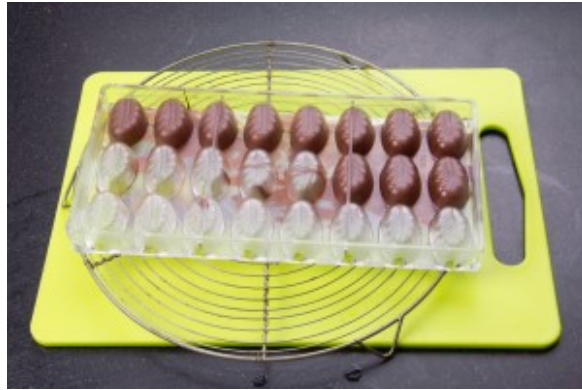
- Remplir généreusement les formes à l'aide de votre sachet transformé en poche à douille.



Remplir les formes à l'aide de votre sachet



- Avec une spatule lissez le dessus et retourner la plaque sur une grille.
- Pour un meilleur visuel voici l'excellente vidéo du Chef Simon. N'oubliez pas que plusieurs couches successives sont nécessaires pour un démoulage optimal (surtout pour des grosses pièces!).
- Réservez les moules dans un endroit frais (idéalement 10°C environ).



Retourner la plaque sur une grille

- Le chocolat va alors se rétracter d'environ 1 millimètre ce qui permet un démoulage facile. Et voici le résultat démoulé...et bien brillant.



Petits chocolats bien brillants!

Cette méthode est vraiment la plus simple que je connaisse car elle vous évite énormément de manipulations et surtout de mettre du chocolat partout...ceux qui ont déjà tester la méthode traditionnelle comprendront!

Saumon en deux façons, carpaccio de betteraves, arôme framboise

Voici une nouvelle recette sous vide basse température que vous allez pouvoir réaliser sans matériel spécial en suivant mes petites astuces.

Cette recette de Saumon en deux façons est sans difficultés techniques particulières mais elle demande un peu de rigueur dans les découpes (qui ne sont pas très nombreuses) de manière à bluffer vos convives avec une oeuvre d'art aux saveurs originales.



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.

Difficulté: moyenne

Ingrédients pour le Saumon en deux façons (4 personnes):

1/ Pour la mayonnaise:

- deux jaune d'œuf
- une cuillerée à soupe de vinaigre de framboise
- quelques gouttes de coulis de framboise
- une belle cuillerée à café de moutarde
- 15 cl huile d'arachide
- sel, poivre

2/Pour le restant de la recette:

- une grosse betteraves rouge
- deux petites betteraves rouges
- trois petites betteraves blanches
- du coulis de framboise (10 cl) : vous en trouverez du déjà prêt au rayon frais de votre super marché
- un peu d'huile d'olive: pour lustrer légèrement les betteraves lors du dressage
- 3 framboises fraîches par assiette
- deux pavés de saumon
- 2 belles tranches de saumon fumé
- sel, poivre

Matériel:

- une petite poche à douille ou un Decopen (marque Lékué)
- une pipette (vous en trouverez facilement en pharmacie)
- un batteur électrique
- Pour la cuisson sous vide basse température, si vous n'avez pas de machine à mettre sous vide ni de thermo plongeur ou autre machine, il faut utiliser des sachets conservation que l'on peut fermer hermétiquement (attention à acheter ceux qui se joignent en appuyant

avec les doigts sur les deux côtés du sac et pas ceux que l'on zippe avec une sorte de petite fermeture éclair: ces derniers ne sont pas étanches.

Voici une photo qui vous permettra de faire la différence entre les deux types de sachets: cliquer sur la photo pour l'agrandir.

Le sachet bleu a une sorte de petite fermeture éclair: c'est le sachet à ne pas utiliser!

Le jaune se ferme par une simple pression sur les deux rainures: c'est le bon sachet!

Si vous optez pour le matériel spécifique de cuisson basse température:

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:

1/La mayonnaise:

- Versez les jaunes d'œufs , le vinaigre de framboise, la moutarde et quelques gouttes de coulis de framboise dans un bol.
- Monter la mayonnaise: fouettez en ajoutant progressivement un petit filet d'huile puis dès que la mayonnaise prend vous pouvez incorporer plus d'huile. Rectifiez l'assaisonnement.
- Versez la mayonnaise dans une petite poche à douille ou un un « Decopen », très pratique pour faire de jolies finitions sur vos plats. Réservez au frais.



2/ le coulis de framboise:

- Versez 10 cl de coulis de framboise dans une casserole et faire réduire de moitié; réservez au frais.

3/ Cuisson des betteraves et du saumon:

J'utilise la cuisson sous vide basse température pour cette recette. Mais pas de panique : si vous n'avez pas le matériel adéquate voici la méthode à suivre et vous obtiendrez un résultat extrêmement satisfaisant.

A- Pour le saumon

- Vous avez le matériel: mettez sous vide les pavés de saumon et cuire basse température à 45° pendant 25 mn.
- Vous n'avez pas de matériel spécialisé:

Préchauffez votre four à 50°.

Insérez les pavés de saumon dans le sachet et suivez la méthode suivante pour chasser le maximum d'air. Voici la technique en vidéo pour mettre vos sachets de conservation sans matériel spécial!

L'eau chasse l'air vers le haut selon le principe d'Archimède...c'est donc facile de faire le vide (presque aussi bien qu'avec une machine spéciale...).

Plongez alors votre sachet dans un récipient rempli d'eau (récipient qui peut passer au four) et veillez à ce que le ou les sachets soient complètement immergés . Enfournez à 50° et cuire 25 mn.

Un fois cuit, laissez le saumon dans son sachet (la chair est très fragile) et mettre au frais pour complet refroidissement.

B- Pour les betteraves:

- Épluchez les betteraves. Commencez par les blanches puis occupez vous des rouges: cela vous évitera de colorer en rouge les betteraves blanches, le colorant de la betterave rouge étant assez fort!
- Comme pour le saumon insérez les betteraves dans un sachet zippé ou un sachet spécial sous vide. Faire le vide avec la même méthode que pour le saumon.

- Attention : si vous utilisez deux types de betteraves (blanches et rouges) faites deux sachets différents: ne mettez donc pas sous vide les betteraves rouges et blanches dans un même sachet car les rouges vont déteindre sur les blanches...
- Cuire sous vide basse température selon la même méthode que le saumon: au four au bain marie ou avec un matériel spécial basse température type Anova ou Sousvidesupreme. Cuire une heure 30 à 85°. Laissez refroidir (contrairement au saumon vous pouvez déjà sortir les betteraves du sachet) et réservez au frais.

Dressage :

- Coupez finement les betteraves en tranches (en utilisant un couteau très bien aiguisé ou une mandoline). Même conseil que précédemment: commencez par les blanches puis occupez vous des rouges: cela vous évitera de colorer en rouge les betteraves blanches, le colorant de la betterave rouge étant assez fort!
- Sortez le saumon du sachet avec précaution: sa chair est fragile. Coupez le saumon en petits cubes à l'aide d'un couteau bien coupant et surtout pas un couteau à dents. Si par malheur vous n'êtes pas assez délicat dans la découpe et que votre saumon se délite, pas de panique: utilisez alors un petit cercle lors du dressage dans l'assiette dans lequel vous déposerez vos morceaux de saumon, comme une présentation de tartare...
- Découpez le saumon fumé en lanières et enroulez les lanières sur elles même de manière à former des petits cylindres.
- Pour faire un dressage plus régulier, coupez les tranches de betteraves à l'aide d'emportes pièces ronds si possible de différents diamètres.

Maintenant que tous les éléments sont prêts, passons au dressage de l'assiette.

- Déposez les tranches de betteraves dans l'assiette.
- Puis posez les dés de saumon et les cylindres de saumon fumé. Si vous utilisez la méthode » dressage style tartare » déposez votre cercle sur l'assiette et émiettez le saumon dedans. Ôtez le cercle et poursuivez le dressage.
- Posez alors des petits points de mayonnaise sur l'assiette et remplissez les cylindres de saumon fumé avec la mayonnaise.
- Terminez avec des petits points de coulis de framboise réduit. Utilisez une pipette ou le bout d'une petite brochette pour déposer les gouttes.
- Pour compléter vous pouvez ajouter des feuilles de shiso , des framboises fraîches, ou même des fleurs comestibles...laissez courir votre imagination pour dresser un joli tableau gourmand.

Votre oeuvre d'art culinaire est prête.

Velouté d'avocat au crabe

Après la [Soupe rafraichissante tomates et fraises, pétales de cabillaud](#), voici une nouvelle entrée froide que vous apprécierez particulièrement en été. Elle ne demande que 10 minutes de préparation et aucun temps de cuisson alors pourquoi s'en priver?

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 2 Avocats murs
- une boîte de crabe
- un petit oignon jaune
- un citron vert (jus et zeste)
- le jus d'un demi citron jaune
- un petit bouquet de menthe fraîche
- une marmite de bouillon de légumes (knorr)
- un demi litre d'eau
- une cuillerée à soupe de vinaigre de riz
- quelques gouttes d'huile d'olive
- sel poivre

Matériel :

- un mixeur

Préparation :

- Épluchez et coupez grossièrement l'oignon.
- Coupez les avocats en deux et en extraire la chair à l'aide d'une cuillère.
- Ôtez les feuilles de menthe de leur tige.
- Chauffer un demi litre d'eau et y faire dissoudre la marmite de bouillon de légumes.
- Zestez le citron vert.
- Pressez le jus du citron vert et du demi citron jaune.
- Versez tous les éléments (avocat, oignon, menthe, bouillon, zeste et jus de citron) dans le mixeur et mixer finement. Rectifiez l'assaisonnement et réservez au frais.

- Ouvrez la boîte de crabe et égouttez son contenu.
- Dans un petit plat mélangez le crabe, le vinaigre de riz et quelques gouttes d'huile d'olive. Salez et poivrez. Zestez un citron vert sur le crabe(ou mieux si vous en trouvez, un combava, variété de petit citron asiatique). Réservez au frais.

Dressage:

- Au moment de servir versez une louche de velouté au crabe dans un bol. Puis déposez dessus une cuillerée de crabe. Décorez avec une feuille de menthe ou des pousses de shiso.

Il ne reste plus qu'à déguster!

Entrée fraîcheur libanaise: Le Kibbe de saumon

Beaucoup d'entre vous connaissent les kibbes à base d'agneau, plat national du Liban. Mais savez-vous que vous pouvez également décliner ce plat avec du saumon? Ce kibbe se déguste cru : je le sers avec une sauce appelée labne (yaourt égoutté) doux et crémeux aromatisé à l'ail et au citron. C'est un plat agréable à déguster en été, une sorte de tartare oriental frais et savoureux.

Ingrédients (pour 8 à 10

personnes) :

1/Pour le Labne (ou sauce d'accompagnement)

Vous pouvez aromatiser le labne comme vous le désirez: menthe, coriandre, concombre, ail, un filet d'huile d'olive. Dans cette recette il est parfumé avec de l'ail et du citron.

- un citron jaune
- une gousse d'ail
- 9 cl de crème liquide entière
- 1 kg de yaourt nature entier: la quantité peut vous paraître énorme mais après égouttage vous verrez que ce n'est pas de trop!
- sel et poivre

2/ Pour le Kibbe

- 350 gr de saumon frais
- 2 belles échalotes
- 120 gr de boulghour
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- un beau bouquet de coriandre
- un concombre
- 3 ou 4 cébettes
- sel et poivre

3/ Pour la gelée du Kibbe

- le jus d'un pamplemousse
- une petite barquette de tomate cerise



- de la gélatine en feuille: on utilise généralement 16 g de gélatine par litre de liquide et les feuilles que vous trouvez dans le commerce font environ 2 g. Dans cette recette il vous faudra 1/2 litre de jus de tomate et pamplemousse soit 8 g de gélatine et donc 4 feuilles...



Matériel:

- une mousseline (que vous utilisez pour passer vos confitures) d'environ 50 cm sur 70 cm)
- un mixeur
- un moule à gâteau rond

Préparation:

Commencez par la préparation du labne car il doit égoutter au moins 12 h.

1/Préparation du Labne

- Épluchez les gousses d'ail.
- Versez la crème et le yaourt dans un bol.
- Puis râpez l'ail au dessus du bol. Mélangez bien.
- Disposez la mousseline sur un grand bol et versez le mélange crème et yaourt dedans.
- Rejoignez les quatre coins et nouez les autour d'un cuillère en bois de manière à suspendre l'ensemble pour que le yaourt puisse s'égoutter facilement.
- Lorsque le labne est bien égoutté, zestez un citron dans la préparation. Vous pouvez également y ajouter de la coriandre ou de la menthe ciselée. Salez et poivrez selon votre goût. Réservez au frais.

2/Préparation du Kibbe

- Épluchez le concombre.
- Ôtez en le cœur à l'aide d'un vide pomme.
- Puis tranchez le en fines lamelles qui serviront à décorer le Kibbe lors du dressage.
- Salez les tranches et les faire dégorger dans une passoire pour qu'elles rendent leur eau.
- Rincez le boulghour à l'eau chaude du robinet puis faites le égouttez dans un chinois.



- Versez le dans un bol lorsqu'il est bien égoutté.



- Mixez le saumon à l'aide d'un robot mixeur. Réservez au frais.
- Ciselez les cébettes.
- Hachez finement les échalotes.
- Pressez le jus d'un citron.
- Puis versez le tout avec le boulghour égoutté (cébettes, échalotes, jus de citron, saumon). Mélangez bien. Rectifiez l'assaisonnement avec sel et poivre). Réservez au frais.

3/ Préparation de la gelée tomate pamplemousse du Kibbe

Vous devez préparer cette gelée juste avant le montage du Kibbe dans son moule.

- Pressez le jus d'un pamplemousse.
- Passez le jus de pamplemousse pour en ôter les impuretés.
- Faire tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide.
- Mixez les tomates.
- Puis comme avec le pamplemousse, passez les au chinois pour en ôter les impuretés.

- Faire chauffer le jus des tomates dans une petite casserole. Dès que le mélange est chaud retirez du feu. Égouttez les feuilles de gélatine et incorporez les dans le jus de tomates. Attention: le jus des tomates doit être chaud mais pas bouillant.
- Puis ajoutez le jus de pamplemousse au jus de tomate: vous devez avoir environ un demi litre de jus.

Dressage:

- Posez le moule sur l'assiette de présentation en veillant à bien le centrer.
- Puis versez une partie du mélange saumon boulghour et tassez avec une cuillère.



- Ajoutez une couche de concombre en tranches.



- Puis recouvrez du reste du mélange saumon boulghour. Tassez bien avec une cuillère.



- Versez alors la gelée pamplemousse tomates et décorez avec une dernière couche de tranches de concombre. Laissez prendre au frais au frigo puis démoulez. Si vous n'avez pas de moule spécial comme sur la photo passez une lame de couteau fin tout autour du moule et démoulez avec précaution.
- Et voilà, prêt à être dégusté avec une petite salade verte et du pain pita ! Servez le plat avec la sauce à part (Labne)



A savoir sur la gélatine:

- Ne jamais verser la gélatine dans un liquide bouillant, car elle perdrait son pouvoir gélifiant.
- Ne pas mettre les gelées au congélateur, car une fois décongelées, elles perdent leur consistance et deviennent friables.

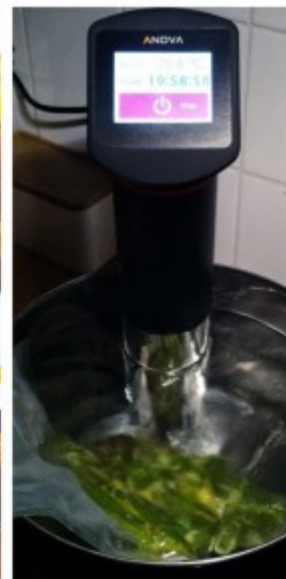
Un appareil de cuisson sous vide basse température enfin abordable!

Comme vous le savez je cuisine beaucoup basse température et je dois dire que jusqu'à maintenant il était assez difficile de s'équiper car ces appareils sont peu connus et surtout ils sont assez chers...mais, bonne nouvelle, les prix sont en train de baisser .

Je viens d'en découvrir un que j'ai acheté, testé et adopté! Voici donc ce nouvel appareil dont le coût est bien moindre mais surtout performant: le sous vide circulator de la marque **ANOVA**.

C'est un thermoplongeur que vous pouvez adapter sur n'importe quel contenant, il possède un système de circulation d'eau donc une excellente répartition de chaleur, il est très facile d'utilisation, se range facilement, la température est précise et stable, son entretien très facile et son coût...199 \$ donc le moins cher du marché actuellement avec le meilleur rapport qualité prix. Avec les frais de port j'ai payé le mien 201 euros (il y a un an on ne trouvait rien à moins de 400 euros...) auxquels il m'a fallu rajouter 66 euros de frais de douane/TVA..

Voici leur site où vous pouvez le commander (site en anglais):



Vous ne connaissez pas encore la cuisine sous vide basse température, méthode de cuisson révolutionnaire, utilisée par tous les grands chefs? Alors lisez vite l'article suivant en cliquant [ici](#).

Je tiens à préciser que je ne suis en aucun cas payée ou sponsorisée par les marques d'appareils, de produits ou les magasins dont vous trouverez les adresses sur mon site: je ne parle que de ce que j'ai testé moi même et dont j'ai apprécié la qualité...

Soupe rafraîchissante tomates et fraises, pétales de cabillaud

Avec les chaleurs de l'été quoi de plus agréable qu'une entrée rafraîchissante: vous serez comblé avec cette soupe originale de tomate parfumée aux fraises. Pour en faire un plat complet je la sers soit avec des petites crevettes grises, soit avec un filet de cabillaud.

Ingrédients: Pour 8 personnes

- 1 kilo de tomate
- un morceau de sucre
- 2 petits oignons blanc ou un gros
- une belle échalote
- huile d'olive
- une branche de romarin
- 200 g de fraises: surtout utilisez des fraises de très bonne qualité, sucrées et parfumées. Ce sont elles qui amènent l'originalité de cette recette.
- une à deux cuillerée de vinaigre de riz selon votre goût
- sel poivre
- un beau filet de dos de cabillaud



Matériel

- un mixeur
- un tamis ou chinois
- une spatule coudée pour manipuler le cabillaud sans l'abîmer

Préparation

- Coupez les tomates en quartiers.
- Ôtez la queue des fraises et coupez les en morceaux.
- Épluchez l'échalote et émincez la.
- Épluchez l'oignon et émincez le grossièrement.
- Dans une grande casserole faire chauffer un petit filet d'huile d'olive et faire revenir l'oignon et l'échalote. Ils doivent devenir légèrement translucides. Puis ajoutez les fraises et faire compoter pendant 10 minutes.
- Ajoutez les tomates, le romarin et le morceau de sucre. Cuire à feu doux environ 25 mn.
- A la fine de la cuisson ôtez la casserole du feu. Ôtez le brins de romarin. Versez la préparation dans un bol mixeur et mixer finement.
- Puis passez la préparation à la moulinette à légume ou mieux, au tamis pour en ôter toutes les impuretés (morceaux de peau, pépins, etc). Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre et ajoutez une cuillerée à soupe de vinaigre de riz. Réservez au frais.



- Dans une poêle versez un filet d'huile d'olive. Faire revenir à feu très doux le dos de cabillaud pendant trois minutes sans le retourner.



- Coupez le feu et mettre un couvercle sur la poêle pendant quelques minutes: la chaleur résiduelle va finir de cuire le cabillaud qui gardera alors tout sa tendresse.



-
- A l'aide de la spatule déposez le cabillaud dans une

assiette: le cabillaud va se séparé facilement en petit morceaux (pétales). Râpez dessus un zeste de citron vert. Salez et poivrez. Réservez au frais.

Dressage:

- Au moment du service versez la soupe fraîche dans les assiettes creuses. Décorez le pourtour avec des fraises.



- Puis toujours avec la spatule déposez délicatement une ou deux pétales de cabillaud au milieu.



- Il ne vous reste plus qu'à déguster!
-

Emission C'est au programme: Crème onctueuse menthe chocolat blanc et sa fraîcheur de mangue

Comme promis je vous livre ici la recette du dessert que j'avais cuisiné sur France 2 en complément du Chirachisuchi. C'est un dessert très frais, qui malgré le chocolat blanc, n'est pas très sucré car pour compenser je ne sucre que très peu la base crème anglaise de la crème.

Ingrédients (environ 8 coupelles):

- 300 grammes de crème liquide entière
- 100 grammes de lait
- 45 grammes de chocolat blanc en petits morceaux ou en pistoles
- 50 grammes de sucre en poudre
- 80 grammes de jaunes d'œufs (4 à 5 œufs suivant leur grosseur)
- un bouquet de menthe
- une belle mangue
- un citron vert

Préparation:

- Préparez les mangues: commencez par les peler.
- Coupez la mangue de manière à dégager le gros noyau central. Puis coupez chaque morceau en tranches fines.
- Détaillez chaque tranche en petits cubes.
- Versez les dés de mangue dans un plat puis zestez le citron vert sur les cubes de mangue.

- Puis pressez le citron vert pour en extraire le jus. Versez sur les dés de mangue et mélangez. Réservez au frais.
- Rincez la menthe sous l'eau puis ciselez les feuilles à l'aide d'un couteau.
- Chauffez le lait et la crème dans une casserole à feu doux.
- Quand le liquide est chaud ajoutez la menthe ciselée. Laissez encore deux minutes sur le feu puis ôtez la casserole du feu. Ajoutez le chocolat blanc; remuez jusqu'à ce qu'il soit fondu. Laissez infuser environ 15 minutes.
- Puis filtrez le mélange pour ôter les feuilles de menthe.

Préparons maintenant la crème onctueuse à partir d'une base de crème anglaise classique.

- Versez les jaunes d'œufs dans un cul de poule ainsi que le sucre en poudre.
- A l'aide d'un fouet battre les jaunes et le sucre en poudre.
- Puis versez le lait tiède parfumé à la menthe et chocolat blanc sur les jaunes d'œufs. Mélangez bien.
- Reversez le tout dans une casserole et cuire à feu doux (idéalement à 82 °) tout en mélangeant continuellement jusqu'à ce que la crème nappe la cuillère. En passant le doigt sur la cuillère celui ci doit laisser une trace nette qui ne se referme pas même si vous inclinez la cuillère.



- Versez alors la préparation dans vos coupelles puis mettez les rapidement au frais au moins 4 heures.

Dressage:

- Avant de servir sortez les coupelles du frigo puis déposez dans chacune une belle cuillerée de salade de mangue.
- Décorez avec un petit sablé, un cigarette russe ou une crêpe dentelle. Ici j'ai fait des tuiles à la noix de coco faites en 2 minutes chrono...dont vous trouverez la recette en cliquant **ici**.

La vraie ratatouille niçoise

Voici enfin l'été et tous ses beaux légumes: la saison idéale pour une bonne ratatouille. Je vous livre donc la véritable recette, recette familiale que je tiens des parents de ma tante Lucette: Joseph et Célesta ont tenu entre les années trente et soixante-dix un bar-restaurant dans le vieux Nice (le bar Carletto, rue Miraletti). Toute petite, j'y ai dégusté avec délice leur ratatouille, leurs farcis, la socca, les tripes à la niçoise, la pissaladière...

Le secret de la ratatouille tient dans la cuisson très douce des légumes qui doivent être cuits chacun séparément puis réunis pour compoter alors, toujours à feu doux, pendant quelques heures. Les légumes seront alors tellement fondants et concentrés en saveur!

Surtout pas de ratatouille à la cocotte minute comme j'ai pu en voir (gros sacrilège: ce sont des légumes bouillis mais rien à voir avec la recette originale!) ou de légumes cuits tous ensemble...

La recette n'est pas difficile techniquement : elle demande juste un peu de temps pour la découpe des légumes en dés et la surveillance de la cuisson. Mais quel résultat!

Je n'hésite pas à en faire une grosse quantité puis je congèle: le résultat est parfait.



Ingédients :

Pour environ un kilo de ratatouille (8 personnes) :

- 2 aubergines
- 2 courgettes
- Trois gros oignons blancs ou jaunes (si vous n'aimez pas éplucher les oignons et pour éviter de pleurer, n'hésitez pas à acheter des oignons déjà coupés surgelés)
- 2 poivrons
- 8 belles tomates
- Huile d'olive
- Sel, poivre



Matériel:

- une poêle
- une sauteuse



Préparation:

- Épluchez les oignons et coupez les en lamelles fines ou en petits dés.
- Les faire revenir doucement avec un filet d'huile d'olive dans une poêle. Puis quand ils ont pris une belle couleur dorée versez les en attente dans la sauteuse.



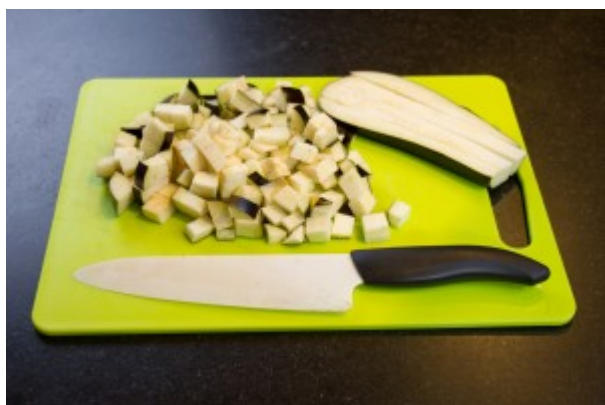
- Coupez les courgettes en petits dés.



- Les faire revenir doucement avec un filet d'huile d'olive dans une poêle. Puis quand elles sont moelleuses versez les en attente dans la sauteuse avec les oignons.



- Coupez les aubergines en petits dés.



- Les faire revenir doucement avec un filet d'huile d'olive dans une poêle (vous aurez besoin d'un peu plus d'huile d'olive car les aubergines sont de véritables éponges...). Puis quand elles sont moelleuses versez les en attente dans la sauteuse avec les oignons et les courgettes.



- Coupez les poivrons en petits dés.



- Les faire revenir doucement avec un filet d'huile d'olive dans une poêle. Puis quand ils sont cuits versez les en attente dans la sauteuse avec les oignons, les courgettes, les aubergines.



- Coupez les tomates en petits dés.



- Les faire revenir doucement avec un filet d'huile d'olive dans une poêle. Puis quand elles sont cuites versez les en attente dans la sauteuse avec les oignons, les courgettes, les aubergines et les poivrons.



- Maintenant que tous les légumes sont réunis laissez compoter à feu très doux en remuant de temps à autre pendant environ 4 heures, sans couvercle.
- Salez et poivrez en fin de cuisson.



Les petits plus:

- Facultatif: mon petit secret est d'ajouter lors du début du compotage une bonne louche de sauce tomate maison. (pour la recette cliquer [**ici**](#)).
 - La ratatouille se mange également froide: cela vous fera une excellente salade si vous y ajoutez quelques feuilles fraîches de basilic et un peu de vinaigre balsamique.
-

Emission « C'est au programme » : la semaine des meilleures bloggeuses de l'année »

Me revoilà pour une nouvelle recette en direct dans l'émission de Sophie Davant « C'est au programme » ce vendredi 4 juillet...Je clôture la semaine spéciale des meilleures blogueuses de l'année où pour votre plus grand plaisir l'émission reçoit les blogueurs et blogueuses que vous avez préférés!

Découvrez la recette : **Saint Jacques poêlées, réduction de vin jaune et mousse de céleri aérienne**. Tout le pas à pas en photos et les astuces pour réussir cette recette en cliquant **ici**.

Voici la vidéo de l'émission:



Tuiles noix de coco de Christophe Michalak

Je vous livre aujourd'hui une petite astuce pour faire des tuiles savoureuses, ultra croquantes et tellement rapides et faciles à faire que vous n'en reviendrez pas! C'est lors d'un atelier pâtisserie Master Class avec Christophe Michalak que j'ai découvert ces délicieuses tuiles.

Utilisez les pour amener une touche crispy à vos mousses au chocolat, flans, crèmes dessert, décors de gâteaux, en crumble ou tout simplement en petits gâteaux avec un carré de chocolat au goûter c'est divin! N'hésitez pas à en faire une belle quantité car elles seront dévorées très vite...

Pour garder leur croustillant conservez les dans une boîte hermétique. Et si malgré tout elles ont perdu ce côté croquant, repassez les au four à 80° quelques minutes.

Difficulté: facile

Ingrédients:

Pour une grande tuile d'environ 30 cm sur 30 cm

- 50 grammes de poudre de noix de coco (N'hésitez pas à utiliser d'autres poudres de fruits secs: amande, noisette... pour varier les plaisirs)
- environ 5 centilitres de sirop de sucre de canne

Matériel:

- un cul de poule (un grand bol en inox)
- du papier cuisson
- un rouleau à pâtisserie

Préparation:

- Préchauffez le four à 160°.

- Versez la poudre de noix de coco dans un cul de poule et ajoutez progressivement le sirop. Mélangez bien avec le doigts: vous devez obtenir une boule qui se tient sans être trop humide.
- Déposez la boule de noix de coco sur une feuille de papier cuisson.
- Puis recouvrez la avec une autre de feuille de papier cuisson.
- A l'aide d'un rouleau à pâtisserie étalez la boule : il faut qu'elle fasse environ 1 mm d'épaisseur.
- Glissez le tout sur une plaque qui passe au four. Enfournerez environ 10 à 12 minutes. Attention il faut bien surveiller la cuisson pour éviter que la tuile ne cuise de trop. Il faut ôter la feuille du dessus environ 6 minutes après avoir enfourner: cela vous permet de mieux surveiller la coloration!
- A la sortie du four laissez refroidir: la tuile est encore molle mais en refroidissant elle va durcir. Décollez la avec douceur de la feuille de papier et cassez la alors en gros morceaux que vous placerez dans une boîte hermétique.

Merci à Christophe Michalak pour tous ses conseils et réalisations extraordinaires qui enchantent mes papilles à chaque visite dans sa pâtisserie!

Cours de pâtisserie Christophe Michalak

OUVERTURE

Du mardi au samedi de 12h00 à 19h00

ADRESSE

60, rue du Faubourg Poissonnière – 75010 Paris

Tel : (33)1 42 46 10 45

Mail : masterclass@christophemichalak.com

Comment faire des sculptures en sucre avec une imprimante 3D

ChefJet système 3D est la seule machine du genre qui peut imprimer en trois dimensions des formes particulièrement compliquées: elle peut produire des bonbons, des décorations de gâteau et des confiseries et tout cela en couleur . La seule limitation, outre celle de votre imagination, est la chambre de construction , qui peut contenir l'équivalent de 4200 morceaux de sucre.

Malgré son look futuriste , la ChefJet fonctionne comme une imprimante photo jet d'encre ordinaire , avec du colorant alimentaire remplaçant l'encre et le sucre en prenant la place du matériau de construction. Une fine couche de cristaux est étalée sur sa plate-forme de construction. Colorant alimentaire , eau , sucre et arômes artificiels sont vaporisés par des micro- buses puis le sucre se solidifie. Le processus se répète jusqu'à ce la forme voulue soit produite . » C'est comme faire du glaçage de manière très précise », dit Kyle von Hasseln , l'un des créateurs de l'appareil .

Le dispositif a été inventé par Kyle et Liz von Hasseln , jeunes diplômés de l'Institut de programme d'études supérieures de l'Architecture de Californie du Sud . Comme la

plupart des étudiants en design moderne ils utilisaient des imprimantes 3 D dans le cadre de leur cursus . Mais Von Hasseln intrigué par les possibilités de fabrication de la machine en fit l'objet de sa thèse de troisième cycle .

Puis à l'occasion d'une fête d'anniversaire ils ont eu l'idée de fabriquer des décorations en sucre pour le gâteau à l'aide d'une imprimante 3d. Ils ont donc expérimenté différents types de sucres et finalement développé cette imprimante particulière. Leurs réalisations sont vraiment bluffantes!

Les imprimantes sont encore en cours de développement avec un lancement prévu dans la seconde moitié de 2014. Deux modèles seront disponibles, une imprimante monochrome avec une chambre de construction 8x8x6 pouces pour moins de 5000 \$ et une chambre de construction 10x14x8 pouces en couleur pour moins de \$ 10,000.

Bien sûr cette technologie est réservée aux professionnels mais qui sait... d'ici quelques temps peut être auront nous des imprimantes de ce type dans nos cuisines!

Qui sera le prochain grand pâtissier: Inspiration

Je voudrais commencer cet article en remerciant tous les candidats de « Qui sera le prochain grand pâtissier » pour toutes les techniques qu'ils nous offrent à l'écran, pour le partage de leur savoir, leurs réalisations si gourmandes qu'elles nous poussent à nous surpasser et tenter la grande aventure de la pâtisserie.

Vous l'avez compris, comme beaucoup d'entre vous je suis avec énormément de plaisir l'émission « Qui sera le prochain grand pâtissier ». Je ne suis pas une très bonne pâtissière mais inspirée par l'émission j'ai osé me lancer ce dimanche dans la réalisation d'un gâteau chocolat framboise... dont voici le résultat:

Sur une base de pâte sucrée chocolat , j'ai déposée un gâteau chocolat sans farine entourée d'une ganache chocolat framboise. Même si le gâteau pêche un peu niveau du dressage il était excellent!

Retrouverez bientôt la recette en ligne sur gourmantissimes.com!



Le saviez-vous?

L'émission « Qui sera le prochain grand pâtissier » du 10 juin a été tournée en partie lors d'un grand événement du monde pâtissier « Le mondial des arts sucrés ».

Depuis 2008 cette compétition a su se placer sur les plus hautes marches des concours de pâtisserie internationaux.

Pour chaque pays représenté (16 en 2014), une équipe composée d'un homme et d'une femme doit réaliser, pendant 20h et 4 jours de compétition, différentes pâtisseries :

- 1 pièce en pastillage (pâte à décor en sucre glace)

- 1 pièce en sucre
- 1 pièce en chocolat
- 1 tarte revisitée
- 1 entremets
- 3 bonbons chocolat (ganache fruit, praliné et libre)
- 1 dessert de restauration à l'assiette (chaud et froid).

Sur les 16 pays représentés en 2014, la France est la grande gagnante représentée Johanna Le Pape (Le Meurice) et Gaëtan Fiard (Le Diane, Fouquet's Barrière) autour du thème Notre Dame de Paris.



Pour vous donner un aperçu de la très grande qualité des réalisations voici un petit film de l'édition 2012 remporté par l'équipe Japonaise.

**Pommes de terre
croustifondantes, cuites
basse température de Thierry**

Marx

Lors d'une émission de Top Chef 2014 Thierry Marx nous a proposé un plat de bœuf et pommes de terre; la préparation des pommes de terre m'a particulièrement intéressée de par la découpe particulière et le mode de cuisson alliant cuisson basse température et cuisson dans du beurre clarifié. Le résultat était magnifique: les pommes de terre semblaient très croustillantes et moelleuses à la fois. Gourmande comme je suis il fallait que j'y goûte!

Je suis donc partie à la recherche de la machine de découpe spéciale (machine Chiba) qui permet de faire un très long ruban de pomme de terre à partir d'une pomme de terre. Mais pas de panique si vous n'avez pas cette machine: suivez la recette en utilisant des rondelles de pommes de terre d'environ 2 à 3 cm d'épaisseur: vous serez déjà étonnés du résultat obtenu car c'est sublime!



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.

Difficulté: technique

Ingrédients pour les Pommes de terre croustifondantes

Comptez quatre rouleaux de pommes de terre par personnes (en accompagnement d'une viande ou poisson)

- 4 gousses d'ail
- 2 pommes de terre par personne
- du beurre clarifié: le beurre clarifié va permettre de faire revenir les pommes de terre à feu assez chaud sans pour cela brûler comme le ferait du beurre non clarifié. Vous en trouverez dans certaines épiceries orientales (indiennes ou du moyen orient). Vous pouvez également le préparer vous même à partir du beurre du commerce: pour cela voici une vidéo explicative de l'atelier des chefs!

Matériel:

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

- une machine Chiba qui permet des découpes particulière pour les légumes. Vous pouvez la trouver en vente sur internet (j'ai trouvé la mienne sur ebay) en cliquant [ici](#):
- 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 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"**



- un thermoplongeur: 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:

Préparation:

- Pelez les gousses d'ail.
- Épluchez les pommes de terre.
- Puis coupez en les extrémités.
- Si vous n'avez pas de machine Chiba détaillez les pommes de terre en tranches de 3 cm d'épaisseur. Sinon insérez la pomme de terre dans la machine et taillez la en long, très long ruban que vous roulerez alors sur lui même assez serré. Faites de même avec toutes les pommes de terre.
- Puis insérez les rouleaux de pommes de terre dans les sachets spéciaux de mise sous vide avec les gousses d'ail et une grosse cuillère à soupe de beurre clarifié. Ce dernier ne doit pas être liquide mais avoir la consistance du beurre que l'on sort du frigo: si vous le mettez liquide la machine de mise sous vide va l'aspirer (et bonjour la galère pour nettoyer la machine par la suite).
- Si vous n'avez pas de machine à mettre sous vide suivez la technique suivante en utilisant des sachets de conservation d'aliments qui se ferment par un zip. Attention il faut utiliser des sachets conservation que l'on peut fermer hermétiquement: achetez ceux qui se

joignent en appuyant avec les doigts sur les deux côtés du sac et pas ceux que l'on zippe avec une sorte de petite fermeture éclair: ces derniers ne sont pas étanches.

- Cuire les pommes de terre basse température 60 mn à 90 °. Si vous n'avez pas de machine spéciale pour la cuisson basse température immergez votre sachet dans un récipient d'eau à 90° et cuire au four au bain marie 60 mn à 90°. Le sachet doit être recouvert d'eau pendant toute la cuisson et ne pas flotter à la surface du récipient. Je tiens à préciser que je n'ai jamais utilisé ces sachets zip au delà des 83° donc il vous faudra tester. J'utilise surtout les sachets zip quand j'introduis un liquide dans le sachet avec la viande ou quand je fais une crème anglaise: je ne peux alors utiliser une machine à mettre sous vide car le liquide serait complètement aspiré par la machine. Donc avec les sachets zippés et en utilisant la méthode du vide par immersion du sachet dans l'eau je peux quand même avoir un sachet hermétique dans lequel j'ai fait le vide... Mais dans la mesure du possible je préfère utiliser les sachets fabriqués pour la mise sous vide qui sont faits pour cet usage et pour une cuisson proche de 100°.
- Après cuisson sortez les pommes de terre du sachet et coupez les rouleaux en deux. Vous obtenez des tronçons d'environ 2 à 3 cm d'épaisseur.



- Puis faire fondre du beurre clarifié dans une poêle . N'ayez pas peur d'en mettre beaucoup car vous allez devoir arroser les pommes de terre très régulièrement avec celui ci pendant toute la cuisson. Cuire environ 20 mn jusqu'à ce que se forme une belle coloration dorée.
- Puis déposez les pommes de terre sur du papier absorbant pour les égoutter et placez au four à 70° en attente du service ou servez immédiatement.





Mise à jour du 15 juin 2016: Je ne résiste pas à l'envie de modifier cet article pour y rajouter une copie d'écran de Twitter:

Notifications

Tout / **Personnes que vous suivez**



Thierry Marx a ajouté votre Tweet à ses favoris

6 min

19 h: Une #recette de pommes de terre du Chef @TheThierryMarx à tomber pour ce week-end. gourmantissimes.com/pommes-de-terr...
pic.twitter.com/ySSWdbeDza



Thierry Marx vous a retweeté

6 min

19 h: Une #recette de pommes de terre du Chef @TheThierryMarx à tomber pour ce week-end. gourmantissimes.com/pommes-de-terr...
pic.twitter.com/ySSWdbeDza



Merci Chef, vous ne pouviez pas me faire plus plaisir !