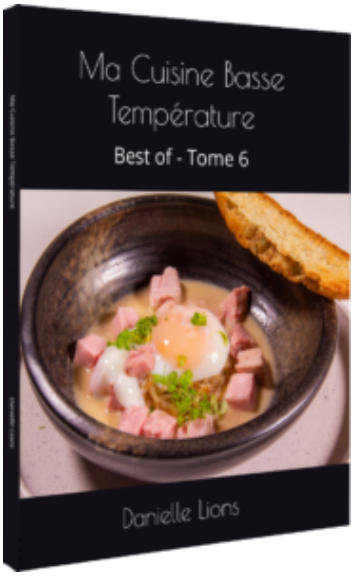
Tournedos de bœuf, céleri et fruits rouges (recette basse température)

tournedos celeri fruits rouges (BT)

Beaucoup d’entre vous aviez émis le souhait d’être informés de la parution de mes meilleures recettes basse température.

Le Tome 6 vient juste de paraitre!



Tome 6

Tous mes 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
- Pour le Tome 6 cliquez ici

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

Matériel

- 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]

- 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

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

Tasty Health Mandoline Coupe Légumes Facile à Nettoyer – Robuste – Qualité Professionnelle – Offert : Gant Anti-Coupure – Mandoline en Acier Inoxydable pour Couper Les Fruits et légumes Rapidement

- des emporte pièces ronds, toujours utile pour faire de jolies découpes

ZITFRI 12PCS Emporte Piece Rond Cercle Patisserie Emporte pièces Cuisine pour Biscuits Pâtes à Sucre Gâteaux Cookie Cutter

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 beaux tournedos de minimum 4 cm d’épaisseur
- une gousse d’ail
- 5 cl d’huile d’olive
- poivre de sichuan
- 150 g d’eau
- 50 g de sucre
- 150 g de vinaigre
- une boule de céleri (250 g pour les dés et 350 g pour la purée)
- lait
- beurre

- une trentaine de framboises et mûres
- un oignon
- 150 ml de fond de veau
- sel et poivre

Préparation

- Ôtez la peau terreuse du céleri.

Ôtez les parties sales du céleri

- Coupez quelques tranches fines de céleri à l'aide d'une mandoline et détaillez-les en lamelles. Placez-les dans un pot avec quelques framboises et mûres.

Coupez quelques tranches fines de céleri à l'aide d'une mandoline

- Faites chauffer l’eau, le vinaigre et le sucre.

Faites chauffer l’eau, le vinaigre et le sucre

- Ôtez du feu à ébullition et versez le tout dans le pot contenant les lamelles de céleri, quelques framboises et mûres. Fermez avec un couvercle et réservez au frais.

Versez le vinaigre chaud sur le céleri et fruits rouges

- Puis coupez le reste du céleri en petits dés.

Taillez le céleri en petite brunoise

- Faites revenir un quart de la quantité des dés de céleri (environ 250 g) dans une poêle avec un peu d'huile. Quand les dés sont cuits et dorés, salez, poivrez et réservez.

Faites revenir les dés de céleri dans une poêle

- Placez le restant de dés de céleri (environ 350 g) dans une casserole et versez du lait à hauteur. Cuisez à feu doux jusqu'à ce que les dés soient bien tendres. Egouttez et pesez les dés de céleri que vous venez de faire cuire dans le lait. Réalisez un beurre noisette: pour cela faites fondre 5% du poids du céleri égoutté en beurre noisette (par exemple si vous avez 300 g de céleri il faut donc ajouter 15 g de beurre noisette). Une fois fondu, le beurre va commencer à mousser. Puis

vous allez entendre un petit crépitement on dit qu'il chante… Il est prêt quant il prend une couleur ambrée et une odeur de noisette. On le retire alors du feu immédiatement. Mixez finement les dés de céleri cuits dans le lait avec le beurre noisette. Rectifiez l'assaisonnement et réservez cette mousseline.

Mixez finement le céleri

- Pour la sauce: ciselez un oignon finement et faites-le revenir dans une casserole jusqu'à ce qu'il soit tendre. Ajoutez le fond de veau et 70 g d'un mélange framboises et mûres. Faites réduire d'un quart et mixez finement. Filtrez et reversez dans une casserole. Réservez: vous monterez la sauce au fouet avec 40 g de beurre juste avant de servir.

Vous monterez la sauce avec 40 g de beurre juste avant de servir

- Râpez l’ail à l’aide d’une petite râpe ou écrasez-le à l’aide d’un presse ail. Mélangez 5 cl d’huile d’olive avec la gousse d’ail écrasée, une pincée de sel et un peu de poivre sichan en poudre.

Mélangez l’ail, le piment d’Espelette et l’huile d’olive

- Massez soigneusement les tournedos avec cette marinade. Je dis bien « masser » pour bien imprégner la viande de la marinade. Puis égouttez et mettre sous vide. Cuisez-les à l’aide de votre thermoplongeur 45 minute à 57°. Sortez les tournedos du sachet en fin de cuisson.

Massez soigneusement le rôti de bœuf avec cette marinade

- Colorez les tournedos sur leurs 2 faces dans une cocotte bien chaude 30 secondes de chaque côté.

Colorez les tournedos sur toutes leurs 2 faces

Dressage

- Coupez la viande en tranches épaisses. Faites réchauffer la sauce et montez-la avec 40 g de beurre. Versez une cuillérée de purée de céleri au centre de l’assiette. Disposez par dessus les dés de céleri et quelques pickles. Posez la viande sur le côté et versez une peu de sauce . Disposez quelques framboise et mûres fraîches…

Tournedos de bœuf, céleri et fruits rouges (recette basse température)

Cabillaud basse température, sauce vierge à la grenade, petits pois verveine

Un recette tout en fraicheur avec un cabillaud parfaitement cuit grâce à la cuisson sous vide basse température.

Cabillaud Basse température, sauce vierge à la grenade, petits pois verveine

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 » , « Ma cuisine Basse Température,Best of -Tome 4« et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 5 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Tomes 1, 2, 3, 4, 5

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

Matériel

Pour plus de renseignements 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]

- 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

Ingrédients pour 4 personnes

Pour le cabillaud

- cabillaud: comptez 110 g par personne si vous servez ce plat en entrée ou 180 g si vous le servez en plat
- un filet d’huile d’olive
- le zeste d’un citron

Pour la sauce vierge

- 20 g d’oignon rouge
- 100 g d’huile olive

- 60 g de grains de grenade
- 80 g de mini tomate
- le jus et le zeste d’un demi citron
- la chair d’un demi citron jaune
- des feuilles de coriandre
- sel et poivre

Pour la purée petits pois, verveine

- 250 g de petits pois frais écossés
- 8 g de feuilles de verveine
- 50 g de chèvre frais
- 20 g d’huile olive
- une cuillérée à café de vinaigre de riz
- sel et poivre

Préparation

- Ecossez les petits pois et versez-les dans une casserole d’eau bouillante. Laissez cuire environ 10 minutes et égouttez. Mixez les petits pois avec les feuilles de verveine, le chèvre, l’huile d’olive et le vinaigre de riz. Rectifiez l’assaisonnement et réservez au frais.

Cuisez les petits pois

- Préparez la sauce: ouvrez et détaillez la grenade: pour en ôter facilement les graines commencer par faire 5 entailles sur le dessus de la grenade tout autour du

pédoncule, comme sur la photo.

Faire 5 entailles sur le dessus de la grenade tout autour du pédoncule

- Puis ôtez le chapeau avec le pédoncule.

Puis ôtez le chapeau de la grenade

- Vous pouvez voir que les graines sont séparées en segments de peau blanche (5 à 6 par grenade). Coupez alors l’extérieur de la grenade au niveau de chaque segment sans aller trop profondément.

Coupez alors la grenade au niveau de chaque segment

- Puis avec les doigts ouvrez la grenade. Les segments se détachent alors facilement. Il ne reste plus qu’à prélever les graines.

Puis avec les doigts ouvrez la grenade

- Ouvrez les mini tomates en 4 et ôtez les graines. Coupez les tomates en petite brunoise (petits dés).

Coupez les mini tomates en fine brunoise

- Réalisez une brunoise avec l’oignon rouge.

Épluchez l’oignon rouge, coupez-le en deux et réalisez une fine brunoise

- Prélevez la chair d’un demi citron.

Prélevez la chair d’u demi citron

- Prélevez les feuilles de coriandre.

Prélevez les feuilles de coriandre

- Dans un bol mélangez l’oignon rouge, la chair de citron, la brunoise de tomate, les grains de grenade avec l’huile d’olive, les feuilles de coriandre, le jus de citron et son zeste. Rectifiez l’assaisonnement en sel et poivre. Réservez.

Préparez la sauce vierge

- Versez quelques gouttes d’huile d’olive sur les morceaux de cabillaud et zestez un citron par dessus. Placez les morceaux de poisson dans un sac sous vide et cuire sous vide au bain marie à l’aide de votre thermoplongeur à 52° pendant 10 minutes.

Mettez le cabillaud sous vide

Dressage

- Réalisez une ou deux quenelles de purée de petits pois légèrement tiédie et déposez-les dans l’assiette. Versez une cuillérée de sauce vierge et posez un morceau de cabillaud par-dessus.

Cabillaud Basse température, sauce vierge à la grenade, petits

pois verveine

Abricots, fraises et romarin (recette basse température)

Une fois n’est pas coutume. Voici un dessert basse température: cette cuisson douce va permettre de cuire les abricots tout en conservant une belle tenue de ce fruit si fragile à la cuisson et surtout d’en concentrer le goût.

Abricots, fraises et romarin (recette basse température)

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 » , « Ma cuisine Basse Température,Best of -Tome 4« et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 5 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Tomes 1, 2, 3, 4, 5

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

Matériel

Pour plus de renseignements 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]

- 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

- un mixeur à herbe (pour le sucre de romarin). Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.

Mini-hachoir 50g 220w - 855306

- des petits cercle de présentation pour former les biscuits

Cercles De Présentation,4 Emporte-Pièces Ronds Avec Poussoir - Acier Inoxydable,Moule à Cake DIY Moule à Gâteau Nourriture Cuisson Présentation Anneaux

- une spatule coudée pour déplacer les petits biscuits

GreeSuit Spatules Coudées à Patisserie en Acier Inoxydable, Spatule Coudée Pâtisserie Anglées, Spatule décorative inclinée glaçage Cuillère à Palette pour gâteau de décoration Ensemble, Lot de 3

Ingrédients pour 4 personnes

Pour les abricots

- 8 abricots: ne les prenez pas trop mûrs
- une noix de beurre
- 5 % du poids des abricots en sucre

Pour le coulis de fraise

- 450 g de fraises
- 40 g de sucre en poudre
- une branche de romarin frais

Pour les biscuits

- 200 g de spéculos ou de sablés (pour la recette des sablés maison cliquez ici)
- 65 g de beurre

Pour le sucre au romarin

- 30 g de sucre
- 5 g de feuille de romarin frais

Pour le dressage

- quelques petites fraises fraiches

Préparation

- Commencez par préparer le sucre au romarin: mixez finement sucre et feuilles de romarin. Réservez dans un petit pot hermétique.

Mixez finement sucre et feuilles de romarin

- Mixez les sablés avec le beurre. Etalez le mélange au fond d'un petit cercle de présentation en appuyant bien avec le dessous d'une cuillère ou du poussoir si vous en avez. Ôtez les cercles et placez au frais.

Formez les petits biscuits

- Coupez les abricots en deux et ôtez les noyaux. Mettez-les sous vide avec une belle noix de beurre et 5% de leur poids en sucre.

Mettez les abricots sous vide

- Equeutez et coupez les fraises en tranches et mettez-les sous vide avec le sucre et la branche de romarin. Cuisez les fraises et les abricots sous vide ensemble au bain marie à l’aide de votre thermoplongeur à 70° pendant 20 minutes.

Mettez les fraises sous vide avec le romarin

- Après cuisson réservez les abricots: si vous ne les servez pas tout de suite, laissez-les sous vide au frais et ramenez-les à 50° (on les sert tièdes) pendant 15 minutes juste avant de servir. Mixez les fraises cuites avec leur jus de cuisson après avoir ôter la branche de romarin pour obtenir un joli coulis.

Mixez les fraises

Dressage

- A l’aide de la spatule coudée, placez un biscuit dans l’assiette. Disposez les demis abricots et versez la sauce aux fraises tout autour. Saupoudrez le sucre au romarin sur les abricots.

Abricots, fraises et romarin (recette basse température)

abricot fraises romarin BT

Côtes de porc basse température, carotte et sauce orange et miso (recette basse température)

Le porc est une viande à qui la cuisson sous vide basse température amène énormément de tendreté. Je l’ai cuisiné aujourd’hui avec une déclinaison de carotte et une touche sucré orangée.

Côtes de porc basse température, carotte et sauce orange et

miso (recette basse température)

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 » , « Ma cuisine Basse Température,Best of -Tome 4« et enfin « Ma cuisine basse température-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

Matériel

Pour plus de renseignements 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]

- 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

- une râpe Microplane: c’est la reine des zesteurs…Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous:

Microplane Râpe à zesteur en couleur Noir pour agrumes, parmesan, gingembre, chocolat et noix de muscade avec lame fine - Fabriqué aux États-Unis

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 belles côtes de porc d’au moins 3 cm d’épaisseur
- du beurre
- sel et poivre

Pour la garniture de mini carottes

- 16 mini carottes
- zeste d’une orange
- une noix de beurre
- sel et poivre blanc

Pour la purée de carotte

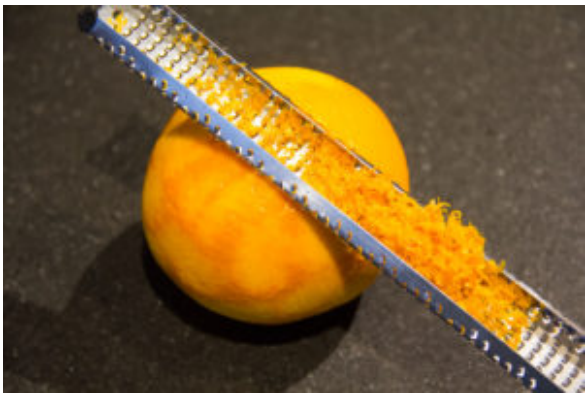
- 400 g de carotte
- 20 g de beurre
- une cuillerée à café de vadouvan (mélange d’épices indienne)
- sel et poivre blanc

Pour la sauce

- 120 g de jus d’orange
- 60 g de miso blanc (rayon asiatique de votre supermarché ou épicerie asiatique)
- deux cuillerée à café rase de maizena
- deux cuillerée à café d’eau
- sel et poivre sichuan

Préparation

- Pour les mini carottes: épluchez les mini carottes. Zestez l’orange.



Zestez l’orange

- Mettez les mini carottes sous vide avec le zeste de l’orange, une noix de beurre et une pincée de sel. Cuire les carottes à l’aide de votre thermoplongeur à 85° pendant une heure. Réservez en les laissant sous vide.

Mettez les carottes fanes sous vide avec le zeste de l’orange et une noix de beurre

- Pour la purée de carotte: pelez les autres carottes et réservez quelques belles fanes: vous allez en faire des chips. Cuisez les carottes vapeur. Quand elles sont bien tendres mixez-les finement avec les 20 g de beurre. Salez et poivrez. Réservez.

Mixez les carottes

- Pour les chips de fanes : prélevez les petites fanes. Rincez-les et essuyez-les soigneusement.

Prélevez des fanes des tiges de carottes

- Filmez soigneusement le dessus d’une assiette ou d’un plat avec du film alimentaire. Disposez les fanes sur le film de l’assiette et enrobez-les d’un peu d’huile d’olive à l’aide d’un pinceau. Puis refilmez le tout pour bien enserrer les fanes entre les deux épaisseurs de film alimentaire. Passez au micro-onde à 1000 w pendant 2 minutes.

Filmez les fanes de carotte

- Pour la sauce: pressez 120 g de jus d’orange et passez-le au travers d’un tamis: il ne faut pas qu’il y ait de pulpe donc filtrez-le. Zestez une orange à l’aide de votre râpe Microplane par dessus. Versez le tout avec le miso blanc dans une casserole et portez à ébullition. Diluez 2 cuillerées à café rase de maïzena dans 2 cuillerées à café d’eau et incorporez au mélange

précédent. Cuire à petit feu: la sauce doit napper mais être légère.

Réalisez la sauce au miso

- Pour la viande: mettre la viande sous vide avec deux gousses d'ail épluchées, une branche de romarin frais et une noix de beurre. Plongez le sachet dans le bain marie basse température (62° pendant 40 minutes).

Mettez le porc sous vide

- Quand les côtes de porcs sont cuites passez-les rapidement sur le grill **bien chaud** pour les marquer et faire une belle coloration: attention il ne s'agit pas de les cuire mais de les colorer!

Passez les cotes de porc rapidement sur le grill

- Tranchez les côtes de porc en lamelles de deux centimètres d’épaisseur après avoir ôté l’os.

Tranchez les côtes de porc en lamelles

Dressage

- Disposez un trait de purée de carotte, puis posez les tranches de viande par dessus en quinconce. Ajoutez les mini carottes. Pochez de points de sauce à l’orange et placez quelques fanes croquantes sur les carottes.

Côtes de porc aux carottes, sauce orange et miso (Recette Basse température)

Cuisse de lapin basse température, butternut et marron (Cuisson sous vide basse température)

Cuisse de lapin basse température, butternut et marron (Cuisson sous vide basse température)

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, Best Of -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 phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

- Et mon tout dernier livre « Verrines et bouchées gourmandes pour un apéritif réussi »

Matériel

- une râpe Microplan, le top des râpes, indispensable dans votre cuisine: elle va vous permettre de réaliser de très fins zestes d’agrume! Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.

Microplane Râpe à zesteur en couleur Noir pour agrumes,

parmesan, gingembre, chocolat et noix de muscade avec lame fine - Fabriqué aux États-Unis

- 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]

- 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

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 cuisses de lapin
- épices « Mélange du trappeur ou Davy Crockett »; vous pouvez en trouver chez votre magasin d’épices ou sur l’excellent site de vente d’épices en ligne « Girofle et Cannelle » en cliquant ici
- une courge butternut
- 25 ml d’huile d’olive
- 30 ml de soja sucré
- 30 ml de mirin (c’est une sorte de saké très doux utilisé en condiment: vous pouvez le trouver au rayon

asiatique de votre supermarché, dans les épiceries bio ou en cliquant ici)
- 1 oignon
- 1 mandarine (zeste et jus)
- des châtaignes précuites que vous ferez légèrement revenir avec du beurre dans une poêle
- beurre

Pour la sauce

- une échalote
- 120 ml de crème fraiche liquide
- une cuillérée à soupe de moutarde: j'ai utilisé l'excellente moutarde belge Tierenteyn mais vous pouvez choisir celle qui vous plait le mieux!
- une mandarine (zeste et jus)
- sel et poivre

Préparation

- Salez, poivrez et épicez vos cuisses de lapin avec le « Mélange du trappeur ou Davy Crockett ». Zestez par dessus le zeste de la première mandarine. Mettez vos cuisses de lapin sous vide avec une noix de beurre. Cuire 2 heures à 68° au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur.

Cuisse de lapin basse température, butternut et marron (Cuisson sous vide

basse température)

- Epluchez et émincez l’oignon.

Ciselez les oignons

- Ôtez l’écorce et les graines du butternut et coupez-le en petits dés d’environ 2cm de côté. Mélangez-les bien avec les 25 ml d’huile d’olive, les 30 ml de soja sucré, les 30 ml de mirin, l’oignon émincé et le jus d’une mandarine. Placez le tout dans un plat allant au four et enfournez à 180° pendant environ une heure. Remuez régulièrement à l’aide d’une spatule.

Déposez les cubes de butternut dans un grand plat

- La cuisson terminée, réservez un cinquième des dés de butternut (pour le dressage) et mixez le restant très finement en y ajoutant 10% de du poids des butternuts en

beurre (par exemple si vous avez 100 g de butternut ajoutez 10 g de beurre) . Rectifiez l’assaisonnement et réservez.

Mixez finement le butternut et réservez aussi quelques dés de butternut

- Pour la sauce: faires revenir une échalote dans une casserole avec un peu de beurre et le jus de la deuxième mandarine. Puis ajoutez les 120 ml de crème fraîche, la moutarde et le zeste de la deuxième mandarine. Cuire deux minutes à feu doux. Votre sauce est prête.

Préparez la sauce moutarde

Dressage

- Réalisez une belle ligne de purée de butternut sur votre assiette à l’aide d’une cuillère. Disposez votre cuisse de lapin par-dessus ainsi que quelques dés de butternut que vous avez réservés et quelques châtaignes précuites revenues au beurre. Il ne reste plus qu’à verser un peu de sauce.

Cuisse de lapin basse température, butternut et marron (Cuisson sous vide basse température)

Laitue serrée Glenn Viele (recette sous vide sans cuisson)

Aujourd’hui je vous propose une recette très originale du Chef Glenn Viele, trois étoiles et élu Chef de l’année 2020. Le chef a présenté ce plat dans l’émission Objectif Top chef lors d’une épreuve où la salade devait être mise en avant. Et voici le résultat! Une réalisation audacieuse, sans cuisson mais sous pression (il vous faut juste une sous videuse) et surtout un plat étonnant aussi bien par sa facilité de réalisation que par la saveur sublimée de la salade.

Salade Glenn Viele (recette sous vide sans cuisson)

Beaucoup d’entre vous aviez émis le souhait d’être informés de la parution de mes meilleures recettes basse température.

Tomes 1, 2, 3, 4, 5

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.

Matériel

- une pince de cuisine, très pratique pour réaliser des dressages et manipulations délicates en cuisine. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.

May - Pince de chef - Pincette à Servir - pinces de cuisine - pincettes cuisinier - droit - Longuer: 14 cm - acier inoxydable

- 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]

Ingrédients pour 3 personnes

- 3 laitues: vous n’aurez besoin que des trois cœurs et les feuilles restantes d’une laitue: vous pouvez utiliser les restants des autres feuille pour une salade classique ou un velouté de laitue
- quelques tomates confites à l’huile. Pour la recette maison cliquez ici
- un ou deux citron confit au sel
- une coeur de fenouil
- des feuilles de basilic
- des petites olives noires dénoyautées (le chef n’en met

pas dans la recette mais je me la suis un peu appropriée!)

Pour le crémeux de laitue

- les feuilles restantes d’une des laitues: environ 60 g
- 60 g de roquette
- 60 g de tétragone (variété d’épinard)
- 70 g de concombre épluché et épépiné
- 70 g de pomme granny smith épluchée et épépinée
- 60 g d’huile d’olive
- sel et poivre
- des petits croutons de pain grillés (pour la présentation)

Préparation

- Ôtez les feuilles extérieures des laitues pour n’en garder que le cœur. Réservez environ 60 g de feuilles de laitue que vous avez enlevées pour le restant de la recette. Coupez les tomates confites, le citron confit et le cœur de fenouil en petits dés. Ciselez le basilic. Puis ouvrez bien le cœur des laitues pour pouvoir intercaler les petits dés des différents éléments à l’intérieur à l’aide de votre pince de cuisine.

Préparerez tous les éléments

- Disposez chaque cœur farci sur l’extrémité d’une feuille

de film alimentaire, versez un petit filet d’huile d’olive par dessus et serrez bien chaque cœur individuellement.

Serrez bien chaque cœur de laitue individuellement

- Mettez les cœurs de laitue sous vide et placez au frigo pendant 24 heures.

Mettez les cœurs de laitue sous vide

Dressage

- Le jour même, placez le restant des feuilles de laitue, la tétragone, le concombre épluché et épépiné, la roquette et la pomme dans un bol mixeur (type Thermomix) et mixez finement pendant deux à trois minutes pour obtenir un crémeux de laitue. Rectifiez

l’assaisonnement.
- Versez un peu de crémeux dans le fond de l’assiette et disposez la laitue par dessus; décorez avec des petits croutons et des feuilles de basilic.

Salade Glenn Viele (recette sous vide sans cuisson)

Steak d’autruche et ses petits légumes, sauce ananas (recette basse température)

Il y a quelque temps déjà j’avais pu goûter de la viande d’autruche. C’est une viande de caractère comme une viande de gibier mais j’avais trouvé la texture trop ferme. J’ai donc

testé cette viande en cuisson sous vide basse température et là… Topissime: une tendreté exceptionnelle avec une chair qui fond en bouche. Je vous propose donc aujourd’hui un « Steack d’autruche et ses petits légumes, sauce ananas ».

Steak d’autruche et ses petits légumes, sauce ananas

Beaucoup d’entre vous aviez émis le souhait d’être informés de la parution de mes meilleures recettes basse température.

Tomes 1, 2, 3, 4, 5

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.

Matériel

- 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]

- 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

- Et pour ceux d’entre vous qui sont intéressés par l’achat d’une sous videuse à cloche d’excellente qualité, permettant entre autre 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”**

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 steaks d’autruche
- sel, poivre

Pour la garniture

- 150 g de mini asperges
- 250 g de haricots mange tout
- 200 g de shimejis (petits champignons japonais)
- 350 g d’ananas frais en tout : 140 g pour l’ananas poêlé et 150 g de brunoise pour la sauce et 60 g pour la garniture. J’ai utilisé des ananas Victoria.

Pour la sauce

- un oignon
- ananas frais (150 g cités ci dessus)
- 250 ml de crème de coco
- une demi marmite de bouillon de volaille Knorr
- curry de Madras (une belle cuillerée à soupe)

Préparation

- Pour la garniture: coupez la pointe des asperges et taillez les queues en grosse brunoise.

Coupez la pointe des asperges et taillez les queues en grosse brunoise

- Mettez les asperges (pointes et brunoise dans des sachets différents) sous vide avec une noix de beurre et une pincée de sel. Cuisez-les au bain marie à l’aide de votre thermoplongeur à 90° pendant 30 minutes. Réservez.

Mettez les asperges (pointes et brunoise dans des sachets différents) sous vide

- Ôtez les fils des haricots mange tout et faites-les cuire à la vapeur pendant 15 minutes Réservez.

Faites cuire les haricots vapeur

- Coupez l’extrémité terreuse des shimejis.

Coupez l’extrémité terreuse des shimejis

- Faites revenir les shimejis quelques minutes à la poêle avec du beurre. Salez et poivrez en fin de cuisson. Réservez.

Faites revenir les shimejis quelques minutes à la poêle

- Pour la sauce: préparez l’ananas. Ôtez l’écorce et coupez l’ananas en 4 dans le sens de la hauteur. Réalisez des tranches un peu épaisses et réservez 4 belles tranches que vous allez poêler avec un peu de beurre pour bien les colorer. Réservez les tranches d’ananas poêlées.

Réservez 4 belles tranches d’ananas

- Puis taillez le restant de l’ananas en brunoise: il vous en faudra 150 g pour la sauce et 60 g pour la garniture.

Taillez l’ananas en brunoise

- Ciselez l’oignon. Faites le revenir à la poêle avec une noix de beurre et ajoutez le curry. L’oignon doit être bien translucide et tendre.

Faites revenir l’oignon avec

un peu de beurre

- Ajoutez les 150 g de brunoise d’ananas et laissez cuire encore quelques minutes.

Ajoutez les 150 g de brunoise d’ananas

- Versez le lait de coco et une demi marmite de bouillon Knorr et laissez cuire 5 minutes à feu doux.

Versez le lait de coco et la marmite de bouillon Knorr

- Mixez finement le tout et réservez.

Mixez finement

- Pour la viande: salez et poivrez les steaks.

Salez et poivrez les steaks

- Mettez-les sous vide et cuisez-les au bain marie à l’aide de votre thermoplongeur à 57° (saignante) ou 59° (à point) pendant 20 mn.

Mettez les steaks d’autruche sous vide

- La cuisson terminée et juste avant de servir passez les steaks dans une poêle bien chaude pendant 15 secondes de chaque côté pour les colorer. Les steaks d’autruches n’étant pas très épais n’allez pas au-delà des 15 secondes de chaque côté car sinon vous allez perdre les avantages de la cuisson basse température…Salez et poivrez.

Passez les steaks dans une poêle bien chaude

- Détaillez chaque steak d’autruche en tranches.

Détaillez chaque steak d’autruche en tranches.

Dressage

- N’oubliez pas de préchauffer vos assiettes à 70° au four. Réchauffez les éléments de la garniture ainsi que

votre sauce. Disposez les légumes dans l’assiette et posez les tranches de steak d’autruche sur les légumes. Versez un peu de sauce et rajoutez la tranche d’ananas.

Steak d’autruche et ses petits légumes, sauce ananas

Filet pur de veau à la moutarde et ses pommes de terre caramélisées

Un plat idéal, goûteux et facile à réaliser pour un dimanche ou un dîner familial…? Je vous propose aujourd’hui ce délicieux Filet pur de veau à la moutarde et ses pommes de terre caramélisées; la viande est réalisée en cuisson basse

température pour un moelleux incomparable.

Pour plus d’informations sur la cuisine sous vide basse température cliquez ici.

Rôti de porc à la moutarde

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 » ,« Ma cuisine basse température, Best Of -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 phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

Matériel

- 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]

- 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

- Et pour ceux d’entre vous qui sont intéressés par l’achat d’une sous videuse à cloche d’excellente qualité, permettant entre autre 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"**

Home de Multivac

Ingrédients pour un Filet pur de veau à la moutarde (4 personnes)

- 800 g de filet de veau
- 2 grosses cuillerées à soupe de moutarde de Meaux
- 3 grosses échalotes
- 5 cl de vin blanc
- sel et poivre

Pour les pommes de terre

- 12 pommes de terre de taille moyenne à chair ferme

Pour la marinade des pommes de terre

- 5 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillerée à soupe d'origan en poudre
- 1 cuillerée à soupe de soja sucré (vous en trouverez dans les épiceries asiatiques où au rayon Asie de votre super marché)
- 1 cuillerée à soupe de mirin: le mirin est une sorte de saké très doux un peu sirupeux et assez sucré. Vous en trouverez dans les épiceries asiatiques où au rayon Asie de votre super marché
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre de riz (vous en trouverez dans les épiceries asiatiques où au rayon Asie

de votre super marché)
- sel

Préparation

- Lavez et coupez les pommes de terre en 4. Mélangez tous les ingrédients de la marinade et enrobez bien les quartiers de pommes de terre avec. Enfournez les pommes de terre à 180° pendant environ 50 minutes. Pendant la cuisson remuez-les régulièrement pour que leur cuisson soit bien uniforme.

Enfournez les pommes de terre à 180°

- Ciselez l’échalote.

Taillez l’échalote en tous petits dés

- Faites revenir l’échalote dans un peu de beurre avec le vin blanc pendant 10 mn à feu doux.

Faites revenir l’échalote dans un peu de beurre avec le vin blanc pendant 10 mn à feu doux

- Mélangez la moutarde avec les échalotes.

Mélangez la moutarde avec les échalotes

- Faites colorer rapidement avec un peu d’huile le rôti de veau sur toutes ses faces dans une poêle bien chaude. Ôtez-le du feu et attendez 15 à 20 minutes avant de passer à l’étape suivante.

Faites colorer rapidement avec un peu d’huile le rôti de veau

- Enrobez le veau avec le mélange moutarde et échalotes.

Enrobez le veau avec le mélange moutarde et échalotes

- Mettez le veau sous vide et cuisez-le dans un bain marie à l’aide de votre thermoplongeur à 63° pendant 50 mn.

Mettez le veau sous vide

- Il ne reste plus qu’à servir! Disposez les pommes de terre dans un grand plat et couchez le rôti par-dessus.

Filet pur de veau à la moutarde et ses pommes de terre caramélisées

---

Roulé de banane, gingembre et

chocolat (recette basse température)

Une fois n’est pas coutume, aujourd’hui voici une recette de dessert basse température… Les fruits comme les pommes, poires, bananes, pêches, abricots sont particulièrement savoureux cuits basse température car vous obtiendrez une uniformité de cuisson, des fruits qui se tiennent tout en étant cuits et une concentration de goût.

Roulé de banane, gingembre et chocolat (recette basse température)

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 » ,« Ma cuisine basse température, Best Of -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 phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

Matériel

Pour plus de renseignements 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]

- 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

- Et pour ceux d’entre vous qui sont intéressés par l’achat d’une sous videuse à cloche d’excellente qualité, permettant entre autre 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”**

Ingrédients pour 3 personnes

- 3 bananes pas très mures
- du sucre glace vanillé

Pour la crème anglaise; vous pouvez la préparer sous vide si vous possédez une sous videuse à cloche comme la Home de Multivac car elle n’aspire pas les liquides lors de la mise sous vide. Dans ce cas, mélangez bien tous les ingrédients, mettez sous vide et cuisez votre crème au bain marie à l’aide de votre thermoplongeur à 82° pendant 12 minutes. Puis mixez-la.

- 3 jaunes d’œuf
- 30 grammes de sucres
- 3 dl de lait entier
- une gousse de vanille et ses graines
- 5 à 10 g de gingembre confit (selon votre goût)

Pour la crème pâtissière au chocolat: vous allez en préparez plus que vous n’en aurez besoin. Ce n’est pas un problème car cette crème se congèle très facilement!

- 35 g de sucre en poudre
- 55 g de jaune d’œuf
- 10 g de fécule de maïs
- 300 de lait entier
- 100 g de chocolat noir en morceaux

Pour le dressage

- quelques carrés de chocolat que vous râperez ou couperez avec un couteau en fins morceaux

Préparation

- Pour la crème pâtissière au chocolat: faites chauffer le lait.

Faites chauffer le lait

- Pendant ce temps fouettez les 55 g de jaune d’œuf avec 35 g de sucre en poudre. Le mélange doit blanchir. Puis ajoutez la fécule de maïs.

Fouettez jaunes et sucre

- Versez le lait chaud sur le mélange précédent et remettez sur le feu jusqu’à ce que le mélange épaississe. Puis versez le mélange sur les 100 g de chocolat coupé en morceaux. Mélangez bien.

Puis versez le mélange sur le chocolat coupé en morceaux

- Versez dans un plat et filmez au contact. Mettez au frais.

Versez dans un plat et filmez au contact

- Pour la crème anglaise: ouvrez la gousse de vanille en deux et à l'aide d'un petit couteau grattez-en les petites graines. Faites chauffer le lait avec la gousse et les graines de vanille.

- Dans un récipient versez le sucre et les jaunes d’œuf. Battez les jaunes d’œufs et le sucre : le mélange doit blanchir. Vous devez voir une différence de couleur avant et après: le mélange devient plus clair.

- Versez progressivement le lait chaud mais pas bouillant sur le mélange jaunes d’œuf/sucre tout en fouettant avec le mixeur.

v

- Versez le mélange dans une casserole et faire chauffer à feu très doux en tournant en permanence. Si vous avez un thermomètre de cuisson ne dépassez pas la température de 82°. La crème est prête lorsque vous pouvez faire une trace sur la spatule avec votre doigt et qu’en penchant la spatule la crème ne vient pas recouvrir la trace que vous avez faite. Ajoutez le gingembre confit et mixez finement. Si jamais votre crème a fait des grumeaux, l’astuce est de la mixer en fin de cuisson pour la rattraper. Réservez la crème au frais en la filmant au contact pour éviter qu’une pellicule se forme à la surface.

- Pour la banane: saupoudrez les bananes de sucre glace.

Roulé de babane gingembre et chocolat

- Passez-les sous le grill ou encore mieux au chalumeau pour bien les dorer dessus et dessous.

Passez les bananes au chalumeau

- Coupez les bananes en deux dans le sens de la longueur.

Coupez les bananes en deux dans le sens de la longueur

- Positionnez les demi bananes à l’extrémité d’un film alimentaire et roulez le tout pour obtenir un boudin bien serré.

Formez un boudin bien serré

- Mettez le roulé de banane sous vide. Cuisez les bananes sous vide au bain marie à l’aide de votre Thermoplongeur à 64 ° pendant 20 minutes. Placez au frais.

Mettez le roulé de banane sous vide

- Découpez le boudin de banane en tranches de 1 cm et demi.

Découpez le boudin de banane en tranches

Dressage

- Versez un peu de crème anglaise dans le plat et disposez les tranches de bananes par-dessus. Pochez quelques points de crème pâtissière à l’aide d’une petite poche à douille. Il ne reste plus qu’à râper un peu de chocolat par-dessus.

Roulé de banane, gingembre et chocolat (recette basse température)

Pastrami basse température (au four)

Le Pastrami est une préparation réalisée à partir de poitrine de bœuf grasse. C’est une recette emblématique de la région de New York. Originaire d’Europe centrale, le Pastrami a franchi l’Atlantique dans la valise des immigrants. La viande est trempée dans de la saumure puis fumée à sec et préparée selon diverses recettes, à base de poivre ou coriandre par exemple.

Coupée après cuisson en tranches fines on en fait de délicieux sandwichs mais vous pouvez également accompagner cette viande d’une bonne salade, c’est divin.

Je vous en propose ma version que j’ai cuite bien sûr basse température au four pour obtenir une viande parfaitement cuite et délicieusement tendre…

Il faut également fumer la viande: il faut donc s’équiper au minimum d’un petit générateur de fumée et d’une cocotte (ou couscoussier ou barbecue avec couvercle).

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 » ,« Ma

cuisine basse température, Best Of -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 phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

Ingrédients

- 700 g de poitrine de bœuf

Pour la marinade salée

- 3 dl d'eau
- 20 g de sel
- un centimètre de gingembre frais râpé
- 15 g de sucre
- 6 clous de girofle
- 3 feuilles de laurier coupées en morceaux
- une cuillerée à café de cardamome en poudre
- une cuillerée à café de poivre du timut moulu
- 3 gousses d'ail émincées
- 2 g de cannelle
- 30 grains de poivre noir
- 1 g de noix de muscade râpée
- une cuillerée à café de coriandre en grains
- 3 g de graines de moutarde

- si vous aimez les goûts bien épicés rajoutez 2 g de piment en poudre…

Pour le fumage

- deux cuillerées à soupe de grains de poivre de Jamaïque
- deux cuillerées de grains de coriandre
- de la sciure de fumage (hêtre par exemple)

Matériel et technique de fumage à froid

La préparation de ce plat nécessite de fumer à froid la viande. Le fumage est l'une des manières très saine de préparer des aliments, car il n'utilise ni graisse ni huile. Et il existe toute une variété de bois différents (chêne, érable, pommier, etc) pour varier les plaisirs! Vos aliments auront ainsi un délicat petit goût de fumé très particulier et bien plus fin que ce que vous pourrez trouver dans le commerce. Grâce à ce mode de fumage à froid vous allez pouvoir fumer un aliment **déjà cuit** ou séché ou saumuré comme des légumes, viandes, poissons, mais également du beurre et des fromages…Le fumage à froid s'effectue à température ambiante à moins de 30°C. Et l'opération s'effectue sans risque: vous allumez votre sciure de bois et les minuscules braises vont continuer à se consumer très lentement pendant une dizaine d'heures.

Au niveau matériel il vous faut vous équiper d'un **générateur de fumée**, sorte de petite spirale qui va contenir les braises de sciure de bois. Vous en trouverez facilement sur Internet. Puis il vous faut un contenant pour placer ce générateur de fumée et l'aliment qui doit être fumé. Pour cela deux solutions s'offrent à vous:

Soit vous possédez un barbecue , une cocotte avec suspensoir ou même un couscoussier: on dépose le générateur de fumée dans

le fond de récipient puis il faut placer une grille au-dessus sur laquelle vous déposerez la viande. Il suffit de fermer **presque** hermétiquement avec un couvercle mais attention: il faut juste une petite circulation d'air pour alimenter la combustion en oxygène (petit trou ou couvercle pas tout à fait jointif). Donc à vous de trouver la bonne ouverture…

Vous pouvez trouver un générateur de fumée **en cliquant ici.**

Soit vous vous équipez du contenant qui complète le générateur de fumée: c'est un fumoir en carton qui a été conçu uniquement pour le fumage à froid . Il est facile à installer et à utiliser. Le corps principal est en carton: une fois monté, l'intérieur peut contenir deux grilles chromées et une plate pour la collecte de toute coulure (tout est fourni dans le même kit de montage). Il est pliable et réutilisable de nombreuses fois. Pour mieux comprendre voir les photos de l'ensemble ci-dessous.

Vous pouvez trouver le fumoir complet **en cliquant ici.**

Et bien sûr il vous faut de la sciure de bois de fumage: il en existe différentes essences (hêtre, pomme, chêne…). A vous de choisir!

Le fumoir en carton associé au générateur de fumée

fumoir

Préparation

- Préparer la marinade salée avec tous les ingrédients et versez-la dans une casserole. Amenez le tout à ébullition et mélangez bien. Coupez le feu et recouvrez la casserole avec du film alimentaire: laissez infuser jusqu'à complet refroidissement. Le film alimentaire est utile car il va éviter la dispersion des arômes dans l'air…

Coupez le feu et recouvrez la casserole avec du film alimentaire

- Disposez votre viande dans un récipient : ce récipient ne doit pas être trop grand car **la marinade doit recouvrir entièrement la viande**. Filmez de nouveau et mettez au frais pendant 4 jours.

La marinade doit recouvrir entièrement la viande

- Au bout du quatrième jour sortez la viande de la marinade et **essuyez-la bien**. Enroulez la viande dans un torchon et remettez-la au frigo pour la laisser sécher une journée au frigo. Elle doit être bien sèche pour pouvoir être recouverte des derniers épices (coriandre et poivre).
- Concassez le poivre de Jamaïque et la coriandre: si vous n’avez pas de mortier mettez-les dans un sachet plastic et écrasez-les avec un rouleau à pâtisserie.

Concassez le poivre de Jamaïque et la coriandre

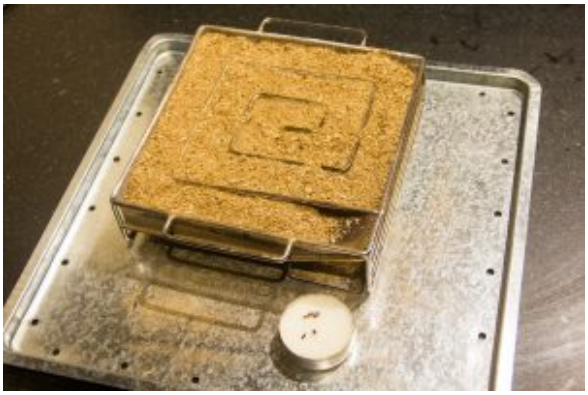
- Recouvrez la viande avec le mélange d’épice et massez bien pour que les épices adhèrent.

Recouvrez la viande avec le mélange d’épice

- Disposez la viande dans un plat et cuisez-la au four à 70° pendant 3h30. Si vous avez une sonde de cuisson n’hésitez pas à l’utiliser: la viande doit atteindre 59° à cœur.

Disposez la viande dans un plat et cuisez-la au four à 70°

- Versez la sciure de fumage dans le générateur de fumée. Lissez bien le dessus de manière à voir le serpentin de la grille. Surtout ne tassez pas la sciure, sinon la combustion sera plus lente et peut même s’éteindre.



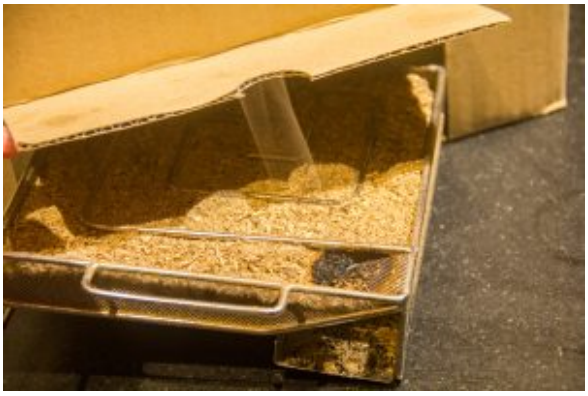
Versez la sciure dans le générateur de fumée

- Puis allumez la bougie et placez-la dans l’encoche sous la sciure; attendez une à deux minutes que la sciure commence à bien fumer.

Puis allumez la bougie et placez-la dans l’encoche sous la sciure; attendez une à deux minutes

- Si vous utilisez la boite en carton: dés que la fumée apparaît attendez encore 1 mn puis **ôtez la bougie** et placez le générateur de fumée dans la boîte en carton en le passant par l’encoche en bas du carton. Puis disposez la viande sur une grille à l’intérieur de la boite. Le fumage est léger mais constant. Fermez le carton et laissez fumer pendant le temps de la combustion (10 à 12 heures donc toute une nuit). Placez le carton dans votre

cave ou balcon ou votre jardin…Le fumage entraîne une odeur assez forte qui peut imprégner les objets qui sont autour.



Placez le générateur dans la boîte en carton

- Si vous utilisez une cocotte ou un couscoussier ou un barbecue: dés que la fumée apparaît attendez encore 1 mn puis **ôtez la bougie** et placez le générateur de fumée au fond de votre récipient.

Disposez d'abord votre générateur de fumée au fond du récipient

- Puis posez votre viande sur une grille. Placez la grille au-dessus de la spirale génératrice de fumée et légèrement surélevée dans la cocotte (couscoussier ou barbecue). Laissez fumer à couvert mais surtout **ne fermez pas complètement**: il faut qu'il y ait une

circulation d’air pour que la braise ne s’éteigne pas. Donc posez un couvercle mais laissez assez d’espace pour que l’air se renouvelle…Cette méthode est un peu plus difficile à maîtriser que celle de la boite en carton qui est parfaitement adaptée à ce mode de cuisson…

Placez la grille dans la cocotte

- Le fumage terminé il ne restera plus qu’à la trancher au fur et à mesure de vos besoins…La viande se conserve quelques jours au frigo, enveloppée dans un linge propre.

Il ne restera plus qu’à la trancher au fur et à mesure de vos besoins

Servez-la avec des pickles, des cornichons, des tranches fines d’oignons rouges, de la moutarde, de la mayonnaise, en salade, en sandwich…

Pastrami basse température (au four)

Pastrami basse température (au four)

Carpaccio de veau aux olives et basilic thaïlandais (recette basse température)

Un délicieux carpaccio tout en tendreté et saveurs pour bien commencer l’été… grâce à la cuisson sous vide basse température!

Carpaccio de veau aux olives et basilic thaïlandais (recette basse température)

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 » ,« Ma cuisine basse température, Best Of -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 phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

Matériel

Pour plus de renseignements 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]

- 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

Ingrédients pour 4 personnes

- un filet de veau d’environ 700 g
- 2 dl de bouillon de légumes mélangé avec une cuillerée à soupe de vinaigre de riz, le tout congelé
- 2 gousses d’ail coupées en morceaux
- un petit bouquet garni (persil, thym, une feuille de laurier)
- quelques grains de poivre noir (une dizaine)

Pour la sauce

- un œuf

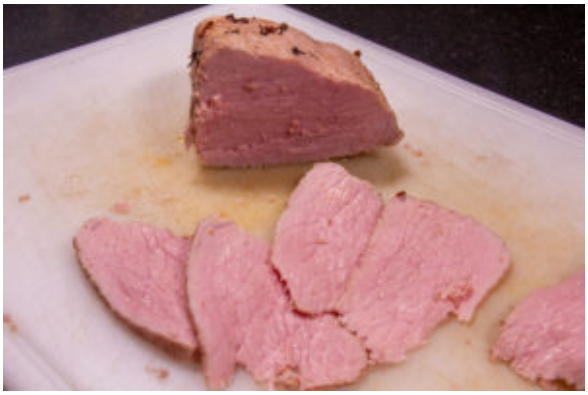
- un bouquet de basilic thaïlandais
- une gousse d’ail
- une cuillerée à café de moutarde Savora
- des olives vertes ou noires dénoyautées coupées en tranches
- 2 cl d’huile neutre (type pépins de raisin)
- sel et poivre (j’ai utilisé du poivre long)

Préparation

- Préparez la marinade en mélangeant le bouillon de légume et le vinaigre de riz; ajoutez-y l’ail râpé et les grains de poivre. Faites congeler le tout: cela évitera que votre machine sous vide n’aspire le liquide lors de la mise sous vide de la viande. Puis mettez le filet sous vide avec la marinade congelée et le bouquet garni. Laissez-le au frigo toute une nuit. Le lendemain, cuisez la viande sous vide au bain marie à l’aide de votre thermoplongeur pendant 1 h 15 à 64°.

Mettez le filet de viande sous vide

- A la fin de la cuisson remettez la viande au frais. Puis quand elle est bien refroidie, coupez-la en tranches fines.



Coupez la viande en tranches fines

- Préparez la sauce: mixez l’œuf avec tous les éléments (basilic thaïlandais, ail, moutarde, sel et poivre). Montez en mayonnaise avec l’huile de pépin de raisin.

Montez la mayonnaise avec le basilic Thaïlandais

Dressage

- Découpez les olives en tranches. Disposez les tranches de viande et pochez des points de mayonnaise. Parsemez de tranches d’olive et de quelques feuilles de basilic thaïlandais.

Carpaccio de veau aux olives et basilic thaïlandais (recette basse température)

Veau au romarin (Recette basse température)

Le romarin est en fleur dans mon jardin…C’est une plante aromatique très intéressante en cuisine car vous pouvez l’associer aussi bien à des plats salés que sucrés. Aujourd’hui j’ai décidé de le marier avec du veau, cuit basse température pour obtenir une viande très parfumée et surtout

d’une tendreté exceptionnelle!

Veau au romarin (Recette basse température)

Beaucoup d’entre vous aviez émis le souhait d’être informés de la parution de mes meilleures recettes basse température.

Tomes 1, 2, 3, 4, 5

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.

Matériel

Pour plus de renseignements 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]

- 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

Ingrédients pour 4 personnes

- 800 g de rôti de veau
- deux gousses d’ail
- quelques tranches de lard coupées finement pour barder votre rôti
- du romarin séché: placez quelques branches de romarin au four à 180° pendant 8 minutes puis prélevez les feuilles et mixez-les finement. Cette poudre se conserve dans un récipient hermétique pendant plusieurs mois.
- une noix de beurre
- sel et poivre

- un citron: il vous faudra la moitié de son jus et le zeste râpé

Pour la sauce

- 20 cl de fond brun de veau. Si vous pouvez, réalisez-le maison c’est tellement meilleur! Demandez à votre boucher des parures de veau ainsi que des os de veau. Faites les rôtir dans un four à 220° pendant 15 minutes; puis ajoutez deux carottes en morceaux et un oignon ciselé. Repassez au four 10 minutes en mélangeant bien le tout. Déglacez avec 10 cl de vin jaune et débarrassez le tout dans une casserole et mouillez à hauteur avec de l’eau froide. Rajoutez un bouquet garni au romarin (pas de thym pour cette recette), deux gousses d’ail et une cuillerée à soupe de concentré de tomate. Laissez cuire à feu doux environ 1 h 30 en écumant régulièrement les impuretés qui se forment à la surface. Puis filtrez au travers d’un chinois. Vous pouvez conserver ce fond 48 heures au frais et congeler le surplus sous forme de glaçon afin de pouvoir le dégeler et l’utiliser selon vos besoins.
- une belle branche de romarin frais
- 10 cl de vin jaune supplémentaires
- sel et poivre

Pour la garniture

- environ 500 g de petites pommes de terre grenailles
- un gros oignon
- 8 échalotes

Pour la marinade des légumes

- du romarin frais
- une cuillerée à soupe de soja
- deux cuillerées à soupe de sauce soja sucré
- deux cuillerées à soupe d’huile
- 10 cl de vin blanc sec

- deux gousses d’ail râpées
- sel et poivre

Préparation

- Enroulez votre rôti avec les tranches de lard.

Enroulez votre rôti avec les tranches de lard

- Faites dorer le rôti dans une cocotte avec un peu d’huile. Quand le lard est bien doré, ôtez du feu et laissez retomber à température ambiante.

Faites dorer le rôti dans une cocotte avec un peu d’huile

- Placez le rôti sous vide avec les gousses d’ail, une cuillerée à soupe de romarin séché , une noix de beurre,

le jus et le zeste de citron, sel (10 g par kilo) et poivre. Faites cuire votre rôti à l'aide de votre thermoplongeur au bain marie à 64 degrés pendant 1 h 15.

Mettez le rôti sous vide

- Pour la sauce: faites réduire le fond brun maison d'un tiers après y avoir ajouté une branche de romarin frais et 10 cl de vin jaune. Il doit être un peu épais sans devenir trop sirupeux. Réservez et montez au beurre juste avant de servir avec 30 g de beurre. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.

Faites réduire le fond brun

- Pour la garniture: lavez, brossez les pommes de terre (ne les pelez pas) et coupez-les en quatre. Ciselez l'oignon et épluchez les échalotes. Coupez les échalotes en deux dans le sens de la longueur. Placez le tout dans une grand plat et versez la marinade des légumes par

dessus. Mélangez bien et enfournez à 180° pendant 45 minutes en prenant soin de mélanger de temps à autre.

Placez la garniture dans une grand plat

Dressage

- Faites réchauffer la sauce et montez-la avec 30 g de beurre hors feu. Coupez le rôti en quatre morceaux.

Coupez le rôti en quatre morceaux

- Disposez la garniture en ligne et placez la viande juste à côté. Versez un peu de sauce tout autour et saupoudrez de romarin en poudre.

Veau au romarin (Recette basse température)

Veau au romarin (Recette basse température)

Agneau et sa crème d’ail (recette basse température version traditionnelle et version Thermomix TM6)

L’agneau se prête particulièrement bien à la basse température et vous allez déguster une viande dont la tendreté vous étonnera! Je l’accompagne d’une crème à l’ail qui est toute en douceur car l’ail perd de sa puissance de par sa cuisson dans la crème…

Cette recette basse température peut se réaliser à l’aide de votre thermoplongleur mais également si vous possédez un Thermomix TM6 car cet appareil possède maintenant cette fonctionnalité très intéressante!

Vous ne connaissez pas encore le TM6 et vous habitez en Belgique? Contactez-moi à l’adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite de ce robot époustouflant , très facile d’utilisation et que l’on retrouve dans toutes les cuisines des grands chefs étoilés:

gourmantissimes@gmail.com

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous. Nous

réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d’une limonade, un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux sorbet…Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici.

Agneau et sa crème d’ail (Recette TM6, cuisson sous vide)u

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” ,“Ma cuisine basse température, Best Of -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 phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

- Et mon tout dernier livre « Verrines et bouchées gourmandes pour un apéritif réussi »

Matériel

- 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]

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez en trouver un grand choix en cliquant ici.

Ingrédients pour 4 personnes

Pour la crème d’ail

- 180 g de gousses d’ail épluchées
- 180 g de crème fraîche liquide entière
- sel et poivre

Pour l’agneau

- 2 beaux filets d’agneau
- huile d’olive
- des branches de thym frais
- sel (10 g/kilo) et poivre

Préparation

- Mettez les gousses d’ail et la crème dans une casserole. Laissez cuire à feu doux jusqu’à ce que l’ail soit bien tendre (piquez une gousse avec la pointe d’un couteau pour vous en assurer).

Faites chauffer la crème avec les gousses d’ail

- Égouttez et mixez finement les gousses d’ail. Au besoin renouvelez l’opération en rajoutant un peu de crème de la cuisson pour obtenir une texture onctueuse. Rectifiez l’assaisonnement.Votre crème d’ail est prête. Salez et poivrez. Réservez la crème.

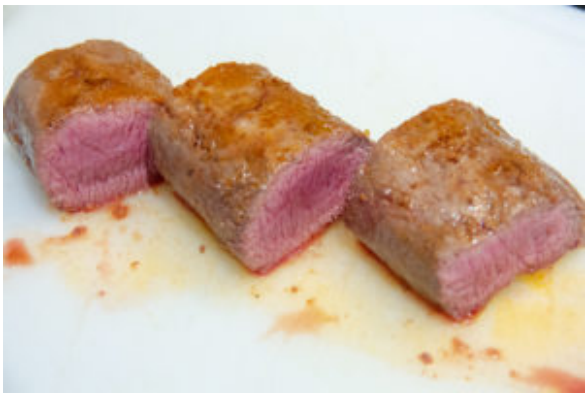
Agneau basse température et sa crème d’ail (Recette Thermomix)

- Versez un filet d’huile d’olive sur les filets d’agneau et ajoutez quelques branches de thym. Salez et poivrez. Filmez les filets avec du film alimentaire (cela évitera à votre sous videuse d’aspirer l’huile si vous ne possédez pas de sous videuse type « Home » de Multivac) et mettez la viande sous vide. Cuisez au bain marie à l’aide de votre thermoplongeur pendant 20 minutes à 58° ou 20 minutes à l’aide de votre TM6 en mode sous vide à

58° en n’oubliant pas d’insérer auparavant le disque cuisson spécial pour la cuisson basse température (à commander en cliquant ici – pour la zone Benelux-) et en remplissant le bol d’eau (la sachet de viande doit être complètement immergé).

Agneau et sa crème d’ail (Recette TM6, cuisson sous vide)u

- Faites revenir les filets dans une poêle bien chaude avec de l’huile d’olive juste pour les colorer (30 secondes de chaque côté). Puis coupez les filets en gros tronçons.



Coupez chaque filet d’agneau en morceaux

Dressage

- Sortez la viande du sachet et servez avec la crème d’ail.

Agneau et sa crème d’ail (Recette TM6, cuisson sous vide)