

Jaune d'oeuf crémeux au foie gras, pommes de terre basse température

La dernière recette pour les fêtes 2014: le Jaune d'oeuf crémeux au foie gras, pommes de terre basse température! Elle m'a été inspirée par un plat servi au Noma, meilleur restaurant au monde en 2010, 2011, 2012 et 2014 par la revue « Restaurant », revue britannique destinés aux chefs cuisiniers. Cette revue publie tous les ans un classement des « 50 meilleurs restaurants au monde » en s'appuyant sur les votes de 837 chefs, restaurateurs, critiques et amateurs.

Le Noma est dirigé par le chef René Redzepi et se situe à Copenhague (Danemark). Je vais bientôt publier un article sur ce restaurant exceptionnel où j'ai eu le plaisir de déjeuner récemment.

La recette originale est beaucoup plus compliquée: les pommes de terres sont infusées à la rose et le jus d'accompagnement est très complexe car élaboré par fermentation de graines à partir d'une bactérie spéciale... Impossible à réaliser chez soi!

L'originalité de cette recette tient dans la cuisson du Jaune d'œuf cuit basse température. Sa texture sera extrêmement crémeuse contrairement à un jaune d'œuf cuit traditionnellement qui sera assez sec.

Vous aimez le foie gras? Retrouvez toutes les recettes à base de foie gras en cliquant **ici**.



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

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

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

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



Jaune d'œuf crémeux au foie gras, pommes de terre basse température

Ingrédients pour le Jaune d'œuf crémeux (4 personnes)

- 4 œufs (un jaune par personne)
- 4 grosses pommes de terre
- mélange de graines (tournesol, courge, sésame, pignon etc)
- 6 branches de thym frais
- beurre

Pour la sauce:

- 2 échalotes
- 150 gr de foie gras frais
- 2 dl de fond de veau
- 2 dl de crème fraîche liquide
- sel, poivre



Ingrédients

Matériel

Je vous conseille la marque Anova pour le choix de votre thermoplongeur mais vous pouvez en trouver également en cliquant sur la photo ci-dessous; pour plus de précision sur la cuisson sous vide basse température cliquez ici.

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



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 trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:



Aicok Cuiser 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 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 sauce

- Coupez grossièrement 150 gr de foie gras.



Coupez grossièrement 200 gr de foie gras.

- Ciselez finement les 2 échalotes.



Ciselez les échalotes

- Faites revenir les échalotes dans un peu de beurre.



Faites revenir l'échalote
dans un peu de beurre

- Ajoutez le foie gras.



Ajoutez le foie gras

- Puis ajoutez le fond de veau (2 dl). Réduisez le mélange de moitié.



Puis ajoutez le fond de
veau. Réduire le mélange de
moitié.

- Ajoutez enfin la crème (2 dl) et faites encore réduire d'un tiers.



Rajoutez la crème

- Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Mixez avec un mixeur plongeant pour homogénéiser la sauce. Réservez.



Mixer avec un mixeur plongeant pour homogénéiser la sauce.

2/ La garniture

- Pelez les pommes de terre.



Épluchez les pommes de terre

- Placez les dans votre sachet avec une noix de beurre et 4 branches de thym et faite le vide dans le sachet.



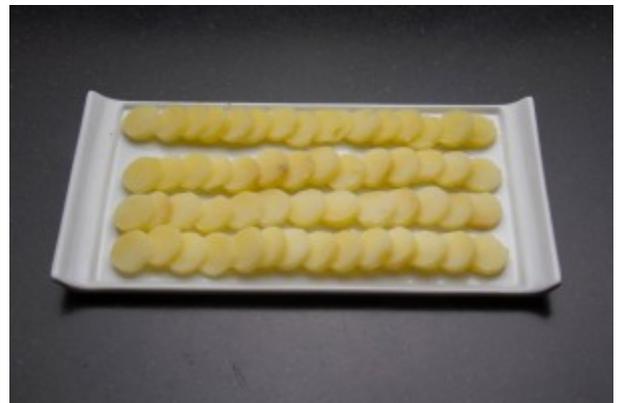
Mettre les pommes de terre sous vide

- Gardez deux branches de thym dont vous prélèverez les petites feuilles. Réservez les pour le dressage.



Prélevez les feuilles de thym

- Puis cuire les pommes de terre en basse température à 90° pendant une heure. Si vous n'avez pas la possibilité de cuire sous vide basse température vous pouvez cuire les pommes de terre dans un fond de volaille .
- Les pommes de terre cuites, coupez les en tranches d'environ 2 mm; puis à l'aide d'un emporte pièce découpez des petits ronds dans chaque tranche. Réservez à température ambiante. Le diamètre de mon emporte pièce est de 1 cm 5 (un petit tuyau acheté au magasin de bricolage et coupé à la longueur voulue...)



- Placez les grains environ 10 mn au four à 180° pour les colorer. Réservez.



Torréfiez les graines au four

3/ La cuisson de l'œuf

- Un petit conseil: avant de commencer la cuisson des œufs, n'oubliez pas de faire chauffer vos assiettes de présentation à 60° au four.
- Chauffez votre cuve à 68° à l'aide de votre thermoplongeur.



- Placez les œufs dans la cuve dès que l'eau atteint 68° et faire cuire les œufs pendant 28 mn à cette température.
- Si vous n'avez pas la possibilité de cuire les œufs basse température (pour cela il vous faut absolument un thermoplongeur...) vous pouvez remplacer le jaune d'œuf par un œuf de caille poché.

Dressage

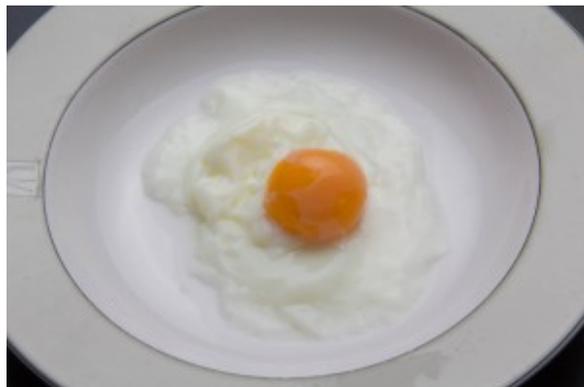
- Réchauffez légèrement la sauce. Elle doit être tiède. Réchauffez également les rondelles de pommes de terre qui doivent être également tiédies.
- Versez en un belle cuillère dans chaque assiette.



- Dressez une rosace de pommes de terre en laissant un cercle au centre de manière à pouvoir y verser le jaune d'œuf.



- Cassez la coquille et versez l'œuf dans un plat; enlevez le blanc autour du jaune.



Séparez le jaune du blanc

- Déposez délicatement un jaune au milieu de chaque rosace à l'aide d'une petite cuillère.



- Saupoudrez des graines torrifiées et de feuilles de thym.



Jaune d'oeuf crémeux au foie gras, pommes de terre basse température

Tartelette de boudin blanc, compote de pomme aux épices, sauce champagne de Philippe Etchebest

On ne présente plus Philippe Etchebest, chef au combien talentueux et sympathique, bien sur étoilé, meilleur ouvrier de France, animateur de l'émission « Duel en cuisine ». Bref un pur concentré de talent!

C'est lors d'une de ses émissions culinaires que le chef nous a présenté cette recette, destinée à l'un des restaurant qu'il coachait. Comme dit le chef, elle est simple et bonne. J'ajouterais qu'elle extrêmement savoureuse, facile à faire et très jolie à servir. On peut la préparer à l'avance, ce qui est bien pratique lors d'un repas de réveillon et vous pouvez la rendre encore plus festive en ajoutant des pelures de truffes ou une truffe entière (coupée en fines lamelles intercalées avec les tranches de boudin blanc).

Et retrouvez d'autres recettes du Chef, meilleur ouvrier de France dans son livre »Cauchemar en cuisine »; vous pouvez l'acquérir en cliquant sur la photo ci-dessous:

Difficulté: facile

Ingrédients: (pour 4 personnes)

- 2 beaux boudins blancs
- de la pâte feuilletée
- un peu de persil plat haché

Pour la compote de pomme :

- 3 pommes granny smith
- une cuillerée à café de gingembre râpé

- 2 cuillerées à soupe de cassonade
- 2 gr de 5 épices
- 10 cl de vinaigre de cidre
- une pincée de sel et une pincée de piment d'Espelette

Pour la sauce:

- 2 grosses échalottes
- 1 petite bouteille de champagne (il vous en faut 15 cl)
- 15 cl de crème fraîche
- une cuillerée à soupe de moutarde à l'ancienne

Matériel:

- un emporte pièce rond d'environ 12 cm de diamètre

Préparation:

1/Commencez par découper et cuire le feuilletage.

- Découpez le feuilletage en plusieurs ronds à l'aide d'un emporte pièce d'environ 12 cm de diamètre.
- Disposez l'ensemble des découpes sur une plaque anti adhésive allant au four.
- Recouvrez la plaque d'un autre plaque anti adhésive (type silpat) pour éviter que la pâte feuilletée ne gonfle. Enfournez à 180° pendant 10 à 15 mn (surveillez la coloration de votre pâte en cours de cuisson pour qu'elle soit dorée). Réservez après cuisson.

2/Pour la compote:

- Râpez l'équivalent d'une cuillerée à café de gingembre frais. Réservez.
- Épluchez les pommes.
- Coupez les pommes en quartiers puis en petits cubes.
- Faire revenir les dés de pommes dans un peu de beurre.

Puis déglacez avec le vinaigre de cidre. Laissez compoter 5 mn à feu doux puis ajoutez les épices (5 épices, gingembre, piment d'Espelette, sel). Poursuivez la cuisson à feu doux pour obtenir une belle compote. Réservez.



3/Pour la sauce:

- Épluchez et émincez très finement les échalotes.
- Versez les échalotes et le champagne dans une casserole. Laissez réduire de moitié à feu doux.
- Ajoutez la crème et la moutarde. Poursuivez la cuisson quelques minutes. Réservez.

4/Pour le boudin:

- Coupez le boudin en tranches pas trop épaisses.
- Faites revenir les tranches à la poêle avec une noix de beurre juste pour les dorer. Égouttez les sur du papier absorbant pour en ôter le gras. Réservez.

Finition:

Tous vos éléments sont prêts: il ne reste plus qu'à les assembler.

- Réchauffer la sauce et la compote à feu doux ou au micro onde.
- Tartinez chaque disque de feuilletage de compote de pomme.
- Puis disposez les tranches de boudin en rosace sur la compote. Enfournez de nouveau pour 5 mn à 160°.

Dressage:

- Déposez une belle cuillerée de sauce au fond de l'assiette.
- Disposez par dessus une tartelette de boudin et saupoudrez de persil. Il n'y a plus qu'à servir.

Le saviez-vous?

L'histoire du boudin blanc est récente puisqu'il n'apparaît sous sa forme actuelle qu'au XVII^e siècle. Il semble pourtant remonter au Moyen Âge où l'on avait l'habitude de manger avant le repas de Noël une bouillie faite de lait, de mie de pain, de graisse, de fécule, et parfois de morceaux de jambon ou de volaille bouillis. Mais ce n'est qu'au siècle des Lumières qu'un cuisinier, resté anonyme, eut l'idée de servir cette préparation en la rendant plus consistante, dans du boyau de porc afin qu'elle soit digne d'être servie à des tables nobles lors du repas de Noël.

Le boudin blanc est fait à base de viande blanche. Il est généralement préparé selon les proportions 70 % de maigre et 30 % de gras. Le hachis est fait de viande blanche, de gras de porc ou de veau, parfois de poisson, de lait, d'œufs, de

crème, de farine ou de mie de pain et d'épices, mis dans un boyau et cuit. Le boudin blanc « classique », de porc, de veau ou de volaille est présenté en portion de 12 à 15 cm. Il est embossé dans des boyaux de porc.

Il en existe différentes variétés selon les régions. Pour exemple:

- le boudin blanc catalan, dans les Pyrénées-Orientales, contient des œufs
- le boudin blanc havrais, de couleur jaune clair, est sans maigre de porc, avec du gras de porc, du lait, des œufs, de la mie de pain et de la farine. Une recette inventée dit-on par les moines privés de viande le vendredi
- le malsat, boudin blanc de pays dans le Sud-Ouest a une longueur de 3,5 à 4 cm, est dans du boyau de bœuf
- le boudin à la Richelieu, à la volaille, peut-être truffé, est dans une crépine de porc
- le boudin blanc de Rethel (Ardennes), titulaire d'une indication géographique protégée (IGP)⁸, est fabriqué sans produit amylicé
- la bougnette de Castres (Tarn), avec du porc et des œufs, est emballée dans une crépine et cuite au four
- le coudenou de Mazamet (Tarn), est avec moitié couennes et panade d'œufs
- le blanquicos spécialité pied-noire, contient des oeufs

Source: Wikipédia

Foie gras laqué à la

betterave, sauce raifort

Et une nouvelle recette de foie gras pour les fêtes! Cette semaine je vous présente une recette du chef Julien Dumas du restaurant Lucas Carton à Paris que j'ai un peu simplifiée. Ce foie gras laqué est un véritable délice si vous aimez l'association du sucré salé avec le foie gras.

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

Difficulté: moyenne mais la réduction pour obtenir le laquage demande de l'attention. Suivez bien mes conseils et soyez bien concentré au moment de la cuisson!

Ingrédients (pour 6 personnes)

- Un beau foie gras (un foie fait entre 480 et 600 g)
- Sel et poivre. Attention: adaptez toujours le poids du sel et du poivre en fonction du poids du foie en effectuant une règle de trois...Il faut 6 g de sel par 500 g de foie et 3 g de poivre par 500 g de foie.

1/Pour le pochage du foie gras:

- 2 kg de betterave rouge cuite
- 10 g de grains de coriandre
- 25 cl de vinaigre de vin vieux de bonne qualité
- 2 cuillères à café de gingembre frais râpé

2/Pour la sauce:

- 125 g d'oignon blanc
- 150 g de crème liquide
- 3 à 4 cuillères à café de raifort selon votre goût

3/Pour la garniture:

- 2 grosses betteraves cuites (si possible variez les couleurs en choisissant des variétés différentes; cela

sera plus joli pour le dressage)

- des minis carottes: comptez 3 petites carottes par personne

Matériel:

- une centrifugeuse: la recette sera plus simple à réaliser si vous en avez une. Toutefois si vous n'en possédez pas, mixez très finement les betteraves et passez la purée au chinois en pressant bien pour en extraire tout le jus
- un chinois
- une cuillère parisienne pour faire les boules de betteraves

Préparation:

1/Préparation du foie gras

- Tout d'abord déveinez votre foie gras. Pour bien comprendre les bons gestes regardez l'excellente vidéo de l'Atelier des chefs. **Le secret pour bien déveiner** est de sortir votre foie du frigo deux heures avant. Il doit avoir la consistance d'une pâte à modeler. Si il est trop dur vous n'y arriverez pas car la chair sera cassante.
- Pesez votre foie et calculez le poids de sel et de poivre nécessaire à son assaisonnement. Il faut 6 g de sel par 500 g de foie et 3 g de poivre par 500 g de foie, donc il faut effectuer une petite règle de trois pour avoir la bonne quantité. Assaisonnez votre foie avec le sel et le poivre sur toutes ses faces.
- Assemblez le gros lobe et le petit lobe du foie gras ensemble.
- Puis posez les à l'extrémité d'un torchon très propre.

Puis roulez le torchon de manière à former un petit boudin; ficelez les extrémités et réservez au frais.



Passons au jus de betterave et sa réduction:

Attention: la betterave contient un colorant assez puissant. Donc mettez un tablier et éventuellement des gants pour les manipuler et ne pas vous tacher.

- si vous possédez une centrifugeuse utilisez la pour extraire le jus des betteraves: il faut environ 1/2 litre de jus (soit 5 dl). Donc parfois suivant la taille des betteraves il vous faudra peut-être 6 ou 7 betteraves...
- Si vous n'avez pas de centrifugeuse, mixez les betteraves très finement et passez les au chinois (passoire fine) pour obtenir le jus; cette opération est plus facile si vos betteraves sont chaudes.
- Râpez le gingembre (environ 2 cuillères à café).

- Faites chauffer le jus de betteraves, le vinaigre, le gingembre et la coriandre. Portez l'ensemble à ébullition.
- Plongez le foie gras dans le jus de betterave porté à ébullition. Laissez l'ébullition reprendre puis coupez le feu. Couvrir et laissez le foie dans le jus jusqu'à refroidissement (température ambiante).
- Sortez alors le foie gras de son bain et déroulez délicatement le torchon. Posez le foie sur l'extrémité d'un film alimentaire puis roulez le de manière à former un petit boudin bien serré. Ficelez les extrémités. Réservez au frais pendant 4 heures (le foie gras doit redevenir ferme).



- Filtrez le jus de cuisson et versez le dans une casserole. Chauffez-le de manière à le faire réduire au 3/4 (pour obtenir donc 1/4 du volume initial). Réduire

doucement en surveillant constamment. Il doit rester environ 10 à 15 cl d'un liquide un peu sirupeux. Goûtez souvent et faites régulièrement un test en versant une goutte sur une surface froide : quand elle ne s'étale plus, c'est prêt. L'erreur à ne pas commettre: une préparation très chaude étant beaucoup plus liquide que lorsqu'elle est froide ou à température ambiante, on a tendance à continuer la cuisson: on fait alors un caramel qui peut être assez amer.

- Versez la réduction dans un plat; laissez la refroidir. Posez le foie gras refroidi dedans. A l'aide d'une cuillère versez la réduction sirupeuse sur le foie gras. Renouvelez l'opération plusieurs fois à quelques minutes d'intervalle et réservez au frais.

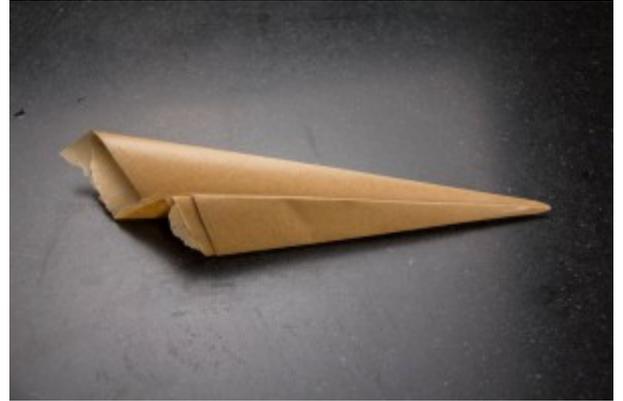
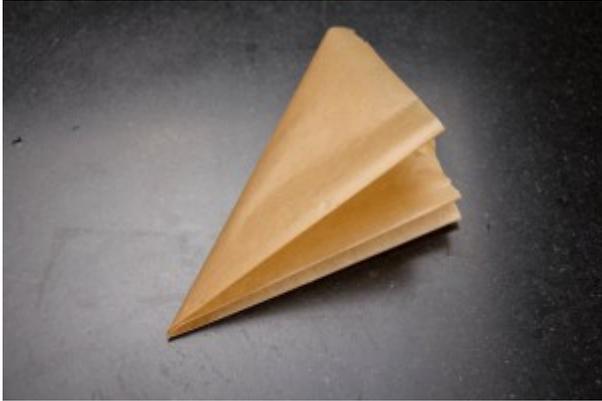
2/Pour la sauce:

- Épluchez et émincez finement l'oignon.
- Faire revenir l'oignon avec un peu de beurre. Les oignons doivent être fondants.
- Versez alors la crème et le raifort. Chauffez à feu doux quelques minutes. Coupez le feu et laissez infuser 15 mn.
- Mixez la sauce à l'aide d'un mixeur plongeant.

3/Pour la garniture:

- Détaillez les betteraves en petites boules à l'aide d'une cuillère parisienne. Réservez.
- Épluchez les carottes.
- Faire fondre une belle noix de beurre dans une poêle. Versez les carottes et mouillez à hauteur. Les carottes doivent cuire doucement. Pour cela nous allons fabriquer un couvercle en papier cuisson pour éviter une évaporation trop rapide.

- Pour fabriquer ce petit couvercle, commencez par plier en quatre une feuille de papier cuisson (environ 30 cm sur 30 cm).
- Puis plier la dans sa diagonale et ce plusieurs fois de suite.



- Il reste deux découpes à faire: coupez d'abord la pointe (juste le bout , environ 2 mm). Puis coupez la grande extrémité: la distance ente la pointe et cette dernière découpe doit être égale au rayon de votre poêle.
- Dépliez alors la feuille: vous avez maintenant un couvercle parfaitement adapté à la taille de votre poêle.
- Il ne reste plus qu'à la poser sur les carottes qui vont cuire à feu doux. Elle est juste à la bonne taille de votre casserole! Les carottes doivent garder un petit côté croquant. Lorsqu'elles sont cuites réservez les.

Dressage:

Je vous conseille de réchauffer très légèrement pour les amener à température ambiante les betteraves, les carottes et la sauce au raifort.

- Commencez par déposer une cuillère de sauce au raifort su l'assiette et de l'étirer avec le dos de la cuillère.
- Puis placez deux tranches de foie gras.
- Complétez avec la garniture.
- Puis laquez les billes de betterave avec le reste de la réduction.
- Vous pouvez compléter le dressage avec quelques feuilles de pousses de shiso et servir quelques toasts en accompagnement.

Vous aimez les foie gras: retrouvez les autres recettes sur le sujet en cliquant **ici**

L'atelier Foie Gras du 15 décembre 2014 s'est rempli beaucoup plus vite que prévu: il est complet. Si vous désirez participer au prochain atelier Foie Gras cliquer **ici**. L'atelier se déroule à Waterloo (Belgique).

Quenelles de volaille au foie gras, poêlée de fruits d'hiver

La recette d'aujourd'hui est inspirée d'une recette du chef Julien Lahire du Moulin Hideux (Noirefontaine, Belgique), premier membre des Relais & Châteaux hors de France. Le chef Julien Lahire est également, avec le chef Pascal Devalkeneer

du Chalet de la Forêt (Bruxelles), juré des candidats de la nouvelle émission « Duels en cuisine » de la RTBF.

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

Ingrédients: (pour environ 8 personnes)

Pour les quenelles:

- 300 gr de blanc de poulet
- 300 gr de crème fraîche liquide
- 2 blancs d'œuf
- 150 gr de foie gras frais
- 15 gr de sel

Pour la sauce:

- 2 échalotes
- 200 gr de foie gras frais
- 3 dl de fond de veau
- 3 dl de crème fraîche liquide
- 10 cl de porto
- sel, poivre

Pour la garniture: la garniture ne fait pas partie de la recette originale. Je l'ai rajoutée car elle s'harmonise parfaitement au foie gras en cette saison de fêtes et en fait un plat principal complet.

- 200 gr de marron
- une grosse échalote
- des noisettes (sans la peau)

Difficulté: moyenne

Préparation:

1/ les quenelles

- Séparez les blancs des jaunes. Vous n'avez pas besoin

des jaunes pour cette recette (profitez-en pour faire une bonne mayonnaise maison).

- Coupez le foie gras (150 gr) en petits dés. Réservez au frais.
- Coupez grossièrement le poulet en morceaux.
- Mixez finement le poulet. Si vous possédez un robot cuisinier type KitchenAid ou Kenwood utilisez de préférence le hachoir (grille fine): la chair du poulet sera plus moelleuse.
- Débarrassez dans un grand bol. A l'aide d'une spatule, incorporez les blancs d'œuf et le sel. Bien mélanger: la masse doit être bien homogène.
- Puis incorporez la crème. Mélangez bien. Poivrez selon votre goût.
- Rajoutez les dés de foie gras au mélange. La préparation pour les quenelles est prête: la cuisson se fait au dernier moment. Réservez au frais.

2/la sauce

- Coupez grossièrement 200 gr de foie gras.
- Ciselez finement les 2 échalotes.
- Faites revenir les échalotes dans un peu de beurre.
- Rajoutez le porto.
- Ajoutez le foie gras.
- Puis ajoutez le fond de veau (3 dl). Réduisez le mélange de moitié.
- Ajoutez enfin la crème (3 dl) et faites encore réduire d'un tiers.
- Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Mixez avec un

mixeur plongeant pour homogénéiser la sauce. Réservez.

3/ La garniture

- Faire griller les noisettes à sec au four à 160°. Surveillez la cuisson (environ 10 mn): les noisettes doivent être dorées mais pas brûlées!
- Quand les noisettes ont refroidi, mettez les dans un sac plastique et écrasez les avec un rouleau à pâtisserie pour en faire des éclats. Réservez.
- Ciselez finement la dernière échalote.
- Faire revenir l'échalote dans un peu de beurre.
- Rajoutez les châtaignes. Salez et poivrez.
- Ajoutez les **3/4** des noisettes concassées et réservez (le dernier quart des noisette servira au moment du dressage). Vous réchaufferez la garniture au moment de servir.

4/Cuisson des quenelles

Je cuis les quenelles au dernier moment.

Faites chauffer de l'eau à frémissement. Puis à l'aide de deux cuillères à soupe, formez de belles quenelles que vous plongerez avec délicatesse dans l'eau frémissante.



- Entre deux quenelles, rincez toujours vos cuillères dans un récipient d'eau chaude. Si vous ne le faites pas les quenelles suivantes vont finir par coller à la cuillère et auront du mal à se décoller dans l'eau de cuisson...
- Les quenelles cuisent deux à trois minutes de chaque côté: elles flottent à la surface du bain et il faut les tourner à mi cuisson de manière à ce que la face qui n'était pas en contact avec l'eau se retourne et puisse cuire également. Les quenelles sont cuites lorsqu'elles résistent à la pression du doigt. Au fur et à mesure de la cuisson réservez les quenelles au four à 70° après les avoir égouttées.

Dressage:

- Réchauffez votre sauce et donnez lui un dernier coup de mixeur.
- Déposez un peu de garniture au fond de l'assiette de présentation.
- Puis ajoutez les quenelles.
- Versez la sauce sur les quenelles.
- Saupoudrez d'éclats de noisette. Il ne reste plus qu'à déguster!

Et à la semaine prochaine pour une nouvelle recette de foie gras!

Vous aimez le foie gras: retrouvez les autres recettes sur le sujet en cliquant **ici**

Foie gras poêlé et son coulis de maïs de Yannick Alléno

Les fêtes approchant, je vais vous proposer pour les semaines qui viennent plusieurs recettes originales et festives à base de foie gras.

Voici une recette que j'ai reprise de l'excellent magazine YAM de Yannick Alléno que je vous conseille vivement de par la qualité et la précision des articles ainsi que des recettes. Une vraie mine d'or pour ceux qui cherchent des recettes originales et une belle source d'inspiration.

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

Ingrédients(pour 4 personnes)

- 8 à 12 tranches de foie gras crus (environ 60 gr chacune) suivant votre gourmandise...
- 50 gr de lardons ou poitrine fumée
- 310 gr de grain de maïs (en boîte ou en épis déjà cuits que vous pouvez trouver parfois au supermarché emballé sous vide)
- 50 cl de fond blanc (vous pouvez utiliser une marmite de bouillon volaille Knorr diluée dans 50 cl d'eau ou encore mieux 50 cl de fond blanc fait maison)
- 5 cl de crème fraîche liquide
- sel et poivre

Matériel:

- Mixeur plongeant très utile pour mixer bien finement...

Préparation:

- Égrenez les épis de maïs cuits.
- Préparez le fond blanc en diluant la marmite de bouillon dans 50 cl d'eau chaude.
- Faites revenir les lardons à la poêle sans matière grasse et rajoutez les grains de maïs.
- Mouillez avec le fond de blanc, portez à ébullition et cuire à feu doux environ 20 mn.
- Réservez 1/4 de la préparation au chaud et mixer le reste très finement.
- Rajoutez alors la crème fraîche.
- Assaisonnez et passez la crème de maïs au chinois. Réservez au chaud au bain marie.
- Ciselez finement la ciboulette.

Fin de préparation et dressage:

- Grillez vivement les tranches de foie gras à la poêle (sans matière grasse).
- Pendant que le foie gras cuit, émulsionnez la crème de maïs avec à l'aide d'un mixeur plongeant. il doit se former plein de petites bulles...
- Dans l'assiette de présentation faire une couronne avec les grains de maïs et les lardons réservés.
- Déposez harmonieusement les tranches de foie gras chaud par dessus.
- Puis nappez le tour avec la crème de maïs.
- Pour terminer, saupoudrez avec la ciboulette.

C'est trop trop bon et pas si compliqué!



Et à la semaine prochaine pour une nouvelle recette de foie gras!

Vous aimez les foie gras: retrouvez les autres recettes sur le sujet en cliquant **ici**

Qui est Yannick Alléno?

Yannick Alléno fait partie du cercle très fermé des plus grands chefs de cuisine du monde depuis 2007 avec sa troisième étoile obtenue pour son travail exécuté à l'Hôtel Le Meurice, à Paris.

Elu chef de l'année par ses pairs en 2008, il se distingue par son talent à réinventer les plats de la cuisine traditionnelle dont il donne une interprétation qui mêle précision et étonnement. C'est dans les produits du terroir qu'il puise son inspiration pour créer des ponts entre classicisme et modernité.

Dès lors, Yannick Alléno, perfectionniste et passionné, continue de développer son talent en proposant une gastronomie haute en créations.

En 2008, il crée son groupe de restauration qui a pour vocation de diffuser des concepts et des produits signés en France et à l'international dans le domaine de la restauration de luxe.

Gratin poire et pamplemousse au romarin

C'est la pleine saison des poires. Aussi je vais vous proposer un dessert facile et surtout original: l'association insolite de la poire et du pamplemousse. La douceur des poires est réveillée par le peps du pamplemousse et le romarin amène le lien entre les deux fruits. Le romarin est une herbe aromatique que j'aime beaucoup et qui se marie parfaitement en dessert avec les fruits en amenant une saveur peu commune.

Difficulté: facile

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 3 œufs
- 120 gr de crème fraîche épaisse
- 120 gr de beurre pommade (sorti du frigo 30 mn avant le début de la recette)
- 150 gr de poudre d'amande (pour varier les plaisirs vous pouvez également utiliser de la poudre de noisette)
- 150 gr de sucre glace
- 2 belles poires
- 2 pamplemousses roses
- 1 cuillerée à soupe de romarin **frais** haché menu

Préparation:

- Préchauffez votre four à 220 °.
- Dans un premier temps il faut peler à vif les

pamplemousses: pour cela coupez les deux extrémités.

- Puis à l'aide d'un petit couteau qui coupe bien ôtez la peau du pamplemousse de manière à à mettre la chair à vif.
- Puis, toujours à l'aide du petit couteau, prélevez chaque petit quartier en prenant soin d'ôter toute trace de la membrane blanche qui l'entoure. Réservez.
- Pelez les poires.
- Coupez les en quatre et enlevez la partie qui contient les pépins.
- Coupez encore chaque morceaux en deux.
- Faire revenir les quartiers à feu doux dans une noix de beurre quelques minutes. Réservez.
- Hachez très finement les brins de romarin. Si vous faites de trop gros morceaux ce sera désagréable à la dégustation.
- Mélanger avec une maryse (spatule) le sucre glace et le beurre ramolli (pommade).
- Ajoutez les 3 œufs (préalablement battus), la crème fraîche, la poudre d'amande et le romarin haché. Bien mélanger.
- Dans des coupelles supportant la chaleur du four, versez une à deux belles cuillerées de cette préparation. Évitez soigneusement de mettre de la préparation sur les bords du bol car si la préparation est blanchâtre lorsqu'elle est crue et donc ne se voit pas, cuite elle prendra une couleur marron foncée qui ne sera pas très jolie ni très nette sur les bords! Puis disposez harmonieusement par dessus les tranches de poire et les quartiers de pamplemousse.

- Enfournez 10 à 15 mn à 220°. Ce temps est donné à titre indicatif donc, attention la première fois que vous réalisez ce dessert, surveillez le temps de cuisson qui peut être différent d'un four à l'autre.
- Ce dessert doit être servi chaud pour développer toutes ses saveurs! Le voici à sa sortie du four.
- Vous pouvez l'accompagner de tuiles aux amandes qui apporteront la touche croquante. Elles sont si faciles à faire en suivant la recette de Christophe Michalak: remplacez juste la noix de coco par de la poudre d'amande et le tour est joué!
- Et découvrez tous mes autres desserts à l'assiette en cliquant [ici](#).

Cette recette participe au concours « Défi agrumes» .

Roulés de sole basse température, compoté et émulsion de fenouil

Le fenouil: un légume que l'on cuisine souvent dans le sud mais complètement oublié par la plupart d'entre nous. Pourtant son petit goût anisé très subtil est rafraîchissant et se marie particulièrement bien avec le poisson.

Ces Roulés de sole peuvent être préparés soit basse température soit en cuisson traditionnelle à la poêle. Je vous livre là les deux versions.



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

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

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

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

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

Difficulté: facile

Ingrédients pour les Roulés de sole (4 personnes)

- Filets de soles: faites lever les filets de sole par votre poissonnier; une sole vous donne deux filets qu'il faudra alors couper au milieu dans le sens de la longueur (soit 4 demi filets pour une sole). Comptez donc deux demi filets par rouleaux. Pour une entrée un rouleau suffit mais pour un plat comptez deux à trois rouleaux selon l'appétit de vos invités...
- deux à trois sucres (petit salade aux feuilles très serrées)

- le zeste d'un citron
- les peluches des feuilles du fenouil ou de l'aneth
- un à deux bulbes de fenouil suivant leur grosseur
- deux belles échalotes
- 250 cl de crème liquide entière
- un petit verre de pastis (environ 5 cl)
- du piment d'Espelette
- des graines de fenouil
- sel

Materiel:

- un mixeur plongeant
- des cercles de 7 cm de diamètre.
- 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 celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

Préparation:

- Détaillez le fenouil en très fines lamelles. Si les feuilles des branches de votre fenouil sont bien fraîches gardez en quelques unes pour la décoration de votre assiette. Sinon vous utiliserez de l'aneth.
- Épluchez les échalotes et détaillez les en tous petits dés.

- Faites revenir les échalotes à feu doux avec un peu de beurre.
- Rajoutez le fenouil. Cuire quelques minutes à feu doux: le fenouil doit garder son côté croquant. Plus vous l'aurez coupé finement plus il cuira vite... donc attention. Déglacer avec le pastis: prolongez la cuisson encore 3 mn pour que l'alcool s'évapore. Salez, poivrez et réservez.
- Faites chauffer la crème à ébullition avec les graines de fenouil et le piment d'Espelette. Laissez cuire 2 mn et coupez le feu pour laisser infuser environ 15 à 20 mn.
- Mixer la préparation précédente finement et la passer au travers d'un tamis ou d'un chinois. Réservez.
- Détaillez les feuilles des sucrines: vous n'utiliserez que les feuilles superficielles car plus vous vous rapprocherez du cœur plus les feuilles seront difficiles à détacher. Coupez les feuilles en deux dans le sens de la longueur.
- Salez et poivrez et roulez les solettes sur elles-même. Si le rouleau obtenu n'est pas assez épais n'hésitez pas à rajouter un autre filet de solette.
- Enveloppez les rouleaux de solettes avec les feuilles de sucrine: il faut que le diamètre obtenu soit à peu près égal à celui des cercles que vous utilisez.
- Puis placez un cercle autour de chaque rouleau.



Pour la cuisson des soles deux cuisson au choix: sous vide ou traditionnelle.

1/méthode sous vide:

- Placez les cercles dans le sachet à mettre sous vide à l'aide d'une spatule. Puis déposez une noix de beurre sur chaque cercle. Mettre sous vide. Cuire à 58° pendant 15 mn.





2/ méthode traditionnelle

- Faire revenir une belle noix de beurre à feu moyen et déposer le rouleau avec son cercle à l'aide d'une spatule coudée dans la poêlé. Faire revenir 3 mn à feu doux puis baisser le feu (très doux) et déposer un couvercle: le poisson va finir de cuire encore pendant les 3 mn suivantes. Vous n'aurez ainsi pas besoin de retourner le cercle pour terminer la cuisson. Surveillez bien la cuisson pour ne pas surcuire la sole qui est délicate...





Juste un photo pour vous montrer la différence visuelle entre les deux cuisson: à gauche la sole sous vide et à droite la cuisson traditionnelle. La traditionnelle est plus » sèche » même si la cuisson a été très douce à la poêle alors que la sous vide reste bien nacrée. De plus le fait de mettre sous vide fait que le cercle est compressé et la tenue du rouleau est plus net. Et la différence est également gustative mais ça c'est difficile à démontrer en image!



Dressage :

- Prélevez des feuilles sur les tiges de fenouil ou si celles ci sont fanées utilisez de l'aneth.
- Réchauffez la crème de fenouil sans la faire bouillir et mixez la avec le mixeur plongeant pour obtenir une belle mousse.
- Dressez la compoté de fenouil en ligne sur votre assiette.
- Déposez un ou deux rouleaux de sole à côté du fenouil.
- Zestez un peu de citron au-dessus et saler avec la fleur de sel.
- Déposez deux belles cuillerées d'écume mousseuse de fenouil.



- Puis parsemez de brins d'aneth ou de fenouil.



Vous aimez cette recette? N'hésitez pas à consulter mes autres recettes basse température et partagez donc cet article avec tous vos amis amateurs de cuisine!

Le saviez-vous?

Le fenouil est un légume dont toutes les parties, racines, feuilles et graines, sont comestibles. Son goût est proche de celui de l'anis et souvent associé au poisson. On peut le consommer cru ou cuit. Il entre également dans la fabrication de certaines liqueurs.

Il est considéré depuis l'antiquité comme une plante médicinale: il est réputé pour ses propriétés digestives. Il est indiqué en cas de digestion difficile, d'aérophagie et de maux d'estomac.

Cultivé sur tout le pourtour méditerranéen il fut introduit en France à l'époque de Catherine de Médicis.

Choisissez les bulbes qui sont fermes, sans taches et dont les feuilles (très fines; ce sont plutôt des fanes) sont bien vertes. Il se conserve deux à trois jours au frais. Plus il est vieux et plus il est gros, plus il est filandreux. Préférez donc les petits bulbes et consommez le de préférence rapidement.

Terrine de foie gras maison basse température

Beaucoup d'entre vous s'imaginent qu'il est difficile de faire son foie gras maison. Ce n'est absolument pas le cas: le foie gras est un produit noble très prisé pour les fêtes mais souvent très cher lorsqu'on l'achète cuisiné.

Pourtant il n'y a aucune valeur ajoutée à ce produit, mis à part sa cuisson, qui puisse en justifier le prix au moment des fêtes. Et la cuisson est simplissime! Donc retrousser vos manches et préparez le vous même: le prix de votre Terrine de foie gras sera au moins 4 à 6 fois moins chère que celle de votre traiteur et bien meilleure.

Je cuis le foie basse température (mais pas sous vide) au bain marie, au four à 65°. Donc pas besoin de matériel spécial pour cette 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 » 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.

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

Difficulté: facile

Ingrédients pour une Terrine de foie gras (6 à 8 personnes)

- un foie gras de 500 grammes minimum canard ou oie au choix
- un verre d'alcool type Sauternes, Baume de Venise, Porto, Armagnac, etc.
- sucre: vous trouverez parfois des recettes avec du sucre: n'en mettez pas si vous le faites mariner dans un alcool déjà sucré comme le Sauternes par exemple. Sinon deux pincées sont suffisantes pour un foie d'environ 500 grammes.

Les proportions de sel et de poivre sont importantes: respectez-les soigneusement sinon votre foie sera ou trop peu salé ou beaucoup trop salé. Je vous conseille de faire une règle de trois en fonction du poids de votre foie pour savoir le poids exact de chacun de ces deux ingrédients et pour cela d'utiliser une petite balance de précision qui pèse au gramme près.

- sel: compter 10 à 12 grammes de sel par kilo de foie
- poivre: comptez 3 grammes de poivre par kilo de foie

Matériel:

- une terrine de 500 gr : choisissez toujours une terrine qui s'adapte juste à votre foie. Si vous cuisez le foie dans une terrine trop grande il va s'étaler et perdre beaucoup plus de gras. Pour un foie gras d'environ 500 grammes une terrine d'environ 12 cm sur 15 cm et 7 cm de hauteur conviendra bien. Pour une grosse terrine d'un kilo un moule à cake rectangulaire est parfait.
- une petite balance de précision au gramme près.

Préparation:

La partie la moins amusante est le déveinage du foie (je dis bien peu amusante mais pas difficile!). On parle parfois de dénervage mais il n'y a pas de nerf dans le foie: par contre il possède un réseau veineux important qu'il faut ôter pour éviter les désagréments filandreux lors de la dégustation.

Le secret pour bien déveiner est de sortir votre foie du frigo deux heures avant. Il doit avoir la consistance d'une pâte à modeler. Si il est trop dur vous n'y arriverez pas car la chair sera cassante.

Le foie possède deux lobes: chacun d'entre eux est à déveiner. Ils sont d'ailleurs reliés entre eux par une petite lanière

veineuse. Je pars toujours de celle ci.

Je vous livre toute la recette pas à pas ci dessous ainsi que les pièges à éviter. Et voici l'excellente vidéo du chef Bertrand Guenerou qui vous explique une méthode simple pour déveiner votre foie gras. Contrairement au chef je rajoute toujours un alcool à mon foie, il en est beaucoup plus goûteux!

- Assaisonnez les deux côtés du foie avec le mélange sel et poivre.
- Placez une feuille de papier sulfurisé dans le fond de la terrine, en laissant dépasser la feuille de chaque côté de la terrine pour faciliter son démoulage. Puis remplissez la terrine en plaçant les beaux morceaux dans le fond (qui deviendra le dessus lors du démoulage) et les plus petits sur le dessus. Pour les plus attentifs d'entre vous, vous aurez remarqué que vous ne voyez pas de feuille de papier sulfurisé dépassée de la terrine...J'ai essayé avec et sans et finalement ,après cuisson et refroidissement, le foie se démoule facilement quand on trempe le fond de la terrine dans de l'eau chaude quelques instants et que l'on passe un couteau fin sur le pourtour. Donc je ne m'embête plus à mettre la feuille : en plus le foie rend de la graisse pendant la cuisson et colle le papier dans le fond donc on est obligé de passer par la case « on plonge la terrine dans l'eau chaude »...Mais si on veut rester technique les pro mettent un papier qui permet de soulever la terrine sans retourner le bloc au moment du démoulage!
- Au fur et à mesure du remplissage versez l'alcool sur le foie. N'hésitez pas à exercer une légère pression sur les morceaux au fur et à mesure du remplissage pour qu'ils épousent bien la forme de la terrine. Si de

l'alcool remonte au dessus du foie, pas de souci: vous verrez qu'après avoir reposé au frais, le foie aura absorbé tout l'alcool.

- Laissez reposer la terrine **12 heures** au frigo pour favoriser l'osmose entre le foie et l'alcool, sel et poivre.

Pour la cuisson:

Cuisez le foie dans un bain marie:

- Préchauffez votre four à 65°. Si vous n'avez pas un four de précision positionnez le bouton du thermostat juste entre 60 et 70°. **Attention sur la vidéo:** le chef cuit sa terrine à 110° pendant 50 mn. Personnellement je préfère la cuire à plus basse température : d'abord parce qu'elle rendra beaucoup moins de graisse et même si vous dépassez par erreur votre temps de cuisson votre foie gras ne sera pas surcuit. Il m'est arrivé la blague (oublié trois heures au four à 65° et mon foie était parfait alors qu'à 110° j'aurais retrouvé un petit bout de foie fondu dans une terrine de graisse...) De plus elle est bien meilleure et plus moelleuse.
- Enfournez le bain marie déjà rempli avec de l'eau tiède (sans la terrine de foie gras) et le faire chauffer 15 minutes de manière à l'amener à la température du four.
- Positionnez alors votre terrine dans le bain marie tiède et laissez au four pendant 50 minutes.
- Après 50 minutes sortez le foie du four.
- Laissez le refroidir jusqu'à ce qu'il soit revenu à température ambiante et mettez le au frais pour 4 à 5 jours.
- Au bout de ce temps sortez votre foie du frigo: démoulez alors le foie en tirant un peu sur le papier sulfurisé. S'il colle un peu à la terrine plongez la base de celle ci dans de l'eau chaude une minute. Cela fera fondre la graisse superficielle et facilitera le démoulage.

- Découpez alors les tranches avec un couteau que vous tremperez dans l'eau chaude à chaque tranche.

Vous n'avez plus qu'à le déguster.

Ce foie se conserve quelques jours au frais mais vous pouvez le conserver un bon mois en le mettant sous vide.

Vous aimez le foie gras? N'hésitez pas à consulter mes autres recettes sur le sujet. C'est bientôt les fêtes: partagez donc cet article avec vos amis!

Truite fumée maison, aubergines en deux façons

La semaine prochaine une des épreuves de TopChef 2016 va porter sur le fumage. Voici une recette originale par son mode de cuisson: le fumage à chaud. C'est un plat très goûteux comme je les aime où le fumé se marie sublimement avec les saveurs méditerranéennes de l'aubergine et des tomates confites! Vous pourrez la réaliser simplement avec une cocotte ou encore mieux avec un fumoir spécialement conçu à cet effet. Grâce à ce mode de cuisson vous allez pouvoir fumer et cuire en même temps ou fumer un aliment déjà cuit comme des légumes, viandes, saucisses...

Le fumage est l'une des manières très saine de préparer des aliments, car il n'utilise ni graisse ni huile. Il existe toute une variété de bois différents (chêne, érable, pommier, etc) pour varier les plaisirs mais vous pouvez également affiner le goût du fumage en ajoutant des herbes séchées ou des épices au bois de fumage. 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.

Pour 4 à 6 personnes

Ingrédients :

- 2 aubergines pour le caviar d'aubergine et une aubergine pour la garniture de petits dés d'aubergine
- le jus d'un demi citron
- du thym
- huile d'olive
- sel, poivre et fleur de sel

- des tomates confites. Vous en trouvez facilement en super marché mais vous pouvez également les faire facilement vous même, surtout qu'elles se conservent longtemps dans l'huile. Voir la recette en cliquant [**ici**](#).
- des petites olives
- de la coriandre fraîche
- des pignons
- de la crème d'ail. Comme les tomates confites vous en trouverez facilement en super marché au même rayon que ces dernières. Si vous en achetez détendez la un peu avec un peu de crème fraîche pour la rendre plus onctueuse. Toutefois la recette est très simple: épluchez une vingtaine de gousses d'ail, les faire cuire à feu très doux dans du lait pendant 20 mn (elles doivent être devenues tendres), égouttez les et mixer. C'est tout...La crème d'ail se conserve bien au frais pendant une semaine, son gout est très doux et vous n'aurez pas les inconvénients digestifs qu'amène l'ail frais. Avec des pâtes, de l'agneau rôti ou ajoutée dans la vinaigrette c'est top...

- deux à trois beaux filets de truite
- des copeaux de chêne pour le fumage

Matériel :

- un fumoir à chaud avec poignées amovibles: il comprend le corps du fumoir, un plateau intérieur, une grille et un couvercle coulissant. Vous pouvez le trouver en vente sur les sites suivants au prix d'environ 70 euros. Toutefois si vous n'avez pas de fumoir vous pouvez également utiliser une cocotte: il vous faut donc une cocotte et son couvercle, mais également un ramequin métallique à poser dans la cocotte et une grille surélevée à poser dans le ramequin métallique: cette dernière servira à déposer l'aliment qui ne doit pas être en contact direct avec les copeaux de bois, ni avec le plateau intérieur ou la cocotte. Un couscoussier convient parfaitement.

www.pawispeche.com/fumoir-de-table-inox,fr,3,546.cfm

www.e-citizen.com/produits/fumoir-smoki-1-44593

Préparation :

Commençons par les deux préparations à base d'aubergines. Débutez par la découpe de deux aubergines pour le caviar d'aubergine et faites la découpe de la troisième aubergine en petits dés qui serviront pour le dressage. Vous pourrez ainsi cuire les deux préparations en parallèle.

1/préparation du caviar d'aubergine

- Couper deux aubergines en deux.
- Ciselez le dessus de chaque demi aubergine avec un petit couteau et placez les dans un plat qui passe au four. Versez un trait d'huile d'olive sur chaque et saupoudrez généreusement de thym. Enfournez à 180° pour environ 50 mn.
- Les aubergines cuites, ôtez-en la chair à l'aide d'une

cuillère.

- Pressez le jus du 1/2 citron.
- Mixez l'aubergine avec le jus de citron. Salez et poivrez. Réservez. J'ai volontairement omis de mettre de l'ail dans ce caviar d'aubergine puisque le plat est déjà servi avec une crème d'ail.

2/ Préparation des petits dés d'aubergine

- Coupez la dernière aubergine en tranches.



- Puis taillez chaque tranche en lanières et chaque lanière en petits dés.
- Faire revenir les petits dés d'aubergine à la poêle dans de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres. Réservez.

Passons au fumage de la truite:

- Découpez la truite en tranche puis chaque tranche en petits cubes de deux centimètres sur deux centimètres.
- Déposez les dés de truite sur une feuille de papier cuisson que vous poserez sur la grille de la cuve de fumage quand le fumoir sera chaud.
- Faire chauffer la cuve vide à feu vif. Pour l'instant ne mettez rien à l'intérieur, ni le plateau intérieur, ni la grille. La cuve (ou la cocotte) est chaude lorsqu'en projetant un peu d'eau dans celle-ci, l'eau forme des

petites billes qui s'évaporent rapidement (très difficile à prendre en photo...).

- Déposez alors une belle poignée de copeaux de chêne dans la cuve (ou cocotte).
- Puis immédiatement posez le plateau intérieur (ou ramequin métallique) dans la cuve (ou cocotte) sur la sciure qui chauffe immédiatement très fort. Puis déposez la grille sur laquelle se trouvent les dés de truite dans le plateau intérieur (ou ramequin métallique). Fermez la cuve avec le couvercle.
- Laissez cuire pendant 2 mn à feu vif et baissez le feu de moitié. Laissez alors cuire 10 mn. La truite est prête. Réservez la au frais.
- Faire dorer les pignons à sec dans une poêle. Réservez.

Dressage :

Juste avant de dresser, deux dernières petites préparations :

- Détachez de leur tige quelques feuilles de coriandre.
- Coupez des jolis copeaux d'olive à l'aide d'un petit couteau.
- Égouttez les tomates confites.

Important pour faciliter le dressage : préparez dans des petits bols individuels tous les ingrédients du dressage. A savoir les dés de truite, le caviar d'aubergine, les dés d'aubergine, les olives, les tomates confites, les pignons, les feuilles de coriandre ainsi que fleur de sel et poivre pour l'assaisonnement.

Et on commence !

- Dressez le caviar d'aubergine en arc de cercle sur l'assiette.

- Puis disposez dessus les dés d'aubergine.
- Puis quelques dés de truite...
- Poursuivez avec les copeaux d'olive et des tomates confites.
- Puis les feuilles de coriandre et les pignons.
- Faire un petit arc de cercle au centre de l'assiette avec la crème d'ail et décorez comme précédemment avec des olives, tomates confites et feuilles de coriandre.
- Salez avec de la fleur de sel sur les morceaux de truite... et c'est prêt. Un régal pour les yeux et les papilles!

Crème anglaise sous vide inratable

C'est un réel avantage que d'utiliser la cuisson sous vide pour la crème anglaise: votre crème sera beaucoup plus parfumée et vous obtiendrez un excellent résultat sans avoir à surveiller **du tout** la cuisson. Et même plus besoin de tourner sans cesse la cuillère dans la casserole!

De plus elle inratable puisque maintenue au degré près à sa bonne température de cuisson soit 81°. Que d'avantages...

Si vous possédez pas l'équipement sous vide basse température retrouver la recette classique en images pas à pas en cliquant **ici**.



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

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

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

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

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

Difficulté: facile

Ingrédients:

- jaune d'œuf
- lait
- gousse de vanille
- sucre en poudre

Je ne mets pas les quantités mais voici les proportions selon la quantité de crème que vous désirez obtenir: compter pour chaque 10 cl de lait (donc environ 10 cl de crème anglaise) un jaune d'œuf et 10 gramme de sucre. Donc si vous désirez par exemple 1/2 litre de crème anglaise il vous faudra 50 cl de lait, 5 jaunes et 50 grammes de sucre...Facile à retenir comme

proportions! J'utilise une gousse de vanille par 1/2 litre de crème anglaise.

Matériel:

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

Vous ne pourrez pas utiliser votre machine à mettre sous vide pour cette recette car la préparation à mettre dans le sachet est complètement liquide (à moins de posséder une sous videuse à cloche type Home de Multivac): l'appareil va aspirer le liquide et vous allez le « noyer ». Il vous faudra donc utiliser la méthode que je vous propose dans le déroulé de la recette. Pour cela il vous faudra:

- des sacs zippés: sachets de conservation des aliments 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!

Préparation:

- Clarifier les œufs: cela veut dire séparer les blancs des jaunes. Vous n'aurez pas besoin des blancs: vous pouvez en faire des meringues ou simplement les mélanger avec du gruyère et du jambon pour une « omelette blanche » au fromage: les enfants adorent!
- Fendez la gousse de vanille en deux et à l'aide d'un petit couteau grattez les grains qui serviront à

aromatiser le lait.



- Battre les jaunes d'œuf avec le sucre et les grains de vanille.
- Versez le lait (pas besoin de le chauffer) sur les jaunes et mélangez bien.
- Puis versez le mélange dans votre sachet: pour plus de facilité placez le sachet dans un récipient un peu haut.
- Fermez le sachet selon la technique suivante pour en extraire le maximum d'air. Dans l'exemple de la vidéo je mets sous vide un morceau de saumon mais le principe est exactement le même quelque soit l'aliment que renferme le sachet: en trempant le sachet dans l'eau vous chassez l'air de ce dernier. Je vous conseille de fermer le sachet au 3/4 puis de fermer le dernier quart lorsque le sachet est presque immergé et que le maximum d'air est sorti du sachet.

Vous n'avez plus qu'à plonger le sachet dans votre bain de cuisson préalablement chauffé (à 82°) pendant 12 mn; dès que les 82° sont atteints et votre crème est prête! Facile non?

Crème anglaise traditionnelle

La crème anglaise est une base incontournable en pâtisserie. C'est vraiment dommage de l'acheter toute faite car celle que vous préparerez chez vous sera incomparablement meilleure! Contrairement à ce que l'on croit elle est facile à faire et demande juste 10 mn d'attention lors de la cuisson. Et vous ne pourrez plus la rater en regardant la petite astuce à la fin de cet article! Découvrez aussi aujourd'hui dans l'article **Crème anglaise sous vide irratable** une autre manière de la préparer.

Ingrédients pour environ 3 dl :

- 3 jaunes d'œuf
- 30 grammes de sucre
- 3 dl de lait entier
- une gousse de vanille

Les proportions de la crème anglaise sont assez facile à retenir. Si vous désirez en faire une plus grosse quantité retenez qu'il faut compter pour chaque dl de lait (donc environ 1 dl de crème anglaise) un jaune d'œuf et 10 grammes de sucre. Donc si vous désirez par exemple 1/2 litre de crème anglaise il vous faudra 5 dl de lait, 5 jaunes et 50 grammes de sucre...Facile à retenir comme proportions! J'utilise une gousse de vanille par 1/2 litre de crème anglaise.

Préparation:

Commencez par la crème anglaise:

- Ouvrez la gousse de vanille en deux et à l'aide d'un petit couteau grattez en les petites graines.



- Faire chauffer le lait avec la gousse et les graines de vanille.



- Dans un récipient versez le sucre et les jaunes d'œuf.



- Battez le 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 un trace sur la spatule avec votre doigt et qu'en penchant la spatule la crème ne vient pas recouvrir la trace que vous avez fait.



ASTUCE !

Si malgré tout vos efforts vous avez trop fait cuire votre crème et que de petits grains d'œuf coagulé sont apparus... Pas de panique, il existe un moyen très simple de rattraper cette catastrophe: il suffit de mixer votre crème dans un blendeur ou à l'aide d'un mixeur plongeant: elle redeviendra toute lisse.

Pain de viande sur son lit de pak choi

Facile et rapide à faire, le pain de viande est un classique de la cuisine du nord de la France et de la Belgique. C'est un plat familial savoureux que l'on peut manger froid ou chaud, qui ne demande pas de connaissance ou technique compliquées.

Il se marie particulièrement bien avec la ratatouille dont vous trouverez la recette en cliquant [ici](#) pour découvrir la recette de la vraie ratatouille niçoise.

Aujourd'hui je vous le présente sur une salade de choux pak choi (petit chou chinois) agrémenté d' une sauce au soja et sésame...pour varier les plaisirs.

Difficulté: facile

Ingrédients (pour 6 personnes):

1/ pour le pain de viande:

- 1 kg haché (porc et veau)
- 2 oignons
- 3 tranches de pain de mie
- un peu de lait (pour humecter le pain)
- 1 oeuf
- 100 gr de champignons (frais ou surgelés) émincés
- 2 grosses échalotes hachées
- 2 cuillerées à soupe de persil haché
- sel, poivre
- 1 cuillerée à soupe de purée d'ail (ou deux grosses gousses d'ail hachées finement)

2/pour la salade pak choi

- 8 choux pak choi

et pour la sauce mélangez tous les ingrédients suivants:

- 1 cuillerée à soupe de sauce soja salée
- 1 cuillerée à soupe de sauce soja sucrée
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre de riz
- 1 cuillerée à soupe d'huile de sésame
- des graines de sésame
- un zeste de citron vert

Matériel:

- un moule antiadhésif pour faciliter le démoulage

Préparation:

- Trempez le pain dans un peu de lait: il faut qu'il soit bien imbibé.
- Nettoyez les champignons et les émincer finement.
- Épluchez et émincez l'oignon.
- Faire de même avec les deux échalotes.
- Dans une poêle faire revenir les échalotes et l'oignon pendant quelques minutes. Ils doivent devenir translucides. Rajoutez les champignons et laissez cuire à feu doux environ 10 mn.
- Mixer grossièrement la préparation (champignons, oignons et échalotes).
- Dans un grand récipients mélangez tous les ingrédients: pain, mélange champignon oignon échalote, la viande haché, l'œuf, l'ail, le persil haché. Goûtez le mélange et assaisonnez selon votre goût en sel et poivre.
- Versez le tout dans une grande terrine (ou des moules anti adhésifs individuels) et faire cuire au four. Attention: il ne faut pas faire préchauffer votre four!

- **Enfournez à froid** et mettez le thermostat sur 200°. Quand la température est atteinte laissez à 200° pendant 1/2 heure puis baissez à 150° pour une autre demi heure de cuisson. Si vous enfournez à 200° directement, le dessus du pain de viande sera brûlé...
- Si vous utilisez des petits moules individuels comptez un temps de cuisson inférieur: 15 mn à 200° (toujours départ four froid..) et 15 mn à 150°.
- Il ne vous reste plus qu'à démouler.
- Vous allez voir que le pain de viande a rendu du jus, du très bon jus. Il serait dommage de le perdre. Je vous conseille donc de récupérer ce jus et de le faire réduire avec quelques gouttes de vinaigre balsamique (du vrai...) au 2/3. Cela fera une réduction qui va sublimer votre plat.

La salade pak choi:

- Préparez la sauce en mélangeant tous les ingrédients.
- Puis coupez la base des choux pak choi.
- Séparez les feuilles des côtes.
- Coupez les côtes en fines lamelles.
- Faire revenir les côtes dans une poêle avec un peu d'huile pendant 3 minutes.
- Puis rajoutez les feuilles. Elles vont se « chiffonner » très vite: arrêtez alors la cuisson.
- Versez dans un plat et assaisonnez avec la sauce. Il ne reste plus qu'à dresser.

Dressage :

- A l'aide d'une pipette faire un trait de réduction sur l'assiette.
 - Dressez la salade à l'aide d'un cercle.
 - Tranchez le pain de viande en tranches épaisses. Puis coupez chaque tranche en carré.
 - Dressez la tranche sur l'assiette.
 - Pour terminer faire un trait de réduction sur la tranche de pain de viande et saupoudrez de graines de sésames.
 - C'est prêt.
-

Pommes Grand-mère

Enfant, ma grand-mère maternelle me préparait ce dessert avec les pommes de son jardin et ses confitures maison. Telle une madeleine de Proust j'ai le souvenir de l'odeur de ces petites douceurs sortant tout juste du four...de vrais trésors de gourmandise à la fois croustillants, dorés à l'extérieur, si moelleux et si parfumés.

Bref une préparation rapide, facile et gourmande!



Difficulté: facile

Ingrédients (pour 4 personnes):

- pâte feuilletée: la pâte feuilletée étant assez technique à réaliser, l'idéal est de la commander chez votre boulanger pâtissier et de lui demander de vous la détailler en carré d'environ 15 cm de côté: il vous faudra 6 carrés plus un dernier pour la découpe de la décoration en feuilles.
- 4 pommes (personnellement j'aime les Granny Smith, car pas trop sucrées)
- 3 belles cuillerées à soupe de confiture de qualité, parfum selon votre goût. Vous pouvez utiliser ma confiture exotique au parfum de fraise qui se marie bien avec cette préparation. Pour la recette **cliquer ici**
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche épaisse.
- 50 g d'éclats de pistache ou de noisette ou de poudre d'amande.
- une gousse de vanille.

Matériel:

- un vide pomme

Préparation:

- Préchauffez votre four à 180°.
- Coupez la gousse de vanille en deux et prélevez les graines à l'aide d'un petit couteau.

- Dans un bol mélangez la confiture, les grains de vanille, les éclats de fruits secs et la crème fraîche. Réservez.



- Pelez les pommes. A l'aide du vide pomme, ôtez le centre et n'hésitez pas à creuser un peu plus de manière à faire un trou plus grand: vous pourrez ainsi farcir les pommes avec plus de garniture.
- Déposez une pomme sur un carré de pâte feuilletée. Et farcir l'intérieur de la pomme avec le mélange confiture, vanille, éclats de fruits secs et crème fraîche.
- Relevez les coins et plaquez les sur le dessus de la pomme.
- Rabattez les pointes formées sur les cotés. Découpez des petites feuilles en pâte feuilletée dans le carré de pâte restant. Décorez chaque pomme avec des feuilles de pâte feuilletée.



- Déposez vos pommes sur une plaque recouverte de papier anti adhésif ou d'un **silpat**. Cassez un œuf dans un bol. Fouettez le avec une fourchette et badigeonnez chaque pomme avec.



- Enfournez à 180° pour 30 mn de cuisson.

Dressage:

- Servez chaud accompagné d'une cuillerée de confiture ou si vous êtes très gourmand vous pouvez accompagner ces pommes avec de la chantilly ou une boule de glace vanille.

