

# Fraîcheur de betterave basse température aux framboises, mousse de chèvre

Cette semaine je vous propose une entrée toute en fraîcheur que vous pouvez également proposer en amuse bouche. La betterave se marie particulièrement bien avec les framboises dont c'est la pleine saison...



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.



Fraîcheur de betterave basse température aux framboises,  
mousse de chèvre

## Matériel

- Pour cette recette il vous faut absolument un extracteur de jus ou une centrifugeuse. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



H.Koenig Extracteur Fruits et Légumes Vertical GSX22  
Centrifugeuse Vitamin + sans BPA-82 mm Large Bouche-3 Tamis  
pour jus Fin ou épais et Sorbet-Pression Douce 60 Tours, 400 W

- facultatif: un siphon. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous. Si vous n'avez pas de siphon vous pouvez utiliser une poche à douille.



iSi 1603 Siphon

- 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 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 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 la Fraîcheur de betterave (5 coupes individuelles)

Pour la mousse de chèvre

- 180 g de crème fraîche liquide entière
- 80 g de chèvre
- une cuillerée à soupe rase de curry
- sel et poivre

Pour les betteraves

- il vous faudra environ 3 grosses betteraves pour le jus de betterave (30 cl) qui servira à réaliser la mousse et une à deux betteraves pour la salade de betterave
- 80 g de framboises fraîches
- 4 g de gélatine
- 90 g de crème fraîche liquide entière
- quelques branches d'estragon (une vingtaine de feuilles)
- huile de noisette
- vinaigre de framboise: les vinaigres fruités sont plus sirupeux et moins translucides que les vinaigres habituels car ils contiennent de la pulpe. Ils sont également très parfumés. Vous en trouverez dans les épiceries fines. Je vous conseille les vinaigres de la marque Vom Fass que vous pouvez acheter en ligne en cliquant [ici](#). Ce sont des vinaigres d'excellence qui vont transformer vos plats! Pour mes amis Belges vous pouvez les trouver directement en boutique à Waterloo (Vom Fass, rue François Libert 19 A) où vous pourrez aussi trouver des huiles d'olive de grande qualité, des rhums, liqueurs et whiskys exceptionnels...Et on peut goûter avant d'acheter!
- sel, poivre

# Préparation

Pour la mousse de chèvre au curry

- Versez tous les ingrédients de la mousse de chèvre dans une casserole et faites chauffer. Le fromage doit fondre et mélangez bien pour obtenir une préparation homogène. Rectifiez l'assaisonnement au besoin.



Versez tous les ingrédients de la mousse de chèvre dans une casserole et faites chauffer

- Passez la préparation au chinois et versez dans votre siphon. Fermez le siphon et insérez les cartouches de gaz. Pour plus d'explications sur la bonne utilisation d'un siphon cliquez [ici](#). Si vous n'utilisez pas de siphon laissez cette préparation au frais pendant une heure et lorsqu'elle est refroidie, montez-la en chantilly. Puis remplissez une poche à douille avec la crème montée et remettez au frais jusqu'au dressage.





Passez la préparation au chinois

Pour la cuisson des betteraves

- Épluchez les betteraves.



Épluchez les betteraves

- Mettez les betteraves sous vide et cuisez-les dans un bain marie à l'aide de votre thermoplongeur à 90° pendant 1 h 30.



Mettez les betteraves sous vide

- Dès la cuisson terminée passez 3 à 4 betteraves à la centrifugeuse: il faut obtenir 30 cl de jus. Réservez.



Passez 3 à 4 betteraves à la centrifugeuse

- Surtout ne jetez pas la pulpe qui reste dans votre centrifugeuse: récupérez-la et étalez-la finement sur du papier cuisson ou un silpat.



Récupérez la pulpe de betterave et étalez-la finement sur du papier cuisson

- Enfournez la pulpe à 90° pendant 1 h 30. Elle doit être bien sèche et craquante.



Enfournez la pulpe à 90°  
pendant 1 h 30

- Mixez la pulpe séchée finement. Vous obtenez une poudre fine. Réservez; cette poudre peut servir à assaisonner vos chantilly salées, vos vinaigrettes, servir d'assaisonnement saupoudrée sur un poisson...Elle se conserve parfaitement dans un petit bocal fermé.



Vous obtenez une poudre fine

- Faire tremper la gélatine dans de l'eau froide.



## Faire tremper la gélatine

- Montez la crème fraîche en chantilly. Réservez au frais.



Montez la crème en chantilly

- Chauffez les 30 cl de jus de betterave avec **40 g** de framboises fraîches (attention: vous avez 80 g de framboises en tout donc réservez-en la moitié pour la salade). Dès ébullition, coupez le feu. Ajoutez la gélatine et mixez finement. Puis passez au chinois pour ôter tous les petits grains de framboise qui pourraient rester. Laissez le mélange retomber à 28°.



Chauffez le jus de betterave

- Puis mélangez délicatement la chantilly au jus de betterave et framboise. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Commencez à remplir vos coupes individuelles de mousse de betterave et laissez prendre

au frais.



Mélangez délicatement la chantilly au jus de betterave et framboise

- Coupez 150 à 200 g de dés de betteraves dans la ou les betteraves qui vous restent.



Coupez la betterave restante en tout petits dés

- Coupez les 40 g de framboises restantes en petits dés. Gardez-en une entière pour chacune des verrines: elles serviront à la présentation.





Coupez les framboises en petits dés

- Ciselez l'estragon.



Ciselez l'estragon

- Mélangez la betterave, l'estragon et les framboises. Réalisez une vinaigrette avec l'huile de noisette, le vinaigre de framboise, sel et poivre. Intégrez la vinaigrette au mélange betterave, framboise et estragon. Il ne reste plus qu'à finir de dresser.



Mélangez la betterave,  
l'estragon et les framboises

## Dressage

- Sortez les verrines que vous avez mises au frais; la mousse de betterave doit être prise. Versez une à deux cuillerées de salade de betterave sur la mousse et terminez en pochant une noix de chantilly au chèvre. Saupoudrez avec la poudre de betterave et décorez avec quelques feuilles d'estragon et une belle framboise...



Versez une à deux cuillerée  
de salade de betterave sur  
la mousse et terminez en  
pochant une noix de  
chantilly au chèvre





Fraîcheur de betterave basse température aux framboises,  
mousse de chèvre



Fraîcheur de betterave basse température aux framboises,  
mousse de chèvre