

# **Carpaccio surprise d'ananas basse température (recette sous vide basse température)**

Cette recette est inspirée d'une recette du chef Alain Passard ; sa grande originalité est d'intégrer de l'huile d'olive mariée avec du miel et du citron vert dans un dessert. Le résultat est excellent, comme toutes les recettes du chef !

L'ananas est un fruit qui se cuisine parfaitement basse température : le chef sert l'ananas cru mais j'ai réalisé la recette en cuisant l'ananas mariné basse température et cela amène plus de douceur et moins d'acidité.

**Si vous n'avez pas de trancheuse** pour réaliser de fines tranches d'ananas , coupez simplement ce dernier en petits dés ; le temps et degré de cuisson sont les mêmes.

**Pour la recette au Thermomix cliquez [ici](#).**



Carpaccio surprise d'ananas basse température (recette sous vide 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.

Pour plus d'informations sur la cuisson sous vide basse température cliquez [ici](#).

## **Ingrédients pour 4 personnes**

- Un bel ananas
- 30 g de citron vert et le zeste d'un citron vert
- 170 g de miel
- 150 g d'une excellente huile d'olive
- Une mangue

## **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 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

- Un set d'emporte pièces de différentes tailles, très utiles en cuisine



Emporte Piece Rond en Acier Inoxydable, 12 Pièces Emporte Piece Patisserie Rond avec Délicate Boîte Ronde

- une mandoline ou un trancheuse. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous. La trancheuse est une option plus couteuse mais vous l'utiliserez beaucoup au quotidien pour couper des tranches de pain, de jambon, de saucisson, de fromage, de légumes ou de fruits...





Masthome Mandoline de Cuisine Professionnelle en Acier Inoxydable, Mandoline Multifonction Réglable, avec Protège Main et Gants de Sécurité, Mandolines pour Légumes, Pommes de Terre, Oignons, Fromage



H.Koenig Trancheuse électrique à viande MSX254, charcuterie, professionnelle, précise, coupe 0-12 mm, lame 25 cm, aiguiser intégré, large plateau, 282 rpm, Rouge

## Préparation

- Prélevez le zeste très fin des citrons à l'aide de votre Microplane.





Prélevez le zeste très fin des citrons à l'aide de votre Microplane

- Dans un mixeur émulsionnez les 170 g de miel et les 30 g de jus de citron. Puis progressivement ajoutez l'huile d'olive tout en mixant comme si vous montiez une mayonnaise pour obtenir un mélange bien homogène. Ajoutez la moitié du zeste de citron en fin de mixage. Réservez.



Dans un mixeur émulsionnez les 170 g de miel et les 30 g de jus de citron. Ajoutez la moitié du zeste de citron en fin de mixage

- Ôtez l'écorce de l'ananas et coupez-le en morceaux : vous pouvez le couper à l'aide d'un couteau bien affuté en tranches fines comme un carpaccio ou en petits dés, selon le dressage que vous préférez. Si vous voulez obtenir des tranches fines et régulières , il est plus facile d'utiliser une mandoline ou une trancheuse électrique. Puis ôtez le centre des tranches à l'aide d'un emporte pièce.



Coupez l'ananas en tranches fines

- Versez un peu de l'émulsion sur l'ananas ; mélangez bien. Puis placez l'ananas sous vide et cuisez à l'aide de votre thermoplongeur au bain marie à 85 ° pendant 40 mn;



Placez l'ananas sous vide

- Epluchez la mangue et tranchez-la également en tranches fines. Puis coupez les tranches en lamelles que vous roulerez sur elles-mêmes.

## Dressage

- Disposez l'ananas dans l'assiette et posez des petits roulés de mangue. Versez le reste de l'émulsion sur l'ensemble et zestez encore un peu de zeste de citron vert par dessus.



Carpaccio surprise d'ananas basse température (recette sous vide basse température)

---

## **Thon basse température et son espuma de choux Romanesco (recette sous vide basse température)**

Le chou romanesco est un chou que j'aime beaucoup car sa saveur est plus douce que le chou blanc avec une petite pointe de noisette. Et surtout c'est une beauté de la nature : composé de fleurettes en forme de pyramide, ces dernières lui donnent un visuel fascinant appelé « fractales » en



mathématiques. En effet, en zoomant sur ses pointes, on retrouve cette figure, dite « auto-similaire », avec un motif pouvant se répéter à différentes échelles.

C'est mon chouchou dans sa catégorie! Non seulement il est beau mais surtout il est délicieux! Alors régalez-vous avec cette recette de Thon basse température et son espuma de choux Romanesco.

Il vous faudra vous équiper d'un siphon pour obtenir une texture ultra nuageuse. Cependant si vous n'en avez pas, ce n'est pas un souci car dans ce cas vous aurez la texture d'une crème plutôt que d'une mousse et ce sera tout aussi goûteux.

**Pour la recette au Thermomix cliquez ici.**



Thon basse température et son espuma de choux Romanesco (recette sous vide 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

- une machine à mise sous vide.



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 Cuisineur 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. Vous pouvez vous en procurer 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

- un siphon: je vous conseille ceux de la marque ISI. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



ISI Distributeur de crème fouettée thermique 500 ml

## Ingrédients pour 4 personnes

- 4 steaks de thon d'environ 160 g chacun
- sauce soja sucrée
- vinaigre de riz

Pour l'espuma :

- 200 gr de chou-fleur romanesco
- 200 gr de pommes de terre à chair farineuse
- 150 ml de crème fraîche liquide
- 150 ml de lait entier
- branches de thym frais
- pignons

# Préparation

- Coupez le chou romanesco en petits morceaux ; gardez quelques belles petites pointes pour le dressage.



Coupez le chou romanesco en petits morceaux ; gardez quelques belles petites pointes pour le dressage.

- Faites chauffer une casserole d'eau. Ajoutez 3 branches de thym quand l'eau est chaude ainsi que les pommes de terre. Cuisez à l'eau pendant 10 mn.



Ajoutez 3 branches de thym quand l'eau est chaude ainsi que les pommes de terre

- Ajoutez les morceaux de chou romanesco et cuisez encore

10 mn. Égouttez les pommes de terre et le chou-fleur, ôtez les branches de thym. Versez dans un mixeur les pommes de terre, le chou-fleur, les 150 ml de lait et les 150 ml de crème fraîche liquide. Mixez finement. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.



Ajoutez les morceaux de choux romanesco

- Filtrez le mélange au travers d'une passoire fine. Puis versez le tout dans votre siphon. Insérez deux cartouches (pour un siphon d'un 1/2 litre ou 1 litre) et mettez au frais. Gardez le siphon au chaud au bain marie à très petit feu. Pour plus d'information sur les siphons cliquez [ici](#).



Pendant la cuisson des pommes de terre et chou romanesco :

- Faites griller les pignons dans une poêle à sec.

Réservez.



Faites dorer les pignons

- Placez les steaks de thon sous vide avec un filet de soja sucré et un filet de vinaigre de riz. Faites cuire sous vide basse température au bain marie à l'aide de votre Thermoplongeur 52° pendant 20 mn. Quand le thon est cuit sortez-le du sachet et émettiez-le.



Mettez les steaks sous vide

## Dressage

- Pochez l'espuma dans le fond de l'assiette; ajoutez au milieu les lamelles de thon; décorez avec les petits tête de romanesco cru. Saupoudrez de pignons grillés.





espuma romanesco

---

## **Cappuccino Pommes de terre, champignons et foie gras**

Un délicieuse entrée de fête que ce Cappuccino Pommes de terre, champignons et foie gras qui va régaler toute la tablée!

**Pour la recette adaptée au Thermomix cliquez [ici](#)**



Cappuccino Pommes de terre, champignons et foie gras

## Matériel

- une râpe Microplane : elle vous permettra de râper très finement votre fève de tonka qui se liera alors parfaitement et uniformément aux pommes de terre. Vous pouvez en commander 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

- et si vous ne trouvez pas de fève tonka vous pouvez en commander en cliquant sur la photo ci-dessous:



25g de fèves de Tonka entières du Brésil - fèves de Tonka aromatiques de qualité A, sans additifs - emballées dans un emballage biodégradable

## Ingrédients pour 4 personnes

Pour les champignons

- 120 g d'échalotes
- Quelques feuilles de persil
- 2 gousses d'ail
- 20 g de vin blanc
- 40 g de beurre
- 300 g de champignons frais (pleurotes, cèpes...) nettoyés
- 20 g de crème liquide entière

Pour les pommes de terre

- 600 g de pommes de terre farineuses, épluchées et coupées en dés (0,5 cm)
- 600 ml de lait
- 30 g de beurre salé
- 1/2 fève tonka râpé à l'aide de votre râpe Microplane ou de la noix de muscade
- 4 tranches de foie gras frais
- persil ciselé

## Préparation

- Râpez une fève tonka avec votre râpe Microplane. Réservez.



Râpez finement la fève Tonka

- Ciselez l'échalote, l'ail et le persil finement.



Ciselez l'échalote



- Faites revenir les 120 g d'échalote, le persil, l'ail dans une poêle avec et 20 g de vin blanc et 40 g de beurre. Puis ajoutez les 300 g de champignons et continuez la cuisson. Puis ajoutez les 25 g de crème liquide et poursuivez la cuisson encore la cuisson 2 mn. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Réservez de côté.



Puis ajoutez la crème aux champignons

- Versez les 600 g de dés de pommes de terre, les 600 ml de lait dans une casserole et versez la 1/2 fève tonka que vous avez préalablement râpée avec votre Microplane. Cuisez doucement jusqu'à ce que les pommes de terre soient bien cuites. A la fin de la cuisson vous devez pouvoir planter très facilement la pointe d'un couteau dans vos dés de pommes de terre. Si ce n'est pas le cas poursuivez encore un peu la cuisson. Ajoutez les 30 g de beurre et mixez à l'aide d'un mixeur plongeant en procédant en deux ou trois fois pour obtenir un mélange homogène. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.





Mixez à l'aide d'un mixeur plongeant

- Pendant la cuisson des pommes de terre poêlez 4 tranches de foie gras dans une poêle. Réservez au four à 60°.



- Servez le cappuccino dans les bols; ajoutez les champignons et la tranches de foie gras par dessus. Saupoudrez de persil haché.



Cappuccino Pommes de terre, champignons et foie gras

---

## **Velouté de moules au safran**

Pour bien commencer un petit repas en famille ou entre amis je vous propose un délicieux velouté de moules parfumé au safran. Un régal dont vous me donnerez des nouvelles!

**Pour la recette adaptée au Thermomix cliquez [ici](#).**



Velouté de moules au safran

## Ingrédients pour 4 personnes

- 1,5 kg de moules
- une petite branche de céleri (20 g)
- 70g de carotte
- 80 g de blanc de poireau
- 70 g d'oignon
- 80 g de fenouil
- 2 gousses d'ail
- 250 g de pommes de terre
- 10 g d'huile d'olive
- Une dizaine de pistils de safran
- Coriandre ou persil
- Bouillon dashi ou fumet de poisson
- 15 – 20 cl de crème fraîche liquide entière
- sel et poivre



# Préparation

- Faites cuire les moules vapeur après les avoir lavées de manière à ce qu'elles s'ouvrent. Filtrez le jus que les moules auront rendu et gardez-le de côté.



Faites cuire les moules vapeur après les avoir lavées de manière à ce qu'elles s'ouvrent.

- Puis décortiquez les moules en gardant 3 à 4 par personne avec leur coquille pour le dressage. Réservez.



Puis décortiquez les moules

- Coupez les légumes et pommes de terre en brunoise c'est à dire en petits dés (cèleri, carottes, pommes de terre, fenouil, oignon , poireau).



Coupez les légumes en brunoise

- Faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une cocotte. Ajoutez les légumes en brunoise , les pommes de terre et les 2 gousses d'ail et faites revenir 10 mn à feu doux.



Ajoutez les légumes en brunoise et les 2 gousses d'ail

- Réservez de côté 3 cuillérées à soupe de cette brunoise.



Réservez de côté 3 cuillérées à soupe de cette brunoise.

- Ajoutez dans la cocotte du dashi ou fumet de poisson à hauteur. Cuisez 25 mn à couvert : les pommes de terre doivent être bien cuites.



Ajoutez dans la cocotte du dashi ou fumet de poisson à hauteur

- Mixez les moules décortiquées avec les légumes et leur bouillon et les pistils de safran. Au besoin rajoutez un peu de jus de moule filtré. Ajoutez la crème, mélangez et rectifiez l'assaisonnement. Servez avec la brunoise de légumes que vous avez réservée, un peu de coriandre ou persil ou feuille de fenouil et dressez les moules avec leur coquille que vous avez réservées.





Velouté de moules au safran

---

## **Gâteau au chocolat sans œufs ni produits laitiers**

Les allergies ou intolérances alimentaires sont de plus en plus fréquentes; et comment faire quand on est allergique aux produits laitiers et aux œufs ? Et bien voici une recette qui vous permettra de réaliser un très bon « cake » au chocolat sans utiliser ni de beurre, ni d'œufs qui sera extrêmement facile à réaliser.

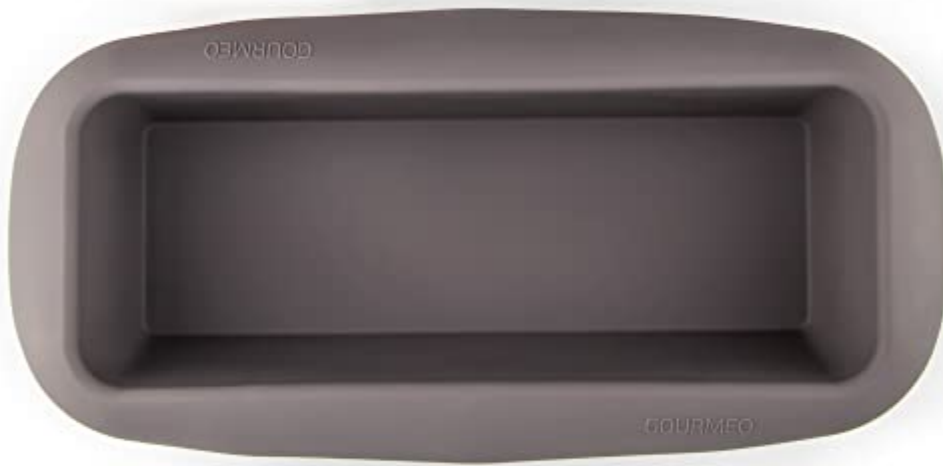


Gâteau au chocolat sans œufs ni produits laitiers

**Pour la recette adaptée au Thermomix cliquez ici**

## **Matériel**

- un moule à cake anti adhésif en silicone. Vous pouvez vous en procurer en cliquant sur la photo ci-dessous:



GOURMEO Moule à cake rectangulaire anti-adhésif en silicone - Moule pour pâtisserie - Moule a pain disponible en deux couleurs différentes

## **Ingrédients pour une dizaine de petits cramiques ( taille moule à muffin)**

- 200 g de chocolat noir coupé en morceaux
- 285 g de lait de soja
- une pincée de sel
- 70 g de sucre en poudre
- 11 g de levure chimique ( un sachet)
- 130 g de farine de châtaigne

# Préparation

- Versez les 200 g de chocolat dans une casserole avec les 285 g de lait de soja, les 70 g de sucre et la pincée de sel. Cuisez à feu très doux tout en mélangeant jusqu'à ce que le chocolat soit bien fondu.



Cuisez à feu très doux tout en mélangeant jusqu'à ce que le chocolat soit bien fondu.

- Versez le mélange dans un récipient et ajoutez-y les 130 g de châtaigne, les 11 g de levure. Mélangez bien. Si vous avez un robot pâtissier utiliser la fonction pétrissage. Versez dans votre moule et cuisez au four à 180° pendant 30 à 35 mn.



Versez dans votre moule et cuisez au four à 180° pendant 30 à 35 mn



- Démoulez quand le gâteau est refroidi. Régalez-vous!



Gâteau au chocolat sans œufs ni produits laitiers

---

## Confiture de mûres, verveine

C'est la pleine saison des mûres! Profitons en pour faire une bonne confiture originale parfumée à la verveine.

**Pour la recette adaptée au Thermomix cliquez [ici](#).**



Confitures de mûres et verveine

## Ingrédients :

- 750 g de mûres
- 500 g de sucre
- 10 à 15 g de feuilles de verveine fraîches
- le zeste d'un citron et 15 g de son jus
- 15 g de pectine

## Préparation

- Détachez les feuilles de verveine.





Détachez les feuilles de verveine.

- Versez tous les ingrédients dans la casserole de cuisson. Portez à ébullition et cuire à feu vif 20 mn en remuant très souvent. Mixez finement.



Versez tous les ingrédients sauf l'arôme de violette dans la casserole de cuisson

- Passez au moulin à légume ou au chinois la confiture de manière à en ôter les petits pépins et les feuilles de verveine.



Passez au moulin à légume

- Versez dans vos pots à confiture (bien propres et stérilisés!). Laisser refroidir et régalez vous...Gardez vos pots de confitures au frais.



Confitures de mûres et verveine (recette confiture au Thermomix)