

Mousse de truite saumonée, poireaux en salade

Une très belle entrée, tout en finesse et légèreté: le mariage des poireaux et de la truite se trouve sublimé par l'estragon...

Et pour encore plus d' idées de menus de fêtes cliquez [ICI](#).



Mousse de truite saumonée, poireaux en salade

Ingrédients pour 4 personnes

- 600 g de truite saumonée
- 100 g de crème fraîche liquide entière (50 g pour mixer avec la truite et 50 à monter en crème battue)
- 1 blanc d'œuf
- une quarantaine de feuilles d'estragon

- poivre blanc

Pour la garniture

- trois poireaux
- sel et poivre
- petites pousses de betteraves ou d'oseille

Pour la vinaigrette

- 15 cl huile d'olive (2/3 huile pour 1/3 de vinaigre)
- une vingtaine de feuilles d'estragon
- 5 cl de vinaigre de citron ou de riz
- sel et poivre (j'utilise du poivre de Timut)

Préparation

- Ciselez l'estragon (environ une quarantaine de feuilles). Réservez.



Ciselez quelques feuilles d'estragon

- Coupez la truite en petits cubes.



Coupez la truite

- Mixez finement le poisson bien froid avec le blanc d'œuf, un peu de poivre et de sel: votre farce doit être bien lisse. Ajoutez 50 g de crème bien froide et mixez encore juste quelques secondes.



Mixez finement le poisson bien froid avec le blanc d'œuf

- Si vous avez un tamis passez la préparation au travers de celui-ci: cela permet d'obtenir une farce sans petits nerfs. La farce en sera que bien meilleure.



Passez la farce fine au tamis

- Montez la crème dans laquelle vous aurez ajouté le jus d'un demi citron vert et son zeste.



Montez la crème

- Puis ajoutez la crème battue à la truite; mélangez bien avec une maryse. Ajoutez l'estragon ciselé. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin. Réservez au frais.



Puis ajoutez la crème battue

et l'estragon

- Détaillez les poireaux en grandes lamelles . Cuire 15 minutes à la vapeur. Réservez au frais.



Détaillez les poireaux en grandes lamelles

- Chauffez le bouillon de légume. Réalisez au fur et à mesure des quenelles à l'aide de cuillères à soupe avec la farce de truite. Pochez-les 2 minutes dans le bouillon.



Pochez des quenelles

- Réservez au fur et à mesure sur un plat.



Réservez

- Réalisez la vinaigrette en mixant finement tous les ingrédients.



Préparez la vinaigrette

Dressage

- Disposez les poireaux dans l'assiette; assaisonnez avec la vinaigrette et disposez les quenelles de truite par dessus. Décorez avec quelques pousses de salade (betteraves ou autre) et des feuilles d'estragon. Pour rendre le plat plus coloré et encore plus festif vous pouvez y ajouter des œufs de truite.



Mousse de truite saumonée, poireaux en salade



Mousse de truite saumonée, poireaux en salade

Mousseline de flétan et poivron

Encore un dernier parfum d'été avec cette jolie entrée que vous pouvez également servir en plat.

Matériel

- moules demi sphere anti adhésif. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:

Ingrédients pour 8 personnes

- 50 cl de lait entier
- 50 g de beurre
- 65 g de farine tamisée
- 50 g de jaune d'œuf
- 350 g de filet de flétan
- 100 g de beurre pommade
- 3 œufs
- une cuillère à soupe de poudre de curry
- sel et poivre

Pour la garniture et la sauce

- 3 poivrons
- 100 g d'échalote
- 4 gousses d'ail
- 50 ml de vinaigre balsamique blanc (vous en trouverez un excellent en cliquant ici)
- 200 ml de bouillon de dashi (dans les épiceries asiatiques ou cliquez ici)
- sel et poivre

- quelques feuilles de coriandre et quelques crevettes grises

Préparation

- Faites chauffer le lait et les 50 g de beurre. Quand le beurre est fondu ajoutez la farine tamisée et mélangez continuellement jusqu'à ce que le mélange épaississe. Puis hors feu ajoutez les 50 g de jaune d'œuf. Réservez.
- Mixez finement le poisson avec 100 g de beurre pommade, les 3 œufs entiers et le curry.
- Mélangez les deux préparations. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre et curry.
- Remplissez vos moules avec la mousseline et faites cuire au bain marie au four à 180° pendant 40 minutes.
- Pendant ce temps préparez la garniture et la sauce. Détaillez les poivrons en morceaux.
- Ciselez l'échalote.
- Faites revenir l'échalote avec un peu d'huile d'olive. Puis ajoutez les poivrons. En fin de cuisson déglacez avec le vinaigre. Salez et poivrez. Prélevez 200 g de poivron et réservez le reste pour le dressage.
- Mixez les 200 g de poivron avec 200 ml de bouillon dashi. Votre sauce est prête. Réservez.
- Sortez les mousselines du four et laissez-les retomber en température. Démoulez délicatement les mousselines en vous aidant d'un plat que vous poserez sur les moules et que vous retournerez d'un coup.

Dressage

- Versez un peu de sauce au fond de l'assiette et posez une mousseline par -dessus. Répartissez un peu de

poivrons tout autour et décorer avec des feuilles de coriandre et quelques crevettes grises.

Tarte aux poires, bleu d'Auvergne et noix

Une bonne petite tarte de saison , réalisée rapidement en remplaçant la pâte de base par des feuilles de brick qui amènent un côté bien croustillant...

Matériel

- un moule à tarte anti adhésif en acier avec fond amovible

Ingrédients pour une tarte

- 3 feuilles de brick
- un peu de beurre fondu
- un peu de tapioca: le tapioca va permettre d'absorber l'humidité du mélange œuf et fromage sans en altérer le goût
- 2 poires bien fermes
- le jus d'un citron

Pour le mélange au fromage

- 150 g de crème liquide
- 200 g de bleu d'Auvergne
- un œuf
- poivre

- des noix ou des noix de pécan (40 g coupées et quelques unes pour la présentation). Vous pouvez utiliser des noix de pécan caramélisées, ce sera encore meilleur! Pour la recette cliquez [ici](#).

Préparation

- Pelez les poires; coupez-les en deux et ôtez le cœur à l'aide d'une cuillère parisienne. Coupez les demis poires en tranches. Citronnez-les avec le jus de citron pour éviter qu'elles ne s'oxydent.
 - Coupez grossièrement quelques noix. Réservez.
 - Pour la préparation au fromage: dans une casserole faites fondre à feu doux le fromage dans la crème. Laissez retomber en température et hors feu ajoutez l'œuf entier. Mélangez de manière homogène et poivrez.
 - Beurrer les feuilles de brick et les empiler dans le moule à tarte. Enfournes 5 minutes à 180°. Puis saupoudrez le fond de la tarte avec un peu de tapioca qui va empêcher aux feuilles de brick de se ramollir.
 - Répartissez le mélange au fromage dans la tarte et disposez les tranches de poire par dessus. Beurrez légèrement avec du beurre fondu les poires qui dépassent. Saupoudrez les brisures de noix sur la tarte et disposez quelques noix entières au milieu.
 - Enfournes à 180° pendant 30 minutes. Servez avec une bonne salade...
-

Carpaccio saumon et cabillaud, perles de yuzu et sorbet fenouil

Beaucoup de fraîcheur dans cette entrée classique mais rehaussée par le très parfumé et étonnant sorbet au fenouil qui se marie parfaitement avec le poisson. La préparation d'une partie des ingrédients de cette recette se fait la veille en raison du passage en congélation ou du temps d'infusion.

Ingrédients pour 5 personnes:

1/le carpaccio de poisson

- 300 g de dos de saumon (à congeler la veille pour faciliter la découpe du poisson en tranche fines)
- 300 g de cabillaud ou de dorade (à congeler la veille pour faciliter la découpe du poisson en tranche fines)
- Une boîte de perle de yuzu (si vous avez des difficultés pour le trouver, vous pouvez vous le procurer sur internet: <http://www.meilleurduchef.com>)

2/vinaigrette menthe

- 5 g de sucre brun
- 1 dl de jus de citron
- 5 cl de d'huile d'olive
- 10 g de menthe fraîche
- sel
- poivre

3/sorbet fenouil

- 3 ou 4 gros bulbes de fenouil pour obtenir : 30 cl de jus de fenouil
- 5 cl de jus de citron vert

- 5 cl d'eau
- 10 g de sucre
- poivre thymut (mais vous pouvez utiliser la variété que vous préférez)
- un blanc d'œuf

Matériel:

- passoire
- centrifugeuse
- sorbetière ou méthode manuelle (voir explication plus bas)

Préparation:

- La veille n'oubliez pas de congeler votre poisson pour faciliter sa découpe en tranche fines

1/La vinaigrette (à faire la veille ou quelques heures à l'avance)

- Dans une casserole versez tous les ingrédients et portez à ébullition.
- Ôtez alors la casserole du feu. Recouvrez la casserole de film étirable ou d'un couvercle étanche et laissez refroidir à température (au moins 30 mn) .
- Filtrez la préparation refroidie; réservez au frais.

2/Le sorbet (à faire la veille)

- Détaillez le fenouil en morceaux.
- Passez le fenouil à la centrifugeuse pour obtenir 30 cl de jus de fenouil.
- Faire chauffer 5 cl d'eau et 10 g de sucre dans un casserole pour obtenir un sirop.
- Laisser refroidir à température ambiante.
- Pressez les citrons pour obtenir 5 cl de jus de citron

- Ajoutez le jus de fenouil (30 cl) et le jus de citron (5 cl) au sirop refroidi.
- Montez le blanc d'œuf en neige.
- Dans la sorbetière versez le sirop de fenouil et citron. Turbinez.
- Quand le mélange a épaissi, incorporez délicatement le blanc en neige; assaisonnez de poivre selon votre goût.
- Le mélange terminé versez-le dans un récipient hermétique et mettre au congélateur.

Si vous n'avez pas de sorbetière la méthode suivante donne de bons résultats mais elle exige de la constance: versez le sirop de fenouil et citron dans un récipient pouvant aller au congélateur. Recouvrez le au contact de film alimentaire et mettre au congélateur. Il va falloir surveiller cette préparation très régulièrement (toutes les 30 mn) et à chaque fois à l'aide d'une fourchette grattez la surface, des bords vers l'intérieur. A chaque fois recouvrez au contact de film alimentaire. Quand la préparation a un peu épaissi incorporez délicatement le blanc en neige; remettez au congélateur et renouvelez l'opération 4 à 5 fois (grattage) toutes les 30 mn. Couvrez laissez finir de prendre sans plus toucher.

3/Le carpaccio de poisson (préparation le jour même)

- Sortez le poisson du congélateur. Pour assurer une bonne tenue en main du poisson et évitez qu'il ne glisse, aidez vous avec un torchon.
- Détaillez les poissons en tranches assez fines avec un grand couteau qui coupe bien.
- Puis détaillez régulièrement les tranches en carrés de 2 cm sur 2 cm.
- Au fur et à mesure de la découpe disposez les carrés en damier dans l'assiette de présentation.

- Au fur et à mesure réservez les assiettes terminées au frais.

Dressage final:

- Sortez le sorbet du congélateur 10 à 15 mn avant de dresser de manière à ce qu'il soit facile à mouler avec une cuillère.
- Assaisonnez les assiettes avec la vinaigrette.
- Parsemez les damiers de carpaccio de perles de yuzu.
- Déposez au milieu un petit nid de cerfeuil et salade.
- Puis posez une boule de sorbet fenouil sur la salade. Décorez avec des pluches de fenouil.

Le saviez vous?

Quand vous achetez de fenouil choisissez de préférence des petits bulbes, qui sont nettement plus tendres que les gros. Les feuilles , très fines, doivent être bien vertes et fraîches.

Le fenouil est un légume au goût anisé originaire du Sud de l'Europe et de l'Asie mineure, où il pousse toujours à l'état sauvage sur les terrains rocailleux et secs. Il est consommé dans ces régions depuis les temps les plus reculés. Cultivé par les Égyptiens, il était populaire chez les Grecs et les Romains.

Toutefois, le bulbe de fenouil (lequel n'est pas à proprement parler un bulbe, mais un renflement à la base de la tige) tel que nous le connaissons aujourd'hui n'existe pas à l'état sauvage. Il résulte plutôt d'un long processus de sélection entrepris par les Italiens, probablement en Sicile, où on le retrouve dans de nombreux plats traditionnels. L'Italie demeure le pays où on en consomme, produit et exporte le plus.

Sources:www.passeportsante.net

Maatjes ou Harengs nouveaux aux 3 oignons et framboises

Les maatjes ou premiers harengs de la saison sont délicieux avec des oignons hachés, mais on trouve évidemment bien d'autres recettes avec ce poisson. Je vous en propose aujourd'hui une version plus originale, rafraîchie avec une délicieuse vinaigrette aux framboises. C'est un régal, vous m'en direz des nouvelles.

Si vous n'avez pas de maatjes dans votre région vous pouvez les remplacer par du thon rouge par exemple.

Ingrédients: entrée pour 3 personnes

- 6 maatjes (deux par personne)
- un oignon rouge
- 3 oignons jeunes ou cébettes
- un oignon blanc
- huile d'olive: 3 cuillerées à soupe pour la marinade et 1 cuillerée à soupe pour la vinaigrette
- vinaigre de riz : 1 cuillerée à soupe pour la marinade et 1 cuillerée à café pour la vinaigrette
- une quinzaine de belles framboises (pour la vinaigrette) et 6 de plus pour le dressage
- un citron vert (le jus et le zeste)
- poivre
- des pousses de shiso pour le dressage

Préparation:

- Épluchez et coupez l'oignon en petite brunoise (en tout petits morceaux).
- Zestez le citron vert.

- Pressez le citron vert.
- Dans un récipients mélangez les 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, la cuillerée à soupe de vinaigre de riz, le zeste et le jus du citron, l'oignon blanc et poivrez.
- Déposez les maatjes dans cette marinade et recouvrez les bien de marinade. Filmez et mettez au frais pendant une heure.



Pendant ce temps préparez la vinaigrette:

- Mixez une quinzaine de framboise avec une cuillerée à soupe d'huile d'olive, une cuillerée à café de vinaigre de riz, une pincée de sel.
- Filtrez la préparation pour en ôter les petits grains qui seront désagréables à la dégustation. Réservez.
- Épluchez l'oignon rouge et coupez le en tranches très

fines. Réservez.

- Coupez les oignons jeunes (cébettes) en rondelles fines.
- Coupez trois framboises en quartier. Conservez-en trois entières. Réservez.

Dressage:

- Déposez une cuillerée de sauce à la framboise dans l'assiette et étalez la avec le dos de la cuillère.



- Couchez deux maatjes dans l' »assiette. Ajoutez les morceaux de framboise et une framboise entière.



- Puis complétez avec les cébettes coupées en fines rondelles, les tranches d'oignons rouge et les pousses de shiso.



Le saviez vous?

Le terme 'maatjes' renvoie à l'appellation des premiers harengs de la saison. Ce hareng de bonne qualité, attendu par de nombreuses personnes, est généralement disponible dès la mi-mai dans les magasins.

D'où vient le terme 'maatjes'?

Il s'agit d'une déformation du mot néerlandais 'maagdelijk', qui signifie 'pur'. Le maatje est un jeune poisson qui n'a pas encore d'œufs ou de laitance. C'est pourquoi ce poisson est uniquement pêché en mai et juin, car il n'est pas encore très gros et gras. Le hareng capturé par la suite n'est plus un maatje, mais un hareng salé ordinaire.

Les vrais maatjes sont salés et fermentés, d'où leur saveur

légèrement salée et douce, ainsi que leur texture presque crémeuse. On le mange habituellement avec un peu d'oignons hachés et éventuellement un morceau de pain. Étant donné que la dégustation de poisson cru – ce poisson est fermenté, mais pas cuit – peut être dangereuse, on congèle d'abord les maatjes pendant 24 heures. De cette façon, on évite une infection possible par le ver du hareng.

Les maatjes sont parfois surnommés « Hollandais nouveaux ». Ils ne proviennent pas nécessairement des Pays-Bas, mais sont souvent capturés dans la mer du Nord, entre l'Écosse, la Norvège et le Danemark. Son traitement se déroule aux Pays-Bas, d'où son nom.

Le succès des maatjes ne se dément pas aux Pays-Bas. Chaque année, on y fête le Vlaggetjesdag (« jour des drapeaux »), qui symbolise le jour où les anciens bateaux de pêche amarraient avec les premiers maatjes de la saison. On décorait traditionnellement ces bateaux avec des drapeaux. Cette fête perdure encore aujourd'hui et accorde une place centrale aux nouveaux maatjes.

Entrée fraîcheur libanaise: Le Kibbe de saumon

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

Ingrédients (pour 8 à 10 personnes) :

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

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

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

2/ Pour le Kibbe

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

3/ Pour la gelée du Kibbe

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



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



Matériel:

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

Préparation:

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

1/Préparation du Labne

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

2/Préparation du Kibbe

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



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



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

3/ Préparation de la gelée tomate pamplemousse du Kibbe

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

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

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

Dressage :

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



- Ajoutez une couche de concombre en tranches.



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



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



A savoir sur la gélatine:

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

Mousseline de cabillaud aux crevettes grises, pistou à l'ail des ours

Voici une entrée de mousseline toute légère, délicate et bien relevée par l'ail des ours. C'est la pleine saison pour cette plante sauvage qui aime l'humidité et pousse dans les sous bois.

Contrairement à l'ail que nous connaissons il ne se présente pas en gousse; ce sont ses feuilles et fleurs qui ont un goût d'ail très prononcé, sans avoir les inconvénients digestifs de l'ail. Les feuilles ressemblent beaucoup au muguet. Attention ! Ne le confondez pas avec ce dernier qui est toxique !

La recette est donnée pour 6 personnes.

Matériel:

Vous aurez besoin de moules anti adhésifs type Flexipan. J'utilise des petits moules à charlotte que je pose dans un grand plat rempli d'eau (les mousseline cuisent au bain marie). Comme la plaque des moules est plus grande que mon plat, je rabat la partie qui dépasse sur la partie qui est dans le plat...Mais vous pouvez aussi utiliser des moules individuels .



Ingrédients pour le pistou d'ail des ours:

- 50 g d'ail des ours
- 30 g de pignon
- 10 cl d'huile d'olive
- une cuillerée à café de vinaigre de riz

Préparation du pistou:

Le pistou se prépare comme un pistou classique; vous pouvez le préparer la veille et le conserver au frais.

- Coupez les feuilles grossièrement.
- Puis mixez les feuilles avec les pignons , le vinaigre et l'huile d'olive. Goûtez la préparation et rectifiez l'assaisonnement. Le pistou est prêt: réservez le.

Ingrédients pour la mousseline de cabillaud:

- 350 de filet de cabillaud
- 30 cl de crème fraîche entière bien **froide!**
- 2 blancs d'oeuf
- sel, poivre
- 200 g de crevette grises

Préparation de la mousseline:

Pour la réussite de cette préparation il est important que tout les ingrédients soient bien froids.

- Préchauffez votre four à 160°.

- Coupez le poisson en petits morceaux.
- Puis mixez le poisson. Si vous avez un hachoir je vous conseille de passer le poisson d'abord au hachoir (grille fine) puis de le remettre au froid une demi heure avant de le mixer. Vous aurez ainsi une farce plus fine et surtout vous éviterez de surchauffer la chair du poisson avec le mixeur. En fin de mixage ajoutez les blancs d'œufs et remettez au froid 20 mn avant d'incorporer la crème fraîche.
- Puis dans un bol passé au froid incorporez la crème fraîche froide par petites quantités.
- N'oubliez pas de goûter la farce obtenue pour rectifier l'assaisonnement.
- Versez la mousseline à mi hauteur des moules.
- Puis disposez des crevettes grises au centre.
- Recouvrez de mousseline et lissez le dessus avec une spatule.
- Refermez la partie du moule en trop. Si vous utilisez des moules individuels protégez le dessus de vos mousselines avec une feuille de papier aluminium que vous aurez au préalable beurrée. Cela évitera que le dessus des mousselines ne colore.



- Versez de l'eau bien chaude dans le plat, autour du moule.

- Enfournez pour 25 à 30 mn à 160°.

Dressage:

- Démoulez vos mousselines et disposez les sur l'assiette. A l'aide d'une cuillère faite un beau trait de pistou et parsemez de crevettes grises.

Rillettes aux deux saumons

Idéales pour l'apéritif, ces rillettes de saumon peuvent être servies en entrées avec une jolie salade et quelques tranches de pain grillés. Elles sont également une excellente garniture pour un sandwich.

Elles sont très faciles à préparer et vous pouvez les cuisiner la veille de leur dégustation.

Et si vous aimez le saumon:

- Blanquette de saumon aux saveurs asiatiques. Pour la recette cliquez [ici](#).
- Choux apéro au tartare de saumon et guacamole. Pour la recette cliquez [ici](#).
- Saumon basse température, compoté de tomate et oignon rouge. Pour la recette [ici](#).
- Saumon basse température en nage de persil. Pour la recette cliquez [ici](#).
- Fleurs de courgette farcies au saumon et aubergine, petite ratatouille croquante. Pour la recette cliquez [ici](#).

- Saumon en deux façons, carpaccio de betteraves arôme framboise. Pour la recette cliquez [ici](#).
- Saumon confit à l'huile basse température, compoté d'oignons rouge et fenouil, pistou coriandre noisette. Pour la recette cliquez [ici](#).

Ingrédients:

- 250 gr de saumon frais sans la peau
- 200 gr de saumon fumé
- une grosse échalote ciselée
- 5 cl de vin blanc
- 5 cl de cognac
- 50 gr de beurre pommade (mou mais pas fondu)
- aneth (mais selon vos goûts, vous pouvez remplacer l'aneth par de l'estragon ou des câpres; toutefois je vous conseille d'éviter les mélanges d'herbes)
- le zeste d'un citron vert (à râper sur les croûtons de rillettes juste au moment de servir)
- sel, poivre

Préparation:

- Coupez le saumon frais en petits dés. Réservez.
- Faire de même avec les tranches de saumon fumé. Réservez.
- Détachez les feuilles tendres des brins d'aneth.: les tiges sont assez dures et donc désagréables à la dégustation. Ciselez l'aneth. Réservez.
- Émincez l'échalote en petits dés. Réservez.
- Dans une poêle faire fondre à feu doux une noix de beurre et y verser les échalotes.
- Les échalotes devenues translucides, ajoutez les dés de saumon frais ainsi que le vin blanc. Cuire 2 minutes en remuant de temps à autre. Le saumon doit rester fondant.

- Ajoutez les dés de saumon fumé et le cognac. Cuire deux minutes de plus. Retirez la poêle du feu et attendre quelques minutes que le mélange retombe en température.
- Versez le mélange dans un plat avec le beurre pommade et écrasez grossièrement la préparation à la fourchette. Votre mélange de poisson doit être retombé en tempérant pour éviter que le beurre ne fonde! Bien mélanger. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
- Terminez le mélange en y ajoutant l'aneth.
- Tassez le tout dans une terrine. Placez les rillettes dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

Le petit plus:

Vous pouvez incorporer également des œufs de saumon dans la préparation après avoir incorporé le beurre. Mélangez délicatement de manière à ne pas écraser les œufs qui sont assez fragiles.

Les œufs de saumon vont amener un côté croquant et un petit goût iodé fort agréable.

Vous pouvez pour terminer zester un citron vert sur les croûtons de rillettes: cela amène un coté acidulé très frais.

Crème de courgette au cerfeuil, chips de lard

Une soupe de courgette , quoi de plus banal me direz vous... Mais le mariage de la courgette avec le cerfeuil va faire de cette petite soupe de tous les jours une petite merveille et étonnera vos invités. Le lard amène le côté croustillant que nous aimons tous retrouver dans un plat.

Ingrédients (4 personnes):

- deux belles courgettes
- un oignon blanc
- un bouillon cube fond de poulet
- 10 cl de crème liquide
- une barquette de cerfeuil
- 8 tranches fines de lard
- sel
- poivre

Matériel:

- un mixeur
- une écumoire

Préparation:

- Pelez l'oignon et hachez le grossièrement.
- Coupez les deux extrémités des courgettes et détaillez les courgettes en gros morceaux.
- Dans une poêle faire revenir l'oignon dans une noix de beurre jusqu'à ce qu'il soit translucide.
- Dans un grand faitout versez les dés de courgettes et les oignons. Recouvrez à hauteur d'eau et ajoutez au mélange le bouillon cube. Ne salez ni ne poivrez: vous rectifierez l'assaisonnement en toute fin de

préparation.

- Cuire à feu doux environ 30 mn.

Pendant la cuisson des courgettes nous allons préparer le lard et le cerfeuil

- Dans une poêle faire revenir les tranches de lard: elles doivent devenir bien dorées.
- Réservez à température ambiante les tranches, qui en refroidissant vont devenir croustillantes. Si ce n'est pas le cas c'est qu'elles ne sont pas assez cuites.
- Rincez le cerfeuil sous un filet d'eau.
- Faire chauffer un grand récipient d'eau et blanchir le cerfeuil en le plongeant 2 mn dans l'eau bouillante.
- Retirez le cerfeuil de l'eau bouillante et rafraîchissez le dans un bol d'eau bien froide de manière à stopper sa cuisson. Réservez le.
- La cuisson des courgettes et des oignons est terminée :vous allez maintenant mixer la préparation: à l'aide d'une passoire récupérez les légumes et versez les dans votre mixeur. Ajoutez le cerfeuil blanchi.
- Ajoutez le cerfeuil blanchi.
- Versez une à deux louches d'eau de cuisson et les 10 cl de crème liquide.
- Mixer et si nécessaire ajoutez du liquide de cuisson : il vaut mieux ajouter le liquide au fur et à mesure. Vous pourrez ainsi maîtriser la consistance de la crème (plus au moins liquide selon votre goût). Si vous versez tout le liquide d'un seul coup vous risquez d'avoir une crème beaucoup trop liquide!
- Rectifiez l'assaisonnement en poivre et en sel.

Dressage:

- Dans un joli bol versez une à deux louches de crème de courgette.
- Décorez harmonieusement avec les chips de lard.

Le saviez vous?

Cerfeuil...Cultivé depuis le Moyen-âge, le cerfeuil est apprécié tant pour ses vertus médicales que pour son arôme délicat et sa saveur légèrement anisée. Un régal pour les salades, les soupes. Son arôme est très volatil. Il ne faut pas le cuire longuement mais l'ajouter au dernier moment dans une préparation chaude. Attention le hachage abîme également son parfum.

Carpaccio saumon et cabillaud, perle de yuzu et sorbet fenouil

Beaucoup de fraîcheur dans cette entrée classique mais rehaussée par le très parfumé et étonnant sorbet au fenouil qui se marie parfaitement avec le poisson. La préparation d'une partie des ingrédients de cette recette se fait la veille en raison du passage en congélation ou du temps d'infusion.

Ingrédients pour 5 personnes:

1/le carpaccio de poisson

- 300 g de dos de saumon (à congeler la veille pour faciliter la découpe du poisson en tranche fines)
- 300 g de cabillaud ou de dorade (à congeler la veille pour faciliter la découpe du poisson en tranche fines)
- Une boîte de perle de yuzu (si vous avez des difficultés pour le trouver, vous pouvez vous le procurer sur internet: <http://www.meilleurduchef.com>)

2/vinaigrette menthe

- 5 g de sucre brun
- 1 dl de jus de citron
- 5 cl de d'huile d'olive
- 10 g de menthe fraîche
- sel
- poivre

3/sorbet fenouil

- 3 ou 4 gros bulbes de fenouil pour obtenir : 30 cl de jus de fenouil
- 5 cl de jus de citron vert
- 5 cl d'eau
- 10 g de sucre
- poivre thymut (mais vous pouvez utilisez la variété que vous préférez)
- un blanc d'œuf

Matériel:

- passoire
- centrifugeuse
- sorbetière ou méthode manuelle (voir explication plus bas)

Préparation:

- La veille n'oubliez pas de congeler votre poisson pour

faciliter sa découpe en tranche fines

1/La vinaigrette (à faire la veille ou quelques heures à l'avance)

- Dans une casserole versez tous les ingrédients et portez à ébullition.
- Ôtez alors la casserole du feu. Recouvrez la casserole de film étirable ou d'un couvercle étanche et laissez refroidir à température (au moins 30 mn) .
- Filtrez la préparation refroidie; réservez au frais.

2/Le sorbet (à faire la veille)

- Détaillez le fenouil en morceaux.
- Passez le fenouil à la centrifugeuse pour obtenir 30 cl de jus de fenouil.
- Faire chauffer 5 cl d'eau et 10 g de sucre dans un casserole pour obtenir un sirop.
- Laisser refroidir à température ambiante.
- Pressez les citrons pour obtenir 5 cl de jus de citron .
- Ajoutez le jus de fenouil (30 cl) et le jus de citron (5 cl) au sirop refroidi.
- Montez le blanc d'œuf en neige.
- Dans la sorbetière versez le sirop de fenouil et citron. Turbinez.
- Quand le mélange a épaissi, incorporez délicatement le blanc en neige; assaisonnez de poivre selon votre goût.
- Le mélange terminé versez-le dans un récipient hermétique et mettre au congélateur.

Si vous n'avez pas de sorbetière la méthode suivante donne de bons résultats mais elle exige de la constance: versez le

sirop de fenouil et citron dans un récipient pouvant aller au congélateur. Recouvrez le au contact de film alimentaire et mettez au congélateur. Il va falloir surveiller cette préparation très régulièrement (toutes les 30 mn) et à chaque fois à l'aide d'une fourchette grattez la surface, des bords vers l'intérieur. A chaque fois recouvrez au contact de film alimentaire. Quand la préparation a un peu épaissi incorporez délicatement le blanc en neige; remettez au congélateur et renouvelez l'opération 4 à 5 fois (grattage) toutes les 30 mn. Couvrez laissez finir de prendre sans plus toucher.

3/Le carpaccio de poisson (préparation le jour même)

- Sortez le poisson du congélateur. Pour assurer une bonne tenue en main du poisson et évitez qu'il ne glisse, aidez vous avec un torchon.
- Détaillez les poissons en tranches assez fines avec un grand couteau qui coupe bien.
- Puis détaillez régulièrement les tranches en carrés de 2 cm sur 2 cm.
- Au fur et à mesure de la découpe disposez les carrés en damier dans l'assiette de présentation.
- Au fur et à mesure réservez les assiettes terminées au frais.

Dressage final:

- Sortez le sorbet du congélateur 10 à 15 mn avant de dresser de manière à ce qu'il soit facile à mouler avec une cuillère.
- Assaisonnez les assiettes avec la vinaigrette.
- Parsemez les damiers de carpaccio de perles de yuzu.
- Déposez au milieu un petit nid de cerfeuil et salade.
- Puis posez une boule de sorbet fenouil sur la

salade. Décorez avec des pluches de fenouil.

Le saviez vous?

Quand vous achetez de fenouil choisissez de préférence des petits bulbes, qui sont nettement plus tendres que les gros. Les feuilles , très fines, doivent être bien vertes et fraîches.

Le fenouil est un légume au goût anisé originaire du Sud de l'Europe et de l'Asie mineure, où il pousse toujours à l'état sauvage sur les terrains rocailleux et secs. Il est consommé dans ces régions depuis les temps les plus reculés. Cultivé par les Égyptiens, il était populaire chez les Grecs et les Romains.

Toutefois, le bulbe de fenouil (lequel n'est pas à proprement parler un bulbe, mais un renflement à la base de la tige) tel que nous le connaissons aujourd'hui n'existe pas à l'état sauvage. Il résulte plutôt d'un long processus de sélection entrepris par les Italiens, probablement en Sicile, où on le retrouve dans de nombreux plats traditionnels. L'Italie demeure le pays où on en consomme, produit et exporte le plus.

Sources: www.passeportsante.net

Méli mélo de calmar, crémeux de pommes de terre aux œufs de saumon

Ce plat servi tiède en entrée ou chaud en plat de résistance, vous étonnera par ses parfums et surtout par la légèreté du crémeux de pommes de terre réalisé au siphon. Cela

donne une texture à la fois onctueuse et aérienne à la purée qui est absolument extraordinaire!

Pour plus de précisions sur la technique et l'utilisation du siphon cliquer [ici](#).

Difficulté: technique en ce qui concerne le crémeux de pommes de terre

Ingrédients (pour 4 personnes)

1. Pour le méli mélo de calmar:

- un poivron rouge et un jaune (pour amener de la couleur en plus des parfums)
- 4 corps de calmar
- 2 cà s de jus de citron
- 1 c à s de vinaigre balsamique (si possible un vinaigre type crème balsamique)
- 1 grosse échalote
- huile olive
- sel
- poivre

2. Pour le crémeux de pommes de terre:

- 400 g de pommes de terre
- 4 dl de fond de volaille
- 3 dl de crème liquide entière
- 20 g de beurre
- un bouquet grani (poireau, laurier, thym, persil)
- un oignon
- une pincée de gros sel

Matériel:

- un siphon de 1 litre
- un **chinois**
- un **cercle** (pour le dressage)

Préparation:

1. Pour le méli mélo de calmar

- Épluchez et ciselez l'échalote très finement.
- Coupez les poivrons en tous petits dés.
- Faire de même avec les corps de calmar.
- Dans une poêle faire revenir l'échalote 2 mn avec un peu d'huile d'olive.
- Ajoutez les dés de poivrons et cuire 5 mn.
- Ajoutez les dés de calmar et cuire 2 mn (le calmar cuit extrêmement vite) tout en remuant en permanence.
- En fin de cuisson déglacez avec le jus de citron et le vinaigre balsamique. Bien mélanger. Salez et poivrez.
- Retirez du feu et filtrez le jus.
- Réservez le méli mélo à température ambiante.
- Versez le jus de cuisson dans une petite casserole et faire réduire jusqu'à ce que le jus soit un peu sirupeux et réservez dans une pipette ou un petit flacon..

2. Pour la mousse légère de pommes de terre:

- Epluchez l'oignon et l'émincer tres finement.
- Épluchez les pommes de terre et les tailler aussi en petits cubes.
- Dans une casserole faire fondre le beurre, ajoutez les oignons 2 à 3 mn à feu doux. Cuire sans coloration.
- Ajoutez les dés de pommes de terre aux oignons et faire revenir doucement sans coloration 2 mn de plus.
- Ajoutez alors le fond de volaille et le bouquet garni et une petite pincée de gros sel. Les pommes de terre

doivent être recouvertes à hauteur par le fond.

- Cuire environ 20 mn à feu doux. Le temps de cuisson dépendra de la taille de vos petits cubes: plus ils seront gros plus le temps de cuisson sera long. Vérifiez la cuisson à l'aide d'une petite pointe de couteau: les pommes de terres doivent être tendres et le fond complètement absorbé.
- Chauffez la crème au micro onde.
- Puis passez les pommes de terre et oignons au mixeur plongeant avec la crème chaude pour bien lisser la préparation. Important: procédez par petits accoups sinon les pommes de terres deviendront collantes ce qu'il faut absolument éviter (en termes techniques on dit que la purée corde): pour éviter cela il faut que les pommes de terre soient encore chaudes et la crème soit réchauffée au micro onde avant de mixer.
- La purée doit être à la fois crémeuse et faire le ruban.
- Passez la préparation au chinois (opération indispensable avant de verser dans le siphon!).
- Mettre la préparation dans le siphon, secouez.
- Si vous n'utilisez pas de suite le siphon placez-le au bain marie à 40° en attendant de dresser (si vous avez un Gourmet Whip). Si vous avez un Thermo Whip votre siphon gardera la chaleur pendant plusieurs heures: pour plus de précisions voir le lien sur les siphons: cliquez [ici](#)).

Dressage:

Nous avons donc les éléments suivants:

- le siphon de crémeux de pommes de terre
- le méli mélo de calmar
- les oeufs de saumon

- le jus de déglacage réduit des calmar
- Dans une assiette creuse déposez un cercle au milieu. Préférez une assiette creuse ou un bol car le crémeux s'étalera trop si vous choisissez une grande assiette.
- Tout autour du cercle déposez le méli mélo de calmar.
- Puis remplissez l'intérieur du cercle avec le crémeux de pommes de terre.
- Déposez sur le crémeux une cuillerée d'œufs de saumon...
- Disposez des petits points de jus de déglacage sur la purée autour des œufs et sur le méli mélo: il apportera une petit touche d'acidité.
- Ôtez le cercle et dégustez!

Mon foie gras vanille basse température, salade betteraves et pommes, réduction de jus de betterave au vinaigre de framboise

Le foie gras est un produit fragile qui mérite une attention particulière. La cuisson basse température est faite pour lui : sa texture sera plus homogène , il rendra beaucoup moins de gras et ne sera jamais en sur-cuisson. De plus les épices associées à toute cuisson basse température exhaleront des arômes encore plus puissants.

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.

Ingrédients (pour 500 gr de foie gras):

500 gr de foie gras frais en tranches de 2 cm d'épaisseur (canard ou oie selon votre goût). Attention: adaptez toujours le poids du sel et du poivre en fonction du poids du foie en effectuant une règle de trois...Il faut 5 g de sel par 500 g de foie et 2 gr de poivre par 500 g de foie.

5 g de sel

2 g de poivre

une gousse de vanille

Dans cette terrine, l'avantage d'utiliser des tranches de foie gras plutôt que le foie entier , est que vous n'aurez pas à le dénervier!

Ingrédients pour la salade (4 personnes):

- une pomme granny smith
- une grosse betterave ou deux petites: les betteraves doivent être cuites.
- jus de citron (il va juste servir à ce que la pomme ne noircisse pas au contact de l'air)
- le zeste d'un citron vert râpé
- sel
- poivre
- tranches de pain de mie

Ingrédients pour la réduction:

- 1/2 litre de jus de betterave (environ 1 kilo de betteraves cuites qui passées à la centrifugeuse donneront le jus de betterave)
- 2 ou 3 c à s de vinaigre de framboise . Choisissez un vinaigre de qualité: il ne doit pas être transparent comme le vinaigre de vin rouge habituel mais il doit ressembler à un coulis très liquide donnant l'impression qu'il contient de la pulpe de fruit.

Matériel spécial:

Pour le foie gras

- une terrine
- pour le matériel de cuisson sous vide basse température:

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

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.
- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

- une balance de précision qui pèse au gramme près.
- des gants jetables

Pour la salade

- un petit emport- pièce rond

Pour la salade et la réduction:

- une centrifugeuse (pour extrait le jus des betteraves)

à défaut de la centrifugeuse , un bon mixeur et une passoire fine (idéalement un **chinois** ou un **chinois étamine**)

Préparation du foie gras:

- pesez soigneusement votre sel et votre poivre au gramme près. Soyez bien rigoureux dans cette étape sinon le résultat sera trop ou pas assez salé...
- coupez la gousse de vanille en deux et à l'aide d'un petit couteau raclez les graines de vanille
- saupoudrer les tranches de foie de sel et de poivre



- déposer les tranches dans votre sachet ainsi que les grains de vanille et la gousse restante.
- soudez le avec la machine sous vide
- Pour la cuisson: cuire à l'aide de votre thermoplongeur au bain marie pendant 40 mn à 55 °.

- Sortez le sachet de l'eau et déposez le sur un torchon.
- Ouvrez le sachet (attention au gras de cuisson très liquide) et à l'aide d'une spatule déposez une par une les tranches dans la terrine.
- enfiler alors vos gants et tasser les foie gras avec vos doigts. Recouvrez du gras restant dans le sachet (au plus 1 cm). Mettez au frais .
- vous pouvez le déguster dès le lendemain mais il est meilleur après 4 à 5 jours de maturation.

Préparation de la salade:

- couper en tranches fines (1 mm d'épaisseur) la pomme. Puis couper chaque tranche en fins bâtonnets de même épaisseur. Couper enfin les bâtonnets en petits cubes qui feront 1 mm sur 1 mm. Déposez les dans un bol avec un peu de jus de citron de façon à les enrober pour stopper l'oxydation des pommes. Si vous ne le faites pas les petits cubes de pommes noirciront.
- procéder de même avec les deux betteraves : l'étape citron n'est pas nécessaire pour ces dernières.
- mélanger alors les deux préparations (pommes et betteraves) avec le zeste d'un citron vert et une cuillère à soupe de vinaigre de framboise.
- saler.
- poivrer.
- réserver au frais.
- à l'aide d'un petit emporte-pièce découper des ronds dans les toasts.
- toaster les tranches de pain de mie à la poêle.

Préparation de la réduction:

- 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 très fine) pour obtenir le jus; cette opération est plus facile si vos betteraves sont chaudes.
- Verser le jus obtenu dans une casserole et faire chauffer : il faut que le liquide réduise. Ajouter le vinaigre progressivement en goûtant au fur et à mesure: le gout du vinaigre de framboise ne doit pas effacer le gout de la betterave!
Arrêtez la cuisson lors qu'il reste environ 1 dl dans la casserole.
- pour faire une jolie décoration verser cette réduction dans une pipette ce sera plus facile pour dessiner les petits points de réduction. Utiliser par exemple la pipette de la marque « Lekué » très pratique pour la décoration.

Dressage:

- passer le fond de la terrine et ses côtés à l'eau chaude pour ramollir un peu la graisse qui entoure le foie et renverser le sur un plat.
- remettez au froid 1/2 h ; vous pouvez alors le trancher.
- dans une assiette déposer d'un côté une tranche de foie et au milieu une cuillère de salade (aidez-vous avec un emporte pièce)
- dessinez des petits points réguliers avec la réduction autour de la salade et recouvrez aussi les petits dômes de salade avec des gouttes de réduction.

- sur l'extrémités restante déposer trois petits toast de pain .

Astuces:

- si vous ne consommez pas toute la terrine emballez-la dans un film plastique alimentaire pour que le foie ne s'oxyde pas au contact de l'air.
- vous pouvez dessiner les petits points de réduction 1 heure à l'avance et mettre les assiettes au frais en attendant d'y déposer le foie gras et la salade.
- lorsque vous travaillez la betteraves portez tablier et gants: elle contient un colorant naturelle qui tache énormément !
- Adaptez toujours le poids du sel et du poivre en fonction du poids du foie en effectuant une règle de trois....Il faut 5 g de sel par 500 g de foie et 2 gr de poivre par 500 g de foie.Par exemple si votre foie fait 678 gr faire le calcul suivant:

sel: $(678*5)/500= 6 \text{ gr } 78$ de sel (on arrondit à 7 gr)

poivre: $(678 *2)/500=2,71$ gr (on arrondit à 3 gr)

- Suivant la qualité du foie ce dernier rendra plus ou moins de gras: parfois vous en aurez plus que d'autre...

Le saviez-vous?

Deux régions de l'Hexagone , l'Alsace et le Sud-Ouest se disputent l'origine du foie gras, il faut noter qu'en réalité, elle remonte à l'antiquité dans des pays plutôt surprenants.

On trouve les premières informations sous l'ère de l'Égypte ancienne sur des fresques de tombes vieilles de 4 500 ans près de Saqqarah. Les Égyptiens avaient plusieurs espèces d'oiseaux palmipèdes, dont des oies, à l'aide de granules de grains rôtis et humidifiés.

(source: <http://www.foiegrasavenue.fr/histoire.html>)

Sucettes de gambas en robe de Kadaif de Naoëlle d'Hainaut

Le moelleux de la gambas , le croquant du kadaif et la mayonnaise parfumée au gingembre s'associent idéalement pour donner de petites bouchées gourmandes. Si gourmandes qu'elles disparaissent toujours très vite à l'apéritif...mais ces sucettes peuvent également être servies en entrée .

Ingrédients pour 4 personnes:

- 4 belles gambas décortiquées
- kadaif
- épice tandoori
- un peu d'eau

pour la mayonnaise:

- 2 jaunes d'œufs
- 1 bonne c à c de moutarde de Dijon
- 250 ml huile: 125 ml huile d'arachide et 125 ml huile olive
- sel
- poivre
- jus citron vert
- gingembre frais
- ciboulette
- zestes râpés de citron vert

Matériel :

- petites brochettes en bambou

Préparation :

- peler le gingembre à l'aide d'un petit couteau puis le trancher en très fines lamelles ; couper chaque lamelle en très fins bâtonnets et émincer les bâtonnets en tout petits cubes (1 millimètre de côté tout au plus).
 - émincer également la ciboulette le plus finement possible.
 - monter la mayonnaise(jaunes d'oeuf, moutarde, jus de citron et le mélange d'huile) , saler , poivrer et ajouter les zestes râpés de citron vert ainsi que la ciboulette et le gingembre. Réserver au frais.
 - ouvrir le paquet de kadaif , et le démêler; vous devez ensuite le couper en petits filaments d'environ 5 mm de long.
-
- dans une coupelle verser du tandoori et un tout petit peu d'eau de façon à le délayer un peu ; ne mettez pas trop d'eau sinon vous aurez des problèmes à la cuisson (eau et huile ne s'aient pas trop).
 - enfiler des gants pour éviter de vous teindre les mains et mélanger soigneusement la pâte de tandoori avec les filaments de kadaif.
-
- préparer un bain d'huile et faire chauffer. A l'aide d'une écumoire faire frire le kadaif et le déposer ensuite sur du papier absorbant.

- dans une poêle faire revenir les gambas un peu d'huile. Attention : leur cuisson est très rapide.

- couper chaque gambas en trois morceaux et piquer un morceau par mini brochette.
- plonger chaque morceau de gambas dans la mayonnaise puis roulez les délicatement dans la friture de kadaif de façon à former de jolies petites boules.

Et voilà le travail:

Dressage :

- Disposer les sucettes par 3 dans de petites assiettes et décorer avec des petites fleurs comestibles (ou des petites feuilles de basilic si vous avez du mal à trouver les fleurs).

Astuces:

- vous pouvez monter votre mayonnaise avec l'œuf entier : elle en sera que plus légère et il ne vous restera pas un ou deux blancs dont on ne sait jamais quoi faire (mis à part des macarons ou des financiers, recettes ne nécessitant pas de jaunes d'œufs !).

Le saviez-vous ?

- Le **tandoori** est un mélange d'épices utilisé dans la cuisine indienne, qui se présente sous forme de poudre fine de couleur rouge. Il tient son nom d'un four traditionnel Indien : le tandoor. Il est peu piquant et très parfumé.

- le **kadaif** est formé de fin vermicelles composés de farine, eau et amidon de maïs . Appelé aussi « cheveux d'ange » il est vendu dans les boutiques de produits orientaux. Il est le plus souvent utilisé pour réaliser des pâtisseries