Chips de chou frisé pour un apéritif croustillant

Le chou frisé ou chou kale fait parti des aliments riches en vitamines, minéraux, protéines, fibres et autres antioxydants. Encore peu connu il mérite vraiment que l'on s'y intéresse car son goût est un peu sucré et très doux . Vous pouvez le préparer en salade, cuit avec d'autres légumes ou vapeur.

Aujourd'hui je vous le propose juste passé quelques minutes au four accompagné d'une pointe de mayonnaise… C'est croustillant à souhait, facile à faire et c'est un amuse bouche original : vous pouvez même le préparer 2 ou 3 heures à l'avance. J'ai eu l'occasion d'en déguster ainsi au restaurant de Florent Ladeyn (Le Bloempot à Lille) et ce fut un régal (comme tout le repas d'ailleurs!).

Vous trouverez beaucoup plus facilement ce légume dans les épiceries bio…

Chips de chou frisé pour un apéritif croustillant

Ingrédients: comptez une belle feuille par convive

- quelques feuilles de chou kale
- sel et poivre du moulin

Pour la mayonnaise maison que vous pouvez aromatiser au curry, piment d’Espelette, cumin, paprika selon votre envie!

- une cuillère à soupe de moutarde de Dijon
- 1/4 de litre d’huile de pépin de raisin
- une cuillerée à café de vinaigre de Xérès
- 2 jaunes d’œuf
- poivre (poivre long, piment d’Espelette à votre choix) et sel

Préparation

- Préparez la mayonnaise avec les ingrédients cités ci-dessus.

Montez la mayonnaise

- Nettoyez les feuilles et essuyez-les bien.
- Ôtez la tige centrale de la feuille.

Ôtez la tige centrale de la feuille

- A l’aide d’un pinceau badigeonnez les feuilles d’huile d’olive. Disposez les feuilles dans un plat et enfournez à 180° pendant 5 à 8 mn suivant les fours. Déposez les feuilles de chou sur du papier absorbant et salez immédiatement. Puis donner un petit tour de poivre.

A l’aide d’un pinceau badigeonnez les feuilles d’huile d’olive

Disposez 3 ou 4 jolis bouts de feuille dans une petite assiette et ajoutez une pointe de mayonnaise; il ne reste plus qu’à croquer ces jolies feuilles transparentes et si croustillantes…

Chips de chou frisé pour un apéritif croustillant

J’utilise également cette recette pour agrémenter certains

plats comme par exemple ces queues de langoustes basse température accompagné d’un tartare d’avocat, courgette et coriandre. Le côté croustillant est très agréable et contrebalance le moelleux et la douceur du tartare… La recette sera en ligne la semaine prochaine!

Asperges vertes, blanches et fraises de Florent Ladeyn

finaliste Top Chef 2013

Asperges et fraises , une association étonnante! Quelle fraîcheur dans cette entrée si croquante! Florent nous offre là tout ce que l’on aime retrouver dans un plat d’été avec en plus cette note d’originalité qui fait tout le charme de sa cuisine.

Asperges vertes, blanches et fraises

Ingrédients (pour 4 personnes):

- 12 asperges blanches
- 12 asperges vertes
- 200 g de fraises
- huile olive
- sel
- poivre
- mouron des oiseaux . Si vous n’en trouvez pas vous

pouvez le remplacer par des petites feuilles de cerfeuil.

Matériel spécial:

- une centrifugeuse
- un économe à lame oscillante

éplucheur économe à lame oscillante

Préparation:

Pour les asperges vertes:

- Nettoyez les asperges vertes: avec une petit couteau ôtez les ergots le long de la tige des asperges. Ôtez également le bout de chaque asperge sur un centimètre.

Ôtez les ergots des asperges vertes

- Coupez chaque asperge en deux: les têtes d’un côté et les queues de l’autre.

Séparez têtes et queues

- Couper les queues des asperges vertes crues en tranches fines. Réservez les dans un bol d’eau froide avec des glaçons pour qu’elles conservent leur côté croquant.

tranchez finement les queues des asperges vertes

- Cuisez les têtes d’asperges vertes à l’anglaise: versez les dans une casserole d’eau bouillante salée (10 g de sel par litre d’eau). Pour vérifier le stade de cuisson, il suffit de piquer dans une des pointes avec un couteau de cuisine: si on y pénètre facilement, c’est que la cuisson est à point.
- Égouttez les et rafraîchissez les dans de l’eau froide et réservez dans une assiette.

Réservez les têtes d’asperges vertes après cuisson et rafraîchissement à l’eau froide

Pour les asperges blanches:

- Épluchez les asperges blanches avec un économe à lame oscillante: il faut déposer l’asperge bien à plat et de passer l’éplucheur de la pointe vers la racine. De cette manière on ne risque pas de casser les tiges.
- Comme pour les asperges vertes séparez les têtes des queues.

- Cuisez les têtes d’asperges blanches à l’anglaise: versez les dans une casserole d’eau bouillante salée (10 g de sel par litre d’eau). Pour vérifier le stade de cuisson, il suffit de piquer dans une des pointes avec un couteau de cuisine: si on y pénètre facilement, c’est que la cuisson est à point.
- Égouttez les et rafraîchissez les têtes d’asperges

blanches dans de l’eau froide et réservez dans une assiette.

- Passez les queues des asperges blanches à la centrifugeuse.

cuisine

Centrifugez la queue des asperges blanches

- Filtrez le jus obtenu au travers d’une écumoire et réservez le au frais dans une théière.

FRUTAS 10

Passez le jus d’asperge au travers d’une écumoire

- Coupez les fraises en tranches et rangez les sur un plateau de façon à ce que les morceaux ne se touchent pas.

Rangez les tranches de fraises sans les superposer

Dressage:

Nous avons donc:

- les têtes d’asperges vertes cuites
- les têtes d’asperges blanches cuites
- les tranches d’asperges vertes crues
- les tranches de fraises
- le jus des asperges blanches crues
- huile olive
- sel et poivre

Dans un petit bol disposez harmonieusement des tranches de fraises et quelques tranches d’asperges vertes crues.

Commencez le dressage par les fraises et un peu de tranches d’asperges crues

Puis continuez avec les têtes d’asperges vertes et blanches (essayez de donner de la hauteur et du volume en positionnant les têtes d’asperges droites).

Au tour des têtes d’asperge

Rajoutez encore quelques tranches d’asperges vertes et le mouron des oiseaux (ou à défaut les feuilles de cerfeuil). Versez un filet d’huile d’olive, salez et poivrez.

Huile d’olive, sel et poivre

Terminez en versant l’infusion fraîche d’asperges vertes devant les convives…

Terminez en versant l’infusion des têtes d’asperges blanches

Le saviez-vous?

Originaire des pays tempérés de l’Eurasie, l’asperge est un légume qui se consomme à l’heure actuelle dans le monde entier.

Connue des Romains, elle est cultivée comme plante potagère depuis le 15e siècle en France. Cette plane était très appréciée par Louis XIV. Elle fut donc considérée comme raffinée au XIXème siècle car consommée uniquement par les plus aisés.

De nos jours elle est toujours très appréciée et si son prix reste élevé cela est dû au fait que les asperges sont récoltées une par une à la main!

Il existe plusieurs espèces mais les plus connues sont les asperges vertes et les asperges blanches qui sont cultivées à l’abri de la lumière. On trouve également des asperges sauvages au gout très parfumé.

Rhubarbe, brioche et confiture de lait de Florent Ladeyn finaliste Top chef 2013

La rhubarbe est une plante bien connue et utilisée en cuisine dans le Nord de la France mais malheureusement assez oubliée dans d’autres régions et c’est bien dommage car son petit gout acide équilibre à merveille beaucoup de desserts. Essayez la vous l’adopterez!

Associée dans cette recette avec une crème à la confiture de lait c’est un délice.

Rhubarbe, brioche et confiture de lait

Ingrédients (pour 4 personnes):

- 500 gr de rhubarbe
- 200 gr de sucre
- une brioche (achetée chez votre pâtissier)
- 120 gr de confiture de lait
- 300 gr de crème liquide entière

La confiture de lait est vendue en épicerie fine mais vous pouvez la faire chez vous extrêmement facilement: il vous suffit d’une boite de lait concentré (Nestlé pour ne pas le nommer) et d’une casserole d’eau!

Préparation:

La veille

Pour la confiture de lait:

- Plongez votre boite de lait concentré (ne l’ouvrez pas) dans une grande casserole d’eau et laissez cuire 2 h à feu doux. Il faut qu’elle soit recouverte par l’eau.

Bien recouvrir la conserve de lait concentré par de l’eau et cuire 1h

- Égouttez la, laissez la refroidir à température ambiante et c’est prêt! Il est difficile de faire plus simple: le lait concentré se sera caramélisé tout seul de manière uniforme à l’intérieur de la conserve. Vous n’avez plus qu’à la déguster ou à la ranger pour une utilisation ultérieure; cela se conserve aussi bien que du lait concentré non cuit tant que la conserve n’est pas ouverte.
- Je vous conseille d’en faire plusieurs à la fois et de les marquer pour ne pas les confondre avec des conserves de lait concentré non cuites.

Votre confiture de lait est prête! Elle a une belle couleur dorée.

Le jour même

- Épluchez les tiges de rhubarbe et réservez en deux de côté.

Épluchez la rhubarbe

- Coupez les deux tiges réservées en tronçons de 8 cm de long et taillez les à la mandoline dans le sens de la longueur pour en faire de fines lamelles que vous allez mettre à tremper 1 bonne heure dans un bol d'eau froide avec des glaçons pour leur donner du croquant. Elles vont » friser » c'est à dire s'enrouler sur elles-même.

- Coupez les tiges restantes en petits tronçons d'un centimètre. Versez les dans une casserole avec le sucre. Ne rajoutez pas d'eau: la rhubarbe en rendra suffisamment pendant la cuisson. Mélangez bien l'ensemble et faire compoter à feu doux 30 à 40 mn. Réservez au frais.

Induction

Bien mélanger rhubarbe et sucre

- S’il vous reste de trop de cette compote, elle remplace très agréablement une confiture au petit déjeuner…
- Découpez la brioche en tranche et à l’aide d’un vide pomme taillez des petits tubes à l’intérieur.

Taillez des petits tubes

Découpe terminée de la brioche

- Disposez le chutes de brioches sur une plaque recouverte de papier cuisson et passez au four à 120° pour les dorer et les sécher. A la sortie du four écrasez les de manière à faire un crumble.

Cuisine attitude

Écrasez les parures des brioches sorties du four

- Dans un bol versez la confiture de lait ainsi qu’un peu de crème liquide et bien mélangez pour détendre un peu la confiture de lait.

Détendez la confiture de lait avec une peu de crème liquide

- Fouettez la crème restante à la main ou au robot pour la monter en chantilly ; y ajouter la confiture de lait détendue et fouettez de nouveau.

- Versez ce mélange dans une poche à douille et réservez au frais.

Dressage:

- Dans chaque assiette dressez une belle cuillerée de compote de rhubarbe et avec la poche à douille dressez

un dôme de crème à la confiture de lait au dessus.

Dressez la confiture de lait au dessus de la compote de rhubarbe

- Saupoudrez de crumble de brioche

Saupoudrez de crumble de brioche

- Ajoutez harmonieusement quelques petits tubes de brioche et les lamelles » frisées » de rhubarbe crue.

Disposez harmonieusement petits morceaux de brioche et lamelles de rhubarbe crues

Merci encore à Florent pour sa gentillesse, son écoute, sa bonne humeur et son humour!

Onglet au beurre d’anchois et pommes de terre nouvelles de Florent Ladeyn finaliste Top Chef 2013

Quand les anchois du sud rencontrent les pommes de terre de nord pour parfumer un onglet…cela crée une recette succulente que nous devons à notre talentueux Florent Ladeyn, finaliste Top chef 2013!

onglet beurre d’anchois et pommes de terre nouvelles

Ingrédients (4 personnes):

800g d’**onglet**

800g de pommes de terre nouvelles

150 gr de beurre doux (non salé:les anchois sont déjà bien salés!)

100 gr d’amandes hachées sans leur peau

120 gr d’anchois marinés au sel (type **anchois de Collioure**)

30 gr de ciboulette

Préparation:

Pour les pommes de terre:

- Brosser les pommes de terre et garder leur peau.
- Faites les cuire dans de l’eau salée (10 gr au litre);

leur cuisson se démarre à l’eau froide.

- Test de cuisson: piquez les avec la pointe d’un petit couteau: celle-ci doit pénétrer facilement.
- Égouttez les et épluchez les à chaud à l’aide d’un petit couteau.

Épluchez les pommes de terre encore chaudes

Pour le condiment au anchois

- Égouttez les anchois
- Gratter les pour enlever les écailles restantes et levez les filets.

Grattez et levez les filets d’anchois

- Coupez les en petits tronçons.

Coupez les anchois en petits tronçons

- Dans une petite casserole faire fondre le beurre, versez les amandes et cuire doucement 20 mn (attention au beurre qui ne supporte pas la trop grande chaleur).
- Ciselez la ciboulette finement.

Ciselez finement la ciboulette

- Versez les amandes, la ciboulette dans le bol contenant les anchois et bien mélanger. Réservez.

Bien mélanger amandes, anchois et ciboulette

Pour l’onglet

- Faire revenir l’onglet dans une poêle avec un filet d’huile et une noix de beurre. Assaisonnez.
- Débarrassez la viande dans un plat et la laisser reposer au four à 120° pendant 10 mn.
- Pendant ce temps faites revenir les pommes de terre dans la poêle de cuisson de la viande avec une noix de beurre pour les dorer.
- Ne pas oublier de saler et de poivrer.
- Sortez la viande du four et la couper en morceaux.

Coupez l’onglet en morceaux

Dressage:

- Dressez quelques tranches d’onglet dans l’assiette de présentation ainsi que les pommes de terres nouvelles coupées en deux.

Dressez onglet et pommes de terre nouvelles

Versez une belle cuillère du condiments au anchois et c’est prêt.

Surmontez le tout avec le condiment au anchois

Crème chocolat, framboise et

cerfeuil de Florent Ladeyn

J’aime particulièrement la cuisine de Florent car elle est à la fois simple mais inventive, terrienne mais sophistiquée à la fois. Ses dressages sont des œuvres d’art qui subliment les produits. En voici encore un exemple avec ce dessert!

Crème chocolat, framboise et cerfeuil de Florent Ladeyn

Ingrédients:

- 50 cl de lait
- 50 gr de sucre
- 4 jaunes d’œuf
- une gousse de vanille
- 200 gr de chocolat noir à 64% coupé en petit morceaux (détail important pour que cela fonde mieux) ou en petites pastilles
- 1 barquette de framboises

- cerfeuil (décoration)

Matériel particulier:

- une poche à douille (douille de 10 unie)

Préparation:

Préparez votre crème anglaise:

- Coupez la gousse de vanille en deux et avec la pointe du couteau grattez pour récupérer la pulpe.

gratter la gousse de vanille

- Faire chauffer le lait avec les grains de vanille: il doit être tiède.
- Fouettez les jaunes avec le sucre et versez le lait tiédi. Mélangez bien.

- Versez ce mélange dans une casserole. A feu doux mélangez avec une cuillère pendant toute la durée de la cuisson: la crème est prête lorsque , en faisant un trait avec votre doigt sur la cuillère recouverte de crème, votre doigt laisse une belle trace qui ne coule pas.
- Si par malheur votre crème a coagulé (de petit morceaux se forment et la crème perd de son onctuosité) pas de panique! Versez la dans un blender et mixez à vitesse rapide: votre crème redevient onctueuse et vous l'avez sauvée!
- Versez votre crème anglaise encore chaude sur votre chocolat et bien mélanger.
- Mettre dans une poche à douille ou dans un bol et réservez au frais toute une nuit.

Dressage:

- A l'aide de la poche à douille déposez des petits points de crème sur l'assiette de présentation.
- Si n'avez pas de poche à douille dressez deux quenelles par assiettes.
- Décorez chaque petites boules d'une feuille de cerfeuil.
- Terminez avec les framboises.

3 phases du dressage

le dressage précis de Florent

Quand je vous dis que la recette ést simple et la présentation superbe!

Astuces:

Je vous conseille d’utiliser le chocolat de la marque Valrhona. C’est pour moi le meilleur et il est utilisé par beaucoup de chef étoilés…Vous pouvez le trouver à Paris chez G. Detout et en Belgique chez Rob ou Food Stock.

Pressé de poulet et oignons en pickles à la bière brune de Florent Ladeyn

Une nouvelle recette de Florent facile à réaliser. La peau croustillante, le pickles d’oignons aromatisé par la bière brune (petit clin d’œil à la région du Nord , chère à Florent) font de cette recette un vrai plaisir de goûts simples mais savoureux. Tout ce que j’apprécie en cuisine!

Pressé de poulet et oignons en pickles à la bière brune

Ingrédients (pour 4 personnes):

- 4 cuisses de poulet fermier (avec la peau!)
- 500 gr d’oignons grelots

- 65 cl de bière brune
- 15 cl de vinaigre de riz
- 4 c à s de miel
- fleurs de pensée (décoration)
- petites pousses de moutarde (décoration)
- sel, poivre
- un peu d’huile pour la cuisson

Matériel particulier:

- Une grande casserole remplie d’eau
- une feuille de papier cuisson

Préparation:

- Désossez les cuisses de poulet : commencez par les inciser côté intérieur, du haut vers le bas et dégagez l’os sans abîmer la chair. Vous pouvez également demander à votre boucher de les désosser!

Désossez les cuisses de poulet

- Assaisonnez les cuisses désossées (sel , poivre) et réservez.

Assaisonnez et réservez les cuisses

- Une petite astuce pour éplucher facilement les oignons grelots: versez les dans une grande casserole d’eau. Portez à ébullition quelques minutes et égouttez. Vous pouvez maintenant enlever leur peau facilement.

Blanchir les oignons grelots pour les éplucher facilement

épluchez les oignons

- Dans une casserole verser la bière brune, le vinaigre de riz , le miel. Laisser cuire et réduire le liquide de moitié. Versez alors les oignons et cuire jusqu’à caramélisation légère. Surveillez bien cette phase de cuisson pour que cela ne brûle pas! Réservez au chaud (four 80°) en attendant la cuisson du poulet.

versez la bière dans une casserole

- Préparez une casserole d’un diamètre légèrement plus petit que votre poêle et la remplir d’eau: elle va vous servir à presser le poulet pendant la cuisson.
- Faire chauffer un peu d’huile dans une poêle. Mettez les cuisses de poulet bien à plat côté peau dans la poêle. Déposez une feuille de papier cuisson sur le poulet et posez la casserole remplie d’eau sur la feuille. De cette façon toute la peau du poulet est bien en contact avec la poêle: le poulet ne se rétractera pas trop et la peau sera très croustillante.

Déposez le poulet côté peau dans la poêle chaude

Déposez la casserole d’eau sur la feuille de cuisson protégeant le poulet

- De temps en temps enlevez la casserole pour regarder la coloration de la peau. Reposez la casserole remplie d’eau sur le poulet à chaque fois. Lorsque la peau est bien grillée retournez le poulet côté chair et terminez la cuisson (une minute suffit).

le poulet bien croustillant

Dressage:

- Coupez chaque cuisses en deux.

couper le poulet en deux

- Déposez un morceau de poulet dans l’assiette de présentation et recouvrir d’une belle cuillerée d’oignons.

recouvrir le poulet d’une cuillerée d’oignons

- Recouvrir d’un deuxième morceau de poulet et décorez avec les fleurs de pensée et les pousses de salade.

finitions…

Et maintenant régalez-vous!

Le saviez-vous?

En Grande-Bretagne et dans le monde indien, les pickles sont des conserves au vinaigre servant de condiment. Une grande variété de fruits et légumes peuvent être ainsi conservés. Leur origine se perd dans la nuit des temps mais il semble qu'ils existaient déjà en Mésopotamie il y a 2400 ans.

Napoléon pensait que les aliments saumurés (type pickles) était un atout de santé pour ses armées, à tel point qu'il offrit l'équivalent de 250,000 $ à qui pourrait développer une façon de les préserver sans risque.C'est ainsi que sont nées les conserves: l'homme qui gagna le prix en 1809 était un confiseur nommé Nicolas Appert.

La mise en conserve, ou appertisation (du nom de son inventeur Nicolas Appert), est une méthode de préservation des aliments

qui consiste à les mettre dans des récipients rendus étanches à l’air puis chauffés pour détruire les micro-organismes pathogènes.

La découverte d’Appert fut une des contributions culinaires les plus influentes dans l’histoire.

Ceviche de dorade, légumes croquants de Florent Ladeyn

Et voici la première recette de Florent Ladeyn , une entrée colorée très fraîche, acidulée, croquante et facile à réaliser!

Ceviche de daurade, légumes croquants

Ingrédients (pour 4 personnes)**:**

- 4 filets de daurade
- 1/2 orange
- 1 citron vert
- 1/2 pamplemousse
- 1 citron jaune
- 1 c à c de jus de **yuzu** (facultatif)
- 1 mini fenouil
- 1 bottes de carottes fanes
- 1 botte de radis
- 1 concombre
- petites feuilles fines de fenouil (petites fanes qui se trouvent sur le haut du bulbe de fenouil)
- fleur de sel
- poivre
- huile d’olive de qualité

Matériel particulier:

- une pince pour désarrêter ou à défaut une pince à épiler

Préparation:

- Désarrêtez les dorades et enlevez la peau. Vous pouvez aussi demander à votre poissonnier de le faire.

désarrêter les filets de daurade

ôter la peau des daurades

- Taillez alors les filets de daurade en petits tronçons et placez les dans un plat.
- Préparer la marinade: presser la demi orange, le citron jaune, le citron vert, le demi pamplemousse et y ajouter le jus de **yuzu**. Verser ce mélange sur les morceaux de daurade. Mettre au frais et laisser mariner une bonne demi heure.

attitude

Verser la marinade sur le poisson

- Maintenant passons à la garniture de légumes: chacun d’entre eux (radis, concombre, mini fenouil et carottes) sera taillé finement à la mandoline et mis dans un bol contenant de l’eau froide et des glaçons. Cela leur permettra de garder un excellent côté croquant !

Tailler les légumes à la mandoline finement

Réservez les légumes dans l’eau glacée

Dressage:

- Sortez la daurade du frigo et égouttez les morceaux sur du papier absorbant. Faites de même avec les légumes.

Egoutter les morceaux de daurades

- Dresser à l’assiette en commençant par la daurade puis disposez harmonieusement le carpaccio de légumes, les fanes du fenouil. Rajoutez un trait d’huile d’olive, de la fleur de sel et du poivre. Voici le dressage minutieux de Florent pas à pas :

on commence par la daurade

ensuite les radis

les rondelles de concombre

les carottes

les fanes de fenouil

on assaisonne: fleur de sel, poivre

quelques gouttes d’huile d’olive et c’est prêt

Le saviez-vous ?

- Le ceviche est le nom d’un plat que l’on retrouve sur toute la côte pacifique de l’Amérique latine. Ce plat est en général consommé en hors-d’œuvre ou à l’apéritif. C’est un poisson cru mariné du jus de citron qui rappelle le poisson cru tahitien mariné également dans du citron et du lait de coco. C’est l’acidité des agrumes qui va « cuire » à froid le poisson.
- Si vous avez du mal à trouver du **yuzu** et de manière générale des produits japonais vous pouvez acheter en ligne sur : www.kioko.fr

---

Stage de cuisine avec Florent Ladeyn, finaliste Top Chef 2013

Florent et les chefs de Cuisine Attitude

De retour à l’atelier « Cuisine Attitude » nous avons eu la joie de partager une soirée avec le talentueux et chaleureux Florent Ladeyn, finaliste de Top chef 2013. Nous avons ainsi pu enfin goûter à sa savoureuse cuisine, toujours aussi inventive et magnifiquement présentée. Beaucoup de bonne humeur, de facéties et de sourires pour ce stage ainsi que des recettes à l’image du chef où terroir et image champêtre étaient à l’honneur.

Vous retrouverez très bientôt les 6 recettes de Florent en ligne:

Asperges vertes , blanches et fraises
Ceviche de daurade, légumes croquants: cliquer ici pour la recette
Pressé de poulet, oignons en pickles à la bière brune: cliquer ici pour la recette
Onglet au beurre d’anchois et pommes de terre nouvelles: cliquer ici pour la recette

Rhubarbe, brioche et confiture de lait: cliquer ici pour la recette

Chocolat, framboise et cerfeuil: cliquer ici pour la recette

Florent Ladeyn

Atelier de cuisine « Cuisine Attitude » by Cyril Lignac

10 Cité Dupetit-Thouars

75003 Paris

0033 (0)1 49 96 00 50