

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.



Maatjes ou Harengs nouveaux
aux 3 oignons et framboises

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



Ingédients

Préparation:

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



Épluchez l'oignon très finement

- Zestez le citron vert.



Zestez le citron vert

- Pressez le citron vert.



Pressez le citron

- 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.



Préparez la marinade

- 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.



Mixez une quinzaine de

framboise

- Filtrez la préparation pour en ôter les petits grains qui seront désagréables à la dégustation. Réservez.



Filtrez la
préparation

- Épluchez l'oignon rouge et coupez le en tranches très fines. Réservez.



Épluchez l'oignon rouge et
coupez le en tranches très
fines

- Coupez les oignons jeunes (cébettes) en rondelles

fines.



Coupez les cébettes

- Coupez trois framboises en quartier. Conservez-en trois entières. Réservez.



Coupez trois framboise en quartier

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.

Saumon en deux façons, carpaccio de betteraves, arôme framboise

Voici une nouvelle recette sous vide basse température que vous allez pouvoir réaliser sans matériel spécial en suivant mes petites astuces.

Cette recette de Saumon en deux façons est sans difficultés techniques particulières mais elle demande un peu de rigueur dans les découpes (qui ne sont pas très nombreuses) de manière à bluffer vos convives avec une oeuvre d'art aux saveurs originales.



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.



Saumon en deux façons, carpaccio de betterave, arôme framboise

Difficulté: moyenne

Ingrédients pour le Saumon en deux façons (4 personnes):

1/ Pour la mayonnaise:

- deux jaune d'œuf
- une cuillerée à soupe de vinaigre de framboise
- quelques gouttes de coulis de framboise
- une belle cuillerée à café de moutarde
- 15 cl huile d'arachide
- sel, poivre



Ingrédients pour la mayonnaise

2/Pour le restant de la recette:

- une grosse betteraves rouge
- deux petites betteraves rouges
- trois petites betteraves blanches
- du coulis de framboise (10 cl) : vous en trouverez du déjà prêt au rayon frais de votre super marché
- un peu d'huile d'olive: pour lustrer légèrement les betteraves lors du dressage
- 3 framboises fraîches par assiette
- deux pavés de saumon
- 2 belles tranches de saumon fumé
- sel, poivre



Ingrédients de la recette

Matériel :

- une petite poche à douille ou un Decopen (marque Lékué)
- une pipette (vous en trouverez facilement en pharmacie)
- un batteur électrique



Decopen (marque Lékué) et pipette

- Pour la cuisson sous vide basse température, si vous n'avez pas de machine à mettre sous vide ni de thermo plongeur ou autre machine, il faut utiliser des sachets conservation que l'on peut fermer hermétiquement (attention à acheter ceux qui se joignent en appuyant avec les doigts sur les deux côtés du sac et pas ceux que l'on zippe avec une sorte de petite fermeture éclair: ces derniers ne sont pas étanches.

Voici une photo qui vous permettra de faire la différence entre les deux types de sachets: cliquer sur la photo pour l'agrandir.



choix du bon sachet

Le sachet bleu a une sorte de petite fermeture éclair: c'est le sachet à ne pas utiliser!

Le jaune se ferme par une simple pression sur les deux rainures: c'est le bon sachet!

Si vous optez pour le matériel spécifique de cuisson 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.



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 Cuisueur Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

- Et pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche d'excellente qualité je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant [ici](#) et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo **"Gourmantissimes50"**



Préparation:

1/La mayonnaise:

- Versez les jaunes d'œufs , le vinaigre de framboise, la moutarde et quelques gouttes de coulis de framboise dans un bol.



Versez les jaunes d'oeufs ,
le vinaigre de framboise et
quelques gouttes de coulis
dans un bol.

- Monter la mayonnaise: fouettez en ajoutant progressivement un petit filet d'huile puis dès que la mayonnaise prend vous pouvez incorporer plus d'huile. Rectifiez l'assaisonnement.



La mayonnaise est prête

- Versez la mayonnaise dans une petite poche à douille ou un un « Decopen », très pratique pour faire de jolies finitions sur vos plats. Réservez au frais.



2/ le coulis de framboise:

- Versez 10 cl de coulis de framboise dans une casserole et faire réduire de moitié; réservez au frais.



Réduire le coulis de
framboise de moitié

3/ Cuisson des betteraves et du saumon:

J'utilise la cuisson sous vide basse température pour cette recette. Mais pas de panique : si vous n'avez pas le matériel adéquate voici la méthode à suivre et vous obtiendrez un résultat extrêmement satisfaisant.

A- Pour le saumon

- Vous avez le matériel: mettez sous vide les pavés de saumon et cuire basse température à 45° pendant 25 mn.
- Vous n'avez pas de matériel spécialisé:

Préchauffez votre four à 50°.

Insérez les pavés de saumon dans le sachet et suivez la méthode suivante pour chasser le maximum d'air. Voici la technique en vidéo pour mettre vos sachets de conservation sans matériel spécial!

L'eau chasse l'air vers le haut selon le principe d'Archimède...c'est donc facile de faire le vide (presque aussi bien qu'avec une machine spéciale...).

Plongez alors votre sachet dans un récipient rempli d'eau (récipient qui peut passer au four) et veillez à ce que le ou les sachets soient complètement immergés . Enfournez à 50° et cuire 25 mn.

Un fois cuit, laissez le saumon dans son sachet (la chair est très fragile) et mettre au frais pour complet refroidissement.



Saumon sous vide

B- Pour les betteraves:

- Épluchez les betteraves. Commencez par les blanches puis occupez vous des rouges: cela vous évitera de colorer en rouge les betteraves blanches, le colorant de la betterave rouge étant assez fort!



Épluchez les betteraves

- Comme pour le saumon insérez les betteraves dans un sachet zippé ou un sachet spécial sous vide. Faire le vide avec la même méthode que pour le saumon.
- Attention : si vous utilisez deux types de betteraves (blanches et rouges) faites deux sachets différents: ne mettez donc pas sous vide les betteraves rouges et blanches dans un même sachet car les rouges vont déteindre sur les blanches...
- Cuire sous vide basse température selon la même méthode que le saumon: au four au bain marie ou avec un matériel spécial basse température type Anova ou Sousvidesupreme. Cuire une heure 30 à 85°. Laissez refroidir (contrairement au saumon vous pouvez déjà sortir les betteraves du sachet) et réservez au frais.



Betteraves sous vide

Dressage :

- Coupez finement les betteraves en tranches (en utilisant un couteau très bien aiguisé ou une mandoline). Même conseil que précédemment: commencez par les blanches puis occupez vous des rouges: cela vous évitera de colorer en rouge les betteraves blanches, le colorant de la betterave rouge étant assez fort!



Coupez finement les betteraves en tranches.

- Sortez le saumon du sachet avec précaution: sa chair est fragile. Coupez le saumon en petits cubes à l'aide d'un couteau bien coupant et surtout pas un couteau à dents. Si par malheur vous n'êtes pas assez délicat dans la découpe et que votre saumon se délite, pas de panique: utilisez alors un petit cercle lors du dressage dans l'assiette dans lequel vous déposerez vos morceaux de saumon, comme une présentation de tartare...



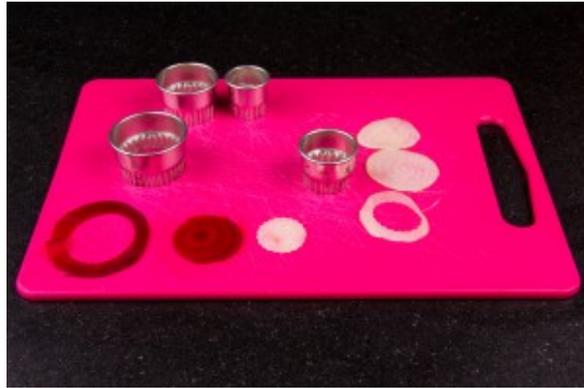
Détaillez le saumon en petits cubes

- Découpez le saumon fumé en lanières et enroulez les lanières sur elles même de manière à former des petits cylindres.



Découpez le saumon fumé en lanières et enroulez les lanières sur elles même de manière à former des petits cylindres.

- Pour faire un dressage plus régulier, coupez les tranches de betteraves à l'aide d'emportes pièces ronds si possible de différents diamètres.



Coupez les tranches de betteraves à l'aide d'emportes pièces.

Maintenant que tous les éléments sont prêts, passons au dressage de l'assiette.

- Déposez les tranches de betteraves dans l'assiette.



Déposez les tranches de betteraves dans l'assiette.

- Puis posez les dés de saumon et les cylindres de saumon fumé. Si vous utilisez la méthode » dressage style tartare » déposez votre cercle sur l'assiette et émiettez le saumon dedans. Ôtez les cercle et poursuivez le dressage.



Puis posez les dés de saumon
et les cylindres de saumon
fumé

- Posez alors des petits points de mayonnaise sur l'assiette et remplissez les cylindres de saumon fumé avec la mayonnaise.



Posez des petits points de
mayonnaise.

- Terminez avec des petits points de coulis de framboise réduit. Utilisez une pipette ou le bout d'une petite brochette pour déposer les gouttes.



Utilisez une pipette

- Pour compléter vous pouvez ajouter des feuilles de shiso , des framboises fraîches, ou même des fleurs comestibles...laissez courir votre imagination pour dresser un joli tableau gourmand.



Terminez avec des petits points de coulis de framboise réduit.

Votre oeuvre d'art culinaire est prête.

Ma confiture inattendue

Comme beaucoup d'entre nous j'ai de mauvais souvenirs de cantine en ce qui concerne la betterave. Cependant bien cuisinée c'est une racine qui peut se travailler de bien des manières et qui réserve de très bonne surprises.

Je me suis donc demandé pourquoi ne pas la cuisiner sucrée. C'est comme cela que cette confiture insolite a vu le jour. Et je dois dire que j'ai eu le privilège de la faire goûter à Christophe Michalak qui a trouvé le mélange étonnamment savoureux et très bien équilibré! Donc n'hésitez plus et essayez la!

Petit jeu amusant: faites la goûter à vos amis sans leur dévoiler les éléments de cette confiture. Demandez leur de retrouver les ingrédients qui la compose: vous serez très étonnés des réponses qui vous seront données...



Confiture inattendue

Ingrédients:

- 400 g de betteraves cuites
- 100 g de framboises
- 6 grosses fraises

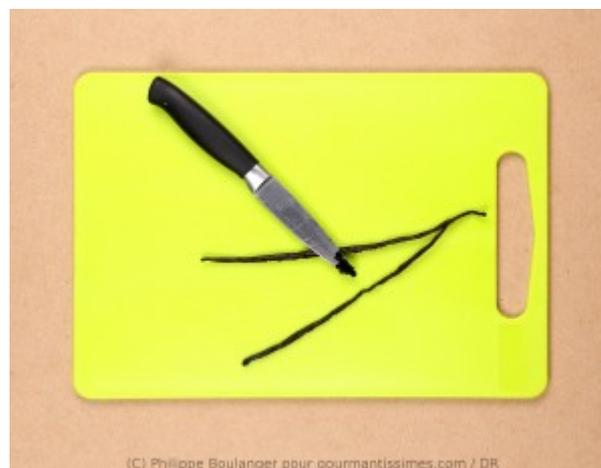
- un jus d'orange et le zeste de cette même orange (attention: ils ne figurent pas sur la photo des ingrédients... petit oubli!)
- une gousse de vanille
- Sucre gélifiant : vous devez peser tous les éléments ci dessus; le poids de sucre sera égal à la moitié de ces éléments. Exemple: pour un kilo de fruits il faut 500 gr de sucre.
- Pectine: un sachet à doser en fonction du poids des fruits (voir les recommandations sur votre paquet: en général un sachet pour 1 kg de fruits).



Ingrédients

Préparation:

- Commencez par fendre la gousse de vanille en deux et grattez les grains avec un petit couteau. Réservez à la fois les grains et la gousse.



- Lavez et équeutez les fraises. Réservez.



- Zestez l'orange. Vous devez la zester avant de la couper en deux pour en extraire le jus: si vous faites l'inverse vous aurez du mal à la zester.



Zestez l'orange

- Coupez l'orange en deux et pressez la pour en extraire le jus.
- Coupez les betteraves en petits morceaux. Attention les betteraves contiennent un colorant puissant : donc un tablier et des gants sont recommandés!



Découpez les betteraves

- Dans une casserole versez les betteraves, les framboises, les fraises, le sucre et la pectine.



Fraises, framboise,
betteraves et sucre

- Rajoutez le zeste de l'orange.



Ajoutez le zeste de l'orange

- Puis les grains et la gousse de vanille.



Puis les grains de vanille
et la gousse

- Et enfin le jus d'orange.



Et pour finir le jus de
l'orange

- Cuire à feu moyen 30 mn. Puis en fin de cuisson, portez à ébullition 2 à 3 minutes. Je préfère les confitures sans morceaux donc je mixe cette préparation après cuisson et je la filtre pour ôter les petits grains des fraises.



Fin de cuisson

- Versez dans les bocaux de conserves que vous aurez ébouillantés auparavant et réservez. Votre confiture est prête.



Remplir les pots de confitures

Petits plus et conseils pour la réussite de vos confitures:

1 /La pectine

La pectine...c'est une substance soluble et gélatineuse plus ou moins abondante dans les pépins, la peau et la chair de la plupart des fruits. Chauffée avec du sucre elle se gélifie d'autant mieux que l'acidité du fruit est importante.

Les fruits riches en pectine sont souvent très acides. Ils donnent donc une confiture qui prend facilement et ne nécessite pas d'additif.

En revanche si on utilise des fruits peu acides, il devient nécessaire de compenser en rajoutant soit du jus de citron, de la pectine, du sucre gélifiant ou encore des fruits riches en pectine (préférez alors les pommes et les coings qui n'ont pas un goût particulièrement prononcé et ne dénatureront pas la saveur que vous désiriez au départ).

Voici une petite liste sur la teneur en pectine des fruits qui pourra vous aider si vous désirez faire vos confitures et vos propres innovations de mélange de fruit:

Fruits à faible teneur en pectine:

ananas, sureau, brugnon, cerise, châtaigne, figue, fraise, fruit de la passion, kiwi, mangue, melon, pêche, poire, potiron, rhubarbe et tomate.

Fruits à teneur moyenne en pectine:

abricot, framboise, mandarine, mûre, myrtille, nêfle, raisin, reine-claude, framboise.

Fruits à teneur élevée en pectine:

airelle, cassis, citron, citron vert, coing, groseille, groseille à maquereau, orange, pamplemousse, pomme, prune.

N'oubliez pas que les fruits encore verts sont plus acides et donc plus riches en pectine que ceux ayant atteint leur complète maturité ou qui sont très murs.

2/ Le sucre

Pour une longue conservation on doit ajouter 375 gr de sucre pour environ 500 gr de fruit. Comme mes confitures sont consommées très rapidement je préfère mettre moins de sucre (400 gr à 500 gr pour 1 kilo), c'est tout aussi bon et bien moins calorique.

Si vous désirez utiliser des fruits surgelés utilisez systématiquement du sucre gélifié et de la pectine: en effet les fruits perdent de leur pectine lors de la congélation.

N'oubliez pas de bien ébouillanter vos bocaux avant utilisation: arrosez les abondamment d'eau bouillante et laissez égoutter sur un torchon propre avant de les remplir.

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.



(C) Philippe Boulanger pour gourmantissimes.com / DR

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 est 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.