Oeuf surprise et cacahuètes

Voici aujourd’hui une recette basse température très originale à servir à l’apéritif ou en amuse bouche…Le jaune, cuit dans sa coquille au bain marie, est servi avec un espuma aux cacahuètes… Une association hyper gourmande qui fait mouche et dont vous allez me donner des nouvelles!

Oeuf surprise et cacahuètes

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

Ingrédients pour 10 œufs

- 10 œufs extra frais

Pour l'espuma:

- 200 g de beurre
- 75 g de blancs d'œuf
- 50 g de bouillon de légume: un oignon, deux carottes, un poireau, deux branches de céleri, un bouquet garni et quelques grains de poivre
- 2 cuillerées à café de pâte ou beurre de cacahuètes non sucrée
- sel et poivre
- des cacahuètes salées pour apéritif

Matériel

Pour plus de renseignements sur la cuisine sous vide basse température cliquez ici.

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez en trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

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

- Absolument indispensable pour cette recette: un toque œuf. Cet outil particulier va vous permettre d’ôter parfaitement et de manière très nette le chapeau des œufs crus ou à la coque: il sera en effet coupé net.

patisse 4183 – Toqueur à œuf Tac oeuf – découpe franche et nette de la coquille oeuf - inox - hauteur 15cm Ø 3.5cm

- un siphon. Je vous recommande grandement la marque ISI. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.

Préparation

- Commencez par le bouillon de légumes: nettoyez tous les légumes, coupez-les en morceaux et versez-les avec le bouquet garni et les grains de poivre dans une grande casserole. Recouvrez d’eau à hauteur et laissez cuire à couvert pendant une heure à feu doux.

Commencez par le bouillon de légumes

- Filtrez votre bouillon de légumes et réservez. Vous aurez besoin que de 50 g de ce bouillon pour cette recette. Vous pouvez congeler le reste pour une utilisation ultérieure.

Filtrez votre bouillon de légumes

- Concassez quelques cacahuètes salées; pour cela disposez

lez dans un sachet et écrasez-les avec un rouleau à pâtisserie. Réservez.

Concassez les cacahuètes

- Toquez les œufs; posez votre œuf dans un coquetier ou dans la main, la pointe vers le haut . Appliquez le toque œuf sur la pointe, soulevez le poids et laissez le retombez d'un coup sec. Au besoin renouvelez l'opération. Puis à l'aide de la pointe d'un petit couteau, ôtez le chapeau qui s'enlève facilement. Videz vos œufs et séparez les bancs des jaunes. Pour plus de compréhension voir la vidéo en fin d'article…

Videz vos œufs et séparez les bancs des jaunes

- Nettoyez les coquilles à l'eau puis disposez dans chacune un jaune d'œuf. Posez les coquilles dans votre bain marie chauffé à l'aide de votre thermoplongeur:

elles doivent flotter. Cuisez-les pendant 8 minutes à 62 °.

Cuisez les jaunes dans leur coquille pendant 8 minutes à 62 °

- Préparez le beurre noisette: faites fondre le beurre à feu doux. Votre beurre va commencer par mousser et faire un petit bruit: on dit qu’il « chante ». Il va alors prendre une jolie couleur dorée plus foncée et dégager une bonne odeur de noisette. Attention surveillez-le bien pour qu’il ne brûle pas!

Faire fondre le beurre de manière à obtenir un beurre noisette

- Filtrez votre beurre pour en ôter les petites impuretés qui ont pu se former.

Filtrez votre beurre

- Laissez le beurre retomber en température et mixez-le avec les 75 g de blanc d'œuf, le bouillon et le beurre de cacahuètes. Rectifiez l'assaisonnement et remixez un peu. Filtrez la préparation au travers d'un tamis puis versez-la dans votre siphon. Ajoutez deux cartouches de gaz (pour des siphons de 1/2 l a 1 l). Vous pouvez utilisez cette préparation immédiatement ou la préparer un peu à l'avance et la garder au chaud au bain marie a 50° maximum en attendant de servir. Pour plus de précisions sur l'utilisation des siphons cliquez ici.

Mixez finement

- Pochez votre espuma dans vos coquilles, saupoudrez avec un peu de cacahuètes salées et concassées et servez immédiatement. Vous pouvez les disposer sur des coquetiers ou les servir sur un lit de gros sel pour les stabiliser…

Oeuf surprise et cacahuètes

Comment toquer un oeuf…

Oeuf parfait basse température aux asperges

La pleine saison des asperges a commencé! On en profite dés maintenant et on les marie amoureusement avec des Oeufs parfaits basse température. Si vous n’avez pas le matériel pour cuire basse température, cette recette est également réalisable plus classiquement avec des œufs pochés!

Dans cette recette vous allez travailler l’entièreté des asperges (pointes, tiges et même les épluchures) et cuisiner chaque partie de manière différente: rien ne se perd! Les pointes seront cuites vapeur, les tiges sautées et rôties à la poêle, et nous allons réaliser une délicieuse crème bien onctueuse avec les épluchures.

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.

Si vous aimez les œufs basse température voici quelques propositions qui pourront aussi vous régaler. Cliquer sur le lien pour accéder à la recette qui vous intéresse:

Oeuf à la niçoise basse température

Oeuf parfait basse température, crème de parmesan et cépes

Oeuf parfait basse température crème de chou fleur et tarama

Oeuf crémeux basse température, confit d’oignon, crème d’ail , espuma au chorizo

Oeuf parfait aux asperges

Ingrédients pour l’Oeuf parfait aux asperges (4 personnes)

- 4 œufs bien frais

Pour les asperges

- 8 asperges vertes
- 8 asperges blanches
- 2 échalotes
- 25 cl de crème fraîche liquide entière
- 10 cl de lait entier
- sel, poivre
- huile d’olive

Pour les tuiles de parmesan

- du parmesan râpé

Pour les toast d’échalote

- un pain ciabatta ou une bonne baguette coupée en tranches
- deux échalotes
- sel, poivre
- vin blanc sec

Pour l’huile de basilic

- 30 g de basilic frais
- 60 g d’huile de pépin de raisin

Matériel

Pour plus d’informations sur la cuisson sous vide basse température cliquez ici.

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

Préparation

Pour l’huile d’herbe: cette préparation est plus facile si vous possédez un thermomix…

- Versez l’huile et les feuilles de basilic dans une casserole et faites chauffez pendant 10 mn sans dépasser 80°. Mixez finement et passez au chinois quand la préparation est tiède. Réservez dans une petite bouteille ou pipette.

Passez au chinois

Pour les tuiles de parmesan

- Déposez quelques cuillerées à café de parmesan râpé sur une feuille de papier cuisson anti adhésive en formant des petits cercles. Si vous désirez réaliser des tuiles bien régulières utilisez des petits cercles à entremets.

Déposez quelques cuillerées à café de parmesan râpé sur une feuille de papier cuisson anti adhésive

Ou bien réalisez des tuiles bien régulières avec des petits cercles à entremets

- Enfournez à 180° pendant 8 m. Puis démoulez (si vous avez utilisé les cercles) et réservez les tuiles à température ambiante (si vous les préparez la veille mettez-les dans une boite hermétique pour éviter leur ramollissement).

Les tuiles de parmesan sont prêtes

Pour les toast d’échalote

- Ciselez finement deux échalotes.

Ciselez deux échalotes

- Faites revenir les échalotes avec un peu de beurre et une pincée de sel. Ajoutez 5 cl de vin blanc. Cuire à

feu doux et dés que le vin blanc est évaporé renouvelez **trois fois** l’opération: on rajoute 5 cl de vin blanc et on attend qu’il soit évaporé…Coupez le feu. Rectifiez l’assaisonnement en poivre et sel. Réservez: vous les tartinerez tièdes sur les tranches de pain au moment de servir.

Faites revenir les échalotes avec un peu de beurre

- Coupez le pain que vous avez choisi en tranches et faites le revenir dans une poêle avec un peu de beurre pour dorer les tranches sur leurs deux faces. Réservez en fin de cuisson à température ambiante.

Coupez le pain que vous avez choisi en tranches

Dorez les tranches de pain sur leurs deux faces

La cuisson des œufs

- Commencez par cuire les œufs au bain marie à basse température (62°) à l’aide votre thermoplongeur. La cuisson durant une heure, vous avez le temps de préparer les asperges pendant ce temps. Vous pouvez sans problème laisser les œufs dans le bain marie une demi heure de plus pour les maintenir à température en attendant de les servir en baissant de un degré la température de cuisson.

- **Si vous n’avez pas de matériel basse température,** pochez les œufs juste avant de les servir. Voici la vidéo de l’Atelier des chefs qui vous explique comment réussir vos œufs pochés:

Préparez maintenant les asperges

- Rincez les asperges à l’eau.
- Pelez les tiges des asperges blanches: tenez l’asperge bien à plat sur le plan de travail et posez l’économe à trois centimètres de la pointe puis d’un geste sec ôtez la peau sur toute la longueur. Faites de même avec les asperges vertes.

Pelez les asperges blanches

Pelez les asperges vertes

- Coupez grossièrement les épluchures des asperges blanches et vertes.

Coupez grossièrement les épluchures

- Ciselez finement les deux dernières échalotes.

- Faites revenir les deux échalotes avec un peu de beurre.

Faites revenir les deux échalotes avec un peu de beurre

- Puis ajoutez les épluchures d’asperge, le lait et la

crème et une pincée de sel. Cuire à feu doux pendant environ 25 mn.

Ajoutez les épluchures d’asperges, le lait et la crème

- Mixez finement la préparation et passez-la au chinois. Rectifiez l’assaisonnement et réservez.

Mixez finement

- Coupez la tête des asperges blanches et vertes.

Coupez la tête des asperges

Coupez la tête des asperges

- Cuire à la vapeur les têtes d’asperges (15 mn). Réservez.

Cuire vapeur les têtes d’asperges

- Coupez les tiges des asperges (vertes et blanches) en sifflets.

Coupez les tiges des asperges en sifflets

- Poêlez les asperges en sifflets dans un peu d’huile d’olive pendant environ 12 mn. Elles doivent rester un peu croquantes. Réservez.

Poêlez les asperges en sifflets dans un peu d’huile d’olive

- Faites de même avec les têtes d’asperges après cuisson vapeur pour juste les dorer.

Poêlez les têtes d’asperges

- Toutes les préparations sont prêtes. Réchauffez les différentes préparations et tartinez les tranches de pain avec les échalotes.

Tartinez les tranches de pain avec les échalotes

Dressage

Versez une belle louche de crème d’asperge au fond du bol . Sortez les œufs de leur bain de cuisson puis cassez la coquille de l’œuf d’un coup sec et déposez-le délicatement au milieu de la crème d’asperge. Disposez les asperges en sifflets tout autour. Puis on place une ou deux tartines d’échalote. J’ai placé les têtes d’asperge sur l’assiette du dessous et je les ai assaisonnées avec quelques gouttes d’huile de basilic et un peu de sel. Finissez avec la tuile de parmesan dans l’assiette ou le bol , comme vous voulez. On

termine en pochant quelques gouttes d’huile de basilic dans le bol. Un petit régal…

Oeuf parfait aux asperges

Oeuf parfait aux asperges

Oeuf parfait aux asperges

Oeuf basse température à la niçoise

Et voici une nouvelle recette d'œuf parfait basse température que j'ai mariée avec mes saveurs d'enfance du pays niçois. Si vous n'avez pas le matériel pour cuire basse température, cette recette est également réalisable avec des œufs pochés!

Si vous désirez plus d'informations et de recettes spécifiques à la cuisson basse température cliquez **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.

Oeuf basse température à la niçoise

Difficulté: facile

Ingrédients: pour 4 personnes

- 4 œufs
- 200 g de tomates
- un oignon blanc
- une courgette
- une ou deux gousses d’ail selon vos goûts
- quatre cuillerées à soupe de crème fraiche épaisse
- du basilic pistou (c’est un basilic avec de toutes petites feuilles)
- 2 tranches de pain de mie
- une gousse d’ail épluchée

basilic pistou

Matériel

Pour plus de précisions sur la cuisine sous vide basse température cliquez ici.

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.

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

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

Préparation:

- Commencez par cuire les œufs au bain marie à basse température (62.5°) à l’aide votre thermoplongeur. La cuisson durant une heure, vous avez le temps de préparer la garniture pendant ce temps.

- **Si vous n’avez pas de matériel basse température,** pochez les œufs juste avant de les servir. Voici la vidéo de l’Atelier des chefs qui vous explique comment réussir vos œufs pochés:

Préparez maintenant la petite ratatouille:

- Coupez les oignons en tout petits dés (2 mm ou 3 mm de côtés).

Coupez l’oignon

- Faites revenir l’oignon dans une poêle avec un peu d’huile d’olive. Cuire 5 mn à feu doux: ils doivent rester translucides.

Faire revenir l’oignon

- Coupez la courgette en tout petits dés et rajoutez les aux oignons. Cuire 5 mn.

Puis détaillez les tronçons de courgette en toute petite brunoise (tout petits cubes)

- Coupez les tomates en quatre et ôtez les graines. Puis coupez-les en tout petits dés comme les autres légumes. Ajoutez les tomates au mélange oignons et courgettes. Cuire 3 mn. Les légumes doivent rester croquants. Réservez.

Mélangez tous les légumes

Il ne vous reste plus qu’à préparer vos mouillettes:

- Toastez vos deux tranches de pain de mie et coupez les en mouillettes. Frottez chaque mouillette avec la gousse d’ail.

Frottez chaque mouillette avec la gousse d’ail.

Dressage:

- Dans une assiette creuse, déposez une ronde de ratatouille et déposez en son centre une cuillerée de crème fraîche épaisse.

- Puis cassez l’œuf par dessus. Rajoutez la mouillette et quelques brins de basilic pistou. Vous n’avez plus qu’à vous régaler…

Oeuf basse température à la niçoise

Oeuf parfait basse température, crème de parmesan et cèpes

Cette recette d'Oeuf parfait est une merveille d'onctuosité…Profitez de la pleine saison des cèpes pour goûter cette crème de parmesan accompagnée d'un délicat œuf parfait, crémeux et fondant. Sinon utilisez des cèpes déshydratés que vous tremperez préalablement dans de l'eau tiède.

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.

Cette recette peut se faire également avec des œufs pochés si vous n’avez pas la possibilité de cuire les œufs à basse température.

Oeuf parfait basse température, crème de parmesan et cèpes

Ingrédients pour l’Oeuf parfait (pour 6 personnes)

- six gros cèpes
- parmesan râpé pour les tuiles;;un œuf par personne
- piment d’Espelette
- un oignon
- 400 g de parmesan en morceaux pour la crème de parmesan (200 g et 200 g)

- 80 g de parmesan râpé pour la tuile
- 1/2 l de crème liquide entière
- 1/2 l de lait
- 1/4 l de bouillon de volaille.

Ingrédients

Matériel:

Pour plus de précision sur la cuisine sous vide cliquez ici.

Il faut impérativement être équipé d’un thermoplogeur pour cette recette car l’œuf est extrêmement sensible aux variations de chaleur: les modes de cuisson traditionnels ne pas assez stables en température. Toutefois **vous pouvez remplacer l’œuf basse température par un œuf poché**.

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.

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

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

- Saupoudrez sur du papier cuisson ou une plaque anti adhésive (type silpat) les 80 g de parmesan râpé. Enfournez à 180° pendant 10 à 12 mn suivant le four. Surveillez bien la cuisson de manière à éviter la surcuisson qui donne un goût amer.

Tuile de parmesan

- Sortez le parmesan du four et laissez refroidir. Puis rompez la plaque de parmesan de manière à obtenir de grands morceaux irréguliers. Réservez.

<u>Puis préparez vos cèpes:</u>

- Nettoyez les cèpes à l'aide d'une petite brosse. Puis coupez les cèpes en tranches.

Coupez les cèpes en tranches

- Faites les revenir dans une poêle avec une belle noix de beurre. Salez en fin de cuisson et ajoutez une belle pincée de piment d'Espelette. Réservez.

Faites les revenir dans une poêle avec une belle noix de beurre

La cuisson des œufs

- Plongez vos œufs dans votre cuve remplie d'eau et réglez votre thermoplongeur à 63°. Dés que la température est atteinte comptez 1 heure de cuisson. Vous pouvez sans problème laisser les œufs dans le bain marie une demi heure de plus pour les maintenir à température en attendant de les servir en baissant de un degré la température de cuisson. C'est l'avantage de ce mode de cuisson: la température idéale de cuisson atteinte votre aliment ne cuira pas plus: il est simplement gardé au chaud!

Comptez 1 heure de cuisson

Pendant la cuisson des œufs préparez la crème de parmesan.

Cette recette de crème de parmesan est grandement inspirée

d’une des recettes cultes du chef Stéphan Jégo du restaurant parisien » L’ami Jean » dont vous trouverez la vidéo complète à la fin de cet article.

- Coupez tout le parmesan en petits morceaux (les 400 g)

Coupez le parmesan en petits morceaux

- Épluchez les oignons et coupez les en lamelles.

Émincez les oignons.

- Faire suer l’oignon dans une cocotte. Il ne faut pas qu’il colore: il doit être translucide.

Faire suer les oignons dans une cocotte

- Ajoutez la **moitié** du parmesan (200g) et le thym. Le parmesan ne doit pas attacher. Faire revenir légèrement.

Ajoutez le parmesan

- Mouillez avec le lait, la crème fraîche liquide et un quart de litre de bouillon de poule. Amenez à une légère ébullition pendant quinze minutes.

Mouillez avec le lait, la

crème fraîche liquide et un quart de litre de bouillon de poule

- Mixez le tout.

Mixez le tout

- Puis rajoutez le reste de parmesan (les 200 g restants). Laissez fondre le parmesan et remixez. Rectifiez l’assaisonnement en sel si besoin (le parmesan est déjà bien salé) et ajoutez le piment d’Espelette. Passez l’ensemble au chinois. Réservez au chaud.

Passez l’ensemble au chinois

Dressage:

- Versez la crème de parmesan dans un bol et déposez des

lamelles de cèpes réchauffés par dessus.

Versez la crème de parmesan dans un bol

- Cassez l’œuf au dessus du bol et déposez le délicatement sur la crème de parmesan.

Cassez l’œuf au dessus du bol et déposez le délicatement sur la crème.

Posez une très belle tranche de cèpe, la tuile de parmesan et saupoudrez de piment d’Espelette. c’est prêt!

Décorez avec une tuile de parmesan et une belle lamelle d cèpes

Oeuf parfait basse température, crème de parmesan et cèpes

Oeuf parfait basse température, crème de parmesan et cèpes

La recette originale de la crème de parmesan de Stephane Jégo en vidéo

---

Oeuf parfait basse température, crème de choux fleur et tarama

J’ai récemment eu l’occasion de déguster une repas sublime au restaurant Bon Bon de Bruxelles. Je vous en parlerai bientôt plus longuement; j’en suis revenue sur un petit nuage avec plein d’idée de recettes. Voici la première! Le chef nous a proposé un œuf basse température, merveille de douceur et de saveur. J’ai donc essayé de le reproduire au plus proche…C’est délicieux, délicat et succulentissime. Alors régalez vous avec cet Oeuf parfait basse température, crème de chou fleur et tarama…

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.

Oeuf parfait basse température, crème de choux fleur et tarama

Ingrédients: pour 6 personnes

- un petit chou fleur
- un oignon jaune

- 300 ml de lait
- un œuf par personne
- du tarama (chez votre poissonnier)
- un pot d’œufs de truite. Le chef a utilisé du caviar à la place des œufs de truite.
- sel, poivre et une pointe de curry
- quelques pousses de shiso pour le dressage

Ingrédients

Matériel:

Pour plus de précision sur la cuisine sous vide basse température cliquez ici

- Il faut impérativement être équipé d’un thermoplogeur pour cette recette car l’oeuf est extrêmement sensible aux variations de chaleur: les modes de cuisson traditionnels ne pas assez stables en température. Toutefois vous pouvez remplacer l’œuf basse température par un œuf poché.
    - un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

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

- Un siphon (facultatif)

Préparation:

- Plongez vos œufs dans votre cuve remplie d’eau et réglez votre thermoplongeur à 63°. Dés que la température est atteinte comptez 1 heure de cuisson. Vous pouvez sans problème laissez les œufs dans le bain marie 15 mn de plus pour les maintenir à température en baissant de un degré la température de cuisson. C’est l’avantage de ce mode de cuisson: la température idéale de cuisson atteinte votre aliment ne cuira pas plus: il est simplement gardé au chaud!

Comptez 1 heure de cuisson

Pendant la cuisson des œufs préparez la crème de choux fleur.

- Pelez l’oignon et détaillez le en rondelles.

Émincez l’ oignon.

- Détaillez le choux fleur en sommités.

Détaillez le chou fleur blanc en petites sommités

- Faites revenir les oignons dans une grande casserole

avec un peu de beurre pendant environ 10 mn.

Faites revenir les oignons

- Ajoutez les sommités de chou fleur et versez le lait. Cuire à feu doux 25 mn. Le chou fleur doit être bien tendre.

Mouillez avec le lait

- Avec une écumoire prélevez le chou fleur.

Avec une écumoire prélevez le chou fleur

- Mixez le finement sans rajouter de liquide. Vous pouvez maintenant l’assaisonner: sel, poivre et éventuellement une pointe de curry.

Le crème de chou fleur est prêt

Dressage:

- Dans le fond d’un joli bol déposez une petite cuillerée à café de tarama.

Déposez une petit cuillerée à café de tarama

- Sortez les œufs du bain marie et cassez les dans une assiette creuse. Servez vous d’une cuillère pour les déposer dans votre plat de présentation.

Cassez les dans une assiette creuse

- Servez vous d’une cuillère pour les déposer dans votre plat de présentation.

Servez vous d’une cuillère pour les déposer dans votre plat de présentation.

- Recouvrez de crème de chou fleur tiède. Si vous désirez une crème encore plus aérienne, utilisez un siphon pour le dressage de la mousse. Vous pourrez ainsi gardez votre mousse au chaud jusqu’au moment de la servir. Pour en savoir plus sur l’utilisation de préparations chaudes au siphon, cliquez ici.

Recouvrez de crème de chou fleur tiède.

- Puis posez une cuillerée à café rase d’œufs de truite (ou de caviar pour un jour de fête).

Puis posez une cuillerée à café rase d’œufs de truite

- Terminez par une pousse de shiso. Vous avez plus qu’à déguster: vous serez au paradis des gourmets…

Oeuf parfait basse

température, crème de choux
fleur et tarama

Je ne résiste pas à l’envie de vous monter l’œuf parfait du chef Christophe Hardiquest servi dans sa coquille…Le chef a utilisé du caviar à la place des œufs de truite de mon interprétation.

Oeuf parfait, chou fleur,
tarama et caviar

Restaurant Bon Bon

453 avenue de Tervueren

1150 Bruxelles

+ 32 (0)2 346 66 15

www.bon-bon.be

Jaune d’oeuf crémeux au foie gras, pommes de terre basse température

La dernière recette pour les fêtes 2014: le Jaune d’oeuf crémeux au foie gras, pommes de terre basse température! Elle m’a été inspirée par un plat servi au Noma, meilleur restaurant au monde en 2010, 2011, 2012 et 2014 par la revue « Restaurant », revue britannique destinés aux chefs cuisiniers. Cette revue publie tous les ans un classement des « 50 meilleurs restaurants au monde » en s’appuyant sur les votes de 837 chefs, restaurateurs, critiques et amateurs.

Le Noma est dirigé par le chef René Redzepi et se situe à Copenhague (Danemark). Je vais bientôt publier un article sur ce restaurant exceptionnel où j’ai eu le plaisir de déjeuner récemment.

La recette originale est beaucoup plus compliquée: les pommes de terres sont infusées à la rose et le jus d’accompagnement est très complexe car élaboré par fermentation de graines à partir d’une bactérie spéciale… Impossible à réaliser chez soi!

L’originalité de cette recette tient dans la cuisson du Jaune d’œuf cuit basse température. Sa texture sera extrêmement crémeuse contrairement à un jaune d’œuf cuit traditionnellement qui sera assez sec.

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.

Jaune d’œuf crémeux au foie gras, pommes de terre basse température

Ingrédients pour le Jaune d’œuf crémeux (4 personnes)

- 4 œufs (un jaune par personne)
- 4 grosses pommes de terre
- mélange de graines (tournesol, courge, sésame,pignon etc)
- 6 branches de thym frais
- beurre

Pour la sauce:

- 2 échalotes
- 150 gr de foie gras frais
- 2 dl de fond de veau
- 2 dl de crème fraîche liquide
- sel, poivre

Ingrédients

Matériel

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

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

Préparation

1/La sauce

- Coupez grossièrement 150 gr de foie gras.

Coupez grossièrement 200 gr de foie gras.

- Ciselez finement les 2 échalotes.

Ciselez les échalotes

- Faites revenir les échalotes dans un peu de beurre.

Faites revenir l’échalote dans un peu de beurre

- Ajoutez le foie gras.

Ajoutez le foie gras

- Puis ajoutez le fond de veau (2 dl). Réduisez le mélange de moitié.

Puis ajoutez le fond de veau. Réduire le mélange de moitié.

- Ajoutez enfin la crème (2 dl) et faites encore réduire d’un tiers.

Rajoutez la crème

- Rectifiez l’assaisonnement si nécessaire. Mixez avec un mixeur plongeant pour homogénéiser la sauce. Réservez.

Mixer avec un mixeur plongeant pour homogénéiser la sauce.

2/ La garniture

- Pelez les pommes de terre.

Épluchez les pommes de terre

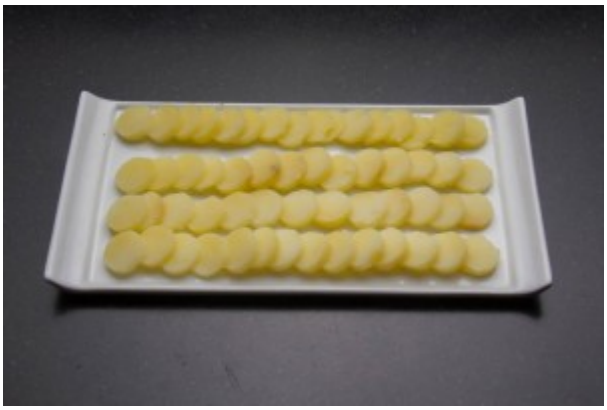
- Placez les dans votre sachet avec une noix de beurre et 4 branches de thym et faite le vide dans le sachet.

Mettre les pommes de terre sous vide

- Gardez deux branches de thym dont vous prélèverez les petites feuilles. Réservez les pour le dressage.

Prélevez les feuilles de thym

- Puis cuire les pommes de terre en basse température à 90° pendant une heure. Si vous n’avez pas la possibilité de cuire sous vide basse température vous pouvez cuire les pommes de terre dans un fond de volaille .
- Les pommes de terre cuites, coupez les en tranches d’environ 2 mm; puis à l’aide d’un emporte pièce découpez des petits ronds dans chaque tranche. Réservez à température ambiante. Le diamètre de mon emporte pièce est de 1 cm 5 (un petit tuyau acheté au magasin de bricolage et coupé à la longueur voulue…)



- Placez les graines environ 10 mn au four à 180° pour les colorer. Réservez.

Torréfiez les graines au four

3/ La cuisson de l’œuf

- Un petit conseil: avant de commencer la cuisson des œufs, n’oubliez pas de faire chauffer vos assiettes de présentation à 60° au four.
- Chauffez votre cuve à 68° à l’aide de votre thermoplongeur.

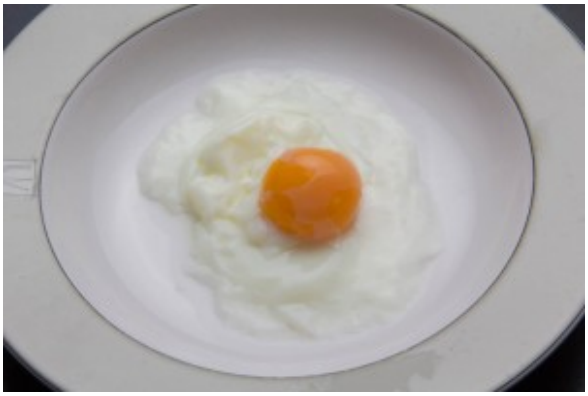
- Placez les œufs dans la cuve dés que l’eau atteint 68° et faire cuire les œufs pendant 28 mn à cette température.
- Si vous n’avez pas la possibilité de cuire les œufs basse température (pour cela il vous faut absolument un thermoplongeur…) vous pouvez remplacer le jaune d’œuf par un œuf de caille poché.

Dressage

- Réchauffez légèrement la sauce. Elle doit être tiède. Réchauffez également les rondelles de pommes de terre qui doivent être également tiédies.
- Versez en un belle cuillère dans chaque assiette.

- Dressez une rosace de pommes de terre en laissant un cercle au centre de manière à pouvoir y verser le jaune d’œuf.

- Cassez la coquille et versez l’œuf dans un plat; enlevez le blanc autour du jaune.



Séparez le jaune du blanc

- Déposez délicatement un jaune au milieu de chaque rosace à l’aide d’une petite cuillère.

- Saupoudrez des graines torréfiées et de feuilles de thym.

Jaune d’oeuf crémeux au foie gras, pommes de terre basse température

Oeuf crémeux basse température, confit d’oignon, crème d’ail et espuma au chorizo

L’œuf parfait est un œuf cuit à une température constante de 64°. C’est une merveille d’onctuosité…Les Japonais , si raffinés, l’ont bien compris puisque cette technique de cuisson leur est connue depuis très longtemps: les œufs sont cuits dans l’eau des sources d’eau chaude naturelles et sont appelés « onsen tamago » c’est à dire œuf des sources (tamago=oeuf et onsen= source thermale naturelle d’eau chaude).

Le jaune est à la fois crémeux, fondant, une texture particulière très différente du jaune d’œuf de l’œuf mollet. Le blanc est tout juste cuit, translucide et semi liquide mais n’a pas cette texture gluante qu’on lui connait lorsque qu’il n’est pas tout à fait cuit. Le résultat est incomparable avec toute autre forme de cuisson des œufs que vous pouvez connaitre.

Cette recette basse température d’Oeuf crémeux nécessite cette fois un matériel spécial… cependant avec énormément de patience vous pouvez vous approcher du résultat en utilisant un thermomètre de cuisson et votre four, ou un thermomètre de cuisson et une cuisson à la casserole mais n’oubliez pas que ce sont des méthodes hautement empiriques et que vos résultats ne seront certainement pas toujours constants… c’est du vécu! (voir plus bas les explications dans le chapitre « Matériel et techniques »).

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.

Cette recette peut se faire également avec des œufs pochés si vous n’avez pas la possibilité de cuire à basse température.

Oeuf crémeux basse température, confit d’oignon, crème d’ail et espuma au chorizo

Difficulté: moyenne

Ingrédients (pour 4 personnes):

- 4 œufs: les œufs doivent être à température ambiante. Pensez à les sortir deux heures avant la cuisson.
- 3 oignons
- 80 g d’ail frais (environ 10 à 12 grosses gousses)
- 30 cl de lait pour la cuisson des gousses d’ail
- 25 cl de crème fraîche liquide pour l’espuma de chorizo
- 80 g de chorizo
- pain de mie pour les mouilletttes
- pignons
- sel, poivre, huile d’olive

Ingrédients

Matériel et techniques:

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.

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

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

Vous pouvez utilisez deux autres méthodes suivantes mais c’est à vos risques et périls… sinon des œufs mollets conviendront parfaitement.

- Vous pouvez cuire vos œufs au bain marie dans une petite casserole et vous aider d’un thermomètre de cuisson de manière à rajouter de l’eau pour que l’eau de cuisson ne dépasse surtout pas les 63 °… mais c’est une méthode assez contraignante qui nécessite que vous soyez extrêmement vigilant pendant au moins une heure!
- Vous pouvez aussi faire cuire les œufs au bain marie au four; mais pour cela il vous faut d’abord étalonner votre four avec un thermomètre de cuisson. En effet les

températures que vous programmez ne sont pas toujours les températures exactes que vous obtiendrez à l'intérieur du four…sauf avec des fours de précisions qui coûtent assez chers. Par exemple avec le mien si je tourne le bouton sur 70° la température interne du four est de … 52°. Donc j'ai du faire plusieurs essais: et c'est en mettant le bouton à 105° que j'obtient une température relativement constante de 63°/64° dans mon bain marie. Petite précision: ma sonde trempe dans l'eau du bain marie et je dépose les œufs (sortis 2 heures avant du frigo) dans le bol contenant l'eau lorsque les 64 ° sont atteints. L'eau va alors redescendre en température puis remonter. Compter alors une heure et 15 mn de cuisson. Dans tous les cas avec ces deux méthodes je vous conseille de faire des tests pour bien maîtriser la cuisson car le secret de la recette est vraiment qu'il ne faut pas dépasser 63° sinon le jaune d'œuf va coaguler. Des deux méthodes « empiriques », c'est à mes yeux celle-ci la plus fiable.

Préparation:

1/La cuisson des œufs

Cuire vos œufs dans un bain marie à 62.5° . Le temps de cuisson est d'une bonne heure et vous pouvez les laisser plusieurs heures ainsi et les sortir quand vous voulez les utiliser. Attention: les œufs doivent être complètement recouverts d'eau lors de la cuisson.

comptez 1 heure de cuisson pour les oeufs

2/Le confit d'oignon:

- Épluchez l'oignon et détaillez le en tout petits dés.

Coupez l'oignon très finement

- Faire revenir les dés d'oignons à feu doux dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Les oignons doivent être bien compotés (environ 20 mn de cuisson douce). Salez et poivrez en fin de cuisson. Réservez.

Oignons compotés

3/ La crème d'ail:

- Épluchez l'ail: il vous faut environ 10 gousses pour obtenir 80 g.

Épluchez l’ail

- Dans une casserole versez le lait puis vos gousses d’ail. Cuire à feu doux environ 20 minutes (attention au débordement du lait hors de la casserole). Quand les gousses sont bien tendres retirez les du lait. L’ail ainsi cuit n’aura pas les inconvénients digestifs de l’ail frais et il perd son côté piquant sur le plan gustatif.

Cuire l’ail à feu doux dans le lait

- Mixer les gousses: au besoin rajoutez un peu de lait de cuisson. Salez et réservez.

4/L’espuma au chorizo

- Coupez le chorizo en tranches puis en petits dés. Réservez-en quelques-uns pour la décoration.

Coupez le chorizo

- Dans une casserole, versez la crème liquide, le chorizo. Amenez à ébullition et coupez de suite le feu. Laissez infuser une dizaine de minutes.

Infusez le chorizo dans la crème chaude..

- Versez le mélange dans un mixeur et mixez finement. Passez la crème au chorizo au tamis (passoire fine ou chinois).

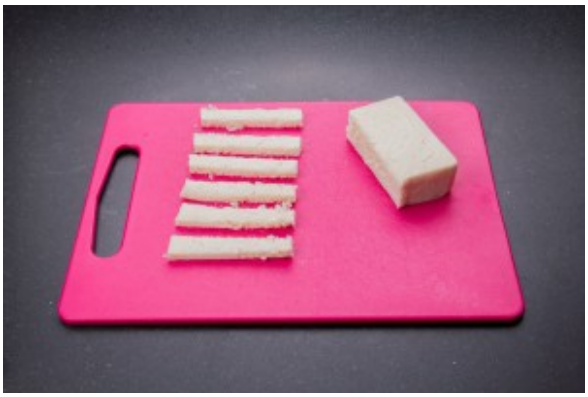
Passez le mélange crème/chorizo mixé

- Juste avant de servir chauffer la crème de chorizo et la mixer à l’aide d’un mixeur plongeant: le but est d’obtenir de jolies bulles bien mousseuses sur le dessus.

Mixer la crème avec un mixeur plongeant

5/Les mouillettes

- Coupez les tranches de pain de mie en bâtonnets (comptez deux ou trois bâtonnets par personnes).



Coupez les mouillettes

- Faire revenir les mouillettes dans une belle noix de beurre à la poêle pour les dorer sur les deux cotés.

Bien griller les mouillettes

6/ Les pignons et le chorizo

- Faire revenir les pignons à sec dans une poêle pour les rendre bien croquants.

Griller les pignons à sec

- Faire de même avec quelques dés de chorizo.

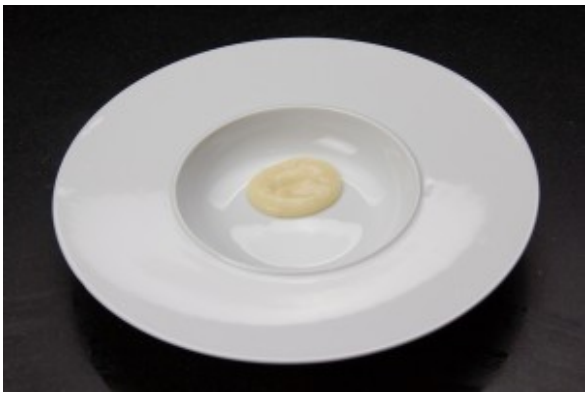
Faire revenir les dés de chorizo

Dressage:

- Réchauffez les oignons, la crème d'ail au micro-onde. Réchauffez la crème au chorizo et la mixer au mixeur plongeant (voir plus haut) pur lui donner une consistance mousseuse.
- Pour bien vous organiser, réunissez sur le plan de

travail tous les éléments du dressage: pignons, mouillettes, crème au chorizo émulsionnée, crème d'ail, oignons, dés de chorizo.

- A l'aide d'une cuillère déposez une belle noix de purée d'ail que vous étalez avec le dos de la cuillère de manière à faire un « nid » pour l'œuf.



Déposez une cuillerée de crème d'ail dans l'assiette

- Mettez une cuillère d'oignons juste à côté.

Déposez une cuillerée d'oignon à côté

- Sortez l'œuf du bain marie et tapez le sur une surface plane et ouvrez le en deux au dessus de l'assiette de manière à le poser sur la purée d'ail.

Posez délicatement l’œuf sur le nid d’ail.

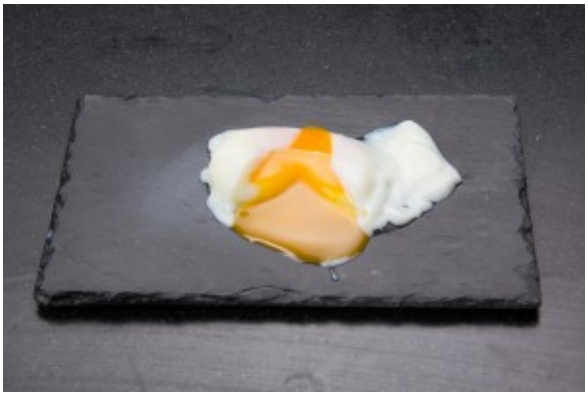
- Puis dressez l’émulsion de crème de chorizo. Saupoudrez de pignons et de dés de chorizo. Posez les mouillettes et dégustez enfin cet œuf parfait!

Oeuf crémeux basse température, confit d’oignon, crème d’ail et espuma au chorizo

Essai de cuisson d’œufs parfaits

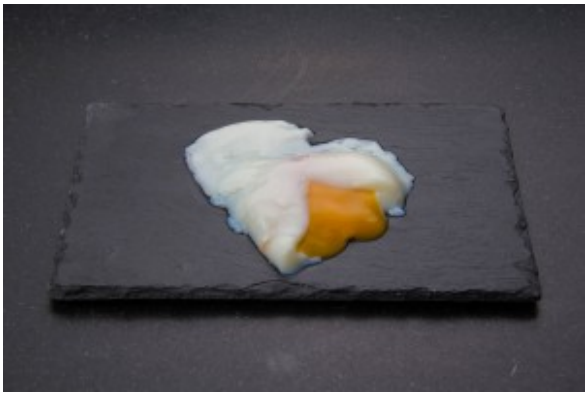
Regardez bien les photos suivantes d’œufs cuits à différentes températures… Je les ai ouverts avec un couteau pour que vous puissiez mieux apprécier la texture du jaune en fonction des différentes températures de cuisson. Vous pouvez déjà voir qu’avec un ou deux degrés de variation la texture est très différente!

Oeuf à 62°: le jaune est coulant. Il commence à coaguler.



Oeuf à 62°5: le jaune est collant et onctueux

63°: jaune crémeux à souhait…mais ne se « répand pas « ; pourtant il n’est pas dur!



64°: jaune crémeux à souhait…

Oeuf à 65°: le jaune a coagulé mais n’est pas dur ni sec.

Oeuf à 65°: le jaune a coagulé mais n’est pas dur ni sec

Pour en savoir plus: Hervé This vous explique plus précisément les phénomènes physiques et chimiques de la coagulation des oeufs:

L’œuf cuit à 65 ° C
« Quand les cuisiniers font cuire un œuf mollet, poché ou dur, ils le plongent dans de l’eau bouillante, donc à 100 °C, et se demandent combien de temps ils doivent le laisser. En tant que scientifique, je me pose la question suivante : à quelle température un œuf cuit-il ? La cuisson d’un œuf est en effet plutôt une question de température qu’une question de temps, tout simplement parce que le blanc et le jaune d’œuf contiennent de l’eau et des protéines qui coagulent sous l’action de la chaleur. Les protéines sont comme de minuscules pelotes repliées sur elles-mêmes qui se déroulent, pour chaque sorte, à une température bien précise : 61 °C, 68 °C, 70 °C… Quand elles sont déroulées, elles s’associent en un réseau qui ressemble à un filet de pêcheur où sont dispersées (comme le seraient des poissons) d’autres molécules de protéines, d’eau, etc. Plus la température augmente, plus les types de protéines déroulées sont nombreux et plus le réseau du filet se resserre. Ainsi dans le blanc d’œuf, composé de 90 % d’eau et de 10 % de protéines variées, c’est à 61 °C que la première protéine (l’ovotransferrine) commence à se dérouler et à former un filet très fragile. A 70 °C exactement, une autre

sorte de protéine se déroule et renforce le premier filet. Le gel formé est plus dur. A mesure que la température augmente, de plus en plus de filets viennent se former et à 100 °C les œufs finissent par être caoutchouteux. Le jaune se comporte un peu comme le blanc, mais la première transformation importante se fait à 68 °C. Fort de ces constations, je me suis alors demandé ce qui se passe quand on met des œufs dans un four à 65 °C. Comme cette température est supérieure à 61 °C (température de première coagulation des protéines du blanc) mais inférieure à 68 °C (première coagulation des protéines du jaune), on obtient des œufs étranges dont le blanc est pris mais délicat et dont le jaune est resté liquide avec son goût de jaune frais. »

Pour réaliser un œuf cuit à 65 °C

– Utiliser un four, un bain-marie ou un bain de cuisson à basse température dont la température doit être nécessairement supérieure à 61 °C et inférieure à 68 °C. Vous pouvez mettre autant d'œufs que vous le voulez.

– Laisser les œufs chauffer doucement au moins pendant une heure. Vous pouvez en effet les laisser plusieurs heures ainsi et les sortir quand vous voulez les utiliser.

– Les écaler comme des œufs durs, mais avec beaucoup de précaution. Ils sont très fragiles.

Vous verrez que des résultats différents arrivent à 61 °C, 62 °C, 63 °C, 64 °C, 65 °C, 66 °C… Ce serait trop long d'entrer dans les détails théoriques. A vous d'expérimenter.