

Un cours de cuisine avec Philippe Etchebest, meilleur ouvrier de France, ça vous tente?

Un cours de cuisine avec Philippe Etchebest, meilleur ouvrier de France, ça vous tente?

On ne présente plus ce grand chef de cuisine Philippe Etchebest, meilleur ouvrier de France au parcours prestigieux...Mais qui parmi vous n'a pas rêvé de pouvoir profiter de ses connaissances, de son savoir faire top niveau, de ses astuces, tours de main et même recettes? Hé bien c'est fait! Votre rêve va se réaliser...Un beau cadeau de Noël en avant première que le chef nous fait à partir de fin novembre.

Le chef veut nous transmettre toute son expérience à l'aide d'une programme culinaire en ligne où il va nous coacher et nous accompagner en pas à pas lors de cours de cuisine en live sur sa nouvelle chaîne YouTube « Mentor ».Vous pourrez également lui poser directement vos questions! Et le premier cours aura lieu ce samedi 24 novembre à 11 heures. Alors si vous désirez vous perfectionner, tenez-vous prêts!

Pour ce premier cours le chef nous préparera des suprêmes de volaille, ragoût de panais et jus estragon. Retrouvez tous les ingrédients dont vous aurez besoin pour la recette sur son site: pour un accès direct sur le site du chef et la présentation de son programme d'accompagnement « Mentor » [cliquez ici](#).



Philippe Etchebest

Source, photos et vidéo du site officiel philippe-etchebest.com

Pot au feu aux arômes thaïlandais, basse température au four (d'après une recette de Philippe Etchebest)

Voici une recette basse température que tout le monde va pouvoir réaliser, sans utiliser de matériel spécial...Elle m'a été inspiré par une recette du chef Meilleur Ouvrier de France, Philippe Etchebest. Il a réalisé ce Pot au feu aux arômes thaïlandais lors d'une émission « Cauchemar en cuisine » et m'a semblé particulièrement savoureuse, comme toutes ses recettes! Facile à faire c'est un superbe plat convivial.

Le chef l'a réalisé de manière traditionnelle mais je lui ai préféré une cuisson basse température, comme le faisait ma grand-mère qui laissait la cocotte en cuisson toute la journée sur le coin de son fourneau, à mijoter à tout petit feu...



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:

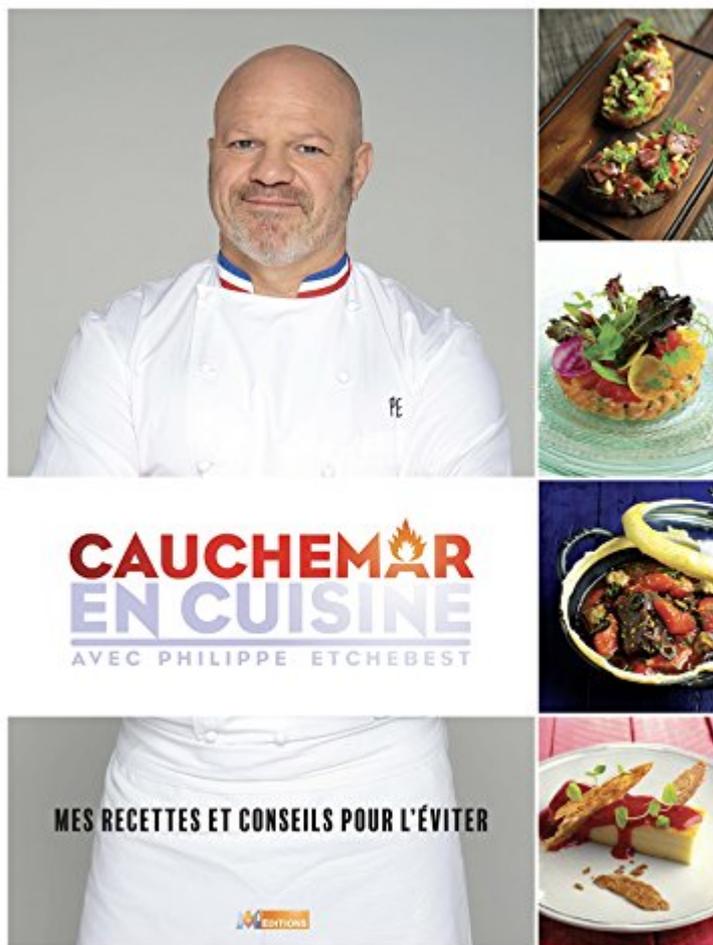
- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.



Pot au feu aux arômes thaïlandais, basse température au four (d'après une recette de Philippe Etchebest)

Et retrouvez d'autres recettes du Chef, meilleur ouvrier de France dans son livre »Cauchemar en cuisine »; vous pouvez l'acquérir en cliquant sur la photo ci-dessous:



Cauchemar en cuisine

Ingrédients pour le Pot au feu aux arômes thaïlandais (5 personnes)

- 1000 g de paleron
- un verre de vin blanc sec
- un oignon blanc ou rouge
- 5 carottes
- 2 poireaux
- 5 petits navets
- une branche de céleri
- 4 tiges de citronnelle
- 6 feuilles de kaffir appelé aussi combava. Vous en trouverez dans les magasins asiatiques le plus souvent congelées. Si vous n'en trouvez pas utilisez un bouquet

garni traditionnel...

- une petite boîte de pousse de bambou (épicerie asiatique)
- un paquet de nouilles thaïlandaise
- sel et poivre

Pour la sauce

- de la coriandre
- du basilic thaïlandais (si vous n'en trouvez pas , n'utilisez pas du basilic habituel: il n'a pas du tout le même goût. Dans ce cas il vaut mieux mettre que la coriandre et la ciboulette)
- de la ciboulette
- un petit piment oiseau (si vous aimez les plats un peu relevés)
- une gousse d'ail
- 3 cuillères à soupe d'huile de sésame
- sel

Préparation

- Pelez les oignons rouges (ou blancs selon votre choix) et coupez-les en deux.



Pelez les oignons rouges et coupez les en deux

- Posez les oignons côté tranché dans une poêle chaude

sans matiere grasse. Laissez-les bien colorer. Réservez.



Laissez les oignons rouges
bien colorer

- Nettoyez les autres légumes et taillez-les en morceaux (carottes, navets, poireaux, branche de céleri).



Coupez les carottes en
tronçons



Coupez les navets en morceaux



Lavez les blancs de poireaux et taillez-les en morceaux



Coupez la branche de céleri en morceaux

- Coupez également les tiges de citronnelle en morceaux et placez-les dans des petits paniers à thé: cela vous permettra d'infuser le bouillon sans disperser des

morceaux de citronnelle, toujours un peu durs à la dégustation.



Coupez également les tiges de citronnelle en morceaux et placez-les dans des petits paniers à thé

- Faites revenir le paleron dans la cocotte sur toutes ses faces de façons à le colorer. Salez, poivrez.



Faites revenir le paleron dans la cocotte

- Déglacez avec un verre de vin blanc sec.



Pot au feu Thaï

- Ajoutez toute la garniture de légumes, la citronnelle, les feuilles de kaffir **sauf le bambou**. Vous le rajouterez une demi heure avant de finir la cuisson.



Ajoutez toute la garniture de légumes

- Puis mouillez à hauteur avec de l'eau. Enfournez à 90° pendant 4 heures. En fin de cuisson ôtez les petits paniers infuseurs contenant la citronnelle. Idéalement je prépare ce plat la veille et je le remet au four le lendemain à la même température et je le cuis encore deux heures avant de servir.



Puis mouillez à hauteur avec de l'eau

Un peu avant la fin de la cuisson préparez la sauce (et n'oubliez pas d'ajouter les pousses de bambou coupées en morceaux dans votre cocotte: les pousses de bambou en boîte étant déjà cuites, il suffit juste de les réchauffer).

- Hachez des feuilles de coriandre, de basilic thaïlandais et quelques brins de ciboulette.



Hachez des feuilles de coriandre, de basilic thaïlandais et quelques brin de ciboulette

- Râpez une gousse d'ail sur les herbes hachées.



Râpez une gousse d'ail sur les herbes hachées

- Hachez très finement un piment oiseau. Attention: ce sont les graines qui sont particulièrement fortes en goût. Donc pour les palais délicats ôtez-les... De plus mettez des gants car la substance piquante est très active et si vous vous touchez les yeux même après vous avoir lavé les mains vous aurez une réaction très irritante.



Hachez très finement un piment oiseau

- Mélangez les herbes hachées, l'ail, le piment avec 3 cuillérées à soupe d'huile de sésame. Réservez.



Mélangez les herbes hachées, l'ail , le piment avec de l'huile de sésame

- Faites cuire les nouilles (selon les recommandations inscrites sur le sachet: en général 3 à 4 minutes dans de l'eau bouillante).



Faites cuire les nouilles

Tout est prêt: il ne reste plus qu'à découper la viande et à dresser.

Dressage

- Découpez le paleron en belles tranches.



Découpez le paleron en belles tranches

- Disposez un peu de nouilles au fond du bol et posez un morceau de viande au-dessus. Puis disposez les légumes tout autour de la viande. Versez une belle louche de bouillon. Puis versez un peu de sauce aux herbes sur la viande. Les petits fleurs violettes que vous voyez dans le plat sont des fleurs de ciboulette: elles sont très jolies et possèdent un petit goût piquant très agréable. Si vous avez la chance d'avoir un petit coin de jardin, n'hésitez pas à en planter: vous aurez ainsi de la ciboulette fraîche d'avril à novembre, vous pourrez déguster ces petits fleurs en mai. Et surtout la ciboulette repousse toute seule l'année suivante et ne demande aucun soin particulier si ce n'est de l'arroser...



Dressage



Pot au feu aux arômes thaïlandais, basse température au four

(d'après une recette de



Pot au feu aux arômes thaïlandais, basse température au four
(d'après une recette de

**Poulet Franc Comtois de
Philippe Etchebest, basse**

température

Voici une nouvelle recette que le chef Philippe Etchebest a réalisée dans son émission « Cauchemar en cuisine ». Une fois encore c'est une réussite aussi bien sur le plan visuel que gustatif.

Le poulet Franc Comtois est une recette classique de poulet gratiné avec une sauce béchamel au comté et vin blanc. Bien sûr notre génialissime chef nous le propose en version plus gastronomique. Le chef Etchebest accompagne ce poulet de risotto poêlé. Je le sers avec une recette presque similaire de riz d'après une recette d'un autre très grand chef, que j'admire également beaucoup, Thierry Marx. L'avantage de la recette de Thierry Marx est que vous allez apprendre à faire un risotto qui ne vous demandera aucune surveillance (si si c'est possible!). Pour la recette des fingers de riz cliquez [ici](#).

Malheureusement les dosages des recettes de l'émission « Cauchemar en cuisine » ne sont jamais communiqués dans l'émission...Pour cette recette il va falloir réaliser une farce fine et une sauce à base de roux: une occasion de réviser nos classiques! En effet pour ces deux éléments les dosages ne se font pas « au pif »: les proportions sont précises. Retrouvez en fin d'article les petites astuces pour réaliser un roux parfait (élément de liaison de la sauce) selon la texture que vous désirez donner à votre sauce (sauce légère, moyenne ou épaisse). Le chef ne réalise pas une béchamel classique (à base de lait) mais à base de fond de volaille , crème et vin blanc.

Pour terminer le chef cuit les ballottines de poulet pochées dans de l'eau à 61° pendant 50 mn. J'ai préféré une cuisson sous vide basse température car il n'y a pas de variation de température dans ce mode de cuisson donc plus de précision...et donc plus de moelleux pour la volaille!

Pour plus d'explications sur la cuisine sous vide basse température et son matériel spécifique 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.

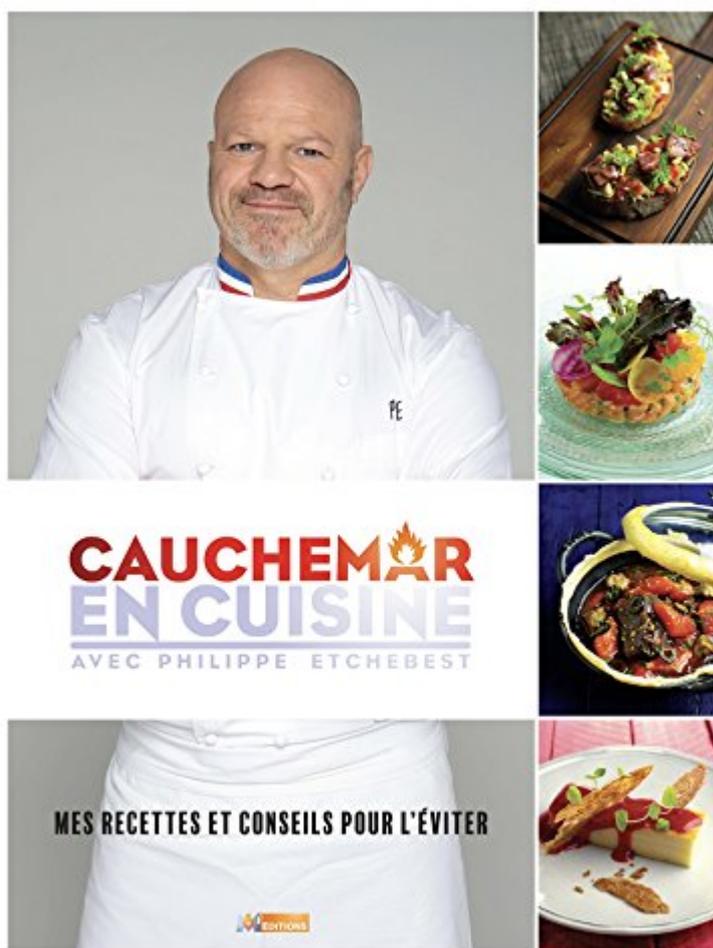
Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- 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.



Et retrouvez d'autres recettes du Chef, meilleur ouvrier de France dans son livre »Cauchemar en cuisine »; vous pouvez l'acquérir en cliquant sur la photo ci-dessous:



Cauchemar en cuisine

Matériel (si vous optez pour la cuisson sous vide basse température. Sinon filmez et pochez les ballottines dans l'eau à 61° pendant 50 mn ou cuisez-les vapeur pendant 15 mn)

- 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]

- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche de bien meilleure qualité (et qui vous permettra aussi de mettre des liquides sous vide) 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"**



Home de Multivac

- 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

Ingrédients pour le Poulet Franc Comtois (6 personnes)

- 4 blancs de poulet sans peau

Pour la farce fine

- 250 g de blanc de volaille (en plus des 4 blancs cités ci-dessus)
- 250 g de crème fraîche liquide très froide
- un blanc d'œuf
- sel et poivre
- 100 g de très bon comté coupé en tout petits dés (ne l'achetez pas en grande surface, allez chez votre fromager... Ce sera tellement meilleur!)
- 100 g de saucisse de Morteau coupée en tout petits dés

Pour la sauce

Je préfère une sauce légère et douce en bouche donc j'utilise un roux blanc (dilution 60 g de roux fini par litre de sauce: pour une explication sur le dosage des roux et béchamels voir en fin d'article). Le plat est déjà assez riche: il est donc inutile d'ajouter une sauce épaisse qui alourdira l'ensemble.

- 15 g de farine
- 15 g de beurre
- 3 dl de fond de volaille
- 1 dl de crème fraîche liquide entière
- 1 dl de vin jaune

Pour les tuiles de fromage

- 80 g de comté râpé

Pour le riz: je vous donne les ingrédients pour plus de facilité mais pour la recette cliquez [ici](#)

- 150 gr de riz japonais à sushi

- un petit oignon émincé finement (le chef utilise un petit oignon entier)
- 225 g de fond de volaille (une fois et demi le poids du riz)
- 0.5 dl de vin blanc
- 1,5 dl de lait de coco
- 60 gr de comté râpé (à la place du mascarpone de la recette initiale de Thierry Marx)
- 2 gr d'agar agar
- du ghee: c'est du beurre clarifié (dont on en a enlevé le petit lait) qui a la particularité de ne pas brûler et donc de supporter de hautes températures contrairement au beurre qui va noircir
- 2 feuilles de brick

Préparation

Pour le riz : pour la recette cliquez [ici](#). La seule différence est que vous remplacerez le mascarpone de la recette de Thierry Marx par du comté râpé (même grammage).

Pour la farce fine

- Coupez le comté en petits dés.



Coupez le comté en petits dés

- Faites de même avec la saucisse de Morteau.



Coupez la saucisse en petits dés

- Coupez les 250 g de blanc de poulet en petits morceaux et mixez finement.



Coupez le blanc de poule en petits morceaux et mixez le finement

- Ajoutez alors le blanc d'œuf, un peu de poivre et de sel . Mixez de nouveau: votre farce doit être bien lisse. Puis ajoutez la crème bien froide et mixez une dernière fois quelques secondes. Cette préparation s'appelle une farce fine. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin.



Ajoutez alors le blanc d'œuf
et la crème. Mixez de
nouveau

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



Passez la farce fine au
tamis

- Voici les résidus (petits nerfs et tendons désagréables à la dégustation) qu'il reste dans le tamis...



Voici les résidus (petits nerfs et tendons désagréable à la dégustation) qu'il reste dans le tamis

- Ajoutez le comté et la saucisse de Morteau coupés en petits dés à la farce fine.



Ajoutez le comté et la saucisse de Morteau coupés en petits dés à la farce fine.

- Coupez les blancs de poulet par le milieu dans le sens de la longueur (en « portefeuille ») de manière à pouvoir les farcir avec la farce fine.



Coupez les blancs de poulet par le milieu dans le sens de la longueur

- A l'aide d'un aplatisseur ou d'un rouleau à pâtisserie aplatissez les blancs pour les affiner et leur donner une forme régulière. Assaisonnez avec sel et poivre le filet de poulet.



Aplatissez les blancs pour les affiner et leur donner une forme régulière

- Posez un blanc sur l'extrémité d'un film alimentaire et disposez de la farce fine au centre du blanc.



Posez un blanc sur l'extrémité d'un film alimentaire et disposez de la farce fine au centre du blanc

- Roulez le tout de manière à former des ballotines. Filmez une deuxième fois pour bien fermer les ballotines (surtout si vous les pochez dans l'eau).



Roulez le tout de manière à former des ballotines

- Mettez-les sous vide et cuire 40 mn à 61° à l'aide du thermoplongeur.



Mettez les ballotines sous vide et cuire 40 mn à 61° à l'aide du thermoplongeur

Pour les tuiles de comté

- Râpez le comté et disposez-le sur une feuille anti adhésive. Enfournez à 180° pendant environ 12 mn. Sortez la plaque du four.



Râpez le comté et disposez-le sur une feuille anti adhésive

- Laissez refroidir et coupez grossièrement en morceaux.



Laissez refroidir et coupez grossièrement en morceaux.

Pour la sauce

- Réalisez un roux blanc (pas de coloration): faites fondre le beurre puis ajoutez la farine.



Réalisez un roux blanc (pas de coloration): faites fondre le beurre puis ajoutez la farine

- Versez le fond de volaille en une fois et hors du feu. Mélangez bien au fouet.



Versez le fond de volaille
en une fois et hors du feu

- Remettre sur le feu jusqu'à épaississement. Ajoutez alors la crème et le vin blanc et cuire encore deux minutes à feu doux.



Remettre sur le feu jusqu'à
épaississement

- Rectifiez l'assaisonnement et gardez la sauce au chaud au bain marie.

Dressage

- Sortez les ballotines de poulet des sachets, ôtez le film alimentaire et coupez-les en rondelles de 3 cm d'épaisseur.



Coupez les ballotines en rondelles de 3 cm d'épaisseur

- Disposez trois ou quatre rondelles de ballotines dans chaque assiette. Disposez un ou deux fingers de riz.



Disposez trois ou quatre rondelles de ballotines dans chaque assiette. Disposez un ou deux fingers de riz

- Puis nappez de sauce. Pour finir disposez les tuiles de comté. Tellement délicieux...



Puis nappez de sauce. Pour finir disposez les tuiles de comté.





Poulet Franc Comtois de Philippe Etchebest, basse température

Le Roux et ses secrets

Le roux est un liaison de farine et matière grasse (généralement du beurre) dont le but est d'épaissir une sauce ou un liquide. Il en existe trois sortes:

- le roux blanc: cuire la farine et la matière grasse sans coloration
- le roux blond: cuire la farine et la matière grasse avec une légère coloration
- le roux brun: cuire la farine et la matière grasse plus longuement pour obtenir une coloration brune

Les proportions pour obtenir un roux sont les suivantes: il faut toujours le même poids de farine et de matière grasse. Donc un kilo de roux fini se réalise avec 500 g de farine et 500 g de matière grasse.

Puis on ajoute au roux du liquide: cela peut être du lait (on obtient alors une béchamel) mais aussi un liquide comme un fond de volaille, de légume... C'est ce que fait le chef dans cette recette. Il faut savoir que suivant la proportion de roux par rapport au liquide ajouté, la consistance de la sauce ne sera pas la même. C'est pour cela qu'il est important d'en connaître les proportions en fonction de la texture que vous désirez.

- Pour une sauce légère il faut 60 g de roux fini par litre de liquide ajouté (donc 30 g de farine et 30 g de matière grasse).
- Pour une sauce un peu plus épaisse il faut 120 g de roux fini par litre de liquide ajouté (donc 60 g de farine et 60 g de matière grasse).
- Pour une sauce épaisse il faut 240 g de roux fini par litre de liquide ajouté (donc 120 g de farine et 120 g de matière grasse).

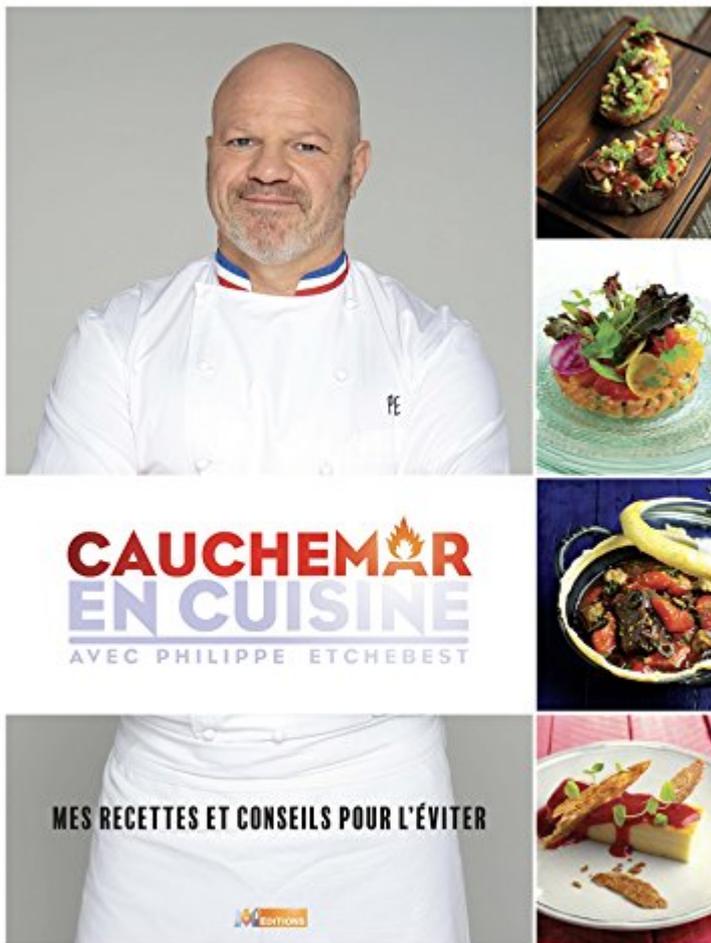
Daube provençale en cocotte lutée de Philippe Etchebest

Un bon petit plat d'hiver concocté par un grand chef et qui plus est super facile à faire! Sautez sur vos cocottes et mitonnez cette délicieuse daube provençale pour régaler toute votre famille! On peut remercier le chef Philippe Etchebest pour cette délicieuse daube que j'avais remarquée dans une de ses émissions « Cauchemar en cuisine ».



Daube provençale en cocotte lutée de Philippe Etchebest

Et retrouvez d'autres recettes du Chef, meilleur ouvrier de France dans son livre »Cauchemar en cuisine »; vous pouvez l'acquérir en cliquant sur la photo ci-dessous:



Cauchemar en cuisine

Ingrédients: pour 6 personnes

- 1 kg de joue de bœuf ou de paleron
- 200 g de poitrine de porc (petits lardons fumés ou non selon votre goût)
- 60 g d'olives vertes
- 60 g d'olives noires
- 150 g de champignons de Paris
- 6 belles carottes
- deux grosses tomates
- un oignon
- un bouquet garni
- 6 dl de fond de veau

Pour la marinade de la viande

- 20 cl de vin blanc
- 15 cl de cognac
- deux cuillerées à soupe d'huile d'olive

Pour la pâte à luter

- 200 g de farine
- 70 g de blanc d'œuf
- 2 g de sel

Matériel

- une cocotte

Préparation

- Faites la pâte à luter en mélangeant tous les éléments et réserver au frigo.



Faites la pâte à luter en mélangeant tous les éléments

- Salez et poivrez la viande. Faites-la mariner avec le vin blanc, le cognac et l'huile d'olive. Filmez, mettez au frais et laissez mariner pendant au moins 6 heures.



Faites mariner la viande avec le vin blanc, le cognac et l'huile d'olive

Taillez tous les légumes:

- Épluchez les carottes et coupez-les en morceaux.



Coupez les carottes

- Épluchez l'oignon et coupez-le en lamelles.



Épluchez les oignons et

coupez les en fines lamelles

- Émincez les champignons.



Nettoyez et coupez les champignons

- Mondez les tomates: plongez-les dans de l'eau bouillante pendant une minute.



Plongez les tomates dans de l'eau bouillante pendant une minute

- Pelez les tomates.



Pelez les tomates

- Ôtez les pépins des tomates à l'aide d'une petite cuillère. Coupez les tomates en gros morceaux.



Ôtez les pépins des tomates

- Faites revenir les lardons dans une poêle. Réservez.



Faire revenir les lardons.

- Égouttez la viande mais conservez la marinade. Faites

revenir la viande dans la cocotte pour la colorer.



Faites revenir la viande dans la cocotte pour la colorer

- Dressez tous les éléments en couches successives dans la cocotte: la viande, les légumes, les lardons, les tomates, les olives et ajoutez le bouquet garni.



Dressez tous les éléments en couches successives dans la cocotte

- Ajoutez la marinade puis le fond de veau. Mouillez à hauteur: le liquide doit affleurer l'ensemble des éléments: au besoin rajoutez un peu de vin blanc ou de fond de veau.



Ajoutez la marinade puis le
fond de veau

- Réalisez un long rouleau avec la pâte à luter.



Travaillez la pâte de
manière à former un long
rouleau

- Lutez la cocotte: positionnez le rouleau sur le
pourtour de la cocotte. Posez le couvercle par dessus.
Soudez bien. Enfournez à 180° pendant 4 heures.



Lutez la cocotte

Et c'est fini... Cette délicieuse daube se sert soit avec des pommes de terre ou avec des pâtes fraîches. Ajoutez un peu de persil et des petits copeaux de parmesan.



Daube provençale en cocotte lutée de Philippe Etchebest



Daube provençale en cocotte lutée de Philippe Etchebest

Cabillaud au chorizo basse température , asperges du printemps et petits légumes

Aujourd'hui un petit plat de cabillaud accompagné de nos premières asperges et relevé par une sauce au chorizo montée à l'huile d'olive: un ensemble délicat, onctueux au palais comme toutes les recettes de Philippe Etchebest, meilleur ouvrier de France! C'est encore une recette inspirée de l'émission « Cauchemar en cuisine » que j'ai adaptée à la basse température. En effet si le chef propose à chaque fois une excellente recette pendant l'émission, les proportions ne

sont jamais communiquées...



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.



Cabillaud au chorizo, asperges du printemps basse température

Ingredients: pour le Cabillaud au chorizo (6 personnes)

- un kilo de filet ou dos de cabillaud et des parures de poisson pour le fumet de poisson
- 150 g de chorizo doux
- environ 20 tomates cerises
- 2 bottes d'asperges
- 4 oignons nouveaux ou deux petits oignons (blancs ou rouges): environ 125 g
- des olives de lucques (l'olive lucques est une variété d'olive du Languedoc ayant une forme caractéristique en croissant de lune) ou des olives vertes
- ciboulette ciselée
- deux citrons verts
- parmesan en copeaux

- sel et poivre
- personnellement je rajoute quelques tomates confites: je trouve que cela du peps à la recette

Pour le fumet et la sauce

- des parures de poisson
- une carotte
- un oignon
- un poireau
- un bouquet garni (vert de poireau, thym, persil, laurier)
- 20 cl de vin blanc
- eau
- huile d'olive (20 cl)

Matériel

Pour plus de renseignements sur la cuisine 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]

- Ou 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**"



- 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 Cuisinier 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

- **Si vous ne possédez pas ce matériel**, pas de panique: je vous propose de pocher le cabillaud dans le fumet soit dans un four vapeur (le chef le cuit à 52° dans un four vapeur pendant une heure)

Préparation:

Commencez par le fumet de poisson que vous pouvez préparer la veille ou le matin pour le soir: en effet il va falloir en

congeler une partie pour le mettre sous vide avec la lotte. Si vous le gardez liquide il sera aspiré par la machine lors de la mise sous vide et encrassera l'appareil...

- Nettoyez les légumes pour le fumet. Coupez la carottes en petits tronçons. Faire de même avec le poireau et gardez quelques feuilles vertes pour faire le bouquet garni. Coupez la branche de céleri également en morceaux et l'oignon en tranches.



- Préparez le bouquet garni: dans une feuille verte de poireau enfermez une feuille de laurier, des queues de persil, une branche de thym. Ficelez bien le tout.



Préparez le bouquet garni

- Faites revenir à l'huile d'olive les parures poisson. Ajoutez les légumes précédents .Puis déglacer au vin blanc et ajoutez quelques grains de poivre.



Versez les légumes sur les parures et faites revenir

- Mouillez à hauteur avec de l'eau et ajoutez 3 étoiles de badianes ainsi que le bouquet garni et mijotez à feu doux pendant 30 mn.



Mouillez à hauteur

- Ôtez du feu et passez au chinois étamine en foulant bien pour en extraire le jus.



Passez le fumet et foulez-le

pour en extraire tous les
sucs

- Réservez un quart de litre pour la sauce et congelez le reste si possible en petites portions. J'utilise des bacs à glace pour congeler le fond: si vous en avez une grosse quantité n'hésitez pas à le remettre à chauffer pour le réduire: il n'en sera que plus goûteux et prendra moins de place.



Le fumet est passé



Congelez une partie du fumet

Le jour même

- Nettoyez les tomates cerises et ôtez le pédoncule. Réservez.



Nettoyez les tomates cerises

- Nettoyez les asperges. Coupez les en sifflets ou en tronçons.



Coupez les asperges en sifflets

- Les cuire à l'anglaise **deux minutes** (versez vos asperges dans l'eau bouillante bien salée pour deux minutes de cuisson). Rafraîchir à l'eau glacée à la fin de la cuisson . Égouttez et réservez. Gardez de côté quelques belles pointes pour le dressage.



Cuire les asperges à l'anglaise



Rafraîchir de suite les asperges à l'eau froide

- Épluchez et ciselez les deux petits oignons rouges (ou 4 oignons nouveaux).



Coupez l'oignon rouge en tranches

- Coupez le chorizo en petits dés.



Coupez le chorizo en petits dés.

- Faites revenir les oignons dans une poêle.



Faites revenir les oignons dans une poêle

- Quand les oignons sont translucides ajoutez les olives, le chorizo et les tomates confites.



Ajoutez les olives, le chorizo et les tomates

confites

- Puis ajoutez les asperges en morceaux (sauf les belles pointes que vous avez réservées après cuisson). Ajoutez enfin les tomates cerises; cuire encore deux minutes mais pas plus car les tomates cerises doivent rester croquantes. Réservez.



Ajoutez les asperges et tomates cerises



Cuire encore deux minutes

La cuisson du poisson

- Tronçonnez le filet de cabillaud. Assaisonnez avec du sel et piment d'Espelette.



Tronçonnez le filet de cabillaud



Tronçonnez le filet de cabillaud

- Posez les filets sur du film étirable. Posez les bien sur le bord du film et roulez les de manière à former des boudins; si vous les pochez vous ficellerez les extrémités (opération pas nécessaire pour la cuisson sous vide). Au besoin superposez les filets pour obtenir plus d'épaisseur et donc un beau boudin!



Posez les bien au bord du film



Roulez les de manière à former des boudins

- Mettez le ou les boudins sous vide avec les glaçons de fumet préparés la veille. Comptez 2 à 3 glaçons par sachet.



Mettre le cabillaud sous vide avec 4 cubes de fumet de poisson

- Cuire basse température 15 mn à 52° . **Si vous ne possédez pas le matériel** spécifique, pas de panique: je vous propose de pocher les boudins de cabillaud. Avec une petite aiguille piquez le boudin de quelques trous: cela va permettre au fumet de parfumer votre poisson ce qui ne sera pas le cas si il est enveloppé

hermétiquement dans le film alimentaire. Portez à ébullition un demi litre de fumet puis réduisez le feu de moitié et pochez les boudins pendant 10 mn . Je vous conseille également de préchauffer vos assiettes à 60° au four.



Anova sous vide circulator

Derniers préparatifs

- Taillez des copeaux de parmesan.



Taillez des copeaux de parmesan

- Faites réchauffer un quart de litre de fumet puis ajoutez l'huile d'olive et battre au fouet puis bien lier le tout au mixeur plongeant. Ajoutez le jus d'un citron vert. Rectifiez l'assaisonnement.



Chauffez le fumet



Mélangez l'huile d'olive
avec le fumet

- Ajoutez la sauce à votre poêlée de légumes.



Ajoutez tous les légumes et
le chorizo à la sauce

- Ôtez le sachet de cuisson du poisson du bain marie;
ouvrez le et tronçonnez le boudin en portions. N'oubliez

pas d'enlever le film alimentaire!



Tronçonnez le boudin en portions

- Disposez le poisson au milieu de l'assiette creuse.



Disposez le poisson au milieu de l'assiette creuse

- Versez la sauce aux légumes et chorizo sur le poisson.



Versez la sauce aux légumes
et chorizo sur le poisson

- Terminez par les pointes d'asperges, la ciboulette ciselée et les copeaux de parmesan... C'est TOP savoureux.



Terminez par les pointes d'asperges, la ciboulette ciselée et les copeaux de parmesan



Cabillaud au chorizo, asperges du printemps basse température

Top Chef 2016: l'épreuve du fumage

La semaine prochaine une des épreuves de Top Chef 2016 va porter sur le fumage. Voici une recette originale par son mode de cuisson, le fumage à chaud: ma truite fumée maison, aubergines en deux façons.

C'est un plat très goûteux comme je les aime où le fumé se marie sublimement avec les saveurs méditerranéennes de l'aubergine et des tomates confites! Vous pourrez la réaliser

simplement avec une cocotte ou encore mieux avec un fumoir spécialement conçu à cet effet. Grâce à ce mode de cuisson vous allez pouvoir fumer et cuire en même temps ou fumer un aliment déjà cuit comme des légumes, viandes, saucisses...



Truite fumée, aubergine en deux façons

Le fumage est l'une des manières très saine de préparer des aliments, car il n'utilise ni graisse ni huile. Il existe toute une variété de bois différents (chêne, érable, pommier, etc) pour varier les plaisirs mais vous pouvez également affiner le goût du fumage en ajoutant des herbes séchées ou des épices au bois de fumage. Vos aliments auront ainsi un délicat petit goût de fumé très particulier et bien plus fin que ce que vous pourrez trouver dans le commerce.

Pour 4 à 6 personnes:

- 2 aubergines pour le caviar d'aubergine et une aubergine pour la garniture de petits dés d'aubergine;;le jus d'un

demi citron;;du thym;;huile d'olive;;sel, poivre et fleur de sel



ingrédients pour le caviar d'aubergines et la garniture aux aubergines

- des tomates confites. Vous en trouvez facilement en super marché mais vous pouvez également les faire facilement vous même, surtout qu'elles se conservent longtemps dans l'huile. Voir la recette en cliquant [ici](#).;;des petites olives;;de la coriandre fraîche;;des pignons;;de la crème d'ail. Comme les tomates confites vous en trouverez facilement en super marché au même rayon que ces dernières. Si vous en achetez détendez la un peu avec un peu de crème fraîche pour la rendre plus onctueuse. Toutefois la recette est très simple: épluchez une vingtaine de gousses d'ail, les faire cuire à feu très doux dans du lait pendant 20 mn (elles doivent être devenues tendres), égouttez les et mixer. C'est tout...La crème d'ail se conserve bien au frais pendant une semaine, son gout est très doux et vous n'aurez pas les inconvénients digestifs qu'amène l'ail frais. Avec des pâtes, de l'agneau rôti ou ajoutée dans la vinaigrette c'est top...



ingrédients garniture
dressage

- deux à trois beaux filets de truite;;des copeaux de chêne pour le fumage



ingrédients poisson

Matériel :

- un fumoir à chaud avec poignées amovibles: il comprend le corps du fumoir, un plateau intérieur, une grille et un couvercle coulissant. Vous pouvez le trouver en vente sur les sites suivants au prix d'environ 70 euros. Toutefois si vous n'avez pas de fumoir vous pouvez également utiliser une cocotte: il vous faut donc une cocotte et son couvercle, mais également un ramequin métallique à poser dans la cocotte et une grille surélevée à poser dans le ramequin métallique: cette dernière servira à déposer l'aliment qui ne doit pas

être en contact direct avec les copeaux de bois, ni avec le plateau intérieur ou la cocotte. Un couscoussier convient parfaitement.

www.pawispeche.com/fumoir-de-table-inox,fr,3,546.cfm

www.e-citizen.com/produits/fumoir-smoki-1-44593



fumoir à chaud

Préparation:

Commençons par les deux préparations à base d'aubergines. Débutez par la découpe de deux aubergines pour le caviar d'aubergine et faites la découpe de la troisième aubergine en petits dés qui serviront pour le dressage. Vous pourrez ainsi cuire les deux préparations en parallèle.

1/préparation du caviar d'aubergine

- Couper deux aubergines en deux.



Couper deux aubergines en deux

- Ciselez le dessus de chaque demi aubergine avec un petit couteau et placez les dans un plat qui passe au four. Versez un trait d'huile d'olive sur chaque et saupoudrez généreusement de thym. Enfournez à 180° pour environ 50 mn.



Cuire les aubergines au four

- Les aubergines cuites, ôtez-en la chair à l'aide d'une cuillère.



Prélevez la chair cuite de l'aubergine

- Pressez le jus du 1/2 citron.



Pressez le jus du citron

- Mixez l'aubergine avec le jus de citron. Salez et poivrez. Réservez. J'ai volontairement omis de mettre de l'ail dans ce caviar d'aubergine puisque le plat est déjà servi avec une crème d'ail.



Mixez l'aubergine avec le

jus de citron

2/ Préparation des petits dés d'aubergine

- Coupez la dernière aubergine en tranches.



- Puis taillez chaque tranche en lanières et chaque lanière en petits dés.



Puis coupez chaque lamelles
en petits dés

- Faire revenir les petits dés d'aubergine à la poêle dans de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres. Réservez.



faire revenir les dés
d'aubergine

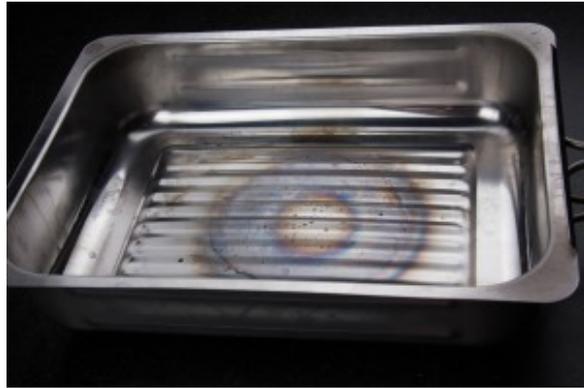
Passons au fumage de la truite:

- Découpez la truite en tranche puis chaque tranche en petits cubes de deux centimètres sur deux centimètres.



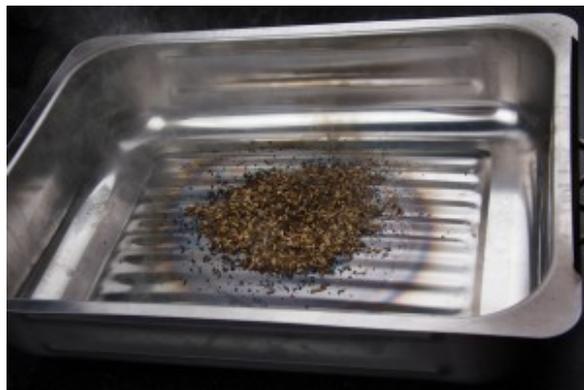
Découpez la truite en petits
cubes

- Déposez les dés de truite sur une feuille de papier cuisson que vous poserez sur la grille de la cuve de fumage quand le fumoir sera chaud.
- Faire chauffer la cuve vide à feu vif. Pour l'instant ne mettez rien à l'intérieur, ni le plateau intérieur, ni la grille. La cuve (ou la cocotte) est chaude lorsqu'en projetant un peu d'eau dans celle-ci, l'eau forme des petites billes qui s'évaporent rapidement (très difficile à prendre en photo...).



faire chauffer la cuve sur le feu.

- Déposez alors une belle poignée de copeaux de chêne dans la cuve (ou cocotte).



déposez alors la sciure de bois

- Puis immédiatement posez le plateau intérieur (ou ramequin métallique) dans la cuve (ou cocotte) sur la sciure qui chauffe immédiatement très fort. Puis déposez la grille sur laquelle se trouvent les dés de truite dans le plateau intérieur (ou ramequin métallique). Fermez la cuve avec le couvercle.
- Laissez cuire pendant 2 mn à feu vif et baissez le feu de moitié. Laissez alors cuire 10 mn. La truite est prête. Réservez la au frais.



La truite est cuite et fumée

- Faire dorer les pignons à sec dans une poêle. Réservez.



Faire revenir les pignons dans une poêle

Dressage :

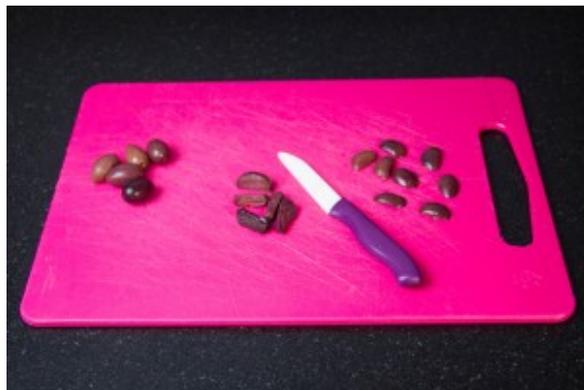
Juste avant de dresser, deux dernières petites préparations :

- Détachez de leur tige quelques feuilles de coriandre.



Coupez les petites de coriandre

- Coupez des jolis copeaux d'olive à l'aide d'un petit couteau.



Dénoyautez les olives

- Égouttez les tomates confites.

Important pour faciliter le dressage: préparez dans des petits bols individuels tous les ingrédients du dressage. A savoir les dés de truite, le caviar d'aubergine, les dés d'aubergine, les olives, les tomates confites, les pignons, les feuilles de coriandre ainsi que fleur de sel et poivre pour l'assaisonnement.

Et on commence!

- Dressez le caviar d'aubergine en arc de cercle sur l'assiette.



Dressez le caviar
d'aubergine en arc de cercle

- Puis disposez dessus les dés d'aubergine.



Disposez les dés d'aubergine
par dessus

- Puis quelques dés de truite...



Faire de même avec les dés
de truite

- Poursuivez avec les copeaux d'olive et des tomates confites.



Rajoutez les olives et tomates confites

- Puis les feuilles de coriandre et les pignons.



Puis les feuilles de coriandre et les pignons

- Faire un petit arc de cercle au centre de l'assiette avec la crème d'ail et décorez comme précédemment avec des olives, tomates confites et feuilles de coriandre.



Ajoutez la crème d'ail au centre

- Salez avec de la fleur de sel sur les morceaux de truite... et c'est prêt. Un régal pour les yeux et les papilles!



C'est prêt!

Ravioles de gambas, sauce curry coco, emincé de mangue

et pomme granny

Cette recette est grandement inspirée d'une recette de Philippe Etchebest que j'ai vue dans une de ses émissions TV. Malheureusement les dosages n'étaient pas indiqués ... Pourtant elle m'a donné l'eau à la bouche et je vous en livre aujourd'hui mon interprétation.

Elle est facile à faire, très goûteuse et fera une sublime entrée lors d'un repas de fête ou tout simplement pour se faire plaisir!

Vous pouvez également proposer ce plat en amuse bouche (une raviole par personne) ou en plat (3 à 5 ravioles par personne) accompagné d'un peu de riz au jasmin.



Ravioles de gambas, sauce curry coco, emincé de mangue et pomme granny

Vous aimez la cuisine de Philippe Etchebest? Vous aimerez

aussi sa « Tartelette de boudin blanc, compote de pomme aux épices, sauce champagne ». Retrouvez la recette en cliquant **ici**.

Ingrédients (pour une entrée prévues pour 6 personnes):

Pour 3 ravioles par personne pour une entrée

- un sachet de pâte à ravioles asiatiques (un sachet contient environ 80 carrés donc de quoi faire 40 ravioles)
- une douzaine de gambas
- 1 échalote
- une demi mangue
- une demi pomme granny smith
- 20 cl de lait de coco
- 20 cl de fumet de poisson (si possible fait maison...)
- 6 bâtons de citronnelle
- des feuilles de coriandre ou pour plus d'originalité de la mélisse citronnée



Ingrédients

Préparation:

- Épluchez les échalotes et coupez-les très finement.



Ciselez les échalottes

- Coupez les bâtons de citronnelle en tranches fines. En coupant en petits morceaux, vous réduisez le temps de cuisson et l'aliment va plus facilement libérer ses arômes.



Coupez la citronnelle

- Ciselez la mélisse (ou la coriandre). Gardez en quelques feuilles entières pour le dressage.



Ciselez la mélisse

- Coupez la mangue en tout petits morceaux (brunoise de 2 mm sur 2 mm).



Coupez la mangue en cubes

- Pelez la pomme et faire de même: petite brunoise.



Coupez la pomme en petits dés

- Mélangez la mangue et la pomme en ajoutant quelques gouttes de citron pour éviter que la pomme ne noircisse. Réservez au frais.



Mélangez la mangue et la pomme

- Décortiquez les gambas: ôtez les têtes (dont vous aurez besoin pour la sauce) et les carapaces.



Décortiquez les gambas

- Coupez chaque gambas en quatre morceaux. Gardez une gambas entière par convive.



Coupez chaque gambas en quatre morceaux.

- Mélangez les morceaux de gambas avec une partie de la mélisse ciselée (ou de la coriandre). Réservez les gambas au frais.



Mélangez les morceaux de gambas avec une partie de la mélisse ciselée

- Faites revenir les échalotes, la citronnelle et les têtes de gambas dans un peu de beurre pendant environ 5 minutes.



Faites revenir les échalotes, la citronnelle et les têtes de gambas

- Puis ajoutez le curry, le lait de coco et le fumet de poisson. Chauffez à feu doux pendant environ 10 mn.



Puis ajoutez le curry, le lait de coco et le fumet de poisson

- Ôtez du feu et incorporez la mélisse (ou la coriandre) : laissez infuser 10 minutes hors feu.



Infusez la mélisse hors du feu

- Passez la sauce au chinois en écrasant bien avec une cuillère pour en extraire tous les sucs. Réservez la sauce au frais.



Passez la sauce au chinois en écrasant bien

Passons maintenant à la confection des ravioles.

- Posez quelques morceaux de gambas au milieu d'un carré de raviole. Puis à l'aide d'un pinceau mouillez les bords de la raviole avec un peu d'eau.



Posez quelques morceaux de gambas au milieu du carré de raviole

- Posez alors un autre carré de raviole par dessus et collez bien les bords en chassant le plus d'air possible (si vous laissez trop d'air les ravioles vont flotter à la surface de leur bain de cuisson). A l'aide d'un emporte pièce rond découpez les ravioles et pincez bien les bords entre deux doigts pour bien le fermer.



Posez alors un autre carré de raviole pardessus et collez bien les bords

- Réservez les ravioles au fur et à mesure sur une surface lisse et légèrement farinée.



Réservez les ravioles au fur et à mesure

Cuisson: Juste avant de servir!

- Dans une grande casserole d'eau bouillante faites cuire les ravioles: 60 secondes suffises! Égouttez les bien.



Faites cuire les ravioles

- En même temps cuisez à feu doux avec un peu de beurre les gambas entières que vous avez réservées: une minute de chaque côté suffit. Salez et poivrez.



Cuisez à feu doux avec un peu de beurre les gambas entières

Dressage

- Réchauffez la sauce au micro onde.
- Dans un joli bol déposez une cuillerée de mangue et pomme.



Déposez une cuillerée de
mangue et pomme

- Puis nappez avec de la sauce réchauffée.



Nappez avec de la sauce

- Déposez les ravioles et posez au dessus une gambas.
Remettez un peu de sauce et décorez avec quelques
feuilles de menthe (ou coriandre). C'est prêt!



Déposez les ravioles et
posez au dessus une gambas

Astuces:

- Faites préchauffer vos bols de présentation au four à 60°. Vous garderez ainsi plus longtemps le plat au chaud.
 - Vous pouvez proposer ce plat en amuse bouche (une raviolle par personne) ou en plat (5 raviolles par personnes) accompagné d'un peu de riz au jasmin.
-

Tartelette de boudin blanc, compote de pomme aux épices, sauce champagne de Philippe Etchebest

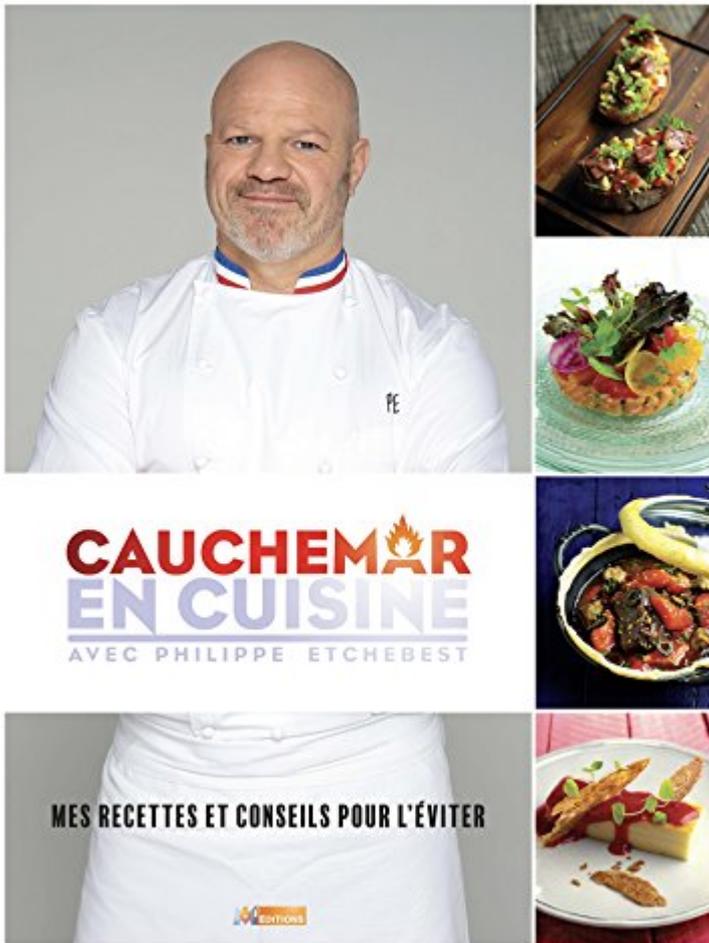
On ne présente plus Philippe Etchebest, chef au combien talentueux et sympathique, bien sur étoilé, meilleur ouvrier de France, animateur de l'émission « Duel en cuisine ». Bref un pur concentré de talent!

C'est lors d'une de ses émissions culinaires que le chef nous a présenté cette recette, destinée à l'un des restaurant qu'il coachait. Comme dit le chef, elle est simple et bonne. J'ajouterais qu'elle extrêmement savoureuse, facile à faire et très jolie à servir. On peut la préparer à l'avance, ce qui est bien pratique lors d'un repas de réveillon et vous pouvez la rendre encore plus festive en ajoutant des pelures de truffes ou une truffe entière (coupée en fines lamelles intercalées avec les tranches de boudin blanc).



Tartelette de boudin blanc, compote de pomme aux épices, sauce champagne de Philippe Etchebest

Et retrouvez d'autres recettes du Chef, meilleur ouvrier de France dans son livre »Cauchemar en cuisine »; vous pouvez l'acquérir en cliquant sur la photo ci-dessous:



Cauchemar en cuisine

Difficulté: facile

Ingrédients: (pour 4 personnes)

- 2 beaux boudins blancs
- de la pâte feuilletée
- un peu de persil plat haché

Pour la compote de pomme :

- 3 pommes granny smith
- une cuillerée à café de gingembre râpé
- 2 cuillerées à soupe de cassonade
- 2 gr de 5 épices
- 10 cl de vinaigre de cidre
- une pincée de sel et une pincée de piment d'Espelette

Pour la sauce:

- 2 grosses échalottes
- 1 petite bouteille de champagne (il vous en faut 15 cl)
- 15 cl de crème fraîche
- une cuillerée à soupe de moutarde à l'ancienne



Ingrédients

Matériel:

- un emporte pièce rond d'environ 12 cm de diamètre

Préparation:

1/Commencez par découper et cuire le feuilletage.

- Découpez le feuilletage en plusieurs ronds à l'aide d'un emporte pièce d'environ 12 cm de diamètre.



Découpez le feuilletage en ronds à l'aide d'un emporte pièce

- Disposez l'ensemble des découpes sur une plaque anti adhésive allant au four.



Disposez l'ensemble des découpes sur une plaque allant au four

- Recouvrez la plaque d'un autre plaque anti adhésive (type silpat) pour éviter que la pâte feuilletée ne gonfle. Enfournez à 180° pendant 10 à 15 mn (surveillez la coloration de votre pâte en cours de cuisson pour qu'elle soit dorée). Réservez après cuisson.



Recouvrez la plaque d'un autre plaque

2/Pour la compote:

- Râpez l'équivalent d'une cuillerée à café de gingembre frais. Réservez.



Râpez le gingembre

- Épluchez les pommes.



Épluchez les pommes

- Coupez les pommes en quartiers puis en petits cubes.



Coupez les quartiers en petits cubes

- Faire revenir les dés de pommes dans un peu de beurre.

Puis déglacez avec le vinaigre de cidre. Laissez compoter 5 mn à feu doux puis ajoutez les épices (5 épices, gingembre, piment d'Espelette, sel). Poursuivez la cuisson à feu doux pour obtenir une belle compote. Réservez.



3/Pour la sauce:

- Épluchez et émincez très finement les échalotes.



Émincez l'échalote.

- Versez les échalotes et le champagne dans une casserole.

Laissez réduire de moitié à feu doux.



Laissez réduire

- Ajoutez la crème et la moutarde. Poursuivez la cuisson quelques minutes. Réservez.



Ajoutez la crème et la moutarde

4/Pour le boudin:

- Coupez le boudin en tranches pas trop épaisses.



Coupez le boudin en tranches pas trop épaisses.

- Faites revenir les tranches à la poêle avec une noix de beurre juste pour les dorer. Égouttez les sur du papier absorbant pour en ôter le gras. Réservez.



Faites revenir les tranches à la poêle juste pour les dorer un peu

Finition:

Tous vos éléments sont prêts: il ne reste plus qu'à les assembler.

- Réchauffer la sauce et la compote à feu doux ou au micro onde.
- Tartinez chaque disque de feuilletage de compote de pomme.



Tartinez chaque disque de compote de pomme

- Puis disposez les tranches de boudin en rosace sur la compote. Enfournez de nouveau pour 5 mn à 160°.



Puis disposez les tranches de boudin en rosace sur la compote

Dressage:

- Déposez une belle cuillerée de sauce au fond de l'assiette.



Déposez la sauce au fond de l'assiette

- Disposez par dessus une tartelette de boudin et saupoudrez de persil. Il n'y a plus qu'à servir.



Disposez par dessus une tartelette de boudin

Le saviez-vous?

L'histoire du boudin blanc est récente puisqu'il n'apparaît sous sa forme actuelle qu'au XVII^e siècle. Il semble pourtant remonter au Moyen Âge où l'on avait l'habitude de manger avant le repas de Noël une bouillie faite de lait, de mie de pain, de graisse, de fécule, et parfois de morceaux de jambon ou de volaille bouillis. Mais ce n'est qu'au siècle des Lumières qu'un cuisinier, resté anonyme, eut l'idée de servir cette préparation en la rendant plus consistante, dans du boyau de porc afin qu'elle soit digne d'être servie à des tables nobles lors du repas de Noël.

Le boudin blanc est fait à base de viande blanche. Il est généralement préparé selon les proportions 70 % de maigre et 30 % de gras. Le hachis est fait de viande blanche, de gras de porc ou de veau, parfois de poisson, de lait, d'œufs, de crème, de farine ou de mie de pain et d'épices, mis dans un boyau et cuit. Le boudin blanc « classique », de porc, de veau ou de volaille est présenté en portion de 12 à 15 cm. Il est embossé dans des boyaux de porc.

Il en existe différentes variétés selon les régions. Pour exemple:

- le boudin blanc catalan, dans les Pyrénées-Orientales, contient des œufs
- le boudin blanc havrais, de couleur jaune clair, est sans maigre de porc, avec du gras de porc, du lait, des œufs, de la mie de pain et de la farine. Une recette inventée dit-on par les moines privés de viande le vendredi
- le malsat, boudin blanc de pays dans le Sud-Ouest a une longueur de 3,5 à 4 cm, est dans du boyau de bœuf
- le boudin à la Richelieu, à la volaille, peut-être truffé, est dans une crêpine de porc
- le boudin blanc de Rethel (Ardennes), titulaire d'une indication géographique protégée (IGP)⁸, est fabriqué sans produit amylacé
- la bougnette de Castres (Tarn), avec du porc et des œufs, est emballée dans une crêpine et cuite au four
- le coudenou de Mazamet (Tarn), est avec moitié couennes et panade d'œufs
- le blanquicos spécialité pied-noire, contient des oeufs

Source: Wikipédia