Œuf Oriental Basse température

Une jolie recette gourmande et originale autour de l'œuf. La cuisson des œufs se réalise basse température. Il faut donc utiliser un thermoplongeur ou si vous avez un Thermomix TM6 utilisez la fonction cuisson sous vide.

Pour la recette adaptée au Thermomix TM6 cliquez ici.



Œuf Oriental Basse température

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 » ,« Ma cuisine basse température, Best Of -Tome 4 » , « Ma cuisine

Basse Température, Best of – Tome 5 » et enfin le tout dernier « Ma cuisine Basse Température, Best of – Tome 6 »

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
- Pour le Tome 4 cliquez ici
- Pour le Tome 5 cliquez ici
- Pour le tome 6 cliquez ici

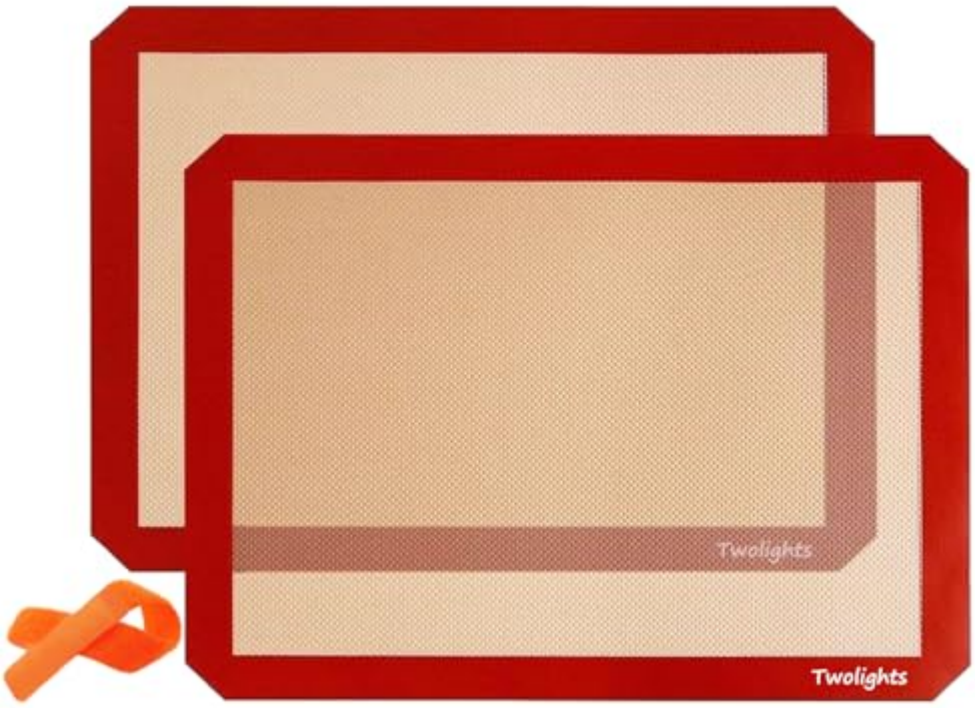
Matériel

- 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 silpat pour les tuiles. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo:



Tapis de Cuission en Silicone 2 Pièces Sans BPA Anti-Adhérent Toile Feuille de Cuisson Patisserie Twolights(40 * 30cm)

- Une Microplane Râpe à zester: super utile en cuisine pour obtenir un zeste extrêmement fin. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



Microplane Râpe à zesteur en couleur Noir pour agrumes, parmesan, gingembre, chocolat et noix de muscade avec lame fine - Fabriqué aux États-Unis

Ingrédients pour 4 personnes

Pour les œufs

- 4 œufs

Pour la Tuile au sarrasin

- 100 g de blancs d’œufs
- 1 pincée de sel fin
- 80 g de farine de sarrasin
- 50 g de beurre fondu
- graines de sésame ou de kasha

Pour la crème de sésame

- 150 g de tahini
- 130 g de yaourt
- 10 g de vinaigre de riz

Pour la garniture

- 3 oignon (environ 420 g)
- 1 carotte
- une gousse ail
- huile d’olive
- 6 à 8 g d’épices orientales (kefta, ras el hannout selon votre goût)
- 8 g de miel
- Poivre sel
- Câpres, olives noires et graines de sésame

Préparation

Pour les tuiles

- Mélangez les blancs d’œufs, la pincée de sel et la farine de sarrasin. Ajoutez le beurre fondu. Mélangez bien. Etalez finement sur une surface anti adhésive (sylpat ou papier cuisson) et saupoudrez de graines de kasha ou de sésame



Etalez finement sur une surface anti adhésive

- Enfournez à 150° pendant 15 à 20 mn selon les fours et l'épaisseur de votre tuile. Laissez refroidir et cassez en morceaux. Réservez .

Pour la crème de sésame

- Mélangez l'ensemble des ingrédients et réservez.



Mélangez l'ensemble des ingrédients et réservez

Pour les œufs basse température

- Cuisez les œufs au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur à 63,5° pendant 1 heure.



comptez 1 heure de cuisson pour les oeufs

Pour la Garniture (à réaliser pendant la cuisson des œufs)

- Coupez les oignons en brunoise.



Coupez les oignons

- Coupez la carotte également en brunoise.



Coupez la carotte en brunoise

- Faites revenir l’oignon avec un peu d’huile d’olive et les épices dans une poêle ; râpez la gousse d’ail à l’aide de votre Microplane par-dessus et ajoutez le miel. Les oignons doivent caraméliser. Ajoutez alors la brunoise de carotte et cuisez encore à feu doux 5 mn.



Ajoutez alors la brunoise de carotte et cuisez encore à feu doux 5 mn

Dressage

- Disposez un peu de garniture aux oignons au milieu de l’assiette de manière à former un nid. Ouvrez un œuf juste au-dessus et déposez-le délicatement dessus. Versez la crème de sésame tout autour. Saupoudrez de quelques câpres, d’olives noires et de graines de sésame et finissez par une tuile au sésame.



Œuf Oriental Basse température

Cabillaud basse température, sauce vierge à la grenade, petits pois verveine

Un recette tout en fraicheur avec un cabillaud parfaitement cuit grâce à la cuisson sous vide basse température.

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 » , « Ma cuisine Basse Température,Best of -Tome 4« et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 5 ». 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
- Pour le Tome 4, cliquez ici
- Pour le Tome 5, cliquez ici

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.
- 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:

Ingrédients pour 4 personnes

Pour le cabillaud

- cabillaud: comptez 110 g par personne si vous servez ce plat en entrée ou 180 g si vous le servez en plat
- un filet d’huile d’olive
- le zeste d’un citron

Pour la sauce vierge

- 20 g d’oignon rouge
- 100 g d’huile olive
- 60 g de grains de grenade
- 80 g de mini tomate
- le jus et le zeste d’un demi citron
- la chair d’un demi citron jaune
- des feuilles de coriandre
- sel et poivre

Pour la purée petits pois, verveine

- 250 g de petits pois frais écossés
- 8 g de feuilles de verveine
- 50 g de chèvre frais
- 20 g d’huile olive
- une cuillérée à café de vinaigre de riz
- sel et poivre

Préparation

- Ecossez les petits pois et versez-les dans une casserole d’eau bouillante. Laissez cuire environ 10 minutes et égouttez. Mixez les petits pois avec les feuilles de verveine, le chèvre, l’huile d’olive et le vinaigre de riz. Rectifiez l’assaisonnement et réservez au frais.

- Préparez la sauce: ouvrez et détaillez la grenade: pour en ôter facilement les graines commencer par faire 5 entailles sur le dessus de la grenade tout autour du pédoncule, comme sur la photo.
- Puis ôtez le chapeau avec le pédoncule.
- Vous pouvez voir que les graines sont séparées en segments de peau blanche (5 à 6 par grenade). Coupez alors l'extérieur de la grenade au niveau de chaque segment sans aller trop profondément.
- Puis avec les doigts ouvrez la grenade. Les segments se détachent alors facilement. Il ne reste plus qu'à prélever les graines.
- Ouvrez les mini tomates en 4 et ôtez les graines. Coupez les tomates en petite brunoise (petits dés).
- Réalisez une brunoise avec l'oignon rouge.
- Prélevez la chair d'un demi citron.
- Prélevez les feuilles de coriandre.
- Dans un bol mélangez l'oignon rouge, la chair de citron, la brunoise de tomate, les grains de grenade avec l'huile d'olive, les feuilles de coriandre, le jus de citron et son zeste. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Réservez.
- Versez quelques gouttes d'huile d'olive sur les morceaux de cabillaud et zestez un citron par dessus. Placez les morceaux de poisson dans un sac sous vide et cuire sous vide au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur à 52° pendant 10 minutes.

Dressage

- Réalisez une ou deux quenelles de purée de petits pois légèrement tiédie et déposez-les dans l'assiette. Versez une cuillérée de sauce vierge et posez un morceau de cabillaud par-dessus.

Lard confit basse température et son petit jus, pois cassés au thym

Aujourd'hui je vous propose une version moderne du lard aux pois cassés: le Lard confit et son petit jus, pois cassés au thym C'est un plat de mon enfance que ma grand-mère maternelle faisait souvent…Cuit basse température, le lard est un met absolument succulent car cela lui apporte un moelleux et une tendreté incomparable et surtout inoubliable. C'est un plat qui remporte un succès fou à ma table.

Je remercie particulièrement le chef Philippe Meyers du restaurant du même nom (une étoile à Braine l'Alleud, Belgique) pour m'avoir dévoilé les secrets de la cuisson du lard basse température. Le chef en propose sa version terre mer absolument divine dans son restaurant: le « Lard cuit 17 heures, eau de Villée, citrons confits, queues de langoustines juste snackées ». Si vous passez dans la région n'hésitez pas à faire le détour! Vous vous régalerez.

Et n'oubliez pas de choisir un produit de qualité chez votre boucher préféré. Une bonne viande de porc se reconnait par une bonne teneur en graisse intramusculaire grâce à un respect de l'animal et une nourriture saine et naturelle! Pour mes amis

Belges vous la trouverez à la boucherie Dobbelaere à Braine le Château.

Pour plus d'informations sur la cuisson sous vide 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.

Ingrédients: pour 4 personnes

- 2 belles tranches de lard de très bonne qualité (4 cm d'épaisseur et 20 cm de long).
- une belle cuillerée de ketchup maison (pour la recette cliquez ici)
- une cuillerée à café de vinaigre de riz ou un vinaigre parfumé au thym

Pour la garniture

- 200 g de pois cassés secs

- deux tomates émondées (sans la peau et sans les pépins)
- des branches de thym frais
- une cuillérée à café de curry
- un oignon blanc
- un oignon rouge
- deux clous de girofle
- sel, poivre

Pour le jus

- 120 g de parures de viande de veau (demandez à votre boucher)
- une carotte
- un petit oignon
- un bouquet garni (laurier, persil poireau, thym)
- 2 g de chocolat noir
- 5 grains de poivre Sichuan

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 sur la photo ci dessous.
- 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"**
- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:
- un emporte pièce de 12 cm de diamètre pour faire un joli

dressage. Si vous pâtissez ou cuisinez beaucoup n’hésitez pas à vous équiper d’un lot d’emporte pièces de différents diamètres. C’est très utile! Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.

Préparation

On commence par la cuisson du lard qui prend longtemps! Donc commencez la cuisson la veille au soir.

- A l’aide d’un pinceau badigeonnez les tranches de lard avec le ketchup maison mélangé à la cuillerée à café de vinaigre. Salez et poivrez.
- Mettez le lard sous vide avec quelques brins de thym. Cuire à l’aide de votre thermoplongeur 17 heures à 71°.

Le jour même préparez le petit jus et la garniture.

Le petit jus:

- Préparez votre bouquet garni: nettoyez votre poireau et enveloppez la feuille de laurier, quelques brins de persil et de thym dans la partie verte du poireau. Gardez le blanc du poireau pour une autre utilisation.
- Épluchez la carotte et coupez-la en petits morceaux.
- Émincez l’oignon.
- Découpez vos parures de veau en petits morceaux.
- Faites rissoler les morceaux de veau dans une cocotte avec un peu d’huile. Les morceaux doivent être bien dorés.
- Ajoutez le bouquet garni, la carotte et l’oignon coupés en morceaux. Faites suer quelques minutes.
- Mouillez à hauteur avec de l’eau et décollez bien les sucs de cuisson attachés au fond. Laissez cuire

doucement jusqu’à ce que le jus ait réduit de moitié.

- Filtrez et versez dans une casserole propre.
- Rajoutez du thym frais et quelques grains de poivre Sichuan. Laissez réduire de nouveau de moitié. La sauce doit commencer à devenir légèrement sirupeuse.
- Ôtez du feu et ajoutez le chocolat. Laissez fondre et réservez. La sauce est prête.

La garniture

- Rincez les pois cassés à l’eau. Versez-les dans trois fois leur volume d’eau. Ajoutez l’oignon blanc piqué de deux clous de girofle et une cuillerée à café de curry. Cuire 45 mn à feu doux ou 15 mn à la cocotte minute.
- Épluchez et coupez l’oignon rouge en brunoise (petits dés).
- Faites revenir les dés d’oignons dans une poêle avec un peu d’huile d’olive. Faites revenir à feu doux quelques minutes.

Émondez les tomates.

- A l’aide d’un petit couteau tracez une petite croix sur la base de chaque tomate.
- Plongez-les dans une casserole d’eau bouillante pendant deux ou trois minutes.
- Puis mondez les tomates: ôtez-en la peau qui doit se décoller facilement. Coupez-les en quatre et ôtez-en les graines.
- Coupez les tomates en petite brunoise.
- Ajoutez les dés de tomates à l’oignon rouge.
- Quand la cuisson des pois cassés est terminée égouttez-les. Puis ajoutez-les dans la poêle avec l’oignon et les

tomates. Laissez cuire encore trois minutes. Salez, poivrez, réservez.

- A la fin de la cuisson du lard sortez-le du sachet. Puis passez le coté gras dans une poêle pour le dorer sur le dessus. Il ne reste plus qu'à dresser vos assiettes.

Dressage

- Utilisez votre emporte pièce pour dresser vos pois cassés en cercle. Ne remplissez pas le centre: vous y déposerez un beau morceau de lard.
- Nappez de sauce l'intérieur du cercle. Ôtez l'emporte pièce.
- Terminez en disposant des petits points de sauce tout autour ainsi que des petites feuilles de thym frais.

Et maintenant on se régale car ce plat est une véritable gourmandise tellement le lard est fondant!

Tournedos de cabillaud au gingembre et sa poêlée de poivrons, aubergines en deux façons

J'adore le poisson et en Belgique le poisson roi, c'est le cabillaud: il est d'une qualité exceptionnelle et je le cuisine de plein de façons différentes. Dans cette recette j'utilise la cuisson sous vide basse température mais je vous propose aussi un mode de cuisson traditionnel pour obtenir un

poisson bien fondant. Voici mon inspiration du jour!

Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleures 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 » , « Ma cuisine basse température-Tome 4 » et enfin « Ma Cuisine basse Température, Best Of- Tome 5 » 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
- Pour le Tome 4, cliquez ici
- Pour le Tome 5, cliquez ici

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

Ingrédients pour le Tournedos de cabillaud (6 personnes)

- dos de cabillaud (comptez 180 g par personne)
- piment d'Espelette
- deux aubergines
- deux cuillerées à soupe rase de tahini: c'est une crème de sésame, préparation orientale faite à partir de graines de sésame broyées, avec un peu d'eau, jusqu'à obtenir une pâte lisse.
- huile d'olive
- thym
- deux poivrons
- 4 petits oignons jeunes (cébettes)

- deux tomates si vous vous désirez les sécher vous-même ou quelques tomates séchées achetées dans le commerce. Pour la recette des tomates séchées confites cliquez **ici**.
- une grosse échalote
- du soja salé et du soja sucré: en proportion comptez 2/3 de sucré et 1/3 de salé
- deux cuillerées à soupe de vinaigre de riz
- du gingembre (environ deux à trois centimètres)
- 3 gousses d'ail
- un citron vert
- du pain de mie sans croûte
- une aubergine sicilienne: ce sont des aubergines bien rondes, d'un violet plus pâle qui vire au blanc vers le pédoncule. Leur goût est plus doux que les aubergines classiques et elles sont bien plus fondantes en bouche.
- 2 ou 3 glaçons (environ 10 cl) de fumet de poisson fait maison, c'est tellement meilleur. Pour la recette du fumet de poisson cliquez **ici**.

Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.
- 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"**

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:

Pour plus de précision sur la cuisson sous vide basse température cliquez **ici**.

Préparation:

Commencez par la préparation des légumes.

- Coupez les aubergines classiques en deux. Incisez la chair en surface à l'aide d'un petit couteau en dessinant des croisillons. Puis laquez-les d'un peu d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau.
- Saupoudrez de thym et passez au four à 180° pendant 50 mn.
- Coupez l'aubergine de Sicile en tranches. Puis faites revenir les tranches dans de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Faites attention à la cuisson de manière à ne pas les brûler. Égouttez-les sur du papier absorbant et réservez.
- Émincez l'échalote en brunoise (petits dés de 2mm de côtés).
- Coupez les poivrons en lamelles.
- Faites revenir les échalotes ciselées dans un peu d'huile d'olive puis rajoutez les poivrons.
- Poursuivez la cuisson jusqu'à ce que les poivrons soient tendres.
- Ciselez les cébettes.
- Sortez les demi aubergines du four et grattez l'intérieur avec une cuillère pour en récupérer la chair. **N'utilisez pas la peau** qui donnera trop d'amertume. Mixez la chair des aubergines avec **la**

moitié des cébettes ciselées et deux cuillerées à soupe rase de tahini. Si l'ensemble est un peu épais, vous pouvez rajouter quelques gouttes d'huile d'olive. En fin de mixage, rajoutez la deuxième partie des cébettes et réservez.

- Abaissez les tranches de pain de mie à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Puis tranchez-les en leur donnant la forme d'un triangle et badigeonnez les tranches de pain d'un peu de beurre fondu.
- Déposez les tranches de pain de mie sur une surface arrondie et enfournez à 180° pendant 8 mn. Elles doivent être dorées. Réservez.

La cuisson du poisson

- Assaisonnez le cabillaud avec du sel et piment d'Espelette. Posez-le sur le bord d'un film alimentaire et roulez de manière à former un boudin bien serré. 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. Mettez le sous vide avec les glaçons de fumet de poisson. . Cuire au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur 15 mn à 52°.
- Préparez la marinade. Versez le soja dans un grand récipient et râpez le gingembre et les gousses d'ail au dessus. Ajoutez le vinaigre de riz et mélangez bien.
- Prélevez 20 cl de cette marinade et faites-la réduire de manière à ce qu'elle soit légèrement sirupeuse. Réservez.
- En fin de cuisson détaillez le dos de cabillaud en tronçons **sans ôter le film qui l'entoure.** Le cabillaud est un poisson très fragile: si vous ôtez le film, il ne se tiendra plus et se morcellera en petits morceaux…

- Faites mariner les tranches de cabillaud dans la marinade pendant 30 mn. Puis, cette fois ôtez délicatement le film étirable (**n'oubliez pas de la faire!**) et faites revenir le cabillaud dans une poêle anti adhésive une minute de chaque côté. **Manipulez les tranches de cabillaud à l'aide d'une spatule large de manière à ce qu'il ne se casse pas**. Pendant la cuisson du poisson faites réchauffer l'ensemble de la garniture (caviar d'aubergine, rondelles d'aubergine de Sicile, poivrons, sauce réduite et tomates confites).

Dressage

- Déposez une rondelle d'aubergine de Sicile au centre de l'assiette et recouvrez-la d'un peu de caviar d'aubergine. Puis posez les tranches de cabillaud au centre de la rondelle d'aubergine. Entourez le tout de poivrons. Disposez votre tranche de pain de mie craquante sur le côté ainsi que quelques tomates confites ou séchées sur le dessus. Complétez avec un trait de caviar d'aubergine sur le côté, quelques points de marinade réduite et zestez un peu de citron vert par dessus. Bon appétit!

Joues de porc au cumin et ses légumes confits, chips de carotte (recette basse

température)

Et voici une nouvelle recette sous vide basse température! A base de joues de porc, morceaux que l'on utilise peu et c'est bien dommage: goûteuses et peu onéreuses, elles méritent d'être remises à l'honneur. Si vous n'avez pas de matériel pour cuire basse température, pas de panique: je vous propose en alternative un autre mode de cuisson au four traditionnel!



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.

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

.

Ingrédients (4 personnes) :

- 800 g de joue de porc
- 2 à 3 petites carottes par personne

- 2 échalotes par personne
- une orange (le zeste et le jus)
- 2 feuilles de laurier
- une branche de romarin
- une cuillerée à café de miel
- 2 branches de thym
- une cuillerée à soupe de cumin
- 30 cl de fond de volaille ou fond de veau
- 15 cl de vin blanc

Matériel

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

Préparation:

1/ La viande

- Zestez l'orange.



- Pressez le jus de l’orange. Réservez.
- Faire revenir un peu de beurre avec une belle cuillerée à soupe de cumin.
- Colorez la viande quelques minutes dans la poêle. Puis ôtez la viande de la poêle et laissez-la refroidir avant de la mettre sous vide. Ne lavez pas la poêle: vous allez en avoir besoin pour les légumes: les sucs de la cuisson de la viande se mélangeront aux légumes.
- Mettez la viande sous vide avec une noix de beurre et le zeste de l’orange. Cuire sous vide à 65° pendant 2 heures 30. Si vous n’avez pas de matériel pour cuire basse température mettez la viande dans une cocotte et cuisez la au four à 70° pendant 1 heure 30 en l’arrosant de temps à autre avec 15 cl de fond de veau (ou volaille) auquel vous aurez ajouté le jus d’orange et le miel.
- A la fin de la cuisson basse température, sortez les joues du sachet . Réservez-les au four à 65°. Puis versez le jus de cuisson qui reste au fond du sachet dans une casserole avec une cuillerée à café de miel et la moitié du jus d’orange. Réduisez de moitié: votre sauce est prête. Salez et poivrez. Réservez au chaud.
- Si vous avez cuit la viande au four, votre sauce est le jus restant dans la cocotte de la cuisson; si elle est un peu épaisse, rajoutez un peu de fond de veau ou de

jus d’orange pour la détendre un peu mais elle doit rester sirupeuse.

2/ La garniture

Pendant la cuisson de la viande, préparez la garniture:

- Épluchez les échalotes. Gardez les entières.
- Épluchez les carottes. Réservez deux carottes crues pour les chips.
- Remettez une noix de beurre dans la poêle qui a gardé les sucs de la viande. Puis déposez les échalotes, les carottes, la branche de romarin, le thym, et recouvrez de 15 cl de fond de veau, du vin blanc et le reste de jus d’orange. Enfournez à 130° sans couvrir pendant environ 45 mn à 1 heure. N’hésitez pas à remuer les légumes régulièrement pendant la cuisson. Les légumes doivent être confits. Réservez.





- A l’aide d’un économe, faites de larges lanières de

carottes avec les deux carottes crues restantes.

- Faites frire les lanières de carottes : attention c’est très rapide!
- Réservez les chips de carottes sur un papier absorbant.



Dressage:

- Découpez les joues en tranches et déposez-les dans l’assiette.



- Puis disposez harmonieusement les échalotes et carottes confites.



- Un petit trait de sauce…devant les légumes et un peu sur la viande.



- Terminez en disposant les chips de carottes sur le tout. Un petit tour du moulin à poivre et quelques grains de fleur de sel et c’est prêt.





Ananas au sirop d’épices, cuisson basse température

Voici un dessert toujours apprécié en fin de repas grâce à son sirop extrêmement parfumé. La cuisson basse température va permettre à l’ananas de se gorger des arômes variés comme la réglisse, le poivre Séchuan, la vanille, l’anis étoilé. C’est un vrai régal!



Beaucoup d’entre vous aviez émis le souhait d’être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 » , « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez ici
- Pour le Tome 2, cliquez ici
- Pour le Tome 3, cliquez ici

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

Ingrédients (pour 4 personnes):

- un bel ananas
- 350 g d’eau

- 350 g de sucre
- une belle gousse de vanille de Madagascar (bien charnue et bien brillante: elle doit avoir un aspect « gras »)
- une cuillerée à café bombée de poivre de Séchuan
- une cuillerée à soupe rase de réglisse en poudre
- une tige de réglisse d'environ 8 cm (vous en trouverez facilement en pharmacie…ou en herboristerie). Je ne parle pas de la friandise mais bien de la racine naturelle de la plante.
- un bâton de cannelle
- 3 étoiles de badiane
- une cuillerée à café rase de cardamome
- 4 clous de girofle
- du beurre ramolli



Matériel:

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.
- 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"**
- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque

Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

Pour plus de renseignements sur la cuisine sous vide basse température cliquer **ici**

- une grosse pipette à sauce ou une cuillère à soupe
- une lèche frite (plaque de cuisson au four)

Préparation:

Préparez le sirop la veille car il vous faut le congeler.

- Ouvrez la gousse de vanille en deux pour en extraire les graines.
- Versez l'eau et le sucre dans une casserole. Amenez à ébullition et ajoutez l'ensemble des épices (gousse et graines de vanille, poivre, réglisse en poudre, cannelle, badiane, cardamome, clous de girofle). Maintenir l'ébullition une minute et coupez le feu. Laissez complètement refroidir.
- Versez le sirop dans un plat supportant le froid et congelez le sirop.

Le sirop étant congelé préparez alors l'ananas.

- Coupez le haut et la base de l'ananas.
- Puis coupez les côtés de l'ananas.
- Mettre l'ananas entier sous vide avec le sirop congelé.
- Cuire l'ananas au bain marie basse température 1h30 à 85°.
- La cuisson terminée, sortir l'ananas du sachet et

réservez le sirop. Coupez l’ananas en quatre et ôtez la partie centrale qui reste toujours un peu dure.

- Posez les quarts d’ananas sur une grille et disposez une noix de beurre sur chaque morceau. Enfournez au dessus d’un lèche frite (ou d’un plat posé sous l’ananas pour récupérer le jus) et cuire sous le grill quelques minutes pour caraméliser : pendant toute la cuisson arrosez régulièrement l’ananas d’un peu de sirop à l’aide d’une cuillère.
- Coupez chaque quart d’ananas en morceaux.

Dressage:

- Je le sers avec un peu de chocolat fondu et des éclats de spéculoos, accompagné d’un saucier individuel de sirop aux épices.
- Si il vous reste du sirop ne le jetez pas! Il agrémente agréablement un yaourt, une salade de fruits rouges ou d’oranges. Il se garde une semaine au frigo sans problème.

Gambas basse température , fraîcheur d’avocat et salicorne au wasabi

Voici une entrée à la fois fraîche et croquante: c’est la salicorne qui amène ce croquant original et légèrement salé qui se marie parfaitement avec la douceur de l’avocat, le tout réveillé par le piquant du wasabi. De plus vous serez étonné par la texture des gambas qui, cuites basse température, ne sont plus du tout caoutchouteuses mais très moelleuses.



Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 » , « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez ici
- Pour le Tome 2, cliquez ici
- Pour le Tome 3, cliquez ici

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

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 3 à 5 gambas par personnes selon votre gourmandise
- deux citrons verts
- une cuillerée à café d'huile d'olive
- un ravier de salicorne (vous en trouverez assez facilement au rayon poisson des grandes surfaces ou bien à commander chez votre poissonnier). La salicorne est une petite plante comestible de la baie de Somme qui ressemble un peu aux haricots verts. A la fois douce, salée et croquante elle peut tout aussi bien se déguster froide que chaude.
- deux avocats
- environ un centimètre de gingembre frais rappé
- un petit pot d'œufs de saumon
- une mayonnaise maison (c'est bien meilleur!) : deux jaunes d'œufs, 15 cl d'huile d'arachide, une cuillerée à

café de vinaigre de riz, une bonne cuillère à café de wasabi, du gingembre frais râpé et du sel)

Matériel

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

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

- 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:

Commençons par la préparation et la cuisson des gambas.

- Zestez les deux citrons verts.
- Puis coupez les citrons en deux et pressez les citrons pour en obtenir le jus. Réservez: vous en aurez besoin pour la fraîcheur d'avocats.



- Décortiquez les gambas et gardez la queue.

Attention: enlevez la tête des gambas en prenant soin d’ôter en même temps le petit boyau. Pincez la tête entre vos doigts et tirez doucement; le petit boyau vient avec la tête.

- Versez un petit filet d’huile d’olive et les zestes de citrons verts sur les gambas. Mélangez bien.



- Mettez sous vide les gambas.
- Cuisez les gambas basse température à 48° pendant 20 mn.



Pendant la cuisson des gambas préparez la mayonnaise et la fraîcheur d'avocat:

- Clarifiez les œufs.
- Râpez environ 1 cm de gingembre.
- Dans un bol haut mélangez les jaunes avec le gingembre râpé, le vinaigre de riz et le wasabi.
- A l'aide d'un fouet mixez le tout en ajoutant un très léger filet d'huile d'arachide régulièrement. Quand la mayonnaise commence à prendre vous pouvez alors augmenter le débit de l'huile et l'intégrer complètement (15 cl en tout). Salez à votre convenance. Réservez au frais.
- Rincez les tiges de salicorne, égouttez les. Puis essuyez-les soigneusement dans un linge propre.
- Coupez les avocats en deux et ôtez le noyau. Puis à l'aide d'un petit couteau quadrillez la chair des demis avocats. Avec une cuillère café récupérez alors la chair des avocats.
- Mélangez un peu de jus de citron aux dés d'avocat pour éviter que la chair de ne noircisse.

- Ajoutez la mayonnaise (deux ou trois belles cuillerées à soupe), quelques pousses de salicorne et une belle cuillerée à soupe d'œufs de saumon (ou truite ou lump à votre convenance). Mélangez très délicatement de manière à ne pas écraser les œufs de saumon. Surtout n'oubliez pas de réservez un peu d'œufs de saumon et de salicorne pour la décoration. Réservez au frais.





Dressage:

- Dans vos assiettes dressez sur le côté une ligne de fraîcheur d'avocat.
- Sortez les gambas du bain marie , ouvrez le sachet et égouttez les gambas. Posez les harmonieusement sur la fraîcheur d'avocat.
- Disposez par dessus quelques pousses de salicorne et des œufs de saumon que vous avez réservés précédemment. Puis à l'aide d'une petite poche à douille posez des petits points de mayonnaise sur l'assiette. Terminez en

disposant des œufs de lump.

Il n’y a plus qu’à déguster.

Vous pouvez également servir ce plat en apéritif dans des verrines. Comptez alors une gambas par verrine.





Porc ibérique basse température, ratatouille de poivrons et tuiles de parmesan

J’ai dégusté récemment au restaurant l’Amandier de Mougins un délicieux porc ibérique cuit basse température à 54° accompagné de morilles. Cela m’a donné envie de le travailler avec une autre garniture plus colorée…poivrons, tomates et pistou. Et voici donc le Porc Ibérique, ratatouille de

poivrons et tuiles de parmesan.



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.

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

Ingrédients (pour 4 personnes)

- filet de porc (comptez 200 grammes par personne)
- branches de thym citron frais (2 branches par personnes)
- une grosse échalote
- un oignon
- 1 poivron rouge, 1 poivron jaune pour le dressage (rondelles)
- 1 poivron rouge, 1 poivron jaune pour la garniture
- un sachet de parmesan râpé
- 2 dl de sauce tomate maison (voir la recette en cliquant **ici**)
- 15 cl de pistou (voir la recette en cliquant **ici**)

Vous pouvez bien sûr utiliser du pistou et de la sauce tomate du commerce mais c'est tellement meilleur maison… il y aura une grosse différence de goût!

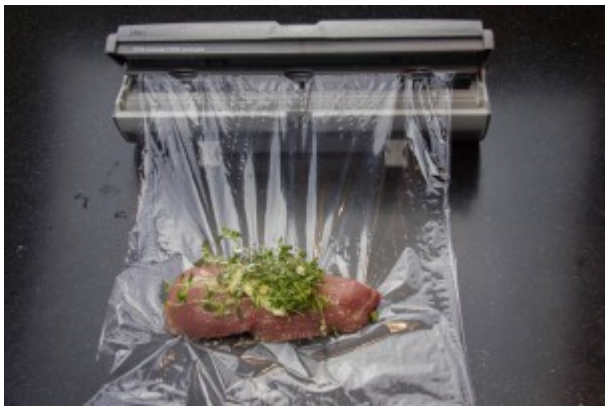
Matériel

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

Préparation

Commencez par la préparation et la cuisson de viande. La cuisson durant deux heures, vous pourrez préparer la garniture pendant cette cuisson ou la préparer la veille pour le lendemain (dans ce cas réservez les tuiles de parmesan dans un boite hermétique).

- Roulez vos filets de porc dans du papier film en y ajoutant deux petits branches de thym citron et un morceau de beurre pour chaque filet.





Roulez les filets de porc bien serrés de façon à obtenir de beaux petits boudins. Regardez la vidéo suivante pour bien voir le geste:

- Mettez les filets sous vide.
- Cuisez les filets à 54° pendant deux heures. Pendant ce temps préparez la garniture si vous ne l’avez pas préparée à l’avance (la veille par exemple).



Préparation de la garniture:

- Versez la sauce tomate dans une casserole et faites la réduire à petit feu. Vous devez obtenir la consistance d’une compote. Salez en fin de cuisson. Réservez.
- Saupoudrez sur du papier cuisson ou une plaque anti adhésive (type silpat) le parmesan rapé. 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.
- Sortez le parmesan du four et laissez refroidir. Puis rompez la plaque de parmesan de manière à obtenir de grands morceaux irréguliers. Réservez.
- Ôtez la queue d’un poivron rouge et d’un jaune.
- Faire bouillir de l’eau et plongez le poivron rouge et le jaune dans l’eau. Laissez cuire 15 mn. Égouttez les poivrons et à l’aide d’un petit couteau, ôtez la peau qui s’enlève toute seule.
- Dans ces deux poivrons coupez alors à l’aide d’un emporte pièce rond (3 cm de diamètre) huits rondelles que vous huilerez légèrement à l’aide d’un pinceau. Les rondelles doivent avoir un diamètre légèrement supérieur à celui des boudins de viande. Réservez. Cette technique

est assez facile avec des poivrons rouge, un peu moins avec des jaunes et difficile avec des poivrons verts. Il faut savoir que la différence entre les poivrons rouges, oranges, jaunes ou verts est simplement une question de maturité…

- Coupez les deux poivrons restants (un rouge, un jaune) en petite brunoise (2 à 3 mm d'épaisseur) .
- Épluchez l'échalote et l'oignon et coupez les également en fine brunoise.
- Faire revenir l'oignon et l'échalote dans un peu d'huile. Quand les oignons sont fondants, ajoutez la brunoise de poivrons jaunes et rouges. Faire revenir quelques minutes. Les poivrons doivent rester un peu croquants. Salez et poivrez. Réservez.



Toutes vos garnitures sont prêtes. Pensez à préchauffer vos assiettes de service au four à 55°: vous garderez ainsi plus longtemps votre viande chaude.

- Juste avant le dressage, sortez la viande des sachets et coupez la en tronçons d'environ 6 cm de haut. Faites chauffer un grill et marquez les extrémités de chaque tronçon. Réservez les au four à 55° au fur et à mesure.

Profitez en pour préchauffer vos assiettes de service au four à la même température (55°): vous garderez ainsi plus

longtemps votre viande chaude.

Dressage

- Réchauffez les rondelles de poivrons, la compoté de tomate, la ratatouille de poivrons au micro onde. Ne chauffez surtout pas le pistou: il perdrait tout son goût.
- A l'aide d'un pinceau dessinez un grand trait généreux de pistou dans votre assiette : il n'est pas là que pour faire joli mais pour accompagner la viande! Il n'y a pas de jus dans cette recette donc le pistou est un élément important.



- Puis déposez un long trait de brunoise de poivrons.



- De chaque côté du trait de pistou posez deux rondelles de poivron rouge sur lesquelles reposeront les morceaux de viande. Ajoutez une cuillerée de compoté de tomate à côté des rondelles de poivrons.



- Puis posez un tronçon de porc sur chaque rondelle de poivron. Pour terminer, adossez une tuile de parmesan sur chaque morceau de viande. Il ne reste plus qu’à déguster!





Cochon de 8 heures basse température, purée fine aux carottes, thym et orange

Lors d’un déjeuner au restaurant L’Apibo à Paris, j’ai pu déguster un cochon confit 8 h au four, oignons doux, raisins, pommes de terres rosabel. Un véritable régal! J’ai donc essayé de reproduire cette recette avec une garniture de mon choix et c’est absolument délicieux.

Pour ce Cochon de 8 heures j’ai opté pour une cuisson sous vide basse température mais vous pouvez préparer cette recette sans matériel spécial en cuisson traditionnelle au four mais

toujours basse température (70°). Je vous en propose les deux versions.



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.

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

Ingrédients pour le Cochon de 8 heures (6 personnes)

- 1 kg de poitrine de porc nature
- 20 grammes de thym frais (c'est bien meilleur qu'avec du thym séché)
- 15 grammes de miel
- 150 grammes de soja salé
- poivre
- une branche de romarin
- 1 dl de crème fraîche

Pour la purée de carotte

- 300 grammes de carottes (réservez 4 carottes pour la garniture)
- 5 cl de crème fraîche liquide
- 1 dl de fond de volaille
- 1 dl de jus d’orange
- zeste d’une orange
- 4 branches de thym frais
- beurre

Pour la garniture

- 120 grammes de petits oignons grelots
- 5 cl de vin blanc
- les 4 carottes réservées précédemment
- 150 grammes de navets
- 1 dl de fond de volaille

Matériel

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

Préparation

Je vous conseille de démarrer la cuisson de la poitrine dès le matin pour le soir puisque la cuisson est assez longue (8

heures). Pendant cette cuisson vous préparerez la garniture que vous pourrez réchauffer au dernier moment.

1/ La garniture

La purée de carotte

- Effeuillez les 4 branches de thym frais.
- Prélevez l zeste de l'orange.
- Pressez le jus de l'orange.
- Épluchez toutes les carottes mais **réservez en 4 de côté pour la garniture**.
- Coupez les carottes en tranches. Plus elles sont fines plus la cuisson sera rapide. N'oubliez pas de mettre 4 carottes de côté: vous les découperez de manière différente pour la garniture (voir plus bas).
- Faire revenir les carottes dans une casserole quelques minutes avec du beurre.
- Puis rajoutez 5 cl de crème fraîche liquide et 1 dl de fond de volaille.
- Rajoutez également le jus d'orange (1 dl), le zeste de l'orange et le thym frais.
- Cuire doucement **à couvert**. les carottes doivent être très tendres (vous devez pouvoir enfoncez la pointe d'un couteau dans une rondelle facilement).
- Versez les carottes dans un blender et mixez finement. Rectifiez l'assaisonnement.

La purée est prête . Réservez la. Nous allons maintenant nous occuper de la garniture.

2/La garniture

- Coupez les 4 carottes restantes en petits cubes.



- Épluchez les navets et coupez les en petits dés comme les carottes.
- Faire fondre un beau morceau de beurre dans une poêle et faire revenir les dés de carottes et navets quelques minutes à feu doux.
- Ajoutez le fond de volaille et cuire à feu doux. Les petits dés doivent rester croquants donc quelques minutes de cuisson suffisent. Salez.
- Filtrez la préparation et réservez les dés de légumes (vous n'avez pas besoin du jus de cuisson).

On termine par les oignons grelots.

- Épluchez les oignons et les cuire dans une belle noix de beurre à feu doux. Déglacez avec 5 cl de vin blanc. Continuez la cuisson quelques minutes puis rectifiez l'assaisonnement. Salez. Réservez.

2/La poitrine de porc

- Effeuillez le thym.
- Faire de même avec le romarin.
- Émincez le romarin avec un couteau.
- Portez à ébullition le mélange miel et soja dans une casserole et versez-y le thym et le romarin. Coupez le feu laissez refroidir à température ambiante.

- Versez la marinade refroidie sur la poitrine. Massez bien la viande de manière à ce que la marinade soit bien répartie.
- Roulez la poitrine sur elle même.
- Mettre la poitrine sous vide.
- Cuire 8 heures à 68° sous vide basse température.



Si vous n’avez pas de matériel de cuisson sous vide basse température, déposez la poitrine roulée dans une cocotte et faite la dorer sur toute sa surface (en la gardant roulée). Puis couvrir et mettre la cocotte au four à 70° pendant 8 heures au four avec la marinade. N’hésitez pas à arroser la viande plusieurs fois pendant la cuisson.

- La poitrine cuite, coupez un petit coin de la poche et versez le jus rendu par la cuisson dans une casserole. Déposez la viande sur une planche à découper.
- Réduire la sauce au 2/3 et ajoutez un décilitre de crème fraîche. Réservez.
- Pendant la réduction de la sauce coupez la poitrine en tranches de 1 à 2 cm d’épaisseur.
- Puis poêlez les tranches pour leur donner une belle coloration dorée. Réservez les tranches au four à 65° en attendant le dressage. N’oubliez pas de préchauffer également les assiettes de service au four à la même

température.

Dressage

Nous avons donc tous nos éléments: les tranches de poitrine, la purée, les dés de carottes et navets, les petits oignons et le jus de cuisson. Réchauffez la purée, les dés de carottes et navets, les petits oignons ainsi que la sauce.

- Commencez par dresser la purée de carotte.
- Répartir une cuillerée de dés de légume sur la purée.
- Puis posez une tranche de poitrine sur le côté de l'assiette ainsi que quelques oignons grelots.
- Terminez par la sauce.
- Et voilà une belle assiette gourmande.



Curry de poulet moelleux basse température

Le Curry de poulet: voici un plat familial que j'affectionne particulièrement et que je cuisine depuis longtemps. Il est à la fois convivial, goûteux et fait toujours son effet lorsque

je l'amène à table. C'est le plat idéal à servir pour une grande tablée!

Je l'ai adapté à la cuisson sous vide basse température et il en est encore meilleur!



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.

Matériel:

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.
- 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"**

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

Ingrédients (pour 10 personnes)

- 7 blancs de poulet
- 800 grammes d'oignons blancs
- un pot de tomates semi séchées
- deux boîtes d'ananas (2 boîtes de 565 g)
- une cuillerée à soupe de curry (ou deux selon le curry que vous allez choisir: certains sont plus pimentés que d'autre). Choisissez un très bon curry!
- 25 cl de lait de coco
- un sachet de cacahuètes salées
- quelques feuilles de menthe
- 25 cl de crème de coco: la vraie crème de coco est une pâte blanche assez compacte et friable

Préparation:

- Épluchez et détaillez les oignons en fines rondelles.
- Égouttez les tomates séchées.
- Réservez le jus de l'ananas.
- Coupez les tranches d'ananas en dés.
- Dans une grande sauteuse faire revenir les oignons dans un peu d'huile d'olive.
- Quand les oignons sont bien tendres ajoutez les tomates puis les dés d'ananas et la cuillerée de curry. Cuire encore 10 mn à feu doux et laissez refroidir à température ambiante.
- Pendant la cuisson de la garniture coupez le poulet en gros dés. Réservez au frais.

- Quand les oignons, tomates et ananas sont **refroidis** mélangez les aux dés de poulet crus. Puis remplissez votre sachet de cette préparation et mettez le sous vide.
- Remplissez le faitout d'eau et chauffez cette dernière à 68°à l'aide du thermoplongeur. La température atteinte, plongez le sachet de poulet dans l'eau et cuire à 68 ° pendant une heure 30.
- Le poulet cuit, sortez le sachet du bain et coupez juste un petit bout du coin du sachet pour recueillir le jus de cuisson du poulet. Puis ressoudez le coin avec la machine à mettre sous vide , sans refaire le vide. Replongez le sachet de poulet dans le bain d'eau à 68° pour le maintenir à température en attendant de faire la sauce et de servir.
- Versez le jus de poulet dans une petite casserole et ajoutez y le jus de l'ananas, le lait de coco et la crème de coco. Réduire d'un tiers. La sauce est prête.
- Effeuillez des petites sauces de menthe pour parfaire le dressage.

Dressage

- Choisissez un beau plat pour la présentation.Vous pouvez préchauffez le plat au four à 65°de manière à maintenir le poulet plus longtemps au chaud.
- Versez le sachet de poulet dans votre plat puis la sauce. Ajoutez les cacahuètes salées.
- Parsemez de petites feuilles de menthe: elles apporteront une jolie note de fraîcheur.
- Servez en accompagnement un bon riz au jasmin.

Le saviez vous?

Pour cette recette basse température il est important de cuire les oignons, tomates et ananas avant de les mélanger au poulet cru. En effet les légumes ont besoin d'une température de 85 ° pour cuire alors que la température idéale pour avoir un bon poulet bien tendre est de 68°… Si vous cuisez les légumes avec le poulet à 68° ils seront toujours crus à la fin de la cuisson: d'où la nécessité de les cuire avant.

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.

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

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

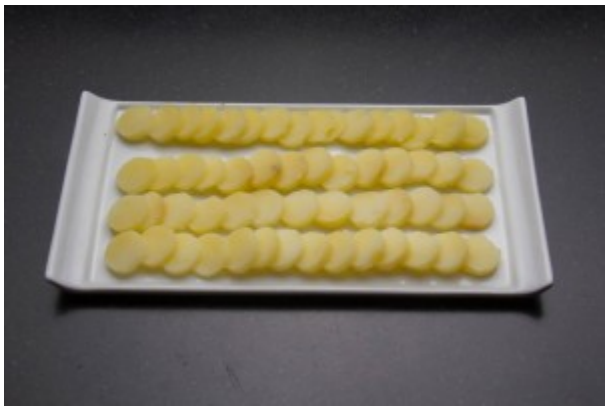
1/La sauce

- Coupez grossièrement 150 gr de foie gras.
- Ciselez finement les 2 échalotes.
- Faites revenir les échalotes dans un peu de beurre.
- Ajoutez le foie gras.
- Puis ajoutez le fond de veau (2 dl). Réduisez le mélange de moitié.
- Ajoutez enfin la crème (2 dl) et faites encore réduire d'un tiers.
- Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Mixez avec un mixeur plongeant pour homogénéiser la sauce. Réservez.

2/ La garniture

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

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.

- 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.