

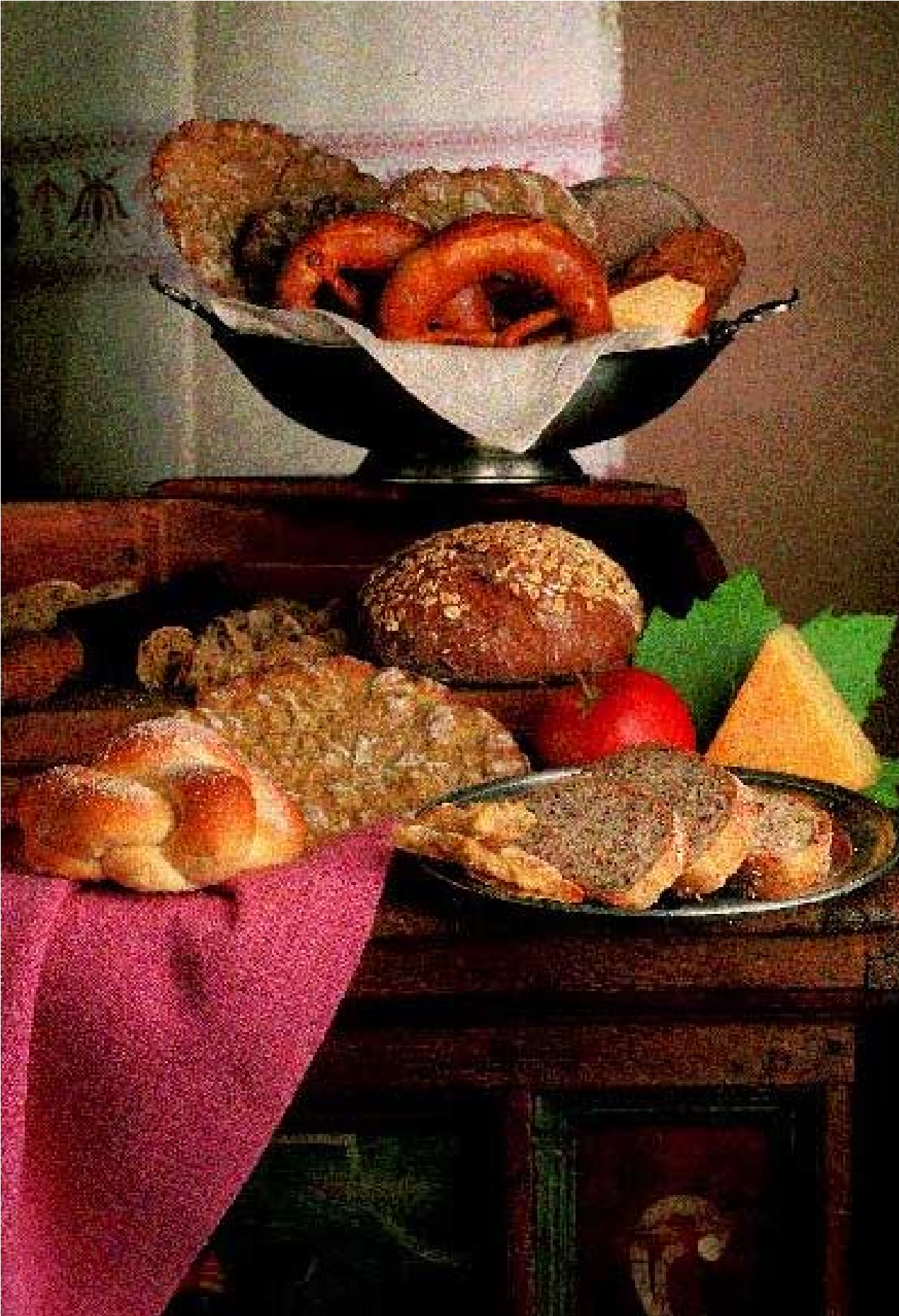
*Pains*

*Entrées*

*Plats principaux*

*Légumes*

*Desserts*



# *Pain aux Noix*

## ***Ingrédients pour 2 pains :***

60 g de noix en morceaux  
200 g de farine de seigle  
200 g de farine blanche  
8 g de sel  
8 g de levure  
2 dl d'eau

***Temps de préparation : 30 minutes***


***Temps de cuisson : 25 minutes***

***Fonction :***



---

## ***Préparation***

- ❖ Mélanger dans une terrine la farine de seigle et la farine blanche, le sel et la levure.
- ❖ Ajouter l'eau et travailler jusqu'à ce que la pâte soit homogène.
- ❖ Ajouter alors les morceaux de noix.
- ❖ Diviser en deux boudins égaux de 25 cm de longueur.
- ❖ Poser les deux pâtons sur une plaque et les laisser lever 3/4 d'heure dans une pièce tempérée.
- ❖ Positionner le four en fonction  et cuire le pain 5 minutes à 220°C puis 25 minutes à 200°C.

## ***Conseil :***

Servir le pain légèrement tiède, il n'en sera que meilleur.



# Brioche

## **Ingrédients :**

250 g de farine  
150 g de beurre  
3 œufs  
30 g de sucre semoule  
5 g de sel  
12 g de levure de boulanger  
50 g de sucre cristal  
2 jaunes d'œufs

**Temps de préparation :** 1h+24h

*Avant la consommation, 30 minutes le jour même*


**Temps de cuisson :** 12 minutes

**Fonction :** 

## **Préparation**

- ❖ Mélanger tout d'abord la farine, le sel, le sucre et la levure que vous effriterez entre vos doigts.
- ❖ Ajoutez les œufs et pétrir le tout pour rendre le mélange homogène.
- ❖ Incorporez le beurre ramolli de la même façon.
- ❖ Mettre la pâte dans une terrine et la laisser reposer avec un linge dessus pendant 1/4 d'heure. Elle gonflera doucement sous l'effet de la levure.
- ❖ La travailler alors de nouveau pour la faire retomber de volume et la remettre dans la terrine avec le linge dessus.
- ❖ Réserver le tout au réfrigérateur pendant 2 heures.
- ❖ Diviser le pâton en 12 petites boules légèrement aplaties que vous disposerez aussitôt sur la plaque de cuisson.
- ❖ Réserver au réfrigérateur.

## **Finition**

- ❖ Sortir la plaque du réfrigérateur 1h30 avant la cuisson et la laisser dans une pièce tempérée.
- ❖ Délayer les jaunes d'œufs avec une cuillère à soupe d'eau et en badigeonner les petites boules de brioche prêtes à être mises au four.
- ❖ Les parsemer enfin d'un peu de sucre cristal.
- ❖ Positionner le four en fonction  et cuire les brioche 12 minutes à 200°C.
- ❖ Laisser tiédir les brioche avant de les déguster.

## **Conseil :**

Vous avez la possibilité de congeler les brioche crues.



# Tarte fine aux Poireaux et au Haddock

## Ingrédients pour 6 à 8 personnes :

1 rouleau de pâte brisée  
150 g de haddock  
300 g de poireaux  
30 cl de lait (300 g)  
200 g de crème double  
3 œufs  
20 g de beurre  
1/2 noix de Muscade

Paprika  
1 bouquet de ciboulette  
sel, poivre


**Temps de préparation :** 30 minutes

**Temps de cuisson :** 35 à 40 minutes

**Fonction :**



## Préparation

- ❖ Couper le haddock en dés.
- ❖ Nettoyer et couper les poireaux en dés. Les cuire à l'eau bouillante salée et les égoutter.
- ❖ Placer la pâte dans un moule à tarte et la piquer avec une fourchette.
- ❖ La laisser 1/4 d'heure au réfrigérateur.
- ❖ Mélanger dans un saladier : les œufs, la crème et le lait. Assaisonner de sel, poivre et noix de Muscade râpée.
- ❖ Fouetter jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- ❖ Recouvrir la pâte de papier sulfurisé et remplir à ras bord de pois cassés.
- ❖ Cuire au four en fonction  à 220°C pendant 12 minutes.
- ❖ Enlever les pois cassés et le papier sulfurisé et cuire à nouveau 3 minutes.
- ❖ Garnir la tarte avec les poireaux, les dés de haddock et la préparation.
- ❖ Cuire 20 à 25 minutes à la même température en protégeant si besoin la pâte avec un papier aluminium pour qu'elle ne colore pas trop.
- ❖ Lorsque la tarte est tiède, la dresser sur un plat.
- ❖ Décorer avec un peu de paprika et de ciboulette hachée.





# Jarret de Veau braisé à la jambe de bois

## Ingrédients pour 4 personnes :

2 Jarrets de veau de 1 kg  
50 g de carottes  
40 g d'oignons  
30 g de céleri rave  
30 g de poireaux  
1 bouquet de cresson  
1 dl de vin blanc  
75 cl de jus de veau  
20 g de beurre  
sel, poivre

} épluchés

## Garniture :


600 g de courgettes  
500 g de carottes  
1/2 boule de céleri rave  
600 g de pommes de terre  
80 g de petits pois écossés

**Temps de préparation :** 2 heures


**Temps de cuisson :** 2 heures

**Fonction :**  + 

## Préparation

- ❖ Parer les jarrets en éliminant tous les petits nerfs visibles à la surface.
- ❖ Dégager le haut des jarrets pour laisser l'os apparant comme une jambe de bois.
- ❖ Les ficeler pour qu'ils ne se défassent pas à la cuisson.
- ❖ Couper tous les légumes (sauf garniture) en dés de 5 mm d'épaisseur.
- ❖ Prendre un grand faitout. Y faire revenir et colorer les jarrets assaisonnés sur chaque face.
- ❖ Ajouter les légumes, puis déglacer avec le vin blanc.
- ❖ Laisser réduire de moitié à feu moyen, puis ajouter enfin le jus de veau.
- ❖ Porter à ébullition en arrosant souvent les jarrets.
- ❖ Les redresser dans le faitout (os vers le haut) et cuire au four à 180°C fonction  pendant 2 heures en arrosant régulièrement.
- ❖ Pendant ce temps, préparer la garniture de légumes tournés.
- ❖ Pour cela, éplucher tout d'abord tous les légumes sauf les courgettes.
- ❖ Les couper en cubes allongés de la forme d'une grosse frite de 1 cm de côté et 3 cm de long.
- ❖ Puis à l'aide d'un couteau, retailler les arêtes des cubes en arrondi de façon à leur donner la forme de grosses olives.
- ❖ Procéder de la même façon avec les carottes, les courgettes, le céleri et les pommes de terre.
- ❖ Les cuire séparément, ainsi que les petits pois, à l'eau bouillante salée en les tenant légèrement croquants.

## Finition :

- ❖ Sortir les jarrets du four et les réserver sur une assiette.
- ❖ Réduire le jus de 1/3 si besoin est, et le filtrer avec un tamis fin.
- ❖ Incorporer 20 g de beurre et rectifier l'assaisonnement.
- ❖ Mettre les légumes tournés à confire tout doucement pendant 10 minutes dans la sauce.
- ❖ Déficeler les jarret et les replacer dans la cocotte avec les légumes autour et verser le jus dessus.
- ❖ Mettre la cocotte au four en fonction spéciale "Maintien au Chaud"  à 60 °C, en les arrosant régulièrement jusqu'au moment du service (avec cette fonction, la viande restera chaude, mais moelleuse).



# Canard aux Lentilles du Puy et aux oignons nouveaux

## Ingrédients pour 4 personnes :

2 Canards de 1,8 kg environ chacun  
24 petits oignons nouveaux  
200 g de lentilles cuites  
20 g de carottes  
20 g d'oignons  
20 g de céleri rave  
20 g de poireaux  
30 g de lard fumé  
20 g d'échalotes

} Coupés en petits cubes

50 g de beurre  
5 cl de vin blanc  
sel, poivre  
sucre

### Temps de préparation :

1 heure et 30 minutes


### Temps de cuisson : 20 minutes

Fonction :  + 


## Préparation

- ❖ Flamber les canards puis couper pattes, cous et ailerons.
- ❖ Concasser les ailerons et les cous, et les réserver au frais.
- ❖ Vider et brider les canards et les réserver au réfrigérateur.
- ❖ Eplucher les oignons nouveaux en enlevant les premières épaisseurs et en ne gardant que le meilleur, c'est à dire 6 cm de couleur vert clair à partir du pied.
- ❖ Les laver puis les cuire à l'eau bouillante salée en les tenant légèrement croquants.
- ❖ Les rafraîchir dans l'eau glacée puis les égoutter et les réserver au réfrigérateur.
- ❖ Faire revenir tous les légumes et le lard fumé coupés en petits dés avec une noix de beurre et ajouter les lentilles. Laisser compoter à feu très doux et lier au beurre.
- ❖ Rectifier l'assaisonnement.

## Finition :

- ❖ Dorer les canards assaisonnés intérieur et extérieur dans une grande plaque à rôtir avec une goutte d'huile.
- ❖ Ajouter les abattis concassés dans la plaque.
- ❖ Les cuire 20 minutes au four à 220°C en fonction , pour les obtenir rosés.
- ❖ Les arroser régulièrement pendant la cuisson.
- ❖ Débarrasser les canards sur une assiette à l'entrée du four et dégraisser la plaque.
- ❖ Ajouter les échalotes, le vin blanc et réduire à sec.
- ❖ Mouiller avec 2,5 dl d'eau et cuire de façon à réduire de moitié.
- ❖ Incorporer 20 g de beurre et rectifier l'assaisonnement.
- ❖ Le filtrer avec un tamis fin.
- ❖ Pendant ce temps, chauffer les lentilles.
- ❖ Réchauffer les oignons à feu doux dans une petite casserole avec 5 cl d'eau, 10 g de beurre, une pincée de sel et de sucre et 1 tour de moulin à poivre.

## Dressage :

- ❖ Verser les lentilles dans un grand plat chaud et poser les canards dessus.
- ❖ Répartir les oignons nouveaux autour et servir le jus à part.
- ❖ Placer le plat au four en fonction spéciale "Maintien au chaud" à 60°C , jusqu'au moment de servir.
- ❖ Servir le jus à part dans une saucière.



# Turbotin à la graine de moutarde

## Ingrédients pour 4 personnes :

1 turbotin de 2 kg  
3 cuillères à soupe de moutarde de Meaux  
4 jaunes d'œufs  
2 courgettes moyennes  
2 échalotes  
1 dl de vin blanc  
1/2 l de crème fraîche  
1 l de fumet de poisson  
farine  
sel, poivre

**Temps de préparation :** 1 heure

**Temps de cuisson :** 12 minutes

**Fonction :**  



## Préparation

- ❖ Vider et ébarber le turbotin.
- ❖ Le réserver au frais dans un linge sec.
- ❖ Canneler les courgettes et les couper en rondelles de 2 mm d'épaisseur.
- ❖ Les cuire à l'eau bouillante salée en les tenant légèrement croquantes.
- ❖ Les égoutter puis terminer la cuisson à la poêle avec une noix de beurre.
- ❖ Les assaisonner et les réserver.

## La sauce :

- ❖ Laisser réduire de 3/4 le fumet de poisson avec le vin blanc et les échalotes hachées grossièrement.
- ❖ Ajouter les 3/4 de la crème et laisser bouillir 5 minutes sur feu moyen.
- ❖ Fouetter à feu doux les jaunes d'œuf avec le reste de crème dans une petite casserole pour obtenir une mousseline ferme.
- ❖ Verser la sauce crème sur la mousseline en fouettant énergiquement.
- ❖ Passer le tout au tamis fin.
- ❖ Ajouter enfin la moutarde de Meaux et assaisonner de sel et poivre.

## Finition et dressage :

- ❖ Mettre un grand plat sur le feu vif avec une goutte d'huile et une noix de beurre.
- ❖ Assaisonner et fariner le turbotin.
- ❖ Le disposer côté peau blanche dans le plat.
- ❖ Le dorer uniformément puis le retourner et mettre le plat au four à 220°C en fonction  pendant 12 minutes.
- ❖ Sortir le turbotin du four et enlever la peau blanche en la grattant avec le plat d'un couteau.
- ❖ Le retourner sur une plaque et gratter cette fois la peau noire.
- ❖ Retourner le turbotin une dernière fois et le disposer au centre du plat de service.
- ❖ Réchauffer les courgettes et les disposer chevauchées tout autour du plat.
- ❖ Napper le turbotin de sauce (mais pas les courgettes).
- ❖ Passer le plat sous la chaleur violente du four positionné sur  de manière à obtenir un glaçage ou une coloration uniforme de la sauce.
- ❖ Servir aussitôt que le plat est glacé.



# Carré d'Agneau rôti à la marjolaine, Épaule en Moussaka

## Ingrédients pour 4 personnes :

2 carrés d'agneau  
300 g d'épaule d'agneau  
2 aubergines  
4 tomates  
25 g d'oignon  
150 g de garniture aromatique  
25 cl de fond de volaille  
25 cl de fond de veau  
beurre


5 g de gingembre  
6 gousses d'ail  
huile d'olive  
thym, marjolaine  
sel, poivre

**Temps de préparation :** 1 heure + 30 minutes


**Temps de cuisson :** 2 à 3 heures

**Fonction :** 

## Préparation

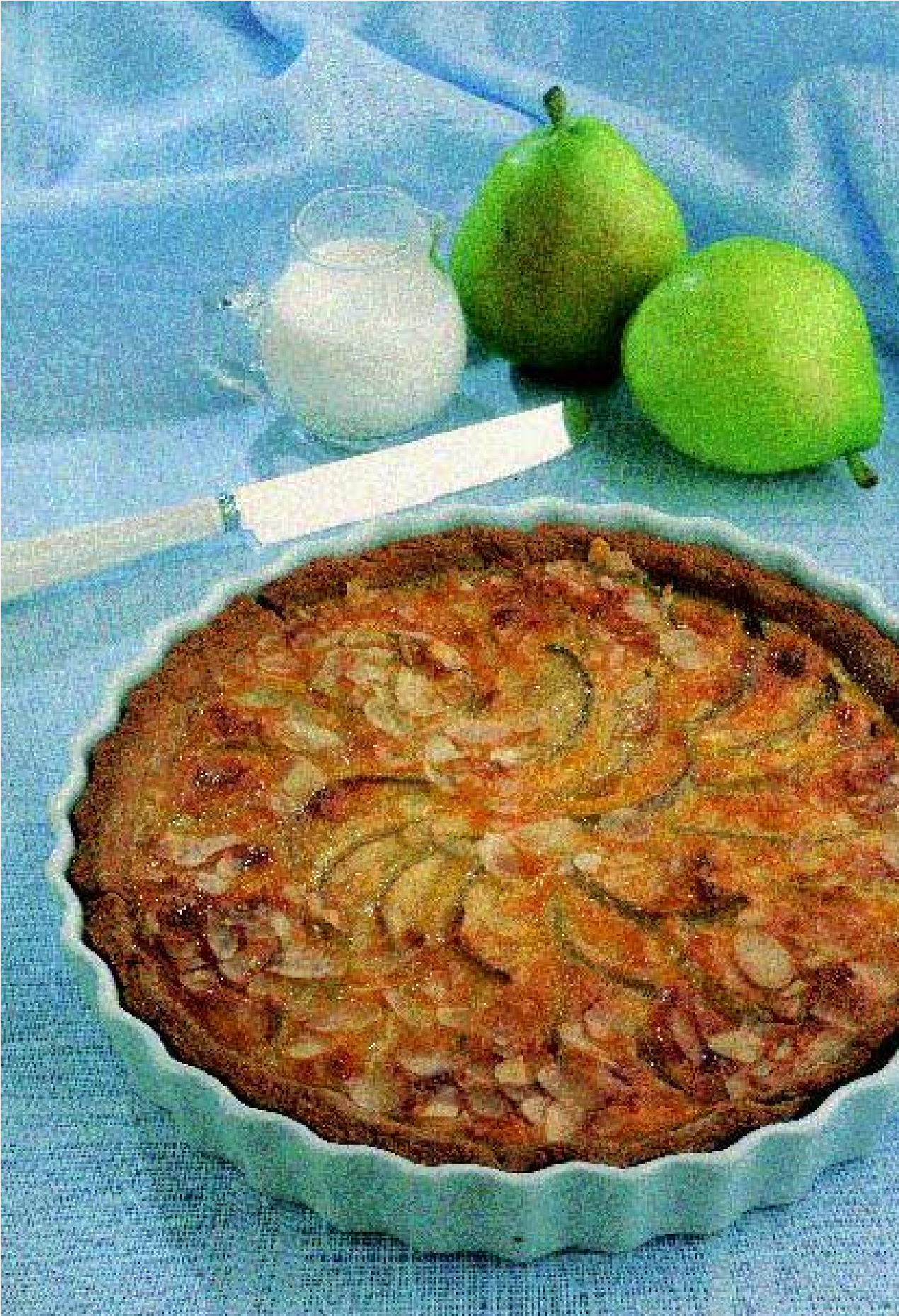
- ❖ Couper l'épaule d'agneau en morceaux de 30 g environ. Les assaisonner et les faire revenir à l'huile d'olive.
- ❖ Débarrasser dégraisser le sautoir, et faire revenir la garniture aromatique.
- ❖ Remettre la viande avec les légumes puis ajouter la marjolaine, le thym et les 2 gousses d'ail.
- ❖ Mouiller avec le fond de volaille et le fond de veau et braiser tout doucement dans un four à 160°C en fonction , jusqu'à ce que la viande soit parfaitement moelleuse en ajoutant un peu de fond si besoin (entre 2 et 3 heures sont nécessaires).
- ❖ Laisser la viande tiédir dans le fond de braisage puis la couper finement au couteau.
- ❖ Dégraisser le fond de braisage et le réserver.
- ❖ Émonder les tomates, les épépiner et tailler la chair en dés.
- ❖ Faire revenir l'oignon haché dans l'huile d'olive et ajouter les dés de tomate, le gingembre haché et 2 gousses d'ail.
- ❖ Laisser cuire à feu doux jusqu'à évaporation complète de l'eau exsudée.
- ❖ Passer au tamis avec l'ail et rectifier l'assaisonnement.
- ❖ Éplucher les aubergines en taillant la peau en longues lanières.
- ❖ Confire ces peaux dans de l'huile d'olive.
- ❖ Pendant ce temps, couper la chair des aubergines en gros dés. Cuire ces dés en papillote avec de l'huile d'olive, une branche de thym et 2 gousses d'ail pendant 20 minutes au four à 220 °C. Laisser complètement refroidir la papillote avant de récupérer la chair d'aubergine.
- ❖ Hacher la chair au couteau et rectifier l'assaisonnement.
- ❖ Huiler légèrement 4 moules à dariole de 5 cm de diamètre et 5 cm de hauteur avec de l'huile d'olive.
- ❖ Chemiser ces moules avec la peau d'aubergine.
- ❖ Remplir en couche en intercalant : tomate, hachis d'agneau, aubergine, tomate, hachis d'agneau, aubergine et tomate.
- ❖ Refermer les darioles en rabattant les peaux d'aubergine.

## Finition :

- ❖ Rôtir les deux carrés d'agneaux au four en fonction  à 220 °C puis les laisser reposer.
- ❖ Dégraisser le sautoir et mouiller avec le fond de braisage. Réduire de moitié.
- ❖ Chauffer les darioles au four.

## Dressage :

- ❖ Dans 4 assiettes plates : disposer 4 côtes d'agneau, et une dariole.
- ❖ Verser la sauce et servir bien chaud.





# Tarte Bourdaloue aux Poires

## **Ingrédients pour 6 personnes :**

1 Rouleau de pâte sablée  
5 poires  
1 gousse de vanille  
1 litre d'eau  
300 g de sucre semoule  
1 morceau de peau d'orange et de citron

## **Crème amande :**

150 g de poudre d'amande  
150 g de sucre semoule  
150 g de beurre  
30 g de farine  
3 œufs  
1 cuillère à soupe de rhum

**Temps de préparation :** 20 minutes

**Temps de cuisson :** 35 minutes

**Fonction :**



## **Préparation**

- ❖ Dans une grande casserole, faire bouillir 1 litre d'eau avec 300 g de sucre, la gousse de vanille coupée en deux dans la longueur et la peau d'orange et de citron.
- ❖ Éplucher les 4 poires et enlever les cœurs avec un petit couteau.
- ❖ Cuire les poires dans le sirop à feu doux.
- ❖ Couper le feu et laisser refroidir.
- ❖ Dans un saladier : laisser ramollir le beurre puis le mélanger à l'aide d'une cuillère en bois avec, dans l'ordre, le sucre, la poudre d'amande, la farine, les œufs, et enfin la cuillère de rhum.
- ❖ Égoutter les poires et les couper en 4 dans la longueur. Enlever les pépins qui restent.
- ❖ Étaler la pâte assez fine.
- ❖ La disposer dans un plat à tarte de 25 cm de diamètre environ.
- ❖ Répartir la crème d'amande dans la tarte et disposer les poires dessus en rosace.
- ❖ Cuire 35 minutes au four à 180°C fonction
- ❖ Démouler la tarte à froid et la disposer sur un beau plat.
- ❖ Servir légèrement tiède.



# Cookies au chocolat

## **Ingrédients :**

115 g de beurre ramolli  
25 g de sucre semoule  
25 g de sucre roux  
1 œuf entier  
190 g de farine  
1 sachet de levure chimique tamisée  
280 g de chocolat  
70 g de noix décortiquées

**Temps de préparation :** 15 minutes


**Temps de cuisson :** 15 minutes

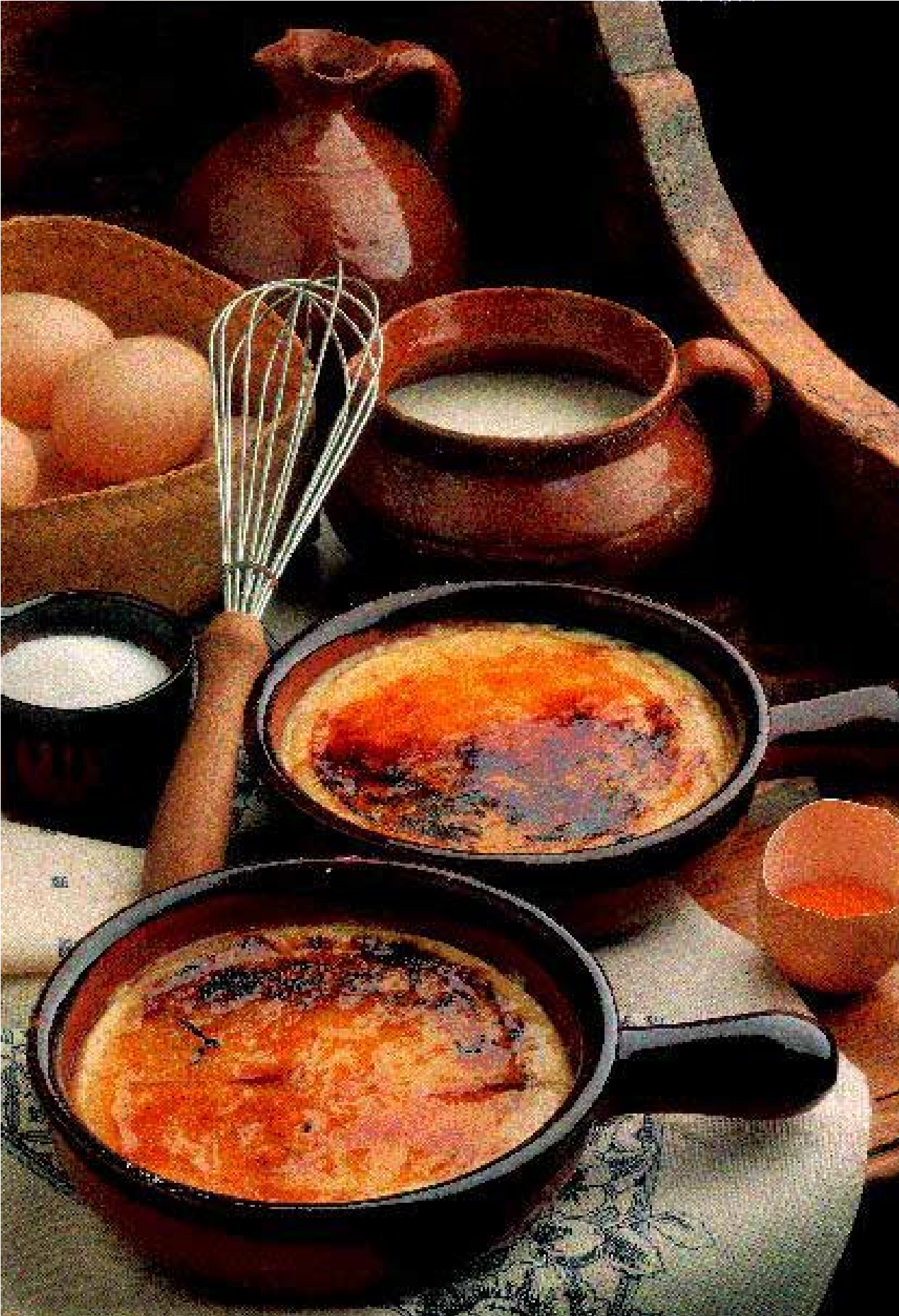
**Fonction :**



---

## **Préparation**

- ❖ Laisser ramollir le beurre et le fouetter vigoureusement dans un saladier pour le blanchir.
- ❖ Ajouter le sucre semoule et le sucre roux et continuer à fouetter.
- ❖ Ajouter l'œuf entier et bien mélanger le tout.
- ❖ Incorporer la farine et le sachet de levure sans trop travailler.
- ❖ Ajouter enfin 280 g de chocolat haché finement ainsi que les 70 g de noix hachées et mélanger délicatement.
- ❖ Rouler la pâte à cookies sous les doigts pour former un gros boudin de 5 cm de diamètre et laisser prendre au réfrigérateur pendant au moins une heure.
- ❖ Lorsque la pâte est bien ferme, la couper en rondelles de 1 cm d'épaisseur.
- ❖ Prendre une plaque à pâtisserie et la recouvrir d'un papier sulfurisé. Poser les cookies sur la plaque en les espaçant les uns des autres d'au moins deux centimètres.
- ❖ Les cuire 15 minutes au four en fonction  sur la température de 175°C en faisant préchauffer le four à l'avance.
- ❖ Sortir les cookies du four, les laisser tiédir et les disposer sur un beau plat.



# Crème brûlée à la cassonade

## Ingrédients pour 6 personnes :



50 cl de crème liquide (500 g)  
15 cl de lait (150 g)  
4 jaunes d'œufs  
100 g de sucre semoule  
1 gousse de vanille  
4 cuillères à soupe de sucre cassonade

**Temps de préparation :** 30 minutes

**Temps de cuisson :** 30 à 40 minutes

**Fonction :**  

## Préparation

- ❖ Préchauffer le four à 120°C en fonction  et installer le bain-marie dans le four avec 1 cm d'eau tiède dedans.
- ❖ Couper la gousse de vanille en deux dans la longueur et gratter l'intérieur de la gousse avec la pointe d'un couteau.
- ❖ Mélanger dans une casserole le lait, la crème liquide, la gousse et la pâte de vanille qui se trouve sur la lame du couteau et faire tiédir le tout sur un feu moyen.
- ❖ Pendant ce temps, mettre dans un saladier les 4 jaunes d'œufs et le sucre semoule, puis les mélanger avec un fouet en tournant énergiquement pendant une minute.
- ❖ Dès que le lait est chaud, le verser dans le saladier en mélangeant avec le fouet.
- ❖ Verser la préparation dans 4 ramequins et placer les ramequins au bain marie.
- ❖ Laisser le tout cuire 30 à 40 minutes, le temps que la préparation soit totalement prise dans les ramequins.
- ❖ Sortir les crèmes brûlées et les laisser complètement refroidir. Recouvertes d'un film alimentaire, elles se conserveront 2 à 3 jours au réfrigérateur.
- ❖ Au moment de servir, allumer le four sur la position maximum du grill  (position 5).
- ❖ Saupoudrer toute la surface des crèmes de cassonade.
- ❖ Lorsque le grill est très chaud, mettre les crèmes sur une plaque, 10 cm sous le grill.
- ❖ Dès que la cassonade se transforme en caramel, les crèmes sont prêtes. Les sortir alors du four et les laisser refroidir une minute avant de les servir.

