



### FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

**Crème Dubarry & choux de couleurs imprégnés & l'huile de spiruline**

## INGRÉDIENTS

*Pour 10 personnes*

- Choux fleur : 1pc environ 1 kilo
- Choux fleur de couleur : 1/4pc
- Bouillon de poule : 2 litre
- Échalote : 60g
- Beurre demi-sel : 50g
- Crème fleurette 35% mg : 1/2 litre
- Lait entier enrichi au lion's à 37 % de la ferme des Bergeronnettes à Dolomieu: 1/2 litre
- Huile d'olive extra vierge : 1 dl
- Citron jaune : 1 pc
- Sel fin & poivre blanc du moulin : PM
- Fleur de sel : PM
- Huile de spiruline : 1 dl
- Cerfeuil : 1 botte

## DÉROULÉ

- Préparer le chou-fleur (blanc) en grosses sommités.
- Émincer les échalotes et les faire suer à l'huile d'olive.
- Ajouter les sommités de chou-fleur sans coloration, mouiller avec le bouillon de poule et le lait entier enrichi au Lion's à 37 %.
- Faire mijoter pendant 20 minutes à feu doux.
- Ajouter la crème fleurette portée à ébullition, assaisonner, puis mixer au blender ou girafe puis monter au beurre jusqu'à obtenir une consistance onctueuse.
- Tailler à la mandoline le chou-fleur de couleur (jaune ou violet, ou les deux en fonction du marché) en fines tranches de 1 millimètre.
- Les mettre à mariner avec l'huile de spiruline, assaisonner (facultatif).
- Faire une imprégnation sous vide afin de permettre une bonne osmose de l'huile de spiruline au cœur du chou-fleur, ou le faire mariner une nuit.

### Dressage :

Dans une assiette creuse ou verre à bodega, la crème Dubarry sera servie avec des copeaux de chou-fleur colorés imprégnés d'huile de spiruline, le tout servi froid. Ajoutez un tour de moulin à poivre et de fleur de sel, ainsi que du cerfeuil pour agrémenter.





### FICHE TECHNIQUE PLAT

**Filet de truite en imprégnation,  
Coulis de butternut à l'orange,  
Gratin de champignons de Paris aux noix de Grenoble.**

## INGRÉDIENTS

### Pour 10 personnes

- Filet de truite sans arêtes de 150g net 10 pc
- Huile d'olive vierge 1 dl
- Vinaigrette de phycocyanine (algue bleue)
- 1/4 botte d'aneth fraîche

### Pour le coulis :

- Butternut 500g
- Crème fleurette 30 % MG 200g
- Fumet de poisson 1/2 litre
- Vin blanc sec 1/4 litre
- Échalote 50g
- Orange entière 2 à 3 pièces
- Beurre demi-sel 80g

### Pour le gratin de légumes :

- Échalote 100g ciselée
- Champignon de Paris 1 kilo
- Citron jaune 1 pc
- Cerneaux de Noix de Grenoble 100g
- Bicarbonate PM
- Beurre demi-sel 25g
- Maïzena 25g
- Crème fleurette 1 litre
- Parmesan 100g
- Œuf 3 pièces
- Poivre du moulin, Sel fin

## DÉROULÉ

- Tailler les filets de truite sans arêtes
- Option les pré-saler avec du gros sel pendant 3 à 5 minutes maxi en fonction de leur épaisseur, puis les rincer et les sécher.
- Les disposer ensuite dans une plaque gastro, les assaisonner que de poivre blanc du moulin
- Mettre à mariner avec l'huile d'olive et la vinaigrette de phycocyanine
- Faire une imprégnation sous vide pour permettre une bonne osmose de la marinade de la truite, ou faire mariner une nuit au frigo.
- Cuire au four à basse température à 50 degrés pendant 30 à 40 minutes, ou à 170 degrés pendant 5 à 6 minutes maximum.
- Émincer les champignons et les faire suer au beurre demi-sel avec les échalotes ciselées.
- Ajouter le jus de citron et cuire à couvert.
- Ensuite, égoutter les champignons et faire réduire l'eau de végétation
- Préparer un beurre manié en mélangeant préalablement 25g de beurre fondu avec 25g de maïzena crémeuse.
- Incorporer progressivement le beurre manié dans la casserole pour épaissir la sauce, en remuant constamment.
- Laisser la sauce mijoter jusqu'à ce qu'elle nappe
- Rectifier l'assaisonnement selon votre goût, si nécessaire.



**JEUDI 3 OCTOBRE 2024**

TERRITOIRE AIN & ISÈRE



SUITE PLAT

## INGRÉDIENTS

### Pour 10 personnes

- Truite de 180g, net 10 pièces
- Huile d'olive vierge 1 dl
- Vinaigrette de phycocyanine (algue bleue)
- 1/4 botte d'aneth fraîche

### Pour le coulis :

- Butternut 500g
- Crème fleurette 30 % MG 200g
- Fumet de poisson 1/2 litre
- Vin blanc sec 1/4 litre
- Échalote 50g
- Orange entière 2 à 3 pièces
- Beurre demi-sel 80g

### Pour le gratin de légumes

- Échalote 100g ciselée
- Champignon de Paris 1 kilo
- Citron jaune 1 pc
- Cerneaux de Noix de Grenoble 100g
- Bicarbonate PM
- Beurre demi-sel 25g
- Maïzena 25g
- Crème fleurette 1 litre
- Parmesan 100g
- Œuf 3 pièces
- Poivre du moulin, Sel fin

## DÉROULÉ

- Faire torréfier les cerneaux de noix de Grenoble et les ajouter au gratin de champignons, ainsi que les œufs battus.
- Mouler dans des moules à gratin de votre choix par exemple moules en alu individuels
- Parsemer de parmesan et cuire au four à 170 degrés pendant 30 minutes.

### Préparer le coulis de butternut:

- Cuire le butternut en coque au four à 170 degrés pendant 1 heure.
- Récupérer la chair et la passer au presse-légumes. Réserver au chaud.
- Ciseler l'échalote et la faire confire avec le vin blanc sec jusqu'à réduction.
- Ajouter le jus de 2 oranges pressées et réduire au 3/4.
- Mouiller avec le fumet de poisson et porter à ébullition.
- Incorporer ensuite la pulpe de butternut (environ 500g) et monter au beurre demi-sel et à la crème.
- Rectifier l'assaisonnement et la liaison. Si la sauce est trop épaisse, rajouter un jus d'orange et émulsionner au blender.



**JEUDI 3 OCTOBRE 2024**

TERRITOIRE AIN & ISÈRE



FICHE TECHNIQUE DESSERT  
**Crèmeux au chocolat enrichi au curcuma**

## INGRÉDIENTS

*Pour 10 personnes*

- Lait au Curcuma de la Ferme les Bergeronnettes, 38110 Dolomieu : 1/2 litre
- Chocolat pistoles noir à 55 % minimum de cacao : 500 g
- Grué de cacao : 30g
- Poudre de Curcuma : Quantité suffisante pour saupoudrer dessus

## DÉROULÉ

- *Faire bouillir le lait au curcuma.*
- *Mettre les pistoles de chocolat dans un cul de poule*
- *Verser le lait au curcuma chaud dessus et mélanger au fouet jusqu'à ce que le chocolat fonde, puis mouler dans des coupes à dessert et réserver au frais pour la nuit au réfrigérateur.*

- **Dressage :**

*Disposer dessus le crèmeux chocolaté enrichi au curcuma, ajouter quelques grains de grué de cacao et saupoudrer légèrement de curcuma.*

**Conseil :** *servir à une température pas trop froide, sinon cela altère le goût.*

