



### FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

#### Truite marinée au citron vert, blanc-manger d'étré au poivre timut, nectar de petits pois au gin

## INGRÉDIENTS

### Pour 10 personnes

#### Pour la truite :

- 1 filet (800g) de truite samoné Jura
- 500G Gros sel
- 50g de sucre
- Poivre mignonnette
- 1 pièce de citron vert
- 1 pièce de citron jaune

#### Pour le blanc manger d'étré, poivre Timut :

- 310g fromage blanc
- 300g de crème liquide
- 1 pièce de citron vert zestes
- 15g aneth
- 15 tours de poivre timut
- 8g de sel
- 8 pièces de gélatine feuilles

#### Pour le nectar petits pois au gin :

- 250g de petits pois
- Huile d'olive
- 5g de gingembre
- 2 feuilles de menthe
- 4 gouttes de tabasco
- 15g d'oignon blanc
- 800g de bouillon légumes
- Sel
- 8 tours de poivre timut
- 15g de Gin

#### Pour la finition:

- Fleurs de ciboulette
- Pousses de petits pois

## DÉROULÉ

### Pour la truite :

- Lever le filet, parer et enlever la peau.
- Préparer la saumure en mélangeant tous les ingrédients.
- Recouvrir entièrement le filet de saumure pendant 30 minutes.
- Retirer, rincer et sécher à plat sur une grille pendant 24H.
- Parer le dos du filet et tailler en brunoise toutes les parures

### Pour le blanc manger d'étré, poivre Timut :

- Bien égoutter le fromage blanc.
- Incorporer la gélatine ramollie dans la crème à 60°C.
- Ajouter le poivre, les zestes de citron et le fromage blanc.
- Ciseler l'aneth et l'incorporer.
- Ajouter dans ce mélange les parures de truite.

### Pour le montage :

- Dans un cadre bien filmé au préalable (moule à bûche ou moule triangulaire), disposer 1/3 de l'appareil blanc-manger.
- Laisser légèrement prendre.
- Ajouter le cœur de filet de truite dessus, puis les 2/3 de l'appareil restant.
- Filmer, réserver au frais pendant 12 heures et démouler.
- Tailler en tranches de 2,5 cm d'épaisseur.

### Pour le nectar de petits pois au gin :

- Faire suer les oignons ciselés à l'huile d'olive, puis ajouter les petits pois.
- Assaisonner et mouiller. Laisser cuire.
- Mixer et passer au chinois.
- Une fois refroidi, ajouter le gin.

### Pour la finition :

Dans une assiette creuse, disposer le pressé de truite, le blanc-manger lustré à l'huile d'olive, le nectar de petits pois autour, un filet d'huile d'olive, des pousses de petits pois et des fleurs de ciboulette.





### FICHE TECHNIQUE PLAT

**Suprême de pintade pochée rôtie, rouelle de courgette jaune et verte, noisettes du Morvan, jus infusé à l'estragon**

## INGRÉDIENTS

**Pour 10 personnes**

**Pour la pintade:**

- 5 pièces de 250g (1 filet pour 2)
- Sel
- Poivre
- Gousses d'ail
- Thym
- Huile de tournesol

**Pour la rouelle de courgettes :**

- 2 pièces de courgettes jaunes
- 2 pièces de courgettes vertes
- Huile d'ail
- Thym
- Fleur de cazette
- Sel
- Poivre

**Pour le jus pintade :**

- 700 g de carcasses
- 300 g de manchons de pintade
- 1 oignon rouge
- 5 gousses d'ail
- 20 g de persil à queue
- 6 branches de thym
- 15 g d'estragon
- 6 g de poivre mignonnette
- 20 g de vinaigre de Xérès
- 1 L de fond d'eau
- 15 g de beurre

## DÉROULÉ

**Pour la pintade:**

- Saler et poivrer le filet.
- Disposer le côté bien bombé avec la peau tendue sur une plaque à trou
- Cuisson : four vapeur à 70°C avec 3 ventilations, 58°C à cœur.
- Stopper la cuisson en cellule pendant 5 minutes.
- Au moment de la commande, colorer à l'huile de tournesol avec un poids sur le suprême.
- Après coloration, ajouter du beurre frais. Bien arroser avec des gousses d'ail et une branche de thym.
- Finir la cuisson au four à 195°C pendant 4 minutes.

**Pour la rouelle de courgettes:**

- Huile d'ail : 200 g d'huile d'olive cuisson, 4 gousses d'ail en chemise, 4 branches de thym, sel, 6 tours de moulin à poivre.
- Porter à ébullition, filmer et laisser infuser.
- Tailler les courgettes à la machine à jambon en lanières entières, à 5 mm.
- Les poêler ou les snacker avec légère coloration, saler et poivrer.
- Égoutter sur une grille.
- Réaliser une rouelle en alternant les deux couleurs de courgette puis ajouter des fleurs de carotte dessus.
- Ajouter ensuite le basilic pourpre et mouron des oiseaux.

**Pour le jus pintade:**

- Tailler les carcasses et les manchons en morceaux réguliers.
- Colorer à l'huile.
- Dégraisser. Ajouter la garniture. Suer.
- Déglacer au vin blanc. Gratter les sucs.
- Déglacer 3 fois. Mouiller au fond de veau infusé à 93°C.
- Passer et réduire jusqu'à consistance de jus.
- Dans un sautoir, chauffer la mignonnette de poivre sec, ajouter les feuilles d'estragon.
- Déglacer au vinaigre.
- Ajouter le jus et une noix de beurre.

**Pour la finition :**

Couper les filets en deux en diagonale. Disposer à côté la rouelle avec dessus le basilic pourpre et mourons des oiseaux. Ajouter le jus au centre.





### FICHE TECHNIQUE DESSERT

#### Financier framboises amandes

## INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

### Pour la crème d'amandes :

- 273g de beurre
- 273g de sucre glace
- 273g de poudre ammandes grises
- 273g d'oeufs
- 110g crème liquide
- 55g de farine
- beurre
- sucres
- 35 framboises

### Pour la crème fouettée :

- 1 L de crème
- 200 g de mascarpone
- 100 g de sucre glace
- 2 gousses de vanille

### Pour le coulis :

- 200 g de framboises
- 1 gousse de vanille
- 2 citrons verts
- 30 g de sucre
- 150 g d'eau
- 20 g de crème de framboise

## DÉROULÉ

### Pour la crème d'amandes :

- Au batteur avec la palette, crémiser le beurre avec le sucre glace et la poudre d'amandes grises.
- Incorporer les œufs en plusieurs fois.
- Ajouter la crème et mélanger
- Ajouter la farine et mélanger doucement.
- Beurrer puis sucrer les darioles.
- Remplir les darioles avec 25 g d'appareil, disposer 6 demi-framboises, puis recouvrir à nouveau avec 25 g d'appareil.
- Cuisson : Four sec à 155°C en ventilation 3, environ 20 minutes.

### Pour la crème fouettée :

- Mélanger le tout dans une cuve, gratter la gousse
- Monter crémeuse, souple

### Pour le coulis :

- Mélanger le tout, porter à ébullition, laisser infuser 15 min
- Retirer gousse et mixer

