



INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Purée et dés de courge :

- 800 g de courge
- 500 g de crème liquide
- Sel, poivre

Tuile au beaufort :

- 100 g de beaufort
- 10 g de farine

Pour la polenta :

- 200 g de lait
- 100 g de polenta grains moyens
- 200 g de crème liquide

FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

Polenta

Grains moyens liée au jus de courge, lard blanc.

DÉROULÉ

Purée et dés de courge :

- Éplucher la courge, enlever les pépins, en découper une partie en brunoise de 5 mm de côté et le reste en gros dés.
- Peser 800 g de courge.
- Verser la crème liquide dans une casserole, ajouter les dés de courge, saler et poivrer, cuire à feu doux pendant environ 20-30 minutes jusqu'à ce que la courge soit tendre.
- Égoutter, mixer, laisser refroidir et réserver au frais.
- Cuire le reste de la courge (la brunoise) pendant 15 minutes à feu doux.
- Mixer et détendre avec la crème de cuisson si besoin.
- Passer au tamis, rectifier l'assaisonnement. Réserver au frais.

Tuile au beaufort :

- Râper 100 g de beaufort et ajouter 10 g de farine.
- Mélanger le tout dans le bol du robot pour obtenir un crumble.
- Sur une feuille en silicone, former des cercles de 40 mm de diamètre avec le crumble, bien tasser.
- Retirer le cercle et cuire au four à 150°C pendant environ 15 minutes.
- Laisser reposer. Réserver en étuve si possible sinon en boîte hermétique.

Polenta :

- Porter à ébullition 200 g de lait.
- Verser en pluie 100 g de polenta grains moyens, laisser cuire sans cesser de remuer.
- Ajouter petit à petit 200 g de crème liquide, laisser cuire à couvert 15 minutes.
- Réserver.





FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

Polenta

Grains moyens liée au jus de courge, lard blanc.

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Miettes de lard blanc :

- Quantité suffisante (QS) de dés de lard blanc

Oignons blancs au vinaigre :

- 2 oignons blancs
- QS de vinaigre blanc

Finition :

- Huile de noisette
- Fleur de sel
- 20 g de beaufort râpé
- 1 noix de beurre

DÉROULÉ

Miettes de lard blanc :

- Faire revenir dans une poêle sans matière grasse une quantité suffisante de dés de lard blanc pour les rendre très croustillants.
- Retirer l'excédent de graisse plusieurs fois.
- Déposer sur du papier absorbant 2 minutes puis réserver sur du papier sulfurisé dans un petit plat. Réserver au-dessus du piano.

Oignons blancs au vinaigre :

- Ciseler 2 oignons blancs.
- Porter à ébullition une quantité suffisante de vinaigre blanc.
- Mettre les oignons dans un bocal et recouvrir de vinaigre bouillant, refermer le bocal et réserver au frais.

Pour la finition :

- Prendre 6 dés de brunoise de courge par personne, arroser d'huile de noisette et parsemer de fleur de sel, réserver sur un petit plateau.
- Réchauffer 80 g de polenta cuite avec une quantité suffisante de purée de potiron, lier avec 20 g de beaufort râpé et une noix de beurre, vérifier l'assaisonnement.
- Prendre une assiette creuse chaude, mettre au centre une quantité suffisante de gros dés de lard poêlés et de brunoise d'oignon, recouvrir de polenta fluide à la courge.
- Terminer en parsemant une quantité suffisante de brunoise de lard croquant et de tuile au beaufort.





INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Traites :

- 5 truites de 300 g chacune
- Sel

Œufs de truite :

- Quantité suffisante (QS) d'œufs de truite

Fumet de poisson :

- 500 g de parures de poissons
- 100 g de vin blanc
- 100 g d'eau
- 1 carotte
- 1/2 oignon émincé
- Persil
- Poivre
- Sel

Sabayon aux orties et feuilles blanchies :

- 150 g d'orties fraîches
- 500 g de beurre clarifié
- 70 g de vinaigre
- 6 œufs
- 6 jaunes d'œufs
- 60 g de jus de citron
- Fleur de sel mixée
- Eau

FICHE TECHNIQUE PLAT

Truite pochée au court-bouillon, carottes toupies à l'oseille, sabayon aux orties.

DÉROULÉ

Traites :

- Choisir 5 truites de 300 g chacune, les rincer, les vider, lever les filets, désarêter et réserver les filets au frais.
- Prendre des filets de truite et les ranger sur un lit de sel. Les recouvrir de sel.
- Laisser au frigo pendant 1 semaine.
- Avant le service, retirer la peau d'un filet de truite, le détailler en lamelles et réserver au frais.

Fumet de poisson :

- Dans une cocotte, mettre à colorer 500 g de parures de poissons, déglacer avec 100 g de vin blanc et 100 g d'eau.
- Ajouter 1 carotte et 1/2 oignon émincés, 1 brin de persil, QS de poivre et de sel.
- Faire bouillir 30 minutes, filtrer le jus et réserver au frais.
- Laisser refroidir et réserver au frais.

Sabayon aux orties et feuilles blanchies :

- Cueillir 150 g d'orties fraîches, retirer à l'aide d'un ciseaux les feuilles des tiges, en trier 10 belles, les blanchir quelques secondes et refroidir immédiatement dans l'eau glacée. Réserver le reste à température ambiante.
- Faire 500 g de beurre clarifié, réserver au frais.
- Mettre dans le bol du Thermomix 70 g de vinaigre, les feuilles d'orties crues, bien mixer.
- Ajouter 6 œufs et 6 jaunes, 60 g de jus de citron, verser doucement 500 g de beurre clarifié.
- Assaisonner QS de fleur de sel mixée passée au chinois, détendre à l'eau si besoin.
- Remplir la cuve d'un siphon de 1 litre, visser 1 seul cartouche, bien secouer, retirer la cartouche. Réserver au frais.





FICHE TECHNIQUE PLAT

Truite pochée au court-bouillon, carottes toupies à l'oseille, sabayon aux orties.

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Poudre d'orties :

- QS de feuilles d'orties fraîches

Dés de citron :

- Citrons jaunes

Carottes et filaments croustillants :

- QS de carottes « toupies »
- QS de carottes des sables
- QS de beurre fondu
- QS de fleur de sel

Finition :

- QS de feuilles d'oseille
- QS de beurre frais
- QS de jus de citron
- 140 g de vinaigre d'alcool
- 200 g d'eau
- 8 g de sel gris
- QS de fumet de poisson
- QS de beurre
- QS d'œufs de truite
- QS de poudre d'orties

DÉROULÉ

Poudre d'orties :

- Mettre à l'étuve QS de feuilles d'orties fraîches pendant minimum 24h pour bien les dessécher.
- Mixer finement, passer au tamis très fin et réserver en saupoudreuse.

Dés de citron :

- Lever en suprême la pulpe des citrons jaunes et tailler chaque suprême en 8 dés.
- Presser les parures et réserver dans un bocal hermétique.

Carottes et filaments croustillants :

- Nettoyer à l'eau QS de carottes « toupies », les blanchir en les gardant « al dente », refroidir dans une grande quantité d'eau glacée et les éplucher avec un torchon pour respecter la forme des carottes. Réserver au frais.
- Prendre des carottes des sables, les éplucher, les râper à l'aide du rouet, déposer les filaments de carottes sur un papier sulfurisé en les arrosant de beurre fondu et de fleur de sel, dessécher au four à 100°C. Réserver en étuve.

Finition :

- Mettre le siphon aux orties à chauffer dans un bain marie régulé et préréglé à 50°C pendant 30 minutes minimum.
- Ciseler QS de feuilles d'oseille.
- Rouler un bâtonnet de truite par personne dans une feuille d'ortie blanchie. Réserver à température ambiante.
- Faire fondre à feu doux QS de beurre frais, ajouter QS de jus de citron, saler.
- Mettre dans un pichet 140 g de vinaigre d'alcool, 200 g d'eau, 8 g de sel gris, porter à ébullition (court-bouillon).
- Réchauffer dans une casserole QS de fumet de poisson avec QS de beurre et glacer 3 mini carottes par personne, saler avec de la fleur de sel.
- Nettoyer une assiette plate en terre, mettre côté gauche 3 dés de citrons et dessus un morceau de truite au sel puis 1 feuille d'ortie blanchie.
- Déposer le ou les filets dans un bac, verser à hauteur l'eau vinaigrée et laisser pocher 2 à 3 minutes selon l'épaisseur.
- Retirer les filets de truite à l'aide d'une écumoire, les égoutter sur grille, les mettre côté chair vers le haut, napper de beurre au citron les deux côtés puis ajouter 3 dés de citron côté peau, QS d'œufs de truite et QS de fleur de sel.
- Déposer soigneusement dans l'assiette la truite au sel, les mini carottes, superposer QS de carottes séchées et enfin QS d'oseille ciselée.
- Déposer contre le filet de truite au court-bouillon.
- Remplir une cocotte en verre de sabayon aux orties tiède et saupoudrer QS de poudre d'orties.
- Faire un gros point de sabayon à droite de la truite.





FICHE TECHNIQUE DESSERT

Rissoles au safran de Savoie

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Pâte à rissoles :

- 275 g de farine T55
- 90 g de beurre
- 1 œuf
- 22 g de sucre vanillé
- 3 g de levure chimique
- 45 g de lait entier

Crème au safran :

- 180 g de lait entier
- 0,3 g de filaments de safran
- 44 g de jaune d'œuf
- 44 g de sucre semoule
- 8 g de maïzena
- 37 g de chocolat blanc
- 6 g de jus de citron

DÉROULÉ

- *Pétrir la pâte. Laisser reposer 12 heures.*
- *Étaler la pâte à rissoles au rouleau jusqu'à obtenir une épaisseur d'environ 1,5 mm.*
- *Découper la pâte en morceaux d'environ 100 mm de côté.*
- *Badigeonner la dorure sur un morceau de pâte sur deux.*
- *Déposer une cuillère à café de crème pâtissière au safran au centre des morceaux de pâte non badigeonnés.*
- *Superposer délicatement les morceaux de pâte badigeonnés sur ceux avec la crème pâtissière.*
- *Envelopper bien la crème pâtissière à l'aide d'un cercle de 40 mm, souder les bords et détailler avec un emporte-pièce cannelé de 60 mm de diamètre.*
- *Déposer soigneusement les rissoles sur une plaque.*
- *Chauffer un bain de friture à 170°C, plonger les rissoles jusqu'à ce qu'elles soient dorées.*
- *Débarrasser les rissoles sur du papier absorbant et réserver à température ambiante.*
- *Avant de servir, réchauffer les rissoles au four pendant 2 minutes, saupoudrer de sucre glace et déguster chaud.*

