



FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

Truite Gravelax, Salade de Pousse d'épinard aux noix

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Gravelax de Truite :

- 400 gr filet de truite rose
- 2 gr Gros Sel
- 70 gr Sucre Semoule
- 16 gr Baie Rose
- 8 gr Poivre de Timut
- Aneth
- 1 citron Vert
- 1 citron Jaune

Salade de Pousse:

- 500 gr Pousses d'Épinard
- 100 gr Cernaux de Noix
- 150 cl Huile de Noix
- 50 cl Vinaigre de Xérez
- Sel / Poivre

DÉROULÉ

Préparation :

- Parer et désarrêter les filets de truites.
- Laver les jeunes pousses d'épinard à l'eau claire et les égoutters.
- Torrifier les cerneaux de noix à 140°C pendant 15min.
- Hacher l'aneth grossièrement

Préparation Gravelax :

- Mélanger le gros sel, le sucre, les baies roses, le poivre de timut.
- Ajouter l'aneth haché et les zestes des citrons
- Disposer du mélange au four d'une plaque gastro, déposer les filets de truites et recouvrir avec le reste du mélange gravelax.
- Laisser reposer 24H au frigo.
- Rincer les filets de truites à l'eau claire et laisser sécher sur grille pendant 2H au frigo.
- Tailler des bandes de 0,5cm d'épaisseur

Salade de Pousse :

- Réaliser la vinaigrette en mélangeant l'huile de noix et le vinaigre de Xéres. Assaisonner sel/poivre.
- Assaisonner les pousses d'épinard avec cette vinaigrette.
- Disposer les morceaux de truite par dessus et terminer le dressage avec les cerneaux de noix.





FICHE TECHNIQUE PLAT

Gratiné de crozet savoyard

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Viande :

- 5 Diotes Fumés
- 5 Diotes Nature

Légumes :

- 1 Kg Oignons Blancs
- 1 Kg Epinard Branche
- 1 Kg Champignon de Paris
- 1 Kg Ail tête

- 1000 cl Vin Blanc
- 500 cl Bouillon de légumes
- 1.2 Kg Crozet
- Sel / Poivre

- 2000 cl Crème liquide 30%
- 500 gr Beaufort cubes ou râpée

DÉROULÉ

Préparation :

- Laver les épinards et les champignons de Paris.
- Emincer les champignons, enlever les côtes et emincer le reste
- Eplucher et émincer les oignons.
- Eplucher l'ail et hacher grossièrement.
- Emincer les diots nature et fumé en rondelles.
- Réhydrater le bouillon de légumes.

Préparation Farce :

- Faire suer les oignons, l'ail et les diots ensemble.
- Mouiller avec le vin blanc et le bouillon de légume.
- Cuire 10 minutes et débarasser les diots.
- Faire réduire le bouillon de moitié et ajouter les épinards et les champignons de paris.
- Cuire jusqu'à évaporation total du liquide, ajouter les diots aux légumes. Assaisonner.
- Débarasser en plaque gastro à moitié

Préparation Crozets :

- Faire réduire la crème de moitié.
- Cuire les crozets 10 dans un grand volume d'eau salé.
- Ajouter les crozets et les cubes de beaufort à la crème réduite
- Verser se mélange sur le la farce diots/épinard/ champignon.
- Faire colorer les gratins au four à 200°C.





FICHE TECHNIQUE DESSERT

Pompe aux Pommes

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

- 1.5 Kg Pommes Golden
- 100 gr Sucre
- 50 gr Beurre
- Cannelle
- 1 Pâtes feuilletés rectangulaires 60X40
- 20 gr Jaune d'oeufs
- 1 Citron Jaune

DÉROULÉ

Préparation :

- *Eplucher, vider les pommes et les conserver dans l'eau froide avec les citrons pressés.*
- *Diviser les pommes en 2 parties.*
- *Préchauffer le four à 180°C*

Compote de pommes :

- *Couper la première partie des pommes en gros cubes irrégulier*
- *Laisser compoter à feu doux avec la moitié du sucre, le beurre et la cannelle.*
- *Laisser cuire à couvert en remuant régulièrement jusqu'à ce que les pommes soient bien cuites.*
- *Mixer pour obtenir une compote bien lisse.*
- *Débarasser et mettre à refroidir.*

Lamelle de pommes :

- *Tailler l'autre moitié des pommes en lamelles*

Dressage :

- *Etaler sur une pâte feuilleté (préalablement piqué avec une fourchette), la compote de pomme, en laissant 1 cm de pâte pour pouvoir souder par la suite.*
- *Disposer de lamelles de pommes, saupoudrez de sucre.*
- *Appliquer du jaune d'oeuf au pinceau sur le bord de la pâte*
- *Recouvrir le montage avec une autre pâte feuilleté préalablement piqué.*
- *Souder les bords en appuyant avec une fourchette.*
- *Dorer le montage avec le reste de jaune d'oeufs.*
- *Cuire au four pendant 45 min.*

