

JEUDI 3 OCTOBRE 2024

AUDE & PYRENEES ORIENTALES



FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

Velouté de butternut / noisettes

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

- 3 butternuts
- 2 oignons
- 1 L fond de volaille
- 50 g crème épaisse
- 60 g noisettes
- 10 cl huile de noisette
- 10 g croustons dorés
- Sel - poivre

DÉROULÉ

- Couper le butternut en gros cubes.
- Couper grossièrement les oignons.
- Faire revenir les oignons et le butternut dans un fond de beurre. Remuer régulièrement (il ne faut pas que l'oignon roussisse). Une fois que les légumes sont bien revenus, rajouter le fond de volaille.
- Laisser cuire 40 min à feu doux.
- Mixer.
- Ajouter une ou deux cuillères de crème fraîche.
- Saler et poivrer.
- Au moment du service, rajouter sur le velouté, l'huile de noisette, les noisettes concassées torréfiées et les croûtons.



JEUDI 3 OCTOBRE 2024

AUDE & PYRENEES ORIENTALES



FICHE TECHNIQUE PLAT

Blanquette de veau des Pyrénées / riz pilaf

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Blanquette de veau

- 1.5 kg Veau des Pyrénées
- 2 carottes
- 2 oignons
- 1 échalote
- 1 poireau
- 400 g champignon de Paris
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet garni
- 20 cl vin blanc

Roux blond

- 100 g Beurre
- 100 g Farine

Riz pilaf

- 600 g riz
- 1 Oignon
- 50 cl bouillon de légumes

DÉROULÉ

- *Pelez les carottes, l'ail, l'échalote et les oignons.*
- *Hachez ce dernier ainsi que le blanc de poireau. Coupez les échalotes et les carottes en deux.*
- *Faire colorer le veau, ajoutez l'oignon et le poireau haché, les carottes, l'échalote, l'ail, les champignons de Paris et le bouquet garni.*
- *Salez, poivrez et mouillez avec le vin.*
- *Ajoutez de l'eau pour que la viande et les légumes soient immergés.*
- *Couvrez et portez à ébullition et laissez cuire 1 h 30.*
- *Préparez un roux blond : faites fondre le reste de beurre dans une casserole, saupoudrez-le avec la farine, mélangez vivement au fouet, puis laissez refroidir.*
- *Quand la viande est cuite, mettez-la dans une passoire avec les légumes et récupérez le bouillon de cuisson. Délayez le roux avec ce bouillon et amenez à ébullition en fouettant.*
- *Une fois la sauce terminée, y rajouter la viande et les légumes, puis faire refroidir.*



JEUDI 3 OCTOBRE 2024

AUDE & PYRENEES ORIENTALES



FICHE TECHNIQUE DESSERT

Tiramisu à la châtaigne

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

- 40 biscuits boudoir
- 250 g mascarpone
- 5 œufs
- 400 g crème de marron
- 100 g eau
- 130 g sucre
- cacao

DÉROULÉ

- *Mélanger les jaunes d'œufs avec la crème de marrons.*
- *Ajoutez le mascarpone et mélangez bien.*
- *Battez les blancs en neige ferme et incorporez-les délicatement à la crème aux marrons.*
- *Réaliser un sirop à 30°, porter à ébullition l'eau et le sucre puis réserver.*
- *Trempez rapidement les biscuits dans le sirop et étalez les dans une verrine individuelle.*
- *Répartissez la moitié de la crème aux marrons sur les biscuits.*
- *Renouveler l'opération pour une deuxième couche.*
- *Mettez au réfrigérateur. Saupoudrez de cacao avant de servir*

