

**JEUDI 3 OCTOBRE 2024**

NORD PAS DE CALAIS



## FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

**Velouté de panais, crème à l'ail noir et chips de panais**

## INGRÉDIENTS

*Pour 10 personnes*

### **Velouté :**

- 1 Kg Panais
- 2 grosses Pommes de Terre
- 1 Oignon
- 1 L Bouillon de volaille
- 20 cl Crème
- Pâte d'ail noir ou crème d'ail noir
- Sel / Poivre
- Sel de Céléri

## DÉROULÉ

**Préparation du velouté :**

- Couper les légumes
- Tout mélanger ensemble
- Mixer





## FICHE TECHNIQUE PLAT

**Pavé de flétan – Chapelure panko, beurre nantais aux œufs de maquereau fumé et fondue de poireaux**

## INGRÉDIENTS

*Pour 10 personnes*

### **Sauce :**

- 1 Oignon
- 1 Belle d'échalote
- 2 Carottes
- 2 Blancs de poireaux
- 15 cl Vin Blanc
- 5 cl Vinaigre Blanc
- Sel / Poivre

- 10 cl crème
- 250 gr Beurre

### **Fondue de poireaux :**

- 5 cuillères à soupe de crème fraîche
- 2.5 cuillères à soupe de moutarde de Dijon
- 75 gr Beurre
- 1500 gr Poireaux
- 5 cuillères à soupe de citron

## DÉROULÉ

### **Préparation sauce :**

- *Suer les garnitures sans coloration*
- *Déglacer & réduire le vin et le vinaigre blanc*
- *Mouiller*
- *Assaisonner*
- *Mixer le tout*
- *Régler la densité & l'onctuosité*

### **Dans un autre récipient :**

- *Portée à ébullition la crème*
- *Incorporer le beurre dès hors du feu*
- *Dès hors du feu mélanger les 2 appareils*

### **Préparation Poisson :**

- *Paner les morceaux de poisson à l'anglaise fariner*
- *Oeufs battus et chapelure panko*
- *Les marquer sur du papier sulfurisé à l'huile d'olive & au beurre*
- *Plaquer & finir au fou*

### **Préparation Fondue de poireaux :**

- *Coupez les poireaux en deux et recoupez-les en tronçons. Lavez soigneusement.*
- *Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez les poireaux, mélangez, couvrez et faites cuire à feu très doux pendant 25 min environ, en remuant de temps en temps.*
- *A ce moment là ajoutez le jus de citron, la moutarde et la crème aux poireaux, salez légèrement, poivrez et mélangez bien.*
- *Couvrez et laissez cuire encore 10 min à feu doux.*





## FICHE TECHNIQUE DESSERT

### Tartelette poire crème frangipane

## INGRÉDIENTS

*Pour 12 personnes*

### **Pâte levée pour les tartes :**

- 3 Oeufs
- 10 cl Lait
- 500 gr Farine
- 175 gr Beurre
- 20 gr Levure

### **Crème Amandine :**

- 100 gr Poudre d'amandes
- 100 gr Beurre
- 100 gr Sucre glace
- 50 gr Farine
- 2 Oeufs
  
- 600 gr de Poires
- Amandes effilées

## DÉROULÉ

### **Préparation de la pâte :**

- Faire la pâte
- L'étaler en bacs gastro graissés

### **Préparation crème Amandine :**

- Couper le beurre en dés.
- Disposer le beurre mou (mais pas liquide) dans un saladier
- Ajouter le sucre puis fouetter ce mélange jusqu'à obtenir une masse légèrement mousseuse et blanche.
- Ajouter l'oeuf
- Mélanger
- Ajouté la poudre d'amande
- Mélanger
- Ajouter la farine et mélanger à nouveau.

### **Dressage :**

- Dresser la crème sur la pâte à la poche à douille
- Garnir chaque plaque de poire cuite au sirop en dès & amandes effilées
- Cuire 25/30 minutes à 175°C
- Possibilité de glacer avec un nappage blanc
- Eventuellement une quenelle de glace vanille ou de crème vanillée

