

# STAGE CUISINE

**MARDI 5  
FEVRIER  
2008**

**MENU SAINT  
VALENTIN**

# RECETTE N° 1

**Vin servi : Sancerre blanc 2005.**

## **Raviole ouverte de foie gras et cèpes au tandoori.**

Dans une cocotte en fonte, mettre à suer avec du beurre 2 blancs de poireaux et un gros oignon émincés et 5 gousses d'ail écrasées. Ajouter 1kg de cèpes surgelés, bien mélanger le tout puis ajouter 2 litre de bouillon de poule. Laisser réduire.

Bien égoutter les cèpes en conservant le bouillon, poêler les cèpes avec un peu d'huile d'olive, bien rôtir, saler et poivrer.

Avec le reste de bouillon, on ajoute une cuillère de tandoori (épice indienne), fouetter 500g de crème liquide et ajouter au bouillon.

Blanchir les ravioles chinois dans une eau bouillante salée rapidement, stopper la cuisson à l'eau froide.

### **Pour le foie gras :**

Couper en tranche le foie gras, saler et poivrer sur chaque face. Cuire à sec dans une poêle très chaude, puis réduire le feu dès que le foie est posé. Cuire rapidement sur chaque face puis débarrasser sur une plaque avec du papier absorbant. Passer au four chaud avant service.

### **Sur l'assiette :**

Mettre un peu de cèpes au centre de l'assiette creuse, ajouter l'escalope de foie gras poêlée, mettre le raviole par-dessus et ajouter le bouillon bien chaud.



## **RECETTE N° 2**

**Vin servi : Domaine de la soleïade Vacqueyras 2004.**

### **Baluchon de cabillaud et blette, sauce ravigotée.**

#### **Pour la mousseline de cabillaud :**

- 300g de cabillaud
- 2 blancs d'œufs
- Une pincée de sel et poivre du moulin
- 300g de crème liquide

Mixer le poisson avec les œufs, le sel et le poivre, puis ajouter la crème. Mixer bien lisse et réserver au frais.

#### **Pour le baluchon de cabillaud :**

Couper les blettes italiennes en séparant le vert de la côte.

Blanchir rapidement le vert des blettes dans de l'eau bouillante salée, puis stopper la cuisson à l'eau froide.

Découper les côtes en gros bâtonnets, puis cuire dans une cocotte avec un peu d'huile d'olive, ajouter 3 gousses d'ail écrasées et de la fleur de sel, cuire environ 15 minutes.

Mouiller une planche à découper, puis étaler du papier film, mettre des feuilles de blette côte à côte et ajouter au centre de la mousseline de cabillaud puis un morceau de cabillaud coupé, saler et poivrer. Fermer ensuite en serrant le tout et faire un nœud avec le papier film.



#### **Pour la crème de cresson :**

Faire blanchir une botte de cresson rapidement. Faire bouillir 250g de crème liquide. Mixer le cresson avec la crème, saler et poivrer.

### **Pour la sauce ravigotée :**

Enlever le pédoncule des tomates (1/2 par personne), faire une petite incision sur la tomate et la tremper dans une casserole avec de l'eau bouillante. Rafrâchir dans de l'eau froide, retirer la peau, retirer l'intérieur pour ne conserver que la chair et couper en petits dés.

Mettre dans un cul de poule, ajouter 2 échalotes émincées, une botte de ciboulette et de basilic ciselée, 30 cl d'huile d'olive et 15 cl de vinaigre balsamique, bien mélanger le tout.

### **Sur l'assiette :**

Mettre les côtes de blette au centre de l'assiette, poser le baluchon de cabillaud, entourer de crème de cresson et recouvrir de sauce ravigotée.



## **RECETTE N° 3**

### **Petite banane rôtie, caramel au beurre salée, crêpes et chantilly nouvelle.**

#### **Pour la chantilly nouvelle :**

Mettre 150g de crème liquide dans une casserole avec 35g de sucre et ½ gousse de vanille, faire bouillir. Ajouter 3g de gélatine préalablement trempée dans l'eau froide et pressée. Faire infuser une heure à couvert.

Battre 350g de crème liquide bien souple, puis incorporer la crème infusée en enlevant la gousse de vanille, bien monter à nouveau et débarrasser au moins deux heures au frais.

#### **Pour la pâte à crêpes :**

Mélanger 6 œufs avec une poignée de sucre, ajouter la farine, bien travailler et ajouter le lait et un peu de beurre fondu.

#### **Pour le caramel au beurre salé :**

Mettre 300 g de sucre dans une casserole (à bord haut) à sec, mettre sur le feu et ne plus y toucher le temps que le sucre ne fonde, faire bouillir 250 g de crème liquide, ajouter au caramel hors du feu puis remettre sur feu doux et bien mélanger. Couper 80 g de beurre salé bien froid en petits dés et mélanger au caramel hors du feu. Ajouter 20g de fleur de sel et 10g de poivre en grain, couvrir et laisser infuser une heure. Le poivre peut être remplacé par une autre épice. Passer le caramel avant utilisation.



### **Pour les bananes rôties :**

Saupoudrer une poêle de sucre, laisser fondre le sucre en caramel, ajouter un peu de beurre, puis les bananes épluchées, bien enrober les bananes, ajouter un peu d'eau et flamber au rhum.

### **Sur l'assiette :**

Disposer deux crêpes pliées en 3, ajouter les bananes rôties, entourer d'une bonne cuillère de caramel et d'une cuillère de chantilly nouvelle.

