

# STAGE CUISINE

**MARDI 21**

**AVRIL**

**2009**

**CUISINE DU**

**MARCHE**

# RECETTE N° 1

## Saint Jacques rôtie, fricassée d'asperges cuisinées comme un risotto.

**Vin servi : Kaefferkoff Jean-Baptiste Adams 2004  
Alsace.**

Prendre de grosses asperges vertes et blanches, éplucher les blanches en appuyant bien fort, ôter les écailles des vertes. Couper les bouts et passer à la centrifugeuse pour obtenir un jus d'asperges, mettre dans une casserole, faire bouillir, réduire de moitié, ciseler une demie botte de basilic, ajouter un peu de vinaigre balsamique, d'huile d'olive, de Tabasco et de sel.

Couper les asperges en petits morceaux, blanchir dans un léger bouillon, dès ébullition égoutter.

Hacher un oignon, faire suer à l'huile d'olive sans coloration, ajouter les asperges, puis un filet de vin blanc (5cl), évaporer le liquide, ajouter une louche de bouillon de volaille et une louche de crème liquide. Lorsque le bouillon a réduit de moitié ajouter une cuillère de mascarpone et deux cuillères de parmesan, mettre sur feu doux.

Saler et poivrer les Saint Jacques, rôtir à la poêle avec de l'huile d'olive.

### Au service :

Mettre dans une assiette creuse la fricassée d'asperges sur le dessus la Saint Jacques rôtie et au final la vinaigrette ajouter un peu de fleur de sel sur la Saint Jacques.



## **RECETTE N° 2**

### **Dos de lieu jaune, étuvée de poireaux, beurre de Savagnin.**

#### **Vin servi : Tursan blanc 2008 séduction château de Perchade.**

Hacher deux échalotes, mettre dans une casserole, puis couvrir de vin du Jura Savagnin (35cl), cuire sur feu doux pour confire les échalotes, mixer fin ensuite avec deux cuillères à soupe de crème puis incorporer 200 g de beurre froid, ajouter quelques gouttes de Tabasco, saler. Ajouter à la fin un peu de bouillon de volaille en mixant au plongeant pour rendre la sauce plus légère.

Couper les blancs de poireaux en 4 puis émincer en petits tronçons, couper également deux blancs de poireaux en Julienne (bâtonnets).

Cuire dans une casserole d'eau les tronçons de poireaux, à ébullition égoutter. Remettre dans une casserole, ajouter la crème, bien enrober, saler et poivrer.

Chauffer de l'huile de tournesol très chaude, frire la Julienne de poireaux en plusieurs fois, à coloration égoutter sur du papier absorbant.

Saler et poivrer le dos de lieu jaune. Cuire dans une poêle avec de l'huile et du beurre côté peau, baisser le feu, à coloration retourner délicatement le poisson, cuire encore deux minutes, laisser ensuite diffuser la chaleur hors du feu et servir.

#### **Au service :**

Mettre une cuillère de poireaux, ajouter le dos de lieu jaune, entourer de sauce au beurre et ajouter en dernier la Julienne de poireaux frits.



## RECETTE N° 3

### Meringue croustillante, crème légère et fruits rouges.

**Vin servi : Crémant du Jura 2006 Marcel Cabatier.**

#### Pour la meringue aux amandes :

- 250 g de blanc d'œuf
- 30 g de sucre semoule
- 180 g de sucre glace
  
- 80 g de sucre glace
- 200 g de poudre d'amande
- 100 g de sucre semoule

Mélanger le sucre glace (80g) avec la poudre d'amande (80g) et le sucre semoule (100g), tamiser pour ôter les grumeaux.

Battre les blancs doucement au départ et ajouter les 30 g de sucre semoule dès que cela mousse. Ajouter ensuite la moitié du sucre glace (40g), lorsque les blancs sont montés accélérer et ajouter le reste de sucre glace (40g). Finir à la main au fouet. Incorporer à l'aide d'une maryse le mélange « sucre glace- sucre semoule – amande ».

Mettre à la poche à douille sur une plaque à four recouverte de papier sulfurisé, saupoudrer de cacao ou d'amandes effilées. Cuire four 130°C durant une heure.



### Pour la crème pâtissière allégée :

½ litre de lait entier – 80 g jaune d'œuf – 30 g de farine – une feuille de gélatine (2g) – 15 cl de crème montée – 90 g de sucre semoule.

Faire chauffer le lait. Mélanger les jaunes avec le sucre, blanchir. Ajouter la farine ou fleur de maïs. Tremper la gélatine dans de l'eau froide. Verser le lait bouillant sur le mélange œufs-sucre, hors de feu, puis remettre sur le feu en remuant sans cesse. Mettre ensuite dans une cul de poule froid et ajouter la gélatine bien pressée, filmer au contact direct avec le produit pour éviter la formation d'une croûte.

Fouetter 15 cl de crème liquide souple.

Ajouter du colorant alimentaire rouge à la crème pâtissière puis de l'arôme « coquelicot ». Et en dernier ajouter la crème fouettée.

### Pour le montage :

Sur une assiette, coller deux meringues avec la crème à la poche à douille. Ajouter dessus les fruits rouges (framboises – fraises – cassis – groseilles) et faire quelques points de coulis de fruits rouges.

