



## INGRÉDIENTS POUR 10 PERS. :

### Gelée végétale :

- ½ pied Céleri branche
- 2 c à s Câpre
- 2 c à s Cornichon
- 6 branches Coriandre
- 6 branches Persil
- 0,050 kg P.pois
- 0,100 kg Carotte
- 3 branches Menthe
- 2 branches Saugé
- 2 branches Estragon
- 9 feuilles (18grs)/litre de Gélatine de boeuf

### Œuf mollet :

- 10 Œufs
- PM Citron jaune (zeste)
- PM Piment espelette ou poivre noir

### Sauce céleri branche :

- 2 pces Branche de céleri
- 2 c à s Moutarde forte
- 1 gousse Ail
- 0,250 kg Huile d'olive
- 1 pce Œuf mollet
- 1 pce Jus de citron

## Fiche technique entrée **ŒUF EN GELÉE VÉGÉTALE, CELERI BRANCHE**

### Gelée végétale :

- Laver les branches de céleri, puis les passer à l'extracteur de jus ou centrifugeuse.
- Récupérer ce jus et le monter à ébullition avant de le filtrer afin d'avoir un liquide clair.
- Coller cette eau de céleri à la feuille de gélatine et assaisonner.
- Hacher grossièrement les câpres, les cornichons.
- Ciseler (ou hacher) toutes les herbes finement.
- Tailler les carottes en brunoise et les faire suer à l'huile d'olive en y ajoutant les petits pois.
- Dans un saladier, mélanger tous les éléments et réserver.
- Dans un contenant de service, déposer une cuillerée du mélange précédent puis ajouter par dessus 1,5 à 2 poçons de gelée afin de recouvrir le tout à hauteur et laisser prendre au frais.

### Œuf :

- Cuire les œufs dans une eau à ébullition pendant 5min/5,10min suivant la taille puis débarrasser dans de l'eau à température ambiante et les écaler.

### Sauce céleri :

- Dans un blinder, mettre les branches de céleri préalablement lavées/coupées.
- Ajouter le reste des ingrédients (sauf l'huile) et mixer jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.
- Puis monter le tout à l'huile d'olive tout comme une mayonnaise.
- Rectifier l'assaisonnement et réserver.

### Finition et dressage :

- Dans le plat contenant le mélange de gelée et condiments, déposer un œuf par dessus puis napper généreusement de sauce au céleri (environ 60grs/pers).
- Assaisonner le tout de zeste de citron, de tour de poivre du moulin ou de piment d'Espelette.



### INGRÉDIENTS POUR 4 PERS. :

Toum (crème d'ail) (20 grs/ personne) :

- 5 gousses d'ail épluché
- 1 c à c de moutarde forte
- ½ pce de blanc d'œufs
- 0,050 L d'huile pépin de raisin
- Sel
- 1 c à c de jus de citron

“Bolognaise” de lentilles (75 grs/ personne) :

- 0,080 kg a 0,120 kg de lentilles à tremper/pointer
- 1 gousse d'ail haché
- 0,030 kg d'oignon blanc ciselé
- 0,020 kg de beurre
- 1 c à c de concentré de tomate (ou tomate fraîche de préférence)
- 0,200 L d'eau
- 1 pincée de cumin poudre
- 2 pincées de paprika fumé
- 1 pincée de gingembre poudre

Carotte : 120 grs/personne :

- 0,800 kg de carotte
- 0,008 kg de coriandre ciselée
- 0,015 kg de cébette ciselée
- 0,032 kg de moutarde à l'ancienne

## Fiche technique plat

### CAROTTE, LENTILLE, TOUM

Toum (<https://www.youtube.com/watch?v=zTw6-q2TrdY>) :

- Dans un blinder (ou un mortier), déposer l'ail, la moutarde, le blanc d'œuf, assaisonner de sel et mixer le tout puis ajouter petit à petit l'huile tout comme une mayonnaise et finir avec le jus de citron.
- Rectifier l'assaisonnement et réserver.

#### “Bolognaise” de lentilles :

- Mettre les lentilles à tremper 4 hrs à l'eau à température ambiante, puis les laisser « pointer » (faire pré-germer la graine) toute la nuit toujours à température ambiante puis les hacher au couteau ou hachoir à viande.
- Dans une casserole, faire suer l'oignon ciselé à l'huile d'olive puis ajouter l'ail haché puis le beurre.
- A mi-cuisson ajouter le beurre puis les épices, les faire torrifier puis mouiller avec l'eau et cuire à couvert.
- Cuire pendant 30 à 40 min jusqu'à l'obtention d'un « ragoût » assez fluide puis rectifier l'assaisonnement de sel et poivre.

#### Carotte :

- Éplucher les carottes, puis passer les épluchures à l'extracteur de jus, réserver le jus et la pulpe obtenue.
- Râper les carottes puis les faire suer à l'huile d'olive dans une sauteuse, à mi-cuisson déglacer au jus de carotte jusqu'à ce que celui-ci enrobe le tout. Ensuite ajouter la moutarde à l'ancienne puis hors du feu ajouter les herbes ciselées.
- Rectifier l'assaisonnement et réserver.

#### Dressage :

- Dans une assiette, déposer les carottes puis recouvrir le tout de « bolognaise » de lentilles.
- Ajouter une belle cuillère de toum, ajouter de la coriandre ou autre pousse.



### INGRÉDIENTS POUR 8 PERS. :

#### Eau de metton :

- 0,100 kg de metton
- 0,300 kg d'eau

#### Cancoillotte :

- 0,100 kg de metton (ci-dessus)
- 0,100 kg de vin blanc
- 1 pce d'oignon blanc
- 4 gousses d'ail

#### Pain perdu :

- 8 tranches ou cubes de pain de mie ou pain viennois ou brioche
- 0,300 kg d'eau de metton (ci-dessus)

## Fiche technique fromage

### **CANCOILLOTTE, "PAIN PERDU" À L'EAU DE METTON**

#### Eau de metton :

- Dans un saladier, déposer le metton et ajouter l'eau bien froide par dessus.
- Laisser macérer pendant 1 heure.
- Puis filtrer l'eau pour imbiber le pain ainsi que pour cuire la cancoillotte.

#### "Pain perdu" :

- Détailler le pain en cube de préférence (en tout cas avec de l'épaisseur).
- Toaster le sur toutes les faces puis plonger ce pain dans l'eau filtrée de metton.
- Lorsque celui-ci est imbibé, l'égoutter correctement et le poser sur un plat légèrement beurré.
- Enfourner ce pain au four à 180°C pendant 20 min environ.
- A mi-cuisson (au bout de 10 min à peu près suivant la taille du pain) retourner le pain et finir la cuisson.
- Le pain doit être très coloré et très moelleux à cœur avec un fort goût de fromage.

#### Cancoillotte :

- Eplucher et émincer l'oignon blanc, éplucher l'ail puis hacher les gousses.
- Dans une casserole, faire suer à l'huile d'olive et beurre l'oignon sans coloration puis à mi-cuisson ajouter l'ail haché, cuire 3 minutes puis déglacer avec le vin blanc.
- Ensuite ajouter le metton, bien mélanger le tout et mouiller avec l'eau de metton restante.
- Cuire pendant 10-15 min puis mixer le tout dans un blender
- La préparation doit être assez fluide, légèrement acide et onctueuse.

#### Dressage :

- Dans un contenant creux, déposer un pochon de cancoillotte, puis ajouter le pain par dessus.
- Poivrer généreusement le tout.



## INGRÉDIENTS POUR 6 PERS. :

### Pomme rôtie :

- 3 pces de pomme
- PM de beurre
- 2 c à c de sucre (ou miel)
- 30 pces environ de demi cerneaux de noix
- PM de grain de café
- PM de fleur de Sel
- PM de poivre
- 6 c à s de skyr ou yaourt

### Caramel de café :

- 0,100 kg de sucre non raffiné
- 0,050 kg de café expresso

### Condiment des peaux :

- 0,150 kg de peau de pomme
- 0,150 kg de cerneaux de noix
- 0,070 kg de jus de citron
- 0,020 kg d'huile d'olive

## Fiche technique dessert **POMME RÔTIE, NOIX, CAMEL DE CAFÉ**

### Pomme rôtie :

- Éplucher les pommes, les couper en deux, retirer le cœur puis les émincer finement.
- Les aplatir et les déposer dans un plat allant au four préalablement beurré.
- Saupoudrer de sucre semoule (ou de miel) puis râper de cerneaux de noix non torréfiés ainsi que de grains de café.
- Enfourner à 200°C pendant 10 min.

### Caramel de café :

- Mettre le sucre dans une casserole puis pousser la cuisson au caramel et déglacer avec du café de préférence expresso puis cuire jusqu'à consistance voulue.

### Condiment peau de pomme :

- Torréfier les cerneaux de noix au four pendant 10 min à 150°C.
- Puis les débarrasser dans un blender, ensuite ajouter les peaux de pomme, le jus de citron et mixer le tout jusqu'à obtention d'une pâte granuleuse.
- Ajouter l'huile d'olive et sucré de miel si besoin.
- Ajouter si voulu quelques gouttes de tabasco ou jus de gingembre ou autre...

### Dressage :

- Dans une assiette, déposer une demi pomme tiède, ajouter par-dessus une cuillerée deskyr ou yaourt ou fromage blanc, à coté déposer une cuillerée de condiment peau de pomme.
- Arroser généreusement de caramel de café puis râper à nouveau des cerneaux de noix, du café en grain puis assaisonner le tout de quelques grains de fleur de sel et de quelques tours de poivre du moulin.