



LE GRAND REPAS

JEUDI 19 OCTOBRE 2023

TERRITOIRE ANJOU

Fiche Technique Entrée :

FLAN DE CAROTTES, MAYONNAISE AU CURCUMA

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS :

Pour le flan :

- 30g de carottes jaunes
- 350g de carottes orange
- 2 œufs
- 40g de crème
- 3g de sel
- 1g de poivre

Pour la mayonnaise :

- 200g de mayonnaise
- 2g de curcuma

DÉROULÉ :

- ✓ Tailler les carottes en cube, les mettre en vapeur ou à l'anglaise, les surcuire légèrement.
- ✓ Mixer les carottes avec la crème, les œufs, le sel et le poivre.
- ✓ Tailler les carottes de couleur en macédoine et les blanchir (garder du croquant)
- ✓ Couler dans les moules
- ✓ Cuire le tout en mixte à 160° pendant 20 minutes, refroidir démouler et trancher en portion de 40g
- ✓ Mélanger la mayonnaise avec le curcuma





LE GRAND REPAS

JEUDI 19 OCTOBRE 2023

TERRITOIRE ANJOU

Fiche Technique Plat :

FILET DE VOLAILLE SAUCE TERIYAKI, MOUSSELINE DE TOPINAMBOURS ET BUTTERNUT RÔTIE MIEL/THYM

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS :

Pour la mousseline :

- 500g de topinambours
- 500g de pommes de terre
- 100g beurre
- Sel, poivre

Pour la volaille :

- 500g d'aiguillettes
- 50g de beurre
- 5g thym séché
- Sel, poivre

Pour la courge :

- 500g de cubes de courge
- 5g thym séché
- 15g de miel
- 25g de beurre
- Sauce Teriyaki

DÉROULÉ :

- ✓ Cuire les aiguillettes avec le beurre, sel, poivre, thym séché à 63° pendant 30 minutes
- ✓ Rôtir les topinambours au four coupés en mirepoix avec le beurre puis mixer finement
- ✓ Mélanger avec la purée de pommes de terre, 50/50 si possible
- ✓ Mélanger les cubes de courge avec le miel, le beurre et le thym puis les rôtir à 190° pendant 10 minutes avec une légère coloration et fondant (la durée dépendra de la taille des cubes)
- ✓ Sauce Teriyaki





LE GRAND REPAS

JEUDI 19 OCTOBRE 2023

TERRITOIRE ANJOU

Fiche Technique Dessert :

POMME MAGRITTE

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS :

Pour la ganache montée :

- 60g de chocolat blanc
- 360g de crème
- 5g de miel
- Arôme vanille
- 0.2 g grains de vanille
- 2 feuilles de gélatine

Pour le crumble :

- 60g de beurre pommade
- 10g d'amandes effilées
- 100g de farine
- 100g de sucre
- Arôme vanille

Pour la compote et la brunoise :

- 1kg de pommes granny
- Zeste citron vert et jaune
- Jus de Yuzu

DÉROULÉ :

- ✓ Faire bouillir 60g de crème avec miel + vanille
- ✓ Incorporer la gélatine, verser sur couverture en 3 fois
- ✓ Ajouter 300g de crème (réserver 24h au frais)
- ✓ Mélanger le beurre et le sucre
- ✓ Incorporer la farine, les amandes et l'arôme
- ✓ Étaler et cuire à 180° quelques minutes jusqu'à coloration
- ✓ Laisser refroidir et casser le crumble au batteur à la feuille
- ✓ Tailler les pommes granny en brunoise, ajouter jus de yuzu + zestes de citrons verts et citrons jaunes
- ✓ Réaliser la compote de pomme et ajouter un peu de jus de yuzu
- ✓ Effectuer le montage dans un ramequin : ganache, compote, brunoise et crumble.

