

# Ingédients

- 350 g lentilles Beluga
- 1 pce céleri Branche
- 70 g moutarde Martin Pouret
- 10 cl vinaigre de Champagne
- 1 jaune d'œuf
- ½ cuillère à café de curcuma
- 60 g jambon de sanglier
- Sel / Poivre

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



## Loiret / Eure-et-Loir

***Salade de lentilles beluga & jambon de sanglier (en option\*), céleri branche, curcuma, vinaigrette au vinaigre de champagne et à la moutarde***

## Déroulé

### Préparation :

- La veille mettre à tremper les lentilles puis cuire à feu doux.
- Réaliser une brunoise avec le céleri branche.
- Pour la vinaigrette, dans un cul de poule déposer le jaune d'œuf, sel, poivre et curcuma avec la moutarde et le vinaigre.
- Battre pour créer l'émulsion puis terminer la vinaigrette en montant à l'huile de colza.
- Assaisonner les lentilles avec la vinaigrette et ajouter la brunoise de céleri branche. Dresser dans une assiette creuse et ajouter le jambon de sanglier en petit cube pour les versions non-végétarienne.



10  
PERSONNES

# Ingédients

- 1,5 Kg de Silure
- 500g Tempura (poudre) ou réaliser une pâte à beignet

## Sel pour Silure :

- 1 kg de sel fin
- 3 zestes râpés de citrons jaunes
- 3 zestes râpés d'orange
- 8 g poivre blanc moulu
- 5 g piment d'Espelette

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



## Loiret / Eure-et-Loir

### *Silure de Loire en fish and chips*

## Déroulé

#### Préparation :

- Pour le Silure, lever les filets (comme une lotte), il n'y a pas d'arrêtes dans le filet donc pas d'inquiétudes à avoir.
- Saler le filet normalement (15 g au kg) avec le sel de poisson et laisser sécher 24 heures en chambre froide dans un bac gastronomique à trou. Il faut que le sel est bien le temps de pénétrer la chair.
- Retirer l'excédent d'eau du silure à l'aide d'un papier puis tailler le filet en long (type Fish and Chips) en morceaux de 150 g par personnes.
- Tremper le poisson dans la pâte à tempura et plonger en friteuse
- Laisser tirer et terminer la cuisson au four pour le service.

# Ingédients

- 1 Kg de pommes de terre
- 200g de farine
- 160 g de beurre
- 4 œufs entiers et 2 jaunes d'œuf
- 25 cl d'eau
- PM de noix de muscade
- 2 c.a.c rase de sel fin
- Zestes d'1 citron et 2 oranges

## Mayonnaise légère :

- 4 jaunes d'œuf
- 1 grosse cuillère à soupe de moutarde d'Orléans
- Vinaigre
- 75 cl d'huile
- 1 Kg de Skyr

**JEUDI 9 OCTOBRE 2025**



## Loiret / Eure-et-Loir

### **Pommes lorette au zeste de citron et d'orange, sauce tartare légère**

## Déroulé

### Préparation :

- Cuire les pomme de terre en robes des champs, pour réaliser une purée bien lisse passer au tamis ou presse purée.

### Réaliser une pâte à choux :

- Dans une casserole portez à ébullition l'eau le sel, le beurre. Hors du feu versez rapidement dans le liquide d'un seul coup la farine en tournant rapidement la pâte. Remettez la casserole sur feu doux et en tournant sans arrêt lissez la pâte et travaillez-la jusqu'à ce qu'elle se détache de la casserole.
- Retirez la casserole du feu et incorporer à la pâte un à un les œufs.
- Mélangez la purée de pommes de terre avec la pâte à choux.
- Travaillez le mélange jusqu'à ce qu'il soit lisse et zester les agrumes. Rectifier l'assaisonnement si besoin.
- Pocher avec une douille lisse sur un silpate et congeler.
- Sortir et laisser reprendre la température 3 minutes pour pouvoir tailler en bâtonnet de 6 cm de longueur.
- Friter et assaisonner comme une pomme dauphine.

### Mayonnaise légère :

- Réaliser une mayonnaise avec 4 jaunes d'œuf, 1 grosse cuillère à soupe de moutarde d'Orléans, vinaigre et 75cl d'huile, une fois réalisé ajouter 1 Kg de Skyr.
- Ciselé persil, cerfeuil, ail et échalotte ainsi qu'une belle brunoise de cornichon et ajouter la mayonnaise légère. Rectifier l'assaisonnement et servir en accompagnement.

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



# Ingédients

- 400 g de poudre d'amandes
- 400 g de sucre semoule
- 400 g de beurre
- 600 g de fondant blanc
- 8 œufs
- Quelques amandes séchées pour le décor  
(à ajuster selon la présentation)

## Loiret / Eure-et-Loir

### Pithiviers aux amandes

## Déroulé

#### Préparation :

- Préchauffer four à 180°C, chemiser les moules ou bac gastronomes.
- Blanchir les œufs avec le sucre puis ajouter la poudre d'amandes.
- Réaliser un beurre noisette puis verser sur la première préparation.
- Déposer dans les moules chemisés puis cuire 25 à 30 min selon le moule choisi.
- Dans une casserole faire chauffer à feux doux le fondant blanc jusqu'à 35-37°C.
- À la sortie du four laisser refroidir les pithiviers.
- Une fois bien refroidis, glacer les pithiviers avec le fondant blanc.
- Et rasper quelques amandes séchées avec une micro plane par-dessus.