

Ingédients

- 1 potimarron
- 100 g de graines de courges
- 1 chevillon
- 8 feuilles de sauge
- 1 oignon
- sel, poivre
- 3 CàS de vinaigre balsamique
- 200 g de crème liquide 35% MG
- huile de tournesol

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Haute-Marne

Velouté de Potimarron, graines de courges torréfiées, praliné de courges et crème de Chevillon à la Sauge

Déroulé

- Laver et couper le potimarron en quartiers, en réserver un morceau pour réaliser une brunoise.
- Colorer le potimarron avec l'oignon émincé dans du beurre.
- Mouiller à l'eau à hauteur, cuire 30 à 40 min à frémissement, puis mixer.
- Ajouter la crème et un trait de vinaigre balsamique, puis réserver.
- Torréfier les graines de courge à 160 °C pendant 15 min (en garder 10 g pour le dressage).
- Mixer les graines restantes avec de l'huile de tournesol afin de réaliser un praliné.
- Mettre le chevillon dans la cuve du batteur avec la feuille, détendre avec une goutte de crème liquide et la sauge hachée.
- Réserver au frais.
- Détailler en petite brunoise le morceau de potimarron mis de côté, cru, et le faire mariner dans le vinaigre.

Dressage

- Dresser le velouté chaud à la base de l'assiette. Parsemer de brunoise de potimarron mariné et de graines de courge torréfiées. Au centre, déposer une quenelle de crème de chevillon. À l'aide d'une poche à douille, marbrer la crème de chevillon avec le praliné.

Ingédients

- 500 g de petit épeautre
- 1 oignon
- 500 g de crème
- 1 kg de champignon brun de Paris (en réservier 100 g crus)
- 2 gousses d'ail
- 200 g de fromage de Langres
- Sel, poivre
- 1 botte de ciboulette
- 100 g de noisettes torréfiées hachées

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Haute-Marne

Risotto de petit épeautre aux champignons, crème au Langres

Déroulé

- Cuire l'épeautre à l'eau bouillante 30 à 40 min
- Égoutter, refroidir et réserver
- Ciseler les oignons, hacher l'ail, émincer les champignons (puis les sauter pour l'étape 5)
- Couper le fromage de Langres et le cuire dans 200g de crème, puis poivrer et réduire jusqu'à obtenir une texture nappante
- Réchauffer l'épeautre avec les 300g de crème restant, et les champignons sautés, lier le tout avec la sauce au fromage de Langres

Dressage

- *Le risotto crémeux est déposé dans l'assiette, les champignons crus restants sont tranchés très finement puis déposés sur le risotto avec la ciboulette ciselée et les morceaux de noisettes torréfiées.*

Ingédients

PÂTE À TARTE

- 150 g de beurre
- 95 g de sucre glace
- 30 g de poudre d'amande
- 1 oeuf
- 1 pincé de sel
- 250 g de farine

GARNITURES

- 200 g de sucre
- 50 g de beurre
- 6 poires
- 1 botte de romarin

DRESSAGE

- 1 pot de crème double épaisse

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Haute-Marne

Tarte tatin poire

Déroulé

- Mettre le beurre pommade dans la cuve du batteur avec la feuille
- Ajouter le reste des ingrédients sans trop pétrir
- Réserver la pâte au frais pendant 2 h avant de l'étaler
- Éplucher les poires et les détailler en quartiers
- Réaliser un caramel brun à sec
- Caraméliser les quartiers de poire avec une branche de romarin
- Décuire avec le beurre
- Dans un moule à manqué, disposer les poires bien serrées
- Verser le caramel par-dessus, ajouter quelques brins de romarin
- Étaler la pâte (3 à 4 mm d'épaisseur environ) et la disposer sur les poires
- Fermer le moule
- Cuire à 180 °C pendant environ 30 min
- Faire sécher le romarin restant pour le réduire en poudre

Dressage :

- *Servir une part de tarte*
- *Déposer une quenelle de crème double sur le dessus*
- *Saupoudrer de poudre de romarin*