

# Ingredients

## GOURMANDISE DE BETTERAVE

- 750 g de betteraves rouges cuites en cubes
- 50 g de beurre
- Sel
- 8 g de poivre Gamay
- 35 g de raisins de Corinthe
- 500 g de fond blanc
- 50 g de betterave chioggia (pour la julienne)

## CHANTILLY DE POMMES DE TERRE

- 300 g de pomme de terre
- 1 gousse d'ail
- 1 brin de thym
- 1 feuille de laurier
- 450 g de crème fluide 35%
- 15 g de sel fumé

## VINAIGRETTE

- 10 g de vinaigre de cidre
- 30 g d'huile d'olive
- Sel et poivre

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



# Touraine et Loir-et-Cher

ADULTE

***Gourmandise à la betterave rouge au  
poivre noir gamay, chantilly de  
pomme de terre au sel fumé***

## Déroulé

### La betterave

- Faire suer les cubes de betteraves rouges au beurre avec le sel et le poivre Gamay ainsi que les raisins secs de Corinthe et déglacer avec le fond blanc de volaille puis réduire à glace. Égoutter et garder le jus.

### La chantilly de pomme de terre

- Cuire les pommes de terre coupées en gros cubes dans du lait avec peu de sel, la gousse d'ail écrasée, le thym et le laurier. Tamiser puis assaisonner de sel fumé. Ajouter la crème fouettée lorsque la pulpe de pomme de terre est encore tiède. Réserver au froid.

### La Betterave chioggia

- Éplucher et tailler la betterave chioggia en fine lamelles de 1 mm à la trancheuse puis émincer en julienne.
- Tremper dans l'eau glacée (5 minutes suffisent) pour qu'elle reste ferme. Égoutter.

### Dressage

- Dans un cercle de 80 de diamètre, déposer la betterave cuite (environ 70 g) et recouvrir de chantilly (75 g).
- Assaisonner la julienne de chioggia de vinaigrette.
- Déposer le jus de cuisson autour (10 à 15 g par assiette).



### VIANDE

- 10 portions de suprêmes de volaille avec la peau
- Sel et poivre blanc
- Huile de cuisson
- Thym, laurier frais

### JUS DE POULET RÔTI

- 2 kg d'ailerons de volaille ou carcasses concassées
- Huile de cuisson
- 1 bouquet garni
- 1 oignon émincé
- 1 carotte émincée
- 75 g de beurre
- Sel et poivre blanc

### GARNITURE

- 1 kg de champignons de Saumur
- 140 g de beurre
- Sel et poivre blanc
- 10 échalotes
- Huile de cuisson
- QS de vinaigre de xérès
- 5 bâtonnets d'écorces de citron confit
- ½ botte de persil plat
- 3 pièces de pommes de terre Charlotte ou Agria
- 1 bain d'huile de friture
- 200 g de roquette

# Touraine et Loir-et-Cher

## ADULTE

***Suprême de volaille moelleux, pommes gaufrette, roquette et jus de rôti au vinaigre de xérès, fricassée de champignons de Saumur, échalotes et citron confit***

# Déroulé

### Le jus de poulet

- Faire rôtir les carcasses de volaille avec un filet d'huile de cuisson au four à 180°C jusqu'à l'obtention d'une belle coloration bien dorée.
- Ajouter la garniture aromatique et faire suer.
- Mouiller à l'eau à hauteur, porter à ébullition, écumer et laisser cuire à tout petit frémissement pendant une journée (au moins 8H00).
- Passer au chinois étamine, faire refroidir et dégraisser le jus.
- À l'envoi, porter à ébullition et incorporer le beurre en petits cubes froids. Rectifier l'assaisonnement en sel et poivre blanc ainsi qu'un trait de vinaigre de xérès. La sauce doit être légèrement nappante.

### Les suprêmes de volaille

- Assaisonner les suprêmes de volaille de sel, poivre blanc, thym et laurier frais en laissant la peau et les cuire sous vide à 65°C pendant 1H30 et les rôtir côté peau avant l'envoi. La peau doit être croustillante idéalement.

### Garniture

- Émincer les champignons et les cuire au beurre avec coloration mais pas secs (en terminant la cuisson avec un couvercle).
- Couper les échalotes en deux dans la longueur et les saisir avec coloration côté coupe avec un filet d'huile. Les retourner et terminer avec un peu de beurre frais (qu'elles soient mi-confites) avec couvercle.
- Séparer les pétales d'échalotes, assaisonner de sel et poivre blanc ainsi qu'un trait de vinaigre de xérès.
- Émincer les bâtonnets d'écorces de citron confit (plus petit qu'un cube).
- Concasser le persil frais.
- Mélanger les 4 éléments.



### VIANDE

- 10 portions de suprêmes de volaille avec la peau
- Sel et poivre blanc
- Huile de cuisson
- Thym, laurier frais

### JUS DE POULET RÔTI

- 2 kg d'aîlerons de volaille ou carcasses concassées
- Huile de cuisson
- 1 bouquet garni
- 1 oignon émincé
- 1 carotte émincée
- 75 g de beurre
- Sel et poivre blanc

### GARNITURE

- 1 kg de champignons de Saumur
- 140 g de beurre
- Sel et poivre blanc
- 10 échalotes
- Huile de cuisson
- QS de vinaigre de xérès
- 5 bâtonnets d'écorces de citron confit
- ½ botte de persil plat
- 3 pièces de pommes de terre Charlotte ou Agria
- 1 bain d'huile de friture
- 200 g de roquette

# Touraine et Loir-et-Cher

## ADULTE

*Suprême de volaille moelleux, pommes gaufrette, roquette et jus de rôti au vinaigre de xérès, fricassée de champignons de Saumur, échalotes et citron confit*

# Déroulé

### Les pommes gaufrette

- Tailler les pommes gaufrette à la mandoline prévue à cet effet.
- Rincer les pommes de terre et les sécher dans un torchon.
- Faire frire à 160°C dans la friteuse. Égoutter et saler.

### Dressage

- Déposer la garniture de champignons dans l'assiette et y superposer le suprême de volaille. Napper d'une belle cuillère ou deux de sauce.
- Terminer en ajoutant les pommes gaufrette et la roquette fraîche.

# Ingredients

## FROMAGE

- 500 g de fromage de chèvre frais
- 200 g de lait
- Sel fin
- 500 g de gros pain de mie carré rassit
- 30 g de pollen toutes fleurs surgelé
- 50 g de miel d'acacia

## SALADE D'HERBES

- ½ botte de cerfeuil
- ½ botte de ciboulette
- ½ botte de persil
- 50 g de pousses d'épinards
- 10 fleurs de souci ou autres

## VINAIGRETTE

- 30 g de jus de citron
- 60 g d'huile d'olive
- 30 g de miel d'acacia
- 30 gouttes d'extrait de propolis
- Sel

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



# Touraine et Loir-et-Cher

ADULTE

*Fromage de chèvre frais, salade d'herbes fraîches. Melba au miel et au pollen de fleurs, vinaigrette à la propolis.*

## Déroulé

### Le pain de mie

- Tailler des tranches de 4 mm à la trancheuse puis détailler en disques de 80 mm de diamètre.
- Cuire entre deux plaques à pâtisserie à 180°C pendant 6 à 8 minutes. Les toast doivent être dorés.

### Le fromage de chèvre frais

- Égoutter le fromage de chèvre frais dans un torchon pendant 12H00.
- Travailler au fouet avec le lait et assaisonner de sel.

### La salade d'herbes

- Mélanger tous les ingrédients de la vinaigrette et émulsionner avec le mixer.
- Équeuter les herbes.

### Dressage

- Déposer le chèvre frais au fond de l'assiette.
- Ajouter le toast melba et le badigeonner de miel d'acacia (dans une poche à douille sans douille avec un tout petit trou). Parsemer de pollen.
- Ajouter la salade d'herbes et les pétales de fleurs.
- Assaisonner de vinaigrette conditionnée en pipette.



### MACARONADE

- 180 g de blanc d'oeuf
- 55 g de sucre
- 125 g de poudre d'amande
- 125 g de sucre glace tamisé
- QS de sucre glace pour saupoudrer

### CRÈME FOUETTÉE

- 400 g de crème liquide 35%
- 40 g de sucre

### COULIS DE PRUNEAU

- 350 g de pruneaux dénoyautés
- 1 l d'eau
- 120 g de sucre
- 100 g de jus de yuzu
- 160 g d'eau

### GARNITURE

- 100 g de pommes tapées
- 75 g de poires tapées
- 70 g d'écorces de citron confit
- 20 g de sirop à 15%
- 15 g du jus de yuzu
- 75 g de pruneaux dénoyautés

### SIROP À 15%

- 1 l d'eau
- 150 g de sucre

# Touraine et Loir-et-Cher

ADULTE

**Macaronade aux pommes et poires tapées,  
crème fouettée et coulis de pruneaux  
parfumé au jus de yuzu**

## Déroulé

### La macaronade

- Monter les blancs d'oeufs avec le sucre semoule comme une meringue française.
- Ajouter le tant pour tant et mélanger délicatement à l'aide d'une maryse.
- Coucher les macaronades à l'aide d'une poche à douille unie de 1 cm de diamètre en disques de 80 mm de diamètre sur une plaque munie d'une toile en silicone type « Silpat ».
- Saupoudrer de sucre glace en deux fois.
- Cuire à 180°C et 0% d'humidité avec une ventilation de 3 sur 5 pendant 7 minutes. Ouvrir le four pendant 2 minutes maximum et descendre le thermostat à 100°C. Refermer le four et continuer la cuisson (séchage) pendant 23 minutes.
- Décoller les macaronades et saupoudrer une pièce sur deux très légèrement de sucre glace.

### Le coulis de pruneaux

- Porter le sirop à ébullition avec les pruneaux puis couvrir et cuire à 85°C pendant 45 minutes.
- Mixer fortement, passer au chinois étamine et refroidir.
- Ajouter le jus de yuzu et l'eau.
- Conditionner en pipette.

### Les fruits secs et confits

- Tailler les pommes et poires tapées, les pruneaux et le citron confit en brunoise.
- Prendre soin de retirer les pépins des pommes et poires.
- Faire macérer sous vide pendant 1 journée minimum, les écorces de citron confit dans le sirop et le jus de yuzu.



### MACARONADE

- 180 g de blanc d'oeuf
- 55 g de sucre
- 125 g de poudre d'amande
- 125 g de sucre glace tamisé
- QS de sucre glace pour saupoudrer

### CRÈME FOUETTÉE

- 400 g de crème liquide 35%
- 40 g de sucre

### COULIS DE PRUNEAU

- 350 g de pruneau dénoyautés
- 1 l d'eau
- 120 g de sucre
- 100 g de jus de yuzu
- 160 g d'eau

### GARNITURE

- 100 g de pommes tapées
- 75 g de poires tapées
- 70 g d'écorces de citron confit
- 20 g de sirop à 15%
- 15 g du jus de yuzu
- 75 g de pruneaux dénoyautés

### SIROP À 15%

- 1 l d'eau
- 150 g de sucre

# Touraine et Loir-et-Cher

ADULTE

*Macaronade aux pommes et poires tapées,  
crème fouettée et coulis de pruneaux  
parfumé au jus de yuzu*

## Déroulé

### Dressage

- Fouetter la crème avec le sucre assez ferme et la conditionner en poche à douille cannelée.
- Déposer un palet de macaronade et le garnir de crème fouettée en lui donnant une forme harmonieuse.
- Parsemer les fruits secs et confits par-dessus.
- Recouvrir avec la deuxième macaronade (saupoudrée de sucre glace) en pressant légèrement.
- Terminer en dressant des points de coulis de pruneaux autour de façon élégante.

# Ingredients

- 1,2 kg de betteraves rouges cuites
- 5 g de poivre noir concassé Gamay
- 25 cl de crème légère 15% MG
- 4 g de sel fumé
- 30 g de beurre doux
- 2 feuilles (4 g) de gélatine (facultatif)

JEUDI 9 OCTOBRE 2025



## Touraine et Loir-et-Cher

SCOLAIRE

***Gourmandise à la betterave rouge  
cuite au poivre noir Gamay, sauce  
légère au sel fumé***

## Déroulé

### Marinade des betteraves

- Couper les betteraves en fines tranches ou julienne. Les faire mariner dans de l'huile d'arachide avec le poivre noir Gamay pendant 2 h.

### Crème au sel fumé

- Monter la crème en chantilly, ajouter le sel fumé, rectifier l'assaisonnement.

***Dressage :*** Disposer les betteraves en dôme ou cercle, verser la crème autour.

***Finition possible :*** herbes fraîches, chips de betterave ou réduction décorative.



### VIANDE & SAUCE

- 2 kg de suprêmes ou cuisses de volaille fermière
- 800 g de champignons de Touraine (champignons de Paris, pleurotes, shiitaké)
- 200 g d'échalotes
- 50 g de citron confit
- 10 cl de vinaigre de Xérès
- 50 cl de fond de brun de volaille
- QS de beurre et d'huile
- Sel, poivre

### POMMES PAILLASSON

- 1,5 kg de pommes de terre (variété à chair ferme)
- QS de beurre clarifié ou d'huile neutre
- Sel, poivre

# Touraine et Loir-et-Cher

## SCOLAIRE

***Fricassé de volaille moelleuse aux champignons de Touraine, jus de rôti au vinaigre de Xérès, échalotes et citron confit.***  
***Pommes Paillasson***

# Déroulé

### Fricassée de volaille

- Faire dorer la volaille, assaisonner. Réserver.
- Dans le même sautoir, faire revenir échalotes, champignons, puis déglacer au Xérès.
- Remettre la volaille, ajouter le fond de brun, citron confit en brunoise. Cuire à feu doux jusqu'à tendreté.

### Pommes Paillasson

- Râper les pommes de terre, presser pour enlever l'eau.
- Assaisonner. Façonner en galettes fines.
- Cuire dans une poêle anti-adhésive avec matière grasse jusqu'à coloration dorée et croustillante.

***Dressage :*** Déposer un lit de champignons, poser la volaille, napper de jus. Accompagner d'un disque de pommes Paillasson.



## Ingédients

- 10 portions de fromage de chèvre frais  
(60 g/pers)
- 300 g de mesclun
- 2 c. à soupe de miel liquide
- 5 cl de vinaigre de cidre ou de balsamique blanc
- 1 c. à café de moutarde douce
- 10 cl d'huile de colza ou noix
- Sel, poivre

## Touraine et Loir-et-Cher

**SCOLAIRE**

***Fromage de chèvre frais, salade mesclun,  
vinaigrette au miel***

## Déroulé

- Mélanger vinaigre, miel, moutarde, sel, poivre. Monter à l'huile.
- Dresser le mesclun assaisonné, poser le fromage au centre.

**Suggestion :**

- Parsemer de noix concassées ou graines toastées.

## Ingédients

- 600 g de pommes de Touraine
- 250 g de farine
- 180 g de sucre
- 150 g de beurre fondu
- 4 oeufs
- 1 sachet de levure chimique
- Vanille ou cannelle : au goût
- 1 c. à soupe de jus de citron

## Touraine et Loir-et-Cher

**SCOLAIRE**

### *Cake aux pommes cuites de Touraine*

## Déroulé

- Préchauffer le four à 180°C.
- Peler et couper les pommes, les faire revenir légèrement au beurre et citron.
- Battre les œufs et le sucre, ajouter le beurre fondu, farine, levure, épices.
- Incorporer les pommes, verser dans un moule beurré.
- Cuire 45 min environ. Vérifier la cuisson.