



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Bouches-du-Rhône

Royale de butternut, écume de châtaigne, pickles de légumes d'automne

 10 PERSONNES

Ingrédients

- 833 g de butternut cuit en purée lisse
- 333 g d'œufs entiers
- 125 g de jaunes d'œufs
- 833 ml de crème à 30 %
- Sel fin PM
- Poivre blanc moulu PM
- 42 g de châtaignes cuites
- 83 g de crème
- 42 g de lait
- Assaisonnement PM

Sirop pickles :

- 104 g de sucre
- 417 ml de vinaigre blanc
- 833 ml d'eau
- 83 g de potimarron
- 83 g de chou-fleur
- 83 g d'oignons rouges
- 83 g de navets jaunes
- 83 g de champignons des bois (ou de culture)

Déroulé

- Éplucher, égrainer et tailler les butternuts en grosse brunoise, puis les cuire à l'étouffée (avec un peu d'eau si nécessaire) dans un rondau muni d'un couvercle, à feu moyen. Saler avant cuisson.
- Mixer les butternuts cuits jusqu'à obtenir une consistance lisse, puis rectifier l'assaisonnement.
- Mélanger la purée avec l'appareil à crème prise (œufs, crème, sel et poivre).
- Couler la préparation dans les assiettes de service et cuire au four vapeur à 90 °C. Le temps de cuisson varie en fonction de la température de coulage. Prévoir au moins 15 minutes. Sortir du four lorsque le cœur est encore tremblotant (temps de tirage).
- Chauffer les châtaignes avec la crème et le lait. Assaisonner à votre convenance. Mixer, puis chinoiser. Émulsionner au Bamix au moment de l'envoi.
- Faire bouillir le sirop à pickles. Le verser sur les légumes coupés en morceaux de taille moyenne, répartis dans des contenants séparés. Laisser mariner au minimum 24 heures au froid.
- Dresser les pickles sur la royale remise en température, émulsionner l'écume de châtaigne, puis verser la mousse.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Bouches-du-Rhône

Mijoté de bœuf aux olives, carottes au jus et purée au pistou d'herbes

 10 PERSONNES

Ingrédients

- 2,5 kg de joues de bœuf (ou paleron)
- 167 g de céleri branche
- 167 g d'oignons
- 1 tête d'ail coupée en deux
- 1 bouquet garni (thym, laurier, romarin, sauge)
- Sel fin PM
- Farine PM pour singer
- 417 ml de vin rouge
- 2,5 l de fond de veau non lié
- 10 pc de carottes fanes
- 13 g de persil
- 13 g de basilic
- 13 g de romarin
- 13 g de sauge
- 17 g d'ail
- 17 g de parmesan
- 8 g de pignons de pin (option)
- 58 g d'huile d'olive
- 833 g de pommes de terre Monalisa
- 167 g d'huile d'olive

Déroulé

- Tailler les joues de bœuf en morceaux d'environ 50 g. Les marquer en cuisson, ajouter la garniture aromatique (GA) et les herbes, singer légèrement, déglacer au vin rouge, puis mouiller à hauteur avec le fond de veau (ou de bœuf). Porter à ébullition, écumer et cuire à frémissement pendant au minimum 1 h 30. Ajouter les olives noires dénoyautées en fin de cuisson. Décanter la viande et la GA, réduire la sauce et la lier si nécessaire. Remettre la viande dans la sauce et la porter à température de service.
- Éplucher les carottes (carottes fanes si possible). Les braiser au four avec le jus de cuisson du bœuf, entières ou taillées en sifflets.
- Réaliser un pistou avec les herbes à disposition (persil, basilic, etc.).
- Cuire les pommes de terre à l'anglaise. Écraser les pommes de terre, ajouter l'huile d'olive et le pistou d'herbes.
- Dresser la purée au fond de l'assiette en formant un puits. Déposer la viande au centre, nappée de sauce, puis disposer les carottes par-dessus.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Bouches-du-Rhône

**Poire pochée au jus d'agrumes,
coulis chocolat noisette et crumble
aux fruits du mendiant**

 10
PERSONNES

Ingrédients

- 10 poires
- 2,08 kg de sucre
- 3,33 l d'eau
- 833 ml de jus d'orange
- 167 g de jus de citron
- Écorces d'orange et de citron PM
- Cannelle, poivre et vanille PM
- 250 g de crème
- 125 g de lait
- 63 g de sucre roux
- 125 g de couverture noire
- 42 g de pâte de noisette
- 21 g de noisettes concassées
- 21 g de noix concassées
- 21 g d'abricots secs
- 21 g de figues séchées
- 83 g de beurre
- 83 g de poudre d'amandes
- 83 g de sucre roux
- 63 g de farine

Déroulé

- Réaliser le sirop de pochage.
- Éplucher et vider les poires. Les pocher dans le sirop, puis les laisser refroidir dans celui-ci.
- Réaliser le coulis chocolat-noisette en chauffant le lait, la crème et le sucre. Verser ce mélange sur la couverture noire et la pâte de noisette. Rectifier la texture à froid si nécessaire. Le coulis doit avoir une texture nappante.
- Concasser les fruits secs.
- Mélanger tous les ingrédients au batteur afin de réaliser le crumble.
- Cuire sur un Silpat au four à 160 °C pendant environ 15 minutes. Émietter.
- Dresser dans une assiette creuse ou un bol. Déposer le crumble au fond de l'assiette, poser la poire, puis verser le coulis chocolat-noisette.