



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Creuse

Crèmeux de potimarron, noisettes torréfiées et huile d'herbes

Déroulé 1/2

 10 PERSONNES

Ingrédients

- 1,5 kg de potimarron
- 150 g d'oignons
- 1 L de bouillon de légumes
- 250 ml de crème liquide à 30 %
- 40 ml d'huile d'olive
- 100 g de noisettes entières
- 30 g de persil plat
- 20 g de ciboulette
- 100 ml d'huile de pépins de raisin ou de colza
- Sel
- Poivre

- Laver les potimarrons.
- Les couper et retirer les graines.
- Tailler le potimarron en morceaux réguliers.
- La peau peut être conservée si le potimarron est parfaitement lavé.
- Émincer les oignons.
- Faire suer les oignons avec l'huile d'olive, sans coloration.
- Ajouter le potimarron.
- Mouiller avec le bouillon de légumes.
- Cuire pendant 20 à 25 minutes, jusqu'à ce que le potimarron soit parfaitement tendre.
- Mixer très finement.
- Ajouter la crème liquide.
- Rectifier l'assaisonnement avec le sel et le poivre.
- Passer au chinois si nécessaire.
- Torrifier les noisettes à 160–170 °C pendant environ 10 minutes.
- Laisser refroidir les noisettes puis les concasser.
- Blanchir rapidement le persil et la ciboulette.
- Les refroidir dans de l'eau glacée.
- Bien les essorer.
- Mixer les herbes avec l'huile de pépins de raisin ou de colza.
- Filtrer l'huile d'herbes si souhaité.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Creuse

**Crèmeux de potimarron, noisettes
torréfiées et huile d'herbes**

Déroulé 2/2



Ingrédients

- 1,5 kg de potimarron
- 150 g d'oignons
- 1 L de bouillon de légumes
- 250 ml de crème liquide à 30 %
- 40 ml d'huile d'olive
- 100 g de noisettes entières
- 30 g de persil plat
- 20 g de ciboulette
- 100 ml d'huile de pépins de raisin ou de colza
- Sel
- Poivre

Dressage :

- Verser environ 180 ml de crèmeux dans une assiette creuse.
- Ajouter les éclats de noisettes torréfiées.
- Ajouter quelques gouttes d'huile d'herbes.
- Garder un dressage sobre et lisible.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Creuse

Bœuf limousin braisé, jus au thym, écrasé de pommes de terre et carottes glacées

 10 PERSONNES

Ingrédients 1/2

Pour le bœuf braisé :

- 2,2 kg de paleron de bœuf limousin
- 250 g de carottes
- 250 g d'oignons
- 100 g de céleri branche
- 4 gousses d'ail
- 500 ml de vin rouge
- 1,5 L de fond de veau ou de fond brun
- 5 à 6 branches de thym
- 2 feuilles de laurier
- 50 ml d'huile
- Sel
- Poivre

Pour l'écrasé de pommes de terre :

- 2 kg de pommes de terre de la Creuse
- 180 g de beurre
- 250 ml de lait entier
- Sel
- Poivre
- Muscade

Déroulé 1/3

Préparation du bœuf :

- Parer le paleron.
- Le tailler en gros morceaux de 180 à 220 g.
- Saler et poivrer.
- Chauffer fortement une cocotte avec l'huile.
- Colorer la viande sur toutes ses faces.
- Réserver la viande.
- Tailler les carottes, les oignons et le céleri.
- Faire légèrement colorer les légumes.
- Ajouter l'ail.
- Remettre la viande dans la cocotte.
- Déglacer avec le vin rouge.
- Faire réduire de moitié.
- Ajouter le fond de veau, le thym et le laurier.
- Porter à frémissement.
- Couvrir.
- Cuire au four à 150 °C pendant 3 h 30 à 4 h.
- Retirer la viande.
- Passer le jus au chinois.
- Dégraisser le jus.
- Faire réduire jusqu'à obtenir un jus brillant et corsé.
- Rectifier l'assaisonnement.
- Pour le service, effiloche le bœuf.
- Compter environ 150 g de viande cuite par personne.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Creuse

Bœuf limousin braisé, jus au thym, écrasé de pommes de terre et carottes glacées

 10 PERSONNES

Ingrédients 2/2

Pour les carottes glacées :

- 1,2 kg de carottes
- 80 g de beurre
- 40 g de miel de la Creuse
- 250 ml d'eau ou de fond de légumes
- 2 branches de thym
- Sel

Déroulé 2/3

Préparation de l'écrasé de pommes de terre :

- Éplucher les pommes de terre.
- Les tailler en morceaux réguliers.
- Les mettre dans une casserole d'eau froide salée.
- Cuire jusqu'à parfaite tendreté.
- Égoutter.
- Dessécher les pommes de terre quelques minutes dans la casserole.
- Les écraser au presse-purée.
- Incorporer le beurre.
- Ajouter progressivement le lait chaud.
- Rectifier l'assaisonnement.
- Ajouter la muscade.
- Ne pas mixer afin de conserver une texture agréable.

Préparation des carottes glacées :

- Éplucher les carottes.
- Les tailler en biseaux réguliers.
- Les mettre dans une sauteuse.
- Ajouter le beurre, le miel, l'eau ou le fond de légumes et le thym.
- Cuire à couvert.
- Retirer le couvercle en fin de cuisson.
- Laisser réduire jusqu'à obtenir une belle brillance.
- Rectifier l'assaisonnement.



 10
PERSONNES

JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Creuse

**Bœuf limousin braisé, jus au thym,
écrasé de pommes de terre et
carottes glacées**

Déroulé 3/3

Dressage :

- Déposer environ 150 g d'écrasé de pommes de terre.
- Ajouter environ 150 g de bœuf.
- Disposer 100 à 120 g de carottes glacées.
- Ajouter 40 à 50 ml de jus.
- Dresser l'écrasé en quenelle ou en cercle.
- Placer le bœuf à côté.
- Disposer les carottes en hauteur.
- Verser le jus autour de l'assiette.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Creuse

Moelleux aux noix, pommes rôties et miel de la Creuse

Déroulé 1/2

 10 PERSONNES

Ingrédients

Pour le moelleux aux noix :

- 180 g de cerneaux de noix
- 120 g de farine
- 150 g de beurre
- 120 g de sucre
- 3 œufs
- 6 g de levure chimique
- 2 g de sel
- 1 gousse de vanille ou vanille PM

Pour les pommes rôties :

- 1,2 kg de pommes de saison
- 70 g de miel de la Creuse
- 50 g de beurre
- 20 ml de jus de citron
- Vanille PM

Pour le dressage :

- Miel de la Creuse
- Quelques éclats de noix torréfiées
- Optionnel : fromage blanc fermier légèrement fouetté et peu sucré

Préparation du moelleux aux noix :

- Torrifier légèrement les noix.
- Laisser refroidir puis les concasser.
- Travailler le beurre pommade avec le sucre.
- Ajouter les œufs progressivement.
- Incorporer la farine, la levure chimique et le sel.
- Ajouter les noix concassées.
- Ajouter la vanille.
- Mouler la préparation dans un cadre ou dans des moules individuels.
- Cuire à 165 °C pendant environ 15 à 20 minutes, selon le format.
- Vérifier la cuisson.
- Laisser refroidir avant de détailler.

Préparation des pommes rôties :

- Éplucher les pommes.
- Retirer les pépins.
- Tailler les pommes en quartiers réguliers.
- Faire fondre le beurre.
- Ajouter les pommes.
- Ajouter le miel.
- Ajouter le jus de citron.
- Ajouter la vanille.
- Faire rôtir doucement.
- Laisser colorer les pommes tout en conservant une bonne tenue.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Creuse

Moelleux aux noix, pommes rôties et miel de la Creuse

Déroulé 2/2

 10 PERSONNES

Ingrédients

Pour le moelleux aux noix :

- 180 g de cerneaux de noix
- 120 g de farine
- 150 g de beurre
- 120 g de sucre
- 3 œufs
- 6 g de levure chimique
- 2 g de sel
- 1 gousse de vanille ou vanille PM

Pour les pommes rôties :

- 1,2 kg de pommes de saison
- 70 g de miel de la Creuse
- 50 g de beurre
- 20 ml de jus de citron
- Vanille PM

Pour le dressage :

- Miel de la Creuse
- Quelques éclats de noix torréfiées
- Optionnel : fromage blanc fermier légèrement fouetté et peu sucré

Dressage :

- Déposer 1 portion de moelleux aux noix dans l'assiette.
- Ajouter environ 100 à 120 g de pommes rôties.
- Ajouter un filet de miel.
- Parsemer de quelques éclats de noix torréfiées.
- Optionnel : ajouter une petite quenelle de fromage blanc fermier légèrement fouetté et peu sucré pour apporter de la fraîcheur.