



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Haute-Marne & Aube

Œuf mimosa, mayonnaise au persil et graines de tournesol torréfiées

 10 PERSONNES

Ingrédients

Œufs mimosa :

- 10 Œufs

Mayonnaise au persil :

- 2 Jaunes d'œufs
- 1 c. à soupe Moutarde
- 25 cl Huile neutre
- 1 c. à soupe Vinaigre blanc
- 10 g Persil frais
- PM Sel, poivre

Décoration :

- 50 g Graines de courge torréfiées
- PM Pluches de persil

Déroulé

Cuisson des œufs :

- Cuire les œufs 9 minutes dans l'eau bouillante.
- Les refroidir immédiatement dans l'eau glacée.
- Écaler les œufs et les couper en deux dans le sens de la longueur.
- Prélever les jaunes et réserver les blancs.

Mayonnaise au persil :

- Hacher finement le persil.
- Mélanger les jaunes d'œufs avec la moutarde.
- Monter progressivement avec l'huile en fouettant.
- Ajouter le vinaigre puis incorporer le persil haché.
- Rectifier l'assaisonnement.

Garniture mimosa :

- Écraser les jaunes d'œufs à la fourchette.
- Mélanger avec environ 150 g de mayonnaise au persil.
- Rectifier l'assaisonnement.
- Garnir les blancs d'œufs à la poche ou à la cuillère.

Dressage :

- Disposer les œufs mimosa dans une assiette.
- Ajouter des graines de courge torréfiées pour apporter du croquant.
- Décorer avec quelques pluches de persil.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Haute-Marne & Aube

Burger « pulled pork » (porc effiloché), crudités, fromage de langres et ketchup de betterave rouge accompagné de frites maison

 10 PERSONNES

Ingrédients

Effiloché de porc :

- 1 200 g Épaule ou échine de porc
- 75 g Miel
- 50 g Concentré de tomate
- 25 g Moutarde
- 100 g Oignons jaunes
- 10 cl Vinaigre de vin
- 10 g Paprika
- PM Huile de tournesol, sel, poivre

Ketchup de betterave rouge :

- 500 g Betterave rouge
- 100 g Oignons jaunes
- 50 g Concentré de tomate
- 5 cl Vinaigre balsamique
- 30 g Miel
- 25 cl Huile neutre
- PM Sel, poivre

Pains burger maison :

- 400 g Farine
- 15 g Levure boulangère fraîche
- 80 g Beurre pommade
- 25 cl Lait

Déroulé 1/2

Effiloché de porc :

- Éplucher et émincer les oignons.
- Dans une cocotte, déposer la viande, ajouter les oignons, miel, concentré de tomate, moutarde, vinaigre de vin, huile, paprika, sel et poivre. Badigeonner la viande avec un pinceau.
- Couvrir et cuire au four à 110°C pendant 8 à 9 heures.
- Une fois cuite, effiloche la viande avec 2 fourchettes.
- Former des steaks d'environ 110 g avec un peu de jus de cuisson.

Ketchup de betterave rouge :

- Éplucher les betteraves et les oignons.
- Cuire les betteraves à la vapeur.
- Dans une casserole, faire caraméliser les oignons émincés avec l'huile et le miel.
- Ajouter le vinaigre balsamique et faire réduire.
- Ajouter les betteraves cuites, le concentré de tomate, sel et poivre.
- Mixer à l'aide d'un blender, ajouter de l'eau si besoin pour obtenir une texture lisse style ketchup.
- Rectifier l'assaisonnement.

Pains burger maison :

- Délayer la levure avec le lait tiède à 30°C.
- Mélanger la farine, le sel et le sucre dans le bol d'un robot.
- Ajouter le lait avec la levure, un jaune d'œuf et le beurre pommade.
- Pétrir environ 8 à 10 minutes.
- Diviser en 10 pâtons et les bouler.
- Dorer avec le second jaune d'œuf mélangé à un peu de lait.
- Laisser pousser puis cuire 10 minutes à 180°C.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Haute-Marne & Aube

Burger « pulled pork » (porc effiloché), crudités, fromage de langres et ketchup de betterave rouge accompagné de frites maison

 10 PERSONNES

Ingrédients

Garnitures :

- 250 g Fromage de Langres
- 500 g Crudités (carottes râpées, chou blanc ou rouge râpé, salade, oignons...)
- 2 500 g Pommes de terre à frites
- QS Huile de friture
- PM Sel

Frites maison :

- Éplucher et tailler les pommes de terre en frites régulières. Rincer à l'eau froide et sécher soigneusement.
- Première cuisson à 150-160°C pendant 6 à 8 minutes. Égoutter sur papier absorbant.
- Seconde cuisson juste avant l'envoi à 180°C jusqu'à obtenir des frites dorées et croustillantes.
- Saler immédiatement après cuisson.

Crudités :

- Éplucher et tailler ou râper finement les crudités choisies.

Montage des burgers :

- Couper les pains en deux.
- Déposer une cuillère de ketchup de betterave rouge sur le pain inférieur.
- Ajouter le steak d'effiloché de porc.
- Déposer une belle tranche de fromage de Langres sur la partie supérieure du pain.
- Toaster légèrement les pains.
- Ajouter les crudités choisies et refermer les burgers.
- Servir avec les frites et un petit pot de ketchup de betterave rouge.

Option végétarienne : remplacer l'effiloché de porc par un steak de lentilles.

JEUDI 8 OCTOBRE 2026



 10
PERSONNES

Ingrédients

Garniture :

- 750 g Pommes
- 750 g Courge
- 60 g Miel
- 30 g Beurre
- 1 pincée Cannelle

Appareil à crumble :

- 180 g Farine
- 120 g Beurre froid
- 120 g Sucre cassonade
- 1 pincée Sel

Haute-Marne & Aube

Crumble d'automne « pommes, courges et miel »

Déroulé

Préparation des pommes et courges :

- Éplucher les pommes et les courges, retirer le cœur et les pépins.
- Les tailler en mirepoix (dés de 1 cm × 1 cm).
- Faire fondre le beurre dans une poêle, ajouter les courges puis les pommes.
- Ajouter le miel et la cannelle, faire revenir quelques minutes pour caraméliser légèrement. Les pommes et courges doivent rester fermes.

Préparation du crumble :

- Mélanger la farine, le sucre cassonade et le sel.
- Ajouter le beurre froid coupé en petits dés.
- Sabler du bout des doigts jusqu'à obtenir une texture sableuse avec quelques morceaux plus gros.
- Réserver au frais environ 20 minutes.

Montage et cuisson :

- Répartir les pommes et courges dans un plat ou dans 10 contenants individuels.
- Recouvrir généreusement de crumble.
- Cuire à 180°C pendant 25 à 30 minutes jusqu'à coloration dorée.
- Servir tiède.