

Potage de pois jaunes

Gelberbsensuppe

Quantité: 1.50 l
Groupe: Potages (chauds et froids)
Saison: Toute l'année

Ingrédients

18 g Beurre
48 g Oignons pelés
48 g Poireau vert paré
24 g Céleri-pomme pelé
24 g Carottes pelées
30 g Couennes de lard
180 g Pois jaunes cassés
210 g Pommes de terre pelées, type C
1500 g Bouillon
Sel
Poivre blanc du moulin

Garniture

60 g Pain anglais sans croûte
18 g Beurre

Mise en place

- Tremper les pois jaunes pendant 4 heures dans l'eau froide et les égoutter
- Partager le poireau dans le sens de la longueur et le laver
- Couper les légumes en matignon (petits dés)
- Couper les pommes de terre en dés de 1 cm
- Attacher les couennes de lard
- Porter le bouillon à ébullition
- Couper le pain anglais en croûtons et les sauter au beurre

Préparation

- Faire suer le matignon dans le beurre
- Ajouter les pois jaunes et faire suer le tout
- Ajouter les dés de pommes de terre et les couennes de lard
- Mouiller avec le bouillon chaud
- Porter à ébullition
- Saler et poivrer, écumer fréquemment
- Laisser mijoter 2 heures, puis retirer les couennes de lard
- Mixer le potage et le passer au chinois
- Porter encore une fois à ébullition et rectifier l'assaisonnement
- Dresser et servir les croûtons séparément

Conseils pratiques

On peut aussi affiner ce potage avec un peu de crème entière. Potage de pois jaunes avec pieds de porc/jambonneau: cuire 1 kg de pied de porc et/ou de jambonneau dans le potage (diminuer l'adjonction de sel), une fois tendre, détacher la viande, la couper en dés et la servir comme garniture dans le potage. On peut aussi servir ce potage avec des quenelles de séré au lard en garniture.

Estouffade de boeuf aux tomates et aux olives

Rindsdünstragout mit Tomaten und Oliven

Quantité: **4.00 pers.**
Groupe: **Mets à la viande**
Saison: **Toute l'année**

Ingrédients

640 g Epaule de boeuf sans os parée
4 g Sel épicé pour viande
12 g Beurre à rôtir
140 g Oignons pelés
8 g Ail pelé
120 g Lard fumé
12 g Purée de tomates
12 g Farine fleur
120 g Vin rouge
400 g Fond brun de veau
0.40 Sachet d'épices
Sel
Poivre blanc du moulin

Garniture

152 g Tomates
40 g Olives noires dénoyautées
12 g Beurre
Sel
Poivre blanc du moulin

Mise en place

- Couper l'épaule de boeuf en dés réguliers de 30 g
- Hacher finement les oignons et l'ail
- Couper le lard (sans cartilage) en dés de 1,5 cm et le blanchir
- Couper les tomates en dés de 1 cm
- Couper les olives en deux

Préparation

- Assaisonner les dés de viande
- Chauffer le beurre dans un rondau, ajouter la viande, les oignons et l'ail
- Suer sans laisser prendre de couleur jusqu'à ce qu'un jus de consistance sirupeuse se soit formé
- Ajouter les dés de lard et la purée de tomates et faire revenir
- Déglacer avec le vin rouge et réduire à une consistance sirupeuse
- Singer
- Juste recouvrir avec le fond brun de veau, porter à ébullition et ajouter le sachet d'épices
- Etuver à couvert au four ou sur le fourneau, écumer fréquemment
- Remplacer éventuellement la perte de liquide avec un peu de fond brun de veau
- Sortir la viande et les dés de lard avec une écumoire et retirer le sachet d'épices
- Mixer la sauce et la passer au chinois étamine
- Réduire quelque peu la sauce et éventuellement la lier légèrement
- Remettre la viande et les dés de lard dans la sauce et rectifier l'assaisonnement
- Sauter les dés de tomates et les olives dans le beurre et rectifier l'assaisonnement

Pommes rissolées

Bratkartoffeln

Quantité: **4.00 pers.**
Groupe: **Mets aux pommes de terre**
Saison: **Toute l'année**

Ingrédients

| | |
|-------|--------------------------------|
| 500 g | Pommes de terre pelées, type A |
| 20 g | Huile de tournesol, High Oleic |
| 4 g | Sel |
| | Poivre blanc du moulin |
| 10 g | Beurre |

Mise en place

- Couper les pommes de terre en dés d'env. 1 cm
- Les blanchir dans le steamer ou dans l'eau salée
- Les égoutter et les répartir sur une plaque pour stopper le processus de cuisson
- Asperger les dés de pommes de terre avec un peu d'huile

Préparation

- Chauffer le reste d'huile dans une poêle lyonnaise
- Ajouter les dés de pommes de terre, colorer légèrement, saler et poivrer
- Rôtir (dorer) au four en tournant de temps à autre
- Dégraisser, ajouter le beurre et terminer le rôtissage

Conseils pratiques

Pour couper des dés réguliers, utiliser des grosses pommes de terre. On peut préparer de la même manière des petites pommes de terre nouvelles, pelées ou non. En raison du risque de formation d'acrylamide, il faut éviter de trop brunir les pommes de terre.

Courgettes provençale

Zucchetti provenzalische Art

Quantité: 4.00 pers.
Groupe: Mets aux légumes/champignons
Saison: Été-automne

Ingrédients

| | |
|--------|-------------------------------|
| 10 g | Huile d'olive pressée à froid |
| 400 g | Courgettes vertes parées |
| 48 g | Tomates mondées épépinées |
| 16 g | Oignons rouges pelés |
| 8 g | Ail pelé |
| 16 g | Olives vertes dénoyautées |
| 16 g | Olives noires dénoyautées |
| 0.80 g | Thym frais |
| 1 g | Romarin frais |
| 4 g | Sel marin fin |
| | Poivre blanc du moulin |

Mise en place

- Couper les courgettes en deux dans le sens de la longueur, puis en tranches de 5 mm
- Couper les tomates en dés de 1 cm
- Hacher finement les oignons
- Presser l'ail au moyen du presse-ail
- Couper les olives vertes et noires en deux dans le sens de la longueur
- Laver le thym et le romarin, les sécher légèrement et les hacher

Préparation

- Chauffer l'huile d'olive dans un rondau, faire suer les oignons et l'ail
- Ajouter les courgettes, saler et étuver pendant env. 5 minutes
- Ajouter les dés de tomates, les olives et les fines herbes puis étuver encore 5 minutes
- Rectifier l'assaisonnement avec le sel marin et le poivre du moulin

Crème bavaroise

Bayerische Creme

Quantité: **0.50 kg**
Groupe: **Entremets froids**
Saison: **Toute l'année**

Ingrédients

| | |
|--------|-------------------------|
| 193 g | Lait entier |
| 0.50 | Gousse de vanille |
| 0.25 g | Sel |
| 40 g | Jaune d'oeuf pasteurisé |
| 68 g | Sucre |
| 6 g | Gélatine |
| 193 g | Crème entière, 35% |

Mise en place

- Mettre à tremper la gélatine dans l'eau froide
- Monter fermement la crème et la mettre au frais
- Couper la gousse de vanille dans le sens de la longueur et racler la pulpe

Préparation

- Porter à ébullition le lait, la gousse et la pulpe de vanille ainsi que le sel
- Retirer la gousse de vanille
- Mélanger le jaune d'oeuf et le sucre en crème dans une bassine
- Verser le lait cuit dans la masse au jaune d'oeuf en mélangeant constamment
- Reverser dans la casserole
- Chauffer à feu doux en remuant constamment avec une spatule et cuire à la nappe (maximum 85°C)
- Retirer la crème du feu et la verser dans une bassine
- Y délayer la gélatine égouttée et pressée, puis passer immédiatement au tamis
- Refroidir sur un bain d'eau glacée jusqu'à ce que la crème commence à prendre légèrement
- Incorporer délicatement la crème fouettée
- Dresser immédiatement dans des récipients et laisser prendre au réfrigérateur

Conseils pratiques

Dérivés

- Crème bavaroise au chocolat: dissoudre 200 g de couverture foncée hachée ou liquide dans la crème encore chaude
- Crème bavaroise au café: dissoudre 10 g de café instantané dans le lait cuit
- Crème bavaroise aux framboises: passer 200 g de framboises au tamis et mélanger avec la crème encore chaude (augmenter la quantité de gélatine à 15 g)