



ATELIER CUISINE DU NOVEMBRE 2009 « POUR LES FÊTES »

COUPELLES CREVETTES ET SAUMON FUMÉ

Ingrédients pour 4 personnes

- 8 feuilles de brick
- 60 gr de beurre
- 2 cuillères à soupe de graines de pavot
- 2 pamplemousses roses
- 200 gr de fines tranches de saumon fumé
- 12 crevettes roses
- 120 gr de feuilles de roquette

Pour la sauce

- 1 jaune d'œuf
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- huile de tournesol
- sel poivre

Préparation

Préparez les coupelles

Préchauffez le four th 6 (180°)

Faites fondre le beurre et badigeonnez les feuilles de brick

Saupoudrez de graines de pavot et superposez les 2 par 2

Moulez-les dans un bol afin de leur donner la forme d'une coupelle

Mettez les au four 4 à 5 minutes. Retirez-les du four et des bols et gardez-les dans un endroit sec

Préparez les pamplemousses

Pelez à vif les pamplemousses en travaillant sur un saladier afin de récupérer le jus. Détachez les quartiers puis recoupez-les en deux

Epluchez les crevettes et coupez le saumon fumé en lamelles

Concoctez la sauce

Mélangez en fouettant le jaune d'œuf, la moutarde, le sel et le poivre. Ajoutez l'huile en filet puis le jus de pamplemousses

Garnissez les coupelles

Dans un saladier mélangez les quartiers de pamplemousses les crevettes, les lamelles de saumon fumé, la roquette et la sauce. Mettez le tout dans les coupelles de brick et servez immédiatement.

PINTADE FARCIE AUX NOISETTES A LA CRÈME DE PETITS POIS

Ingrédients pour 4 personnes

- 1 pintade
- 500 gr de petits pois surgelés
- 250 gr d'oignons gelots surgelés
- 150 gr de jambon cru
- 80 gr de beurre
- 20 cl de crème fraîche
- 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol
- Thym, sel, poivre

Pour la farce

- 3 échalotes
- 100 gr de noisettes
- 10 cl de lait

- 4 tranches de pain de mie

Préparation

Trempez les tranches de pain de mie dans le lait. Mettez-les dans le bol du mixeur avec les noisettes, les échalotes pelées et coupées en morceaux. Salez, poivrez et mixez jusqu'à l'obtention d'une farce. Désossez partiellement la pintade : en l'ouvrant par le dos enlever la carcasse en gardant les os des cuisses et des ailes. Salez, poivrez et remplacez la carcasse par la farce. Reconstituez la pintade et ficelez-la.

Dans une sauteuse, mettez à fondre 30 gr de beurre avec l'huile. Quand le beurre est fondu faites y dorer la pintade sur toutes ses faces. Ajoutez 10 cl d'eau et faites cuire 20 minutes à feu vif. Au bout de ce temps, ajoutez les oignons, le jambon et le thym. Salez et poivrez, baissez le feu au minimum et prolongez la cuisson 20 minutes.

Pendant ce temps, préparez la crème de petits pois : mettez les petits pois dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 15 minutes. Egouttez-les et passez-les au mixeur. Versez la purée obtenue dans une casserole, ajoutez le reste de beurre, la crème fraîche poivrez et laissez cuire 5 minutes à feu doux en remuant.

Lorsque la pintade est cuite, sortez-la de la cocotte, découpez-la et disposez les morceaux dans un plat. Arrosez du jus de cuisson, des oignons et du jambon.

Servez immédiatement accompagné de la crème de petits pois.

MOELLEUX AU CHOCOLAT ET À L'ORANGE

Ingrédients pour 4 personnes

Moelleux

- 1 cuillère à café d'huile (pour le moule)
- 125 gr de beurre
- 2 œufs
- 150gr de cassonade
- 125gr de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 3 cuillères à soupe de cacao non sucré en poudre

Mousse à l'orange

- 2 feuilles de gélatine
- 2 oranges
- 2 œufs
- 50gr de sucre en poudre
- 1 pincée de sel

Ganache

- 75 gr de chocolat noir
- 75 gr de crème fraîche épaisse
- 10gr de beurre mou

Décor

- 20gr de pistaches nature
- Zestes d'oranges confits

Préparation

Moelleux

Préchauffez le four à 180° (th 6) .

Faites fondre le beurre, diluez le cacao dans 2 cuillères à soupe d'eau chaude.

Dans un saladier, mélangez les œufs, la cassonade, la farine, la levure, le beurre fondu et le cacao liquide jusqu'à obtenir un mélange homogène.

Versez cette pâte dans un moule graissé et enfournez pendant environ 40 minutes(la pointe d'un couteau doit ressortir à peine sèche et le dessus du gâteau doit rester moelleux. Démoulez dès que le moule n'est plus brûlant, tranchez le moelleux en deux dans l'épaisseur.

Mousse à l'orange

Faites ramollir les feuilles de gélatine dans un verre d'eau froide pendant 5 minutes. Pressez les oranges de façon à obtenir 12 cl de jus. Faites chauffer à feu doux la moitié de ce jus dans une casserole. Hors du feu, incorporez dans le jus chaud les feuilles de gélatines égouttées, puis ajoutez le reste du jus d'oranges.

Séparez les blancs des jaunes.

Dans un saladier, fouettez les jaunes avec le sucre jusqu'à obtenir un mélange mousseux et légèrement blanchi. Ajoutez-y le mélange orange gélatine et mélangez.

Montez les blancs en neige avec une pincée de sel et incorporez-les délicatement à la mousse d'oranges

Ganache

Faites chauffer la crème dans une casserole. Quand elle bout, retirez-la du feu et mettez-y à fondre le chocolat râpé. Mélangez, ajoutez le beurre très mou, mélangez à nouveau (si la préparation semble trop épaisse, ajoutez un peu d'eau).

Montage du gâteau

Dans les tranches de moelleux découpez des cercles du diamètre des moules.

Disposez-les au fond des moules puis remplir jusqu'au 2/3 avec la mousse d'orange et finir de remplir avec la ganache. Mettez au frais une heure.

Avant de servir, ôtez le moule et décorez avec des zeste d'oranges confits et un peu de pistaches nature hachées.