

Ecrit par le 4 avril 2025

La recette de framboise et piment d'Espelette du chef Matthieu Hervé



Matthieu Hervé est le chef exécutif du bistro et du restaurant gastronomique du **Château de Montcaud**, situé à Sabran dans le Gard. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de dessert à la framboise et au piment d'Espelette.

Tuile meringue :

- 200 g sucre
- 200 g blanc d'œuf
- 200 g sucre glace
- Poudre de framboise et vanille

Monter les blancs avec le sucre en poudre puis incorporer le sucre glace et fouetter encore jusqu'à l'obtention d'un bec d'oiseau. Étaler finement sur du papier cuisson à la forme désirée avec un pochoir puis saupoudrer de poudre de framboise. Sécher 2h au four à 50°C.

Gel framboise :

- 400 g purée d framboise
- 5 g ultratex

Ecrit par le 4 avril 2025

Mixer la purée de framboise avec l'ultratex jusqu'à l'obtention d'une texture ferme.

Sorbet framboise piment d'Espelette :

- 500 g purée de framboise
- 1 jus de citron
- 100 g eau
- 75 g sucre
- 3 g stab
- 3 g piment d'Espelette poudre

Réaliser un sirop avec l'eau, le sucre, le stab et le piment puis ajouter le jus de citron et la purée de framboise, mixer, turbiner en sorbetière.

Sablé croquant :

- 240 g beurre
- 4 g sel
- 180 g sucre glace
- 60 g d'amande brute
- 2 œufs
- 470 g farine

Sabler le beurre, le sel, le sucre avec la poudre d'amande et la farine puis ajouter l'œuf et mélanger jusqu'à homogénéisation. Étaler sur 2mm entre 2 feuilles de papier sulfurisé puis détailler à la forme souhaitée et cuire sur silpain à 170°c durant 10 minutes.

Sauce framboise :

- 500 g purée de framboise
- 60 g jus d'orange
- 4 g piment d'Espelette
- 100 g sucre

Porter tous les ingrédients à ébullition puis laisser refroidir et infuser au réfrigérateur une nuit.

Crèmeux framboise :

- 600 g purée de framboise
- 500 g œuf
- 175 g sucre
- 6 feuilles de gélatine
- 300 g beurre

Réhydrater la gélatine dans de l'eau froide puis égoutter. Réaliser le Crèmeux en portant la framboise, les œufs, le sucre à ébullition puis ajouter la gélatine et le beurre et mixer. Refroidir une nuit au réfrigérateur.

Ecrit par le 4 avril 2025

Montage :

Dans le centre de votre assiette, réaliser une couronne de framboises puis pocher un peu de crémeux au centre, déposer votre sablé puis pocher à nouveaux du crémeux sur ce dernier. Réaliser une petite couronne de framboises coupées en deux puis déposer une quenelle de sorbet framboise au centre, sur le crémeux. Enfin déposer les pétales de meringue sur le sorbet puis verser un peu de sauce framboise sur le dessert.



©Arthur Ledoux

La recette de ris de veau Glenn Viel

Ecrit par le 4 avril 2025



Glenn Viel est le chef du restaurant gastronomique l'[Oustau de Baumanière](#) au Baux-de-Provence. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de ris de veau « boulé » avec sarrasin, carottes 18, purée à froid et jus amer.

Ris de veau :

- Ris de veau 800gr
- Sarrasin torréfié 50gr
- Jus de veau réduit à glacer 50gr

Eplucher les ris de veaux préalablement dégorgés dans l'eau glacée une nuit. Portionner à 180gr dans un tork, les compresser en boule à l'aide d'une ficelle. Les cuire 2h à 63°C dans un bouillon de légumes puis les laisser tirer 1h or du feu. Dans un sautoir, cuire les ris de veaux à l'unilatérale dans un beurre moussant, laqué de jus de veau réduit à l'envoi et enrobé de sarrasin.

Réaliser la carotte 18 déshydraté, réhydraté :

- Carotte fane 20 pièces (8 pour carotte déshydraté / 12 pour jus)

Éplucher les carottes fanes (les carottes doivent peser 30 gr). Réaliser un bouillon avec les pluches de carottes puis les cuire 9 minutes, dans ce même bouillon. Assaisonner les carottes huile d'olive et sel puis les enfourner une fois plaqué à 80°C pendant 12 heures. L'idée est de passer d'une carotte de 30 gr à une carotte de 5 gr.

À l'aide d'une centrifugeuse, réaliser un jus de carotte, puis de réduire de moitié. Dans un sautoir,

Ecrit par le 4 avril 2025

disposer les carottes puis les carottes et laisser cuire à frémissement le temps nécessaire.
À l'envoi, snacker les carottes en pinçant les sucs.

Réaliser la carotène :

- Jus de carotte 2 litres

Réaliser 2 litres de jus de carotte, porté à ébullition puis passer au tork a 2 reprises. Une fois passé et pressé, rectifier l'assaisonnement avec de l'huile d'olive fruité noire, jus de citron, sel, poivre.

Réaliser la sauce :

- Jus de carotte 1 litre
- Pamplemousse 1 pièce

Faire réduire de $\frac{3}{4}$ un 1 litre de jus de carotte. En parallèle, mettre un pamplemousse piqué entier au four à 250°C pendant environ 1h30. Récupérer la pulpe, mixer et tamiser si nécessaire. Incorporer avec parcimonie la pulpe de pamplemousse au jus de carotte réduit, monté avec une noix, de beurre frais, huile d'olive, jus de citron, sel et poivre.

Purée à froid :

- Carotte fane les plus grosses 4 pièces
- Botte de coriandre $\frac{1}{4}$
- Mangue verte $\frac{1}{4}$

Sur un marbre peau de requin, placer au congélateur quelques heures avant (conçue à cet effet). Frotter au préalable la coriandre, la mangue verte puis les carottes jusqu'à l'obtention d'une purée.

Écrit par le 4 avril 2025



©Virginie Ovessian

Ecrit par le 4 avril 2025

La recette de chocolat de plantation Mangaro du chef Nicolas Bottero



Nicolas Bottero est le propriétaire et le chef de cuisine du restaurant étoilé [Le Mas Bottero](#), situé à Saint-Cannat, dans les Bouches-du-Rhône. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de chocolat de plantation Mangaro, avec poire Williams de pays, caramel et Cardamome noire.

Caramel décuit :

- 270 g de sucre
- 450 g de végétop

Crèmeux caramel :

- 250 g lait de riz
- 250 g végétop
- 80 g jaune d'œuf
- 80 g sucre
- 250 g caramel décuit

Ecrit par le 4 avril 2025

- 50g chocolat lait
- 40 g masse gelatine

Crèmeux chocolat noir Mangaro :

- 125 g lait de riz
- 125 g végétop
- 40 g jaune d'œuf
- 40 g sucre
- 180 g couverture noire Mangaro

Sablé cacao végétal :

- 150 g margarine
- 150 g poudre d'amande
- 150 g sucre roux
- 130 g farine de sarrazin
- 20 g poudre de cacao

Crèmeux poire / Cardamome :

- 250 g purée de poire
- 50g sucre
- 100 g jaune d'œuf
- 45 g masse gélatine
- Cardamome noire râpée
- 8 poires williams
- Jus de citron

Sorbet poire / cardamome :

- 500g de purée de poire
- 220 g d'eau
- 110 g de sucre
- 60g de glucose atomisé
- 5 g de Stabilisateur (stab 2000)
- 2 noix de Cardamome noire

Progression :

Réaliser le caramel décuit à la crème végétale. Mettre 250 g de côté pour le crèmeux et garder le reste en pipette pour le dressage.

Confectionner le crèmeux caramel : Réaliser une crème anglaise avec jaune, sucre, lait de riz et végétop. Verser sur le mélange caramel décuit et chocolat. Ajouter la masse gélatine à chaud et réserver au froid.

Réaliser le crèmeux chocolat : faire une crème anglaise avec les ingrédients cités et verser sur la couverture chocolat. Refroidir.

Ecrit par le 4 avril 2025

Mélanger tous les ingrédients pour le sablé cacao. Ajouter une goutte d'eau à la fin. Abaisser finement sur silpat. Refroidir et emporte-piècer en rond. Cuire au four à 180°C pendant 7 minutes.

Réaliser des billes de poires et les conserver dans un sirop à la Cardamome avec un trait de jus de citron. Tailler des tranches fines de poires crues. Mixer le reste des poires pour réaliser le crémeux et le sorbet.

Réaliser un sirop avec l'eau, le sucre, le glucose atomisé, le stabilisateur et la cardamome. Verser sur la purée de poire, mixer et bloquer en bols à Paco. Pacosser.

Réaliser le crémeux poire / Cardamome en cuisant la purée de poire avec le mélange jaune + sucre en donnant une bonne ébullition. Ajouter la masse gélatine et la râpée de cardamome noire hors du feu. Mouler en demi-sphères.

Dressage :

Disposer le crémeux caramel à l'aide d'un pochoir dans le fond de l'assiette. Dresser 3 dômes de chocolat avec une douille à Mont Blanc. Disposer harmonieusement les autres éléments autour et finir par le sorbet poire / Cardamome.



DR

Ecrit par le 4 avril 2025

La recette de figue et persil du chef Christophe Chiavola



Christophe Chiavola est le chef du restaurant **Le Prieuré**, à Villeneuve-lès-Avignon. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de figue et persil plat.

Ganache montée persil plat :

- Chocolat Blanc 1 000g
- Crème liquide 2 200g
- Gélatine 200bloom 10pc
- Ganache Montée 500g
- Persil Plat Ciselé 10g
- Gel Citron Persil Plat 30g

Gel Persil Plat :

- Eau 100g

Ecrit par le 4 avril 2025

- Jus Citron Vert 30g
- Sucre 10g
- Agar-Agar 3,5g
- Persil Plat 10g

Dans une casserole, mélanger et chauffer jusqu'à ébullition l'ensemble des premiers ingrédients et réserver au réfrigérateur minimum 1h. Mixer le gel avec le persil plat au blender jusqu'à l'obtention d'une texture lisse et réserver au réfrigérateur en pipette.

Faire ramollir la gélatine dans de l'eau froide. Chauffer la crème liquide et y faire fondre la gélatine ramollie. Verser le tout dans le chocolat blanc fondu, mélanger, ajouter la crème liquide froide et mélanger de nouveau. Réserver au réfrigérateur 4h minimum. Monter la ganache et mélanger le persil plat ciselé ainsi que le gel citron / persil plat.

Compotée de Figue / Persil Plat :

- Figue Fraîche 400g
- Eau 100g
- Sucre 80g
- Pectine NH 10g
- Persil Plat Ciselé 8g

Dans un blinder, mixer l'ensemble des ingrédients. Verser dans une casserole et cuire jusqu'à ébullition.

Biscuit Mirliton :

- Œufs 360g
- Jaunes Œufs 90g
- Poudre Amande 337g
- Poudre à Crème 30g
- Sucre 390g

Au batteur, monter les œufs et les jaunes d'œufs avec le sucre ajouté petit à petit. Tamiser la poudre d'amande avec la poudre à crème et incorporer dans les œufs montés. Verser et étaler sucre une plaque 60x40 avec un cadre et cuire à 170°C pendant 15 minutes. Laisser refroidir et détailler des petits cubes.

Crumble :

- Farine 50g
- Sucre 50g
- Poudre Amande 50g
- Beurre 30g

Au batteur, mélanger l'ensemble des ingrédients à l'aide d'une feuille. Cuisson 170°C pendant 23 minutes.

Pâte sablée :

- Farine 1 000g

Ecrit par le 4 avril 2025

- Beurre 600g
- Sel 10g
- Sucre Glace 875g
- Jaune Œufs 220g
- Poudre Amande 125g

Dans une cuve de batteur à l'aide d'une feuille, faire beurrer le beurre avec le sucre glace, le sel et la poudre d'amande. Ajouter la farine et par la suite les jaunes d'œufs. Réserver au réfrigérateur une nuit. Le lendemain, étaler la pâte entre deux feuilles sulfurisées à 3 millimètres et réserver au congélateur. Détailler des disques de pâte sablée de 3 cm à l'aide d'un emporte-pièce et cuire au four à 170°C pendant 13 minutes.

Crème Glacée Feuille de Figue :

- Lait 273g
- Crème liquide 93g
- Poudre de Lait 0%MG 21g
- Glucose atomisé 19g
- Jaunes Œufs 16g
- Sucre 74g
- Stabilisateur à Glace 2g
- Feuille de Figue 4pc

Nettoyer les feuilles de figue. Dans une casserole, faites chauffer l'ensemble des ingrédients jusqu'à 85°C. Mettre en poche sous vide à chaud et laisser infuser minimum 2h au réfrigérateur. Chinoiser et mettre dans un bol à PacoJet. Laisser congeler et pacosser lorsque la crème glacée est bien dure.

Persil plat Cristallisé :

- Eau 500g
- Sucre 500g

Faire bouillir le sirop pour dissoudre le sucre. Laisser refroidir et y tremper des feuilles de persil plat que l'on disposera sur une feuille sulfurisée. Réserver dans un déshydrateur à 70°C pendant minimum 4h.

Figue braisée au brasero et rôtie au four :

Laver les figues fraîches et braiser sur le brasero légèrement et uniformément. Tailler les figues braisées en croix et mettre une cuillère de miel dans le creux de la figue taillée et y parsemer de persil ciselé. Les rôtir au four à 180°C pendant 10 minutes.

Montage :

Dans une assiette ronde, tirer des traits de ganache montée persil plat de façon à ce que cela ressemble à des racines. Parsemer du crumble sur la mousse et retirer l'excédent de crumble sur l'assiette. Disposer 7 points de compotée de figue persil plat, 7 cubes de biscuits Mirliton, 6 morceaux de figue fraîche caramélisée au chalumeau, quelques points de gel citron persil plat, ainsi que quelques feuilles de persil

Ecrit par le 4 avril 2025

plat cristallisé. Dans une 2^{ème} assiette, disposer la figue braisée et rôtie sur un sablé. Dans une 3^{ème} assiette disposer sur une feuille de figue un sablé avec une quenelle de crème glacée à la feuille de figue.



DR

La recette de crème brûlée du chef Emmanuel Leblay



Emmanuel Leblay est le chef du comptoir bistrannique **La Pie qui Couette**, situé au cœur des halles de Nîmes. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de crème brûlée aux pistils de safran.

Pour 16 portions :

Lait 0.3 L

Crème liquide 35% matière grasse : 1.75 L

Jaune d'œufs : 400 gr

Sucre : 300 gr

Œufs : 2

Safran 3 gr

Mélanger les jaunes d'œufs, les œufs entiers, le sucre et fouetter jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Ecrit par le 4 avril 2025

Faire bouillir le lait avec la crème puis incorporer les pistils de safran.
Verser la préparation sur le mélange œufs/sucre. Filmer le tout et laisser infuser 24h au frigo.
Mouler dans des ramequins en terre puis mettre au bain marie pendant 1h à 100°C.
Laisser refroidir.
Saupoudrer de sucre cassonade et caraméliser au chalumeau.

Ecrit par le 4 avril 2025



Ecrit par le 4 avril 2025

DR

La recette de fraises de Carpentras du chef Matthieu Hervé



[Matthieu Hervé](#) est le chef exécutif du bistro et du restaurant gastronomique du [Château de Montcaud](#), situé à Sabran dans le Gard. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de fraises de Carpentras avec sureau et amandes de Provence.

Confit de fraise et sureau :

- 500 g fraises
- 10 g pectine
- 100 g jus de citron
- 180 g sirop de sureau

Couper les fraises en brunoise puis les ajouter aux autres ingrédients dans une casserole et laisser compoter une vingtaine de minutes jusqu'à épaississement. Mixer et refroidir au réfrigérateur.

Ecrit par le 4 avril 2025

Sorbet fraises :

- 500 g fraises
- 50 g jus de citron
- 100 g eau
- 80 g sucre
- 3 g super neutrose

Couper les fraises en brunoise puis les cuire à feu doux avec le jus de citron. Réaliser un sirop avec l'eau, le sucre et le super neutrose puis le verser sur les fraises et mixer l'ensemble. Laisser mûrir une nuit au réfrigérateur puis verser dans un bol à pacojet et congeler avant de turbiner.

Crème mousseline au praliné amande :

- 320 g lait
- 30 g maïzena
- 60 g sucre
- 4 jaunes d'œuf
- 120 g beurre
- 100 g praliné aux amandes de Provence
- 2 g sel fin
- 4 g (2 feuilles) gélatine

Réaliser une crème pâtissière avec le lait, le sucre, les jaunes et la maïzena, puis y ajouter à chaud, le sel, la gélatine réhydratée, le praliné et le beurre. Mixer et refroidir au réfrigérateur.

Foisonner la crème au batteur puis la mettre dans une poche munie d'une petite douille cannelée.

Sirop de sureau :

- 1000 g fleur de sureau
- 3 oranges zestées
- 1000 g eau
- 1000 g sucre

Mélanger puis faire bouillir pendant 5 minutes. Couvrir puis laisser infuser une nuit au réfrigérateur. Passer le sirop au chinois en pressant bien les fleurs de sureau puis le faire réduire d'un tiers.

Pâte sablée :

- 240 g beurre
- 4 g sel
- 180 g sucre glace
- 60 g poudre d'amande brute
- 2 œufs
- 470 g farine

Mélanger tous les ingrédients au batteur jusqu'à homogénéisation puis étaler entre 2 feuilles de papier cuisson à 2mm d'épaisseur. Détailler des cercles de 8cm de diamètre puis foncer dans des petits moules

Ecrit par le 4 avril 2025

cannelés de 7cm de diamètre.

Détailler des fleurs de 3cm de diamètre avec un emporte-pièce cannelé puis déposer sur un silpain. Cuire 10 minutes à 165°C.

Gâteau creusois :

- 150 g blanc d'oeuf
- 150 g sucre de canne
- 80 g poudre d'amande brute
- 60 g farine
- 3 g sel
- 100 g beurre noisette

Mélanger les 2/3 du sucre avec l'amande et la farine. Ajouter les blancs montés avec le reste du sucre et le sel. Verser le beurre noisette en filet tout en mélangeant délicatement pour ne pas faire retomber la masse. Cuire sur silpat durant 20 minutes à 170°C. Détailler des ronds de biscuit de 2cm de diamètre.

Tuile poudre de fraise :

- 300 g fondant
- 130 g glucose
- 15 g poudre de fraise déshydratée

Réaliser un sucre cuit à 155°C avec le fondant et le glucose puis débarrasser sur silpat et refroidir. Mixer au robot coupe avec la poudre de fraise afin d'obtenir une poudre fine. Tamiser sur un silpat muni d'un pochoir de la forme désirée et cuire 3 minutes à 160°C. Laisser refroidir 1mn avant de placer les tuiles dans une gouttière pour leur donner une forme incurvée.

Jus de fraise :

- 1000 g fraises
- 1000 g eau
- 130 g sirop de sureau
- 50 g jus de citron frais

Mettre tous les ingrédients dans un plat haut allant au four puis cuire 1h à 190°C. Passer au chinois puis ajouter 2 g de xanthane et mixer afin d'obtenir une texture de sauce.

Praliné amande :

- 200 g amandes de Provence toastées
- 80 g sucre
- 2 g sel

Réaliser un caramel à sec avec le sucre puis verser sur les amandes toastées et le sel. Refroidir puis mixer jusqu'à obtenir une texture lisse et souple.

Montage :

Ecrit par le 4 avril 2025

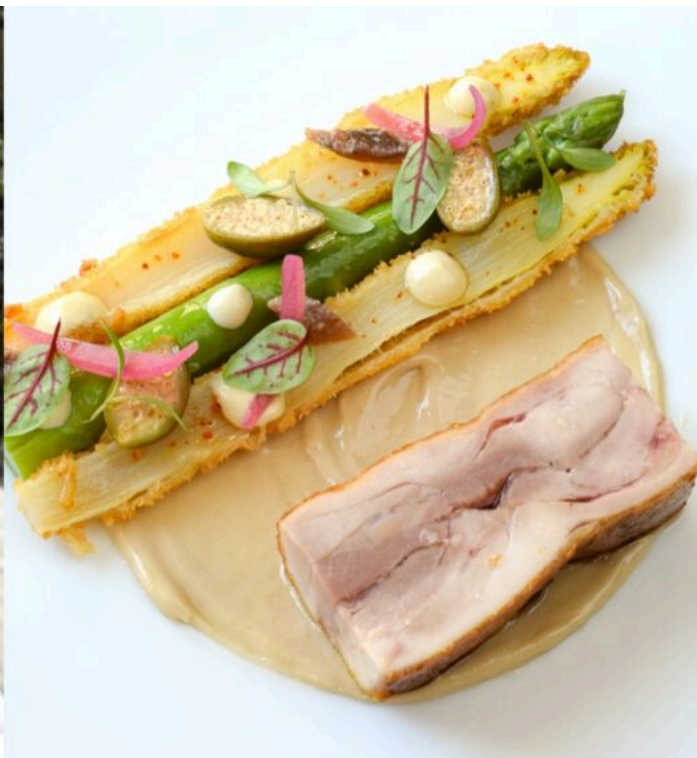
Dans une assiette creuse, déposer un rond de biscuit amande puis pocher un peu de crème mousseline au praliné autour. Garnir le biscuit avec une petite brunoise de fraise puis poser une petite tartelette dessus. Garnir cette tartelette avec du confit de fraise et de la crème mousseline, déposez un petit sablé sur la crème mousseline. Réaliser une couronne de fraise sur le tour de la tartelette puis déposer quelques fleurs de sureau en décoration. Déposer une quenelle de sorbet fraise sur le petit sablé. Décorer la quenelle avec une tuile de sucre. Verser un peu de sauce dans le fond de l'assiette puis déguster !



DR

La recette de volaille du chef Michel Hulin

Écrit par le 4 avril 2025



Michel Hulin est le chef du restaurant [La Cabro d'Or](#) de Baumanière, aux Baux-de-Provence. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de compressé de volaille fermière des Alpilles avec asperges vertes et blanches croustillantes aux condiments « Tonato » et jus au vinaigre de bonite.

Recette pour 6 personnes :

- 6 beaux hauts de cuisses désossés
- Huile d'olive
- Beurre
- 3 gousses d'ail
- 2 échalotes épluchées
- 1 branche de thym
- Sel poivre

Dans une plaque à rôti, assaisonner les hauts de cuisses et les chevaucher chair contre chair, puis arroser d'huile d'olive et de beurre, ajouter les échalotes coupées en quatre et les gousses d'ail écrasées. Mettre du poids sur les hauts de cuisses de manière que les chairs se collent entre elles pendant la cuisson.

Cuir à 180°C pendant 20 minutes en arrosant la volaille.

Laisser reposer dans le plat après cuisson avec une feuille d'aluminium.

Récupérer les sucs et le gras dans la plaque de cuisson pour réaliser le jus en ajoutant un trait de vinaigre de Bonite, filtrer à la passette et réserver.

Ecrit par le 4 avril 2025

La sauce « Tonato » :

- 80 gr de petits câpres
- 80 gr d'anchois
- 400 gr de ventrèche de thon confite
- 100 gr d'huile d'olive de la Vallée des baux
- 100 gr d'huile de pépin de raisin
- 130 gr de vinaigre de Bonite
- 1 œuf mollet 6 minutes
- Sel
- Poivre

Dans un mixeur, mixer ensemble, le thon, l'œuf mollet, le vinaigre, les anchois, les câpres, puis ajouter lentement comme pour une mayonnaise, l'huile d'olive et l'huile de pépin de raisin. Réserver au froid.

Les asperges :

- 12 pièces d'asperges vertes moyennes
- [6 pièces d'asperges blanches moyennes]
- 1 œuf
- [Farine
- Chapelure Japonaise « Penko »

Éplucher et cuire les asperges séparément dans des casseroles d'eau salées. Les cuire « Al dente » et les refroidir dans de l'eau glacée puis les réserver sur du papier absorbant.

Pour les blanches, les fariner et les rouler dans l'œuf battu puis dans la chapelure japonaise. Les frire au dernier moment dans un bain d'huile à 170°C, et au même moment, réchauffer les vertes dans une poêle avec un trait d'huile d'olive.

Dressage et finition :

- Pickles d'oignon
- Câpres à queue
- Anchois en petits cubes
- Pousses de coriandre

Dans le fond d'une assiette, déposer en cercle la sauce Tonato. Puis déposer sur le bord du cercle les asperges vertes et la blanche avec les condiments dessus. En face, déposer le haut de cuisse doré puis arrosé de vinaigrette de volaille.

Ecrit par le 4 avril 2025



DR

La recette d'asperges vertes du chef Nicolas Bottero

Ecrit par le 4 avril 2025



Nicolas Bottero est le propriétaire et le chef de cuisine du restaurant étoilé [Le Mas Bottero](#), situé à Saint-Cannat, dans les Bouches-du-Rhône. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette d'asperges vertes sautées à la minute avec morilles à la crème et émulsion au vin jaune.

Ingrédients (4 personnes) :

- 16 pc d'asperges calibre 12/16
- 1 oignon blanc
- 5 cl de bouillon de volaille
- 10 cl d'huile d'olive
- 400 g de poitrine paysanne cuite
- 12 pc de morilles fraîches (ou équivalent en morilles sèches)
- 1 échalote ciselée
- 20 g de beurre
- 10 cl de vin jaune
- 20 cl de crème liquide

Progression :

Tailler 12 pc d'asperges en trois bâtonnets égaux puis réserver. Tailler les quatre autres pièces finement émincées du pied vers la tête en gardant 4 cm de tête pour faire les copeaux crus.

À l'aide d'une mandoline, préparer les copeaux crus et les garder entre deux papiers humides.

Ecrit par le 4 avril 2025

Suer les asperges émincées avec un oignon ciselé sans coloration à l'huile d'olive, saler et cuire à couvert avec un peu de bouillon de volaille jusqu'à absorption totale du liquide. Mixer rapidement afin d'obtenir une purée d'asperges lisse. Réserver.

Détailler la poitrine paysanne cuite en cube d'un cm de côté et colorer trois morceaux par personne sur toutes les faces. Garder la poêle avec le gras et les sucs du cochon pour cuire les asperges juste avant de servir.

Nettoyer les morilles (laissez tremper 30 min dans une eau tiède), égoutter et suer dans une casserole avec une noisette de beurre et l'échalote ciselée. Saler légèrement et déglacer avec le vin jaune, réduire à glace et mouiller à hauteur avec l'eau de trempage (sauf le fond chargé d'impuretés). Cuire à frémissement au moins 30 minutes et réduire le jus de cuisson autour des morilles. Ajouter 20 cl de crème et cuire 10 minutes. Séparer les morilles de la crème infusée qui servira de sauce moussante.

Au dernier moment, chauffer la poêle avec un peu d'huile d'olive, colorer vivement les asperges légèrement assaisonnées pendant 3 à 4 minutes, laisser 2 minutes à couvert hors du feu pour finir la cuisson.

Disposer la purée d'asperges dans le fond d'une assiette creuse, ajouter les morceaux d'asperges rôties, les morceaux de lard, les morilles et les copeaux d'asperges crues. Déposer quelques fleurs de romarin et saucer avec la crème de morilles au vin jaune moussante.



DR

Ecrit par le 4 avril 2025

La recette de tartine de sardine du chef Glenn Viel



Glenn Viel est le chef du restaurant gastronomique l'[Oustau de Baumanière](#) au Baux-de-Provence. Pour régaler vos papilles et celles de vos proches, il vous dévoile sa recette de tartine de sardine de Méditerranée (pour 8 personnes).

Jus de sardine :

- 20 pièces
- 1 tomate
- 1 fenouil
- 1 oignon
- 3 gousses d'ail
- 100g de vin blanc
- 20 g de beurre
- Jus de citron

Vider et rincer les sardines. Tailler la garniture aromatique. Colorer l'ensemble au four, déglacer au vin

Ecrit par le 4 avril 2025

blanc puis mouiller à hauteur d'eau. Laisser cuire 20 minutes, passer au chinois étamine, réduire à consistance nappante. Monter au beurre, assaisonner avec du poivre et un filet de jus de citron.

Marinade :

- 1 boîte de sardine a l'huile
- 2 citron vert
- 1g de vinaigre de bonite

Récupérer toute l'huile des sardines en pressant bien dans un torchon. Émulsionner l'ensemble au bamix. Réserver au frais.

Marinade tête de sardine :

- 150g de sauce soja
- 50g vinaigre de bonite
- 10g jus de citron vert

Mélanger tous les ingrédients ensemble.

Babeurre :

- 1 kg de beurre
- Jus de citron

Clarifier le beurre. Récupérer le petit lait, le mettre en casserole et le cuire jusqu'à une consistance nappante. Rectifier l'assaisonnement avec du sel, du poivre, et un filet de jus de citron jaune. Réserver en pipette au chaud.

Sardine :

- 8 pièces de sardine
- Poudre d'herbe de provence
- Achillé millefeuille

Lever les filets de sardine et les désarêtes. Couper les têtes de sardine en deux enlever les yeux et les mettre dans la marinade tête de sardine pendant 20 minutes. Egoutter les et les séchés à 50°C pendant 6 heures. Puis les frites à 160°C. Mettre les filets à mariner pendant 10 minutes dans la marinade. Les déposés dans une plaque où l'on a préalablement saupoudré d'herbe de provence, de sel et de poivre. Déposer ensuite les filets sur une petite grille, les bruler au chalumeau et les napper de babeurre. Déposer 3 bris d'Achillé millefeuille sur chaque filet.

Siphon pain :

- 500G lait entier
- 40g consommé de langoustine
- 5g d'agar
- 1 feuille de gélatine
- 50 g de pain brulé

Ecrit par le 4 avril 2025

- 180g d'huile pépins de raisin
- 60g huile d'olive
- 10 g jus de citron jaune
- 5g sel fin
- 1 boîte sardine à l'huile

Chauffer le lait avec le pain brûlé et laisser infuser pendant 15 minutes. Ajouter les autres ingrédients hormis l'agar et la gélatine. Mixer au thermomix passer au chinois étamine et faire bouillir. Ajouter l'aga puis la gélatine. Mettre dans un siphon et gazer avec une cartouche.

Garniture siphon :

- 10g branche de romarin frit
- 10 g de citron brûlé
- 1 tranche de pain brûlé
- 10 g brisure de pain brûlé
- Fleur de sel
- Poivre
- Huile d'olive

Déposer un dôme de siphon dans un petit bol. Raper le citron brûlé et le pain brûlé. Ajouter le romarin frit et de brisure de pain puis quelques point de babeurre. Terminer avec l'assaisonnement.

Dressage :

- 4 feuilles d'huitres

Couper les feuilles d'huitres en quatre et déposer deux morceaux par assiette. Poser les filets de sardines et les têtes frites sur chaque feuille. Saucer.

Ecrit par le 4 avril 2025



©Virginie Ovessian