

Atelier cuisine octobre

Année 2020-2021

Voyage autour du monde

en 9 étapes

sur les pas de Philéas Fogg

Première étape : départ la France

Au menu :

- Pétillant de Loire
 accompagné de rillettes au saumon
- Tatin aux navets et à l'orange
- Blanquette de veau à la vanille
 et ses tagliatelles
- Crème de maïs et pommes

Rillettes de saumon.

Pour 4 personnes : - 2 pavés de saumon – 3 échalotes – 1 citron – 15 cl de crème fraîche - 2 brins d'aneth – 1 c à c de poivre rose – 3 pincées de paprika – 1 bouquet garni – sel et poivre .

Faites chauffer de l'eau dans une casserole avec le bouquet garni, lorsque l'eau bout, ajoutez les pavés de saumon, faites-les pocher 6 min..

Egouttez-les, laissez-les refroidir et ôtez la peau.

Epluchez et hachez les échalotes.

Ecrasez la chair du poisson à l'aide d'une fourchette.

Ajoutez les échalotes, le jus et le zeste du citron ainsi que l'aneth ciselé.

Mélangez et ajoutez la crème et les baies roses. Salez, poivrez et mélangez bien le tout. Mettre les rillettes au frais au moins 30 min.

Faites dorer des tranches de pain et les tartiner avec les rillettes.

Tatin aux navets et à l'orange

Pour 6 personnes : 1 pâte feuilletée – 6 navets – 1 magret fumé – 50 g de beurre – 3 c à s de miel – 50 cl de jus d'orange – 1 c à s de soja – 1/2 c à c de curcuma – sel et poivre du moulin.

Epluchez les navets et coupez-les en rondelles de 4 mm.

Déposez-les dans une sauteuse et versez le jus d'orange. Salez, poivrez et ajoutez le curcuma. Cuisez 15 min (les navets doivent être tendres).

Beurrez un moule à manqué.

Versez-y le miel et arrosez de sauce soja. Disposez les rondelles de navets en rosace et étalez les tranches de magret dessus. Recouvrez de pâte feuilletée et rabattez l'excédent de pâte à l'intérieur du moule. Piquez la pâte et cuisez 25 min au four chauffé à 180° (th 5).

Démoulez encore chaud et dégustez tiède avec une salade verte aux noix.

Blanquette de veau à la vanille

Pour 6 à 8 personnes : 2 kg de veau pour blanquette coupé en morceaux – 2 gousses de vanille – 1 oignon – 1 carotte – 1 poireau – 250 g de champignons de Paris – 80 g de beurre – 20 cl de crème épaisse – 2 jaunes d'oeufs – 40 g de farine – le jus d'1 citron- sel et poivre.

Faire cuire les champignons 10 min dans une poêle avec un peu de beurre. Réservez
Pelez la carotte et l'oignon, nettoyez le poireau et coupez ces légumes en tronçons.
Faites chauffer la moitié du beurre dans une cocotte et mettez-y les morceaux de veau
à revenir. Ajoutez les légumes puis versez de l'eau froide à hauteur de la viande.
Laissez bouillir quelques minutes, écumez, ajoutez du sel, du poivre, les gousses de
vanille fendues dans la longueur, couvrez et laissez et laissez frémir pendant 1h30.
Passé ce temps, égouttez la viande et les légumes en filtrant le bouillon. Dans une
casserole à fond épais, faites fondre le reste du beurre, versez la farine en pluie et
faites cuire 2 min en remuant. Versez doucement et en plusieurs fois environ 70 cl de
bouillon en fouettant pour obtenir une sauce lisse. Ajoutez le jus du citron, rectifiez
l'assaisonnement et versez cette sauce dans la cocotte.

Remettez la viande et les légumes sans oublier les champignons dans la cocotte,
laissez mijoter 2 min à feu doux.

Au dernier moment, mettez la crème et les œufs dans un bol. Fouettez et versez le
mélange dans la cocotte, **remuez 2 min sans faire bouillir** et versez la blanquette
dans un plat de service chaud. Servez aussitôt avec des tagliatelles fraîches ou du riz.
Le bon accord : un meursault blanc.

Crème de maïs et pomme

Pour 4 personnes : - 4 pommes – 50 g de maïs à souffler – 1 citron vert – 50 g de
beurre – 15 cl de lait – 10 cl de crème liquide – 300 g de maïs en boîte – 100 g de
sucre – 1 c à s de maïzena.

Rincez et égouttez la boîte de maïs, mettez 250 g dans le bol d'un mixer et réservez le
reste. Ajoutez le lait, la crème, la maïzena et 50 g de sucre ; mixez fortement. Versez
dans une casserole et laissez cuire 10 min. Pressez le jus de citron et l'incorporez à la
crème cuite. Préchauffez le four à 180° (th 5) . Lavez les pommes et ôtez le coeur
avec un vide pomme ou au couteau. Répartissez le beurre dans les trous, ajoutez une
c à s de sucre sur chaque pomme et enfournez pour 15 à 25 min de cuisson.

Faites sauter le maïs à souffler dans une poêle jusqu'à ce que les grains éclatent.

Faites chauffer le sucre restant dans une petite casserole et lorsqu'il devient caramel
ajoutez les pop-corn pour bien les enrober. Déposez un peu de crème de maïs dans les
assiettes ou des ramequins, posez une pomme dessus et répartissez le pop-corn
caramélisé et les grains de maïs mis de côté. Servez tiède.

Quelques anecdotes sur la France :

- Le mot France vient des Francs, peuple germanique qui signifie : libre
- Les 2 plus vieilles villes de France sont Marseille et Béziers , bâties par les Grecs au VI ème siècle avant J.-C.
- En France, les œufs sont majoritairement marrons ; alors qu'ailleurs ils sont blancs : du à la race différente des poules
- Jusqu'en 2012, on ne trouvait qu'un seul panneau STOP dans tout Paris.
- L'armée française est la seule de l'Europe à compter des pigeons voyageurs dans ses rangs (élevés au mont Valérien)

C'est le premier pays à avoir instauré un système de transport en commun (en 1660)
développé par Blaise Pascal.