



Capuccino d'asperges vertes et espuma à la cardamome

Pour 4 personnes

1 botte d'asperges vertes (env 800 g) 1 cube de bouillon de volaille, 1 échalote, 20 g de beurre.	Espuma : 20 cl de crème liquide entière, 8 capsules de cardamome.	1 C.A.S.R.O.L. Siphon
--	---	--------------------------

Chauffer le beurre dans une casserole et faire revenir l'échalote finement émincée.
Nettoyer les asperges, retirer la base dure et filandreuse. Les couper en tronçons.
Verser 60 cl d'eau dans la casserole et ajouter le cube de bouillon ; amener à frémissement.
Ajouter alors les asperges et laisser cuire 15 à 20 minutes.
Mixer finement la préparation au blender.

Espuma :

faire chauffer la crème avec les capsules de cardamome broyées ; saler, poivrer.
Laisser infuser 20 minutes à couvert afin que la cardamome libère tout son arôme.
Filtrer puis verser dans le siphon à chantilly.
Introduire une cartouche de gaz, secouer et réserver.
Au moment de servir, répartir le velouté d'asperges dans des assiettes creuses ou verrines.
Déposer une rosace d'espuma à la cardamome au milieu, saupoudrer de poivre du moulin et de graines de cardamome broyées. Déguster !

Selle d'agneau et chorizo en pastilla

Pour 4 personnes

4 filets d'agneau ou un gros morceau que vous tranchez en 4 morceaux longs et étroits 200g de chorizo en grandes et fines tranches Des feuilles de filo Huile d'olive	1 C.A.S.R.O.L.
---	----------------

Faites dorer les morceaux d'agneaux dans un peu d'huile d'olive. Laissez refroidir.
Ensuite prenez 2 part 2 les feuilles de filo qui sont très grandes mais très fragile, coupez en 2 en leur milieu.
Prenez un morceau d'agneau, enroulez le de chorizo puis enroulez le tout dans les feuilles de filo, en rentrant bien les bords pour que le rouleau soit bien fermé.

Placez les sur une plaque de cuisson habillée de papier sulfurisé et mettez au four 10min à 210°C (th.7).

A la sortie du four découpez les rouleaux en biais

Risotto d'encornet a la fleur de thym

pour 4 pers.

- 2 encornets nettoyés (tubes et têtes) - 200 g de riz rond non lavé - 50 g de parmesan râpé - 1 oignon moyen - 1/2 gousse d'ail - Le jus d'un citron jaune - 1 cuillère à café de fleur de thym	- 4 feuilles de basilic - 6 cuillères à soupe d'huile d'olive - 150 g de crème liquide - 1/2 litre de bouillon de volaille - 2 dl de vin blanc sec - Sel et poivre	2 C.A.S.R.O.L. 1 cul de poule 1 poêle 1 batteur
--	---	--

1) Fendre en deux les tubes de 2 encornets. Verser 1 cuillère à soupe d'huile d'olive dans une poêle. Disposer les encornets et les têtes, et les poêler 30 secondes sur chaque face, les saler et les poivrer de chaque côté, puis les débarrasser sur une grille.

2) Verser dans un grand saladier le jus d'1 citron jaune, ajouter 1 cuillère à café de fleur de thym, 1 demi gousse d'ail pelée dégermée et hachée, et 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, bien mélanger. Couper les morceaux d'encornets en 3 dans la longueur, et les têtes en 2. Ajouter les morceaux d'encornet avec le petit jus rendu dans la marinade, bien les rouler, et laisser mariner pendant 1 heure.

3) Fouetter 150 g de crème liquide dans un récipient placé dans un plus grand contenant des glaçons.

4) Dans un poêlon, faire suer dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive 1 oignon moyen pelé et haché finement pendant une bonne minute.

Ajouter ensuite 200 g de riz rond non lavé sur feu doux, le faire suer également une minute, tout en le roulant bien dans la matière grasse.

Mouiller en deux fois avec 2 dl de vin blanc sec, remuer délicatement avec une spatule en bois porter à frémissement et laisser réduire sur feu doux.

Lorsque le riz a absorbé le vin, verser 2 louches de bouillon de volaille, laisser évaporer, puis en ajouter 2 autres, recommencer jusqu'à incorporer en tout 1/2 litre de bouillon.

Tout au long de la cuisson, le bouillon doit frémir, en prenant soin de bien mélanger, afin que le riz ne colle pas. Compter entre 12 et 18 minutes de cuisson.

En fin de cuisson, le risotto doit faire la vague, incorporer délicatement et petit à petit la crème fouettée, puis 50 g de parmesan râpé, rectifier éventuellement l'assaisonnement.

Ajouter les encornets égouttés (conserver la marinade), mélanger délicatement, laisser chauffer 2 minutes toujours sur feu doux.

Dresser ce risotto d'encornet sur un plat de service, décorer avec 4 feuilles de basilic, napper d'1 à 2 cuillères à soupe de marinade, et déguster sans attendre.

Tartelettes fraises et mangues

Pâte Sablée Breton

350g de farine 250g de beurre à température ambiante 7 jaunes d' oeufs 250g de sucre semoule Zestes de 3 citrons 10g de levure chimique 1/2 cuillerée à café de sel	1 cul de poule 1 batteur
---	-----------------------------

Dans un bol, malaxez le beurre jusqu'à obtenir une consistance «pommade

Dans un petit saladier, fouettez les jaunes d'oeuf avec le sucre et les zestes de citron jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Incorporez le beurre et le sel puis la farine et la levure chimique. Arrêtez de pétrir dès que la pâte est homogène.

Formez une boule, enveloppez-la dans un film alimentaire et laissez reposer au réfrigérateur au moins 1 heure avant de l'utiliser.

Crème pâtissière

Pour 1 kg de crème pâtissière

75 cl de lait frais entier frais 185g de sucre semoule 1 gousse de vanille 8 jaunes d' oeufs 80g de Maïzena®	1 cul de poule 1 batteur
--	-----------------------------

• Dans une casserole portez à ébullition le lait avec la gousse de vanille fendue et grattée, et la moitié du sucre. Retirez la casserole du feu, couvrez et laissez infuser quelques minutes.

• Pendant ce temps, dans un bol, fouettez les jaunes d'œufs avec le reste du sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Incorporez la Maïzena Mélangez bien.

• Retirez la gousse de vanille du lait. Versez progressivement le lait encore chaud sur les jaunes, tout en fouettant.

Remettez dans la casserole et portez à ébullition sans cesser de mélanger.

Laissez bouillir la crème 2-3 minutes.

• Laissez refroidir Couvrez d'un film alimentaire posé en contact avec la crème, pour éviter la formation d'une pellicule plus épaisse, et réservez au réfrigérateur 48 heures maximum.

• Avant de l'utiliser, fouettez la crème pour l'assouplir et la lisser.

Tartelettes

pour 6 tartelettes

400 g de pâte « sablé breton » 150 g de crème pâtissière à la vanille 36 fraises de taille moyenne 2 mangues Sucre glace Feuilles de menthe	
--	--

- Préparez la pâte sablé breton

Pour éviter qu'elle ne colle au rouleau pendant que vous l'étalez, placez-la entre deux feuilles de papier sulfurisé. Abaissez-la sur une épaisseur de 1 cm.

Réservez cette feuille au réfrigérateur, pendant une heure ou moins, pour la faire durcir et éviter que la pâte ne se rétracte à la cuisson.

- Au bout de ce temps de repos, préchauffez le four à 180°C.

- Découpez 6 disques à l'aide de l'emporte-pièce (ou du verre retourné).

Placez-les dans les moules sans faire de bord et faites les cuire 20 minutes environ, jusqu'à une légère coloration ambrée. Laissez refroidir complètement avant de les démouler

- Pendant ce temps, préparez la crème pâtissière.

• Lavez les fruits Épluchez les fraises, coupez-les en deux dans le sens de la longueur Épluchez et coupez les mangues en tranches assez épaisses que vous détaillerez en bâtonnets ou en petits triangles irréguliers

- Garnissez les tartelettes de crème pâtissière en dessinant un petit dôme au milieu.

Sur le bord, disposez les fraises en couronne, légèrement inclinées vers l'extérieur, pointe vers le haut, en les faisant se chevaucher. Disposez les bâtonnets ou les triangles de mangue pêle-mêle au milieu, sur le petit dôme de crème.

- Saupoudrez de sucre glace et décorez avec des feuilles de menthe avant de servir.

- Dégustez aussitôt.