

Atelier du Chef Moutarde

Carpaccio de daurade façon Mojito



Ingrédients

34 filets de daurade
1 oignon rouge
2 citrons verts
3 branches de menthe
1 citron jaune
1 piment vert ou 1 càc de piment d'espelette
6cl d'huile d'olive
2 bouchons de rhum ambrée
1 càs de sucre cassonade

Directions

ÉTAPES :

- Préparez la marinade en mélangeant le sucre, le rhum, les jus des citrons verts, l'huile et une branche de menthe haché grossièrement. Goûtez et ajustez avec le citron jaune si cela manque d'acidité.
- Taillez votre filet de daurade et faisant de fines tranches et disposez-les dans une assiette creuse.
- Arrosez le poisson de la marinade, déposez de fines lamelles d'oignons rouges et de piment, un peu de fleur de sel, quelques zestes de citron vert et de la menthe finement ciselé.

TIPS DU CHEF

Si vous avez peut du côté pimenté, privilégiez le piment d'espelette, plus facile à doser directement dans votre marinade

Atelier du Chef Moutarde

Poulet au pain d'épices



Ingrédients

4 filets de poulet
200g de riz
1 pot de beurre de cassis
1 brocoli
25 cl de crème
1/4 de pain d'épices
1/2 oignon

Directions

ÉTAPES

- Faites revenir dans un peu de matière grasse votre poulet. Une fois doré, réservez.
- Dans la même casserole, faites revenir votre oignon. Puis ajoutez la crème et le pain d'épices réduit en chapelure. Laissez compoter à feu doux.
- Détaillez le brocoli en séparant les fleurs de la tige.
- Faites cuire les fleurs 3/4min dans une eau salée, puis faites refroidir dans une eau glacée. Faites ensuite cuire le pied au moins 10/15min. Faites une purée en mixant le pied de brocoli avec un peu de beurre et de crème.
- Faites cuire votre riz. Puis tant qu'il est chaud, ajoutez le beurre de cassis et un peu de beurre normal
- Il ne vous reste plus qu'à dresser: d'abord la purée de brocoli, les fleurs, une portion de riz puis le poulet avec sa sauce.

TIPS DU CHEF

Si vous avez trop de sauce aux pain d'épices, faites de bonnes pâtes avec le reste

Atelier du Chef Moutarde

Passion Panna Cotta



Ingédients

6 fruits de la passion
38 cl de crème fleurette
(ou liquide entière)
30g de sucre
3 feuilles de gélatine

Directions

ÉTAPES

- Ouvrez les fruits en deux et grattez les graines dans une passoire pour filtrer le jus. Versez ce jus dans la crème ainsi que le sucre.
- Chauffez la crème puis incorporez les feuilles de gélatine.
- Versez la crème dans les coques (nettoyées au préalable).
- Mettre au frigo minimum 3/4h.
- Faites chauffer les graines avec un fond d'eau, une cuillère à café de sucre et 1 feuille de gélatine. Nappez ce mélange sur les panna cotta.
- Réservez au frigo et sortez-les 5 min avant de déguster

TIPS DU CHEF

Vous pouvez aussi remplacer la crème fleurette par de la crème de coco