

REPAS DE FÊTE

VENT NOUVEAU SUR 4 CLASSIQUES

*Et si on s'essayait à la cuisine scientifique ?
Pas besoin d'éprouvettes, de labo ou
de matériel sophistiqué, ces recettes ont été
spécialement élaborées pour notre cuisine.
De quoi nous régaler et épater nos convives !*

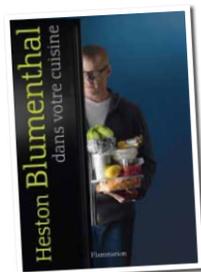
Pour ce numéro de novembre-décembre, nous vous proposons une entrée, deux plats et un dessert qui sortent de l'ordinaire. Élaborés par un chef triplement étoilé, ils marient des saveurs insolites, sont festifs et beaux à regarder autant que délicieux à déguster. Les quantités et les temps de cuisson indiqués sont parfois extrêmement précis. Nous vous conseillons de bien les respecter, ils ont été définis après de nombreuses expérimentations de Heston Blumenthal. «*Toutefois, précise-t-il, il ne faudrait pas que la technologie éclipse le fait que, en fin de compte, la cuisine est avant tout une question d'intuition et d'émotion. Dans votre cuisine, fiez-vous à votre instinct, faites des expériences, amusez-vous ! J'espère vous donner envie de créer des plats extraordinaires.*» Bon appétit !

Heston Blumenthal

Ce chef britannique de 46 ans a découvert la gastronomie à 16 ans en France, dans un restaurant étoilé où l'avaient emmené ses parents. Autodidacte, il apprend à cuisiner dans les livres en s'entraînant à réaliser des plats français classiques. Son restaurant, le Fat Duck (« canard gras » en anglais), situé dans le Berkshire, à l'ouest de Londres, a été récompensé de 3 étoiles au Michelin

en 2004. Perfectionniste acharné, il est l'un des maîtres de la cuisine scientifique et moléculaire. Dans ce livre, il met à notre portée ses découvertes et techniques (comment cuire un steak parfait, obtenir les frites les plus croustillantes qui soient...) en les simplifiant pour que nous puissions les reproduire chez nous sans matériel professionnel.

PHOTOS ANGHÉLAMOURE



Recettes et photographies
extraites de
**Heston Blumenthal
dans votre cuisine**
Flammarion, 29,90 €.



TARTARE DE ST-JACQUES au chocolat blanc

Pour l'huile de crevette, faites chauffer l'huile dans une grande casserole. Quand elle est très chaude, ajoutez les crevettes et ôtez du feu. Remuez sans cesse la casserole jusqu'à ce que les crevettes prennent une couleur rose. Laissez les crevettes refroidir dans l'huile puis égouttez en réservant l'huile (vous pouvez poser les crevettes sur du papier absorbant pour enlever l'excès d'huile, puis les consommer ou les conserver au réfrigérateur pour plus tard).

Pour démarrer la base d'écume, faites chauffer l'huile dans une casserole sur feu moyen. Ajoutez les légumes émincés, l'ail, les grains de poivre et les graines de coriandre. Faites suer jusqu'à ce que les légumes commencent à s'attendrir (environ 15 minutes). Versez le vermouth, passez sur feu moyen et faites réduire pour obtenir un sirop. Ajoutez le persil, le fond de poisson, la crème et le lait et faites frémir. Éteignez le feu et laissez infuser jusqu'à ce que le mélange refroidisse. Passez dans une casserole propre.

Pour préparer le tartare de Saint-Jacques, mélangez les Saint-Jacques avec le jus de citron, la ciboule, l'huile de noix, le vinaigre et le sel. À l'aide d'un emporte-pièce rond d'environ 5 cm, dressez le tartare au milieu de six assiettes ou bols.

« **DE NOS JOURS, LES
COMBINAISONS ORIGINALES
SONT FRÉQUENTES. CETTE
RECETTE EN EST UN EXCELLENT
EXEMPLE, AVEC L'ALLIANCE
INCROYABLE DU CHOCOLAT
RICHE ET ONCTUEUX
ET DU FRUIT DE MER SALÉ.** »

Au moment de servir, faites chauffer la base d'écume et incorporez le chocolat blanc pour le faire fondre. Salez.

Versez un peu d'huile sur une assiette et trempez les disques de Saint-Jacques dedans. Salez, puis saisissez rapidement sur une face dans une poêle chaude et sèche. Posez les disques de Saint-Jacques sur le tartare, partie saisie sur le dessus, et garnissez de caviar ou d'œufs de saumon, de pousses de petits pois et de quelques copeaux de chocolat blanc.

À l'aide d'un mixeur manuel, faites mousser l'écume de chocolat blanc et disposez-la autour des tartares. Arrosez d'un filet d'huile de crevette et servez immédiatement.

ENTRÉE

POUR 6 PERSONNES

POUR L'HUILE DE CREVETTE

200 g d'huile d'olive
400 g de crevettes crues
non décortiquées

POUR LA BASE D'ÉCUME

20 g d'huile d'arachide
ou de pépins de raisin
150 g ou 2 grosses carottes
épluchées et émincées
50 g de blanc de poireau émincé
30 g de fenouil émincé
45 g de champignons
de Paris émincés
½ échalote « banane »
pelée et émincée
½ gousse d'ail pelée et émincée
15 grains de poivre noir
½ cuillerée à café
de graines de coriandre
70 g de vermouth blanc sec
1 branche de persil plat
200 g de bouillon de poisson
réduit à 50 g
135 g de crème
150 g de lait demi-écrémé

POUR LE TARTARE DE SAINT-JACQUES

6 grosses noix de Saint-Jacques
taillées en cubes de 5 mm
jus de citron
1 ½ cuillerée à café de ciboule
ciselée
3 cuillerées à café d'huile de noix
¼ cuillerée à café
de vinaigre de Xérès
Sel

FINITION ET GARNITURE

30 g de chocolat blanc
en copeaux
+ un peu plus pour décorer
Huile d'arachide
ou de pépins de raisin
6 noix de Saint-Jacques coupées
chacune en trois disques
Caviar ou œufs de saumon
Jeunes pousses

PLAT

POUR 4 PERSONNES

LE MAGRET

4 magrets de canard
1 cuillerée à soupe
de poudre de cinq épices

LES LÉGUMES

4 gousses d'ail pelées, coupées
en deux et dégermées
400 g de lait demi-écrémé
Huile d'arachide
ou de pépins de raisin
4 mini bok choy, épluchés
et coupés en deux
50 g de mirin
(en épicerie asiatiques)
100 g de sauce soja légère
2 piments rouges thaïs,
épépinés et hachés finement
10 g de gingembre frais,
épluché et haché finement
50 g de petits pois
surgelés, décongelés
50 g de soja surgelé,
décongelé
2 oignons nouveaux
émincés

FINITION ET GARNITURE

1 oignon nouveau en lanières,
plongé dans l'eau glacée



MAGRET DE CANARD aux cinq épices

CE CANARD AUX SAVEURS

ASIATIQUES EST SERVI AVEC
DU CHOU BOK CHOY ET DU SOJA.
SA TEXTURE EST REHAUSSÉE
PAR LES LANIÈRES D'OIGNONS
NOUVEAUX QUI S'ENROULENT
DANS L'EAU GLACÉE.

Lacérez la peau des magrets en formant un quadrillage à l'aide d'un couteau très aiguisé, et passez les deux faces dans la poudre d'épices et le sel.

Faites chauffer une poêle à feu moyen. Quand elle est très chaude, posez les magrets côté peau pour fondre la graisse pendant 3 minutes, puis retournez-les et laissez cuire 1 minute. Retournez à nouveau côté peau pour encore 3 minutes, puis de l'autre côté pendant 1 minute. Répétez le processus encore deux fois, puis sortez les magrets de la poêle et laissez reposer pendant 7 minutes.

Blanchissez l'ail dans 100 g de lait, quatre fois, en changeant le lait et en rinçant les gousses à l'eau froide à chaque fois. Hachez finement et réservez.

Pour cuire les légumes, faites chauffer de l'huile dans une poêle propre, à feu moyen. Ajoutez le bok choy. Colorez sur un côté (environ 2-3 minutes) puis retournez et colorez l'autre côté. Versez le mirin et attendez que le liquide ait presque disparu, en retournant le bok choy pour bien l'enrober. Il doit être bien cuit. Dans le cas contraire, ajoutez un peu d'eau dans la poêle.

Pendant ce temps, mélangez l'ail et la sauce soja, les piments et le gingembre dans un bol.

Ajoutez les petits pois, le soja, l'oignon nouveau émincé dans la poêle et ôtez immédiatement du feu. Enrobez le tout de mélange au soja.

Pour servir, répartissez les légumes sur quatre assiettes. Émincez les magrets en diagonale et dressez sur les légumes. Garnissez avec les lanières d'oignon nouveau égouttées.



PLAT

POUR 6 PERSONNES

POUR LE BŒUF

1 côte de bœuf
à maturité (sur l'os)
Huile d'arachide
Sel

POUR LA SAUCE
À LA MOELLE

2 kg de bouillon de bœuf
100 g de beurre doux
250 g (environ 5) d'échalotes
émincées
150 g de vin blanc
100 g de moutarde de Dijon
10 g de vinaigre de Xérès
15 g de jus de citron
100 g de moelle rincée et
coupée en dés (chez le boucher)
20 g de feuilles de persil plat
20 g de ciboules
10 g de feuilles d'estragon
Sel et poivre noir

MATÉRIEL

1 sonde de cuisson

CÔTE DE BŒUF à la sauce à la moelle

Préchauffez le four à 60 °C.

Placez une grande poêle sur feu vif jusqu'à ce qu'elle commence à fumer. Versez une fine couche d'huile. Dès qu'elle fume, saisissez le bœuf et faites-le dorer sur toutes les faces.

Placez la viande dorée dans une cocotte et enfournez jusqu'à ce que la température interne de la viande atteigne 55 °C (environ 4 à 6 heures). À 55 °C, sortez le bœuf du four et laissez reposer à température ambiante pendant 1 heure.

Pour commencer la sauce à la moelle, versez le bouillon de bœuf dans une grande casserole et placez-la sur feu vif. Portez à ébullition et réduisez de trois quarts jusqu'à ce qu'il ne reste que 500 g (environ 25 minutes).

En attendant, faites fondre le beurre dans une casserole moyenne et faites colorer les échalotes pendant environ 7-10 minutes. Ajoutez le vin et faites réduire de trois quarts. Ôtez les échalotes du feu et ajoutez la moutarde de Dijon. Mélangez bien avant de verser le bouillon de bœuf réduit. Versez le vinaigre de Xérès et le jus de citron et fouettez pour incorporer tous les ingrédients.

POUR CETTE RECETTE QUI
FAIT APPEL À LA CUISSON

À BASSE TEMPÉRATURE, VOUS
DEVREZ DÉMARRER AU MOINS
5 HEURES AVANT DE PASSER
À TABLE. ARRÊTEZ LA CUISSON
À 55 °C POUR UNE VIANDE ROSÉE.

Faites chauffer doucement la sauce. Quand elle est bien chaude, ajoutez la moelle et ôtez la casserole du feu. La moelle doit ramollir mais ne doit pas fondre. Hachez finement les herbes et ajoutez-les à la sauce en remuant. Assaisonnez de sel et de poivre du moulin et versez dans un pichet chaud.

Une fois le bœuf reposé, détachez la viande de l'os à l'aide d'un couteau aiguisé. Tranchez la viande perpendiculairement au sens de la fibre. Servez avec la sauce et des pommes de terre rôties.



DESSERT

POUR
16 MINI-CORNETS

POUR LA GLACE

250 g de sucre en poudre
non raffiné
60 g de lait entier
35 g de lait en poudre
demi-écrémé
840 g de crème à fouetter

MATÉRIEL

1 sorbetière

POUR LES CORNETS

200 g de beurre clarifié
125 g de sucre glace
1 pincée de sel
4 feuilles de brick
Sucre glace

MINI-CORNETS DE GLACE *au caramel*

LE CARMEL SE MARIE
À MERVEILLE AVEC LA GLACE,
CAR IL LUI DONNE UNE JOLIE
COULEUR ET UNE SAVEUR
« ADULTE » UN PEU MOINS
SUCRÉE QUI ÉVOQUE
NÉANMOINS LE SOUVENIR
DES CONFISERIES DE NOTRE
ENFANCE.

Pour démarrer la glace au caramel, placez le sucre dans une casserole en Inox, sur feu assez fort. Quand le caramel est marron foncé, ajoutez le lait peu à peu en fouettant sans cesse jusqu'à ce que le caramel soit dissous dans le lait. Passez sur feu assez doux.

Ajoutez le lait en poudre et la crème. Continuez à fouetter jusqu'à ce que le lait en poudre soit dissous. Ôtez la casserole du feu. Laissez le mélange refroidir sur un récipient d'eau glacée.

Mettez la sorbetière en marche au moins 20 minutes à l'avance (le bol doit être très froid). Versez le mélange dedans. Au bout d'environ 20 minutes, la glace commence à épaissir. Quand elle ne tourne plus, sortez le bol. À l'aide d'un plongeur, mixez la glace pendant 10 secondes, puis replacez le bol dans l'appareil et faites tourner encore 10 minutes. Transférez la glace dans un contenant fermé et placez au congélateur au moins 1 heure.

Préchauffez le four à 150 °C. Dans une casserole, placez le beurre, le sucre glace et le sel et faites chauffer jusqu'à ce que le sucre soit dissous. Mixez le mélange au plongeur pendant 30 secondes.

Badigeonnez une planche à découper de mélange beurre/sucre et posez une feuille de brick. Badigeonnez. À l'aide d'un emporte-pièce de 12 cm de diamètre, découpez deux cercles. Coupez-les en deux et roulez-les pour former un cornet. Piquez les cornets dans une grille pour qu'ils gardent leur forme, au-dessus d'une casserole allant au four. Faites de même avec toutes les feuilles.

Enfournez pour 15 minutes pour les faire dorer. Sortez-les et laissez-les refroidir. Saupoudrez de sucre glace avant de les garnir de glace.