

MAIGRE ROTI SABAYON AU CIDRE GALETTE DE POMME DE TERRE ET ANDOUILLE

Panier 164

Pour 8 personnes

Le : janvier 2017



1. ELEMENTS DE BASE

1,2 kg de filet de maigre

5 cl d'huile d'olive

1 branche de romarin

Entailler les filets côté peau. Oter la peau après cuisson avant de poser la croûte de légumes

Rôtir à 120° au four 10 mn (pavé de 150 gr)

2. SAUCE : SABAYON AU CIDRE

30 cl de cidre

200 g de beurre

5 jaunes d'œufs

10 cl de crème liquide

50 g de citron jaune

Réaliser une réduction de cidre

Clarifier le beurre

Emulsionner le sabayon, réserver au bain marie

3. GARNITURES 1 : CROUSTILLANT LEGUMES SARASIN

300 gr de Pomme de Terre Bintje

100 g d'andouille

10 cl de crème

300 g de pomme fruit

150 g de beurre

Pomme de terre :

1. Détailler des pommes bouchon (D 50 mm) Les émincer et les faire sauter.

Pomme fruit : Eplucher, détailler en fine lamelle et détailler à l'emporte-pièce D 50

Andouille : Détailler en fin salpicon et laisser compoter dans la crème. Mixer ensuite pour avoir une compotée compacte

Galette Sarrasin (sans gluten)

100 g de sarrasin

100 g de farine de riz

30 g de maïzena

320 g d'eau

Sel fin

Réaliser un appareil à crêpes et sauter les crêpes
Détailler avec le même emporte pièce

Montage :

*Sur une rondelle de pomme de terre sautée, alterner disque de sarrasin, pomme fruit, crème d'andouille. Terminer par la pomme fruit
Réchauffer au moment du service – Prévoir deux par assiette*

2. GARNITURES 2 : ARTICHAUT EPINARDS

2 fonds d'artichaut Camus (0,6 kg)

100 g de citron jaune

30 g de farine

500 g d'épinards

100 g de mange tout

200 g de crevettes grises

Crevettes grises : Décortiquer. Réserver.

Tourner et cuire les fonds d'artichaut dans un blanc. Oter le foin après cuisson et détailler à l'emporte-pièce.

Escaloper et sauter au beurre au moment du service

Eplucher et sauter à cru les épinards. Mixer en purée

Emincer et sauter à cru les mange tout

4. DRESSAGE/ FINITION

100 g de pomme fruit

50 g de mélange de pousses

10 g de fleurs de bourrache

10 cl de vinaigrette

Réaliser un sirop léger (100 g d'eau, 10 cl d'eau, 1 jus de citron).

Tailler à la mandoline la pomme sans l'éplucher.

Passer les tranches dans le sirop. Mettre à sécher 1h à 100/110°

Dans l'assiette, disposer :

Quatre petites cuillères de purée d'épinards

Poser en alternant, crevettes, mange tout et artichauts

Le pavé au centre

Les galettes aux extrémités

La sauce en points ou saucière

La petite salade d'herbes dans la tuile de pomme.

Possibilité de servir une sauce crustacés.