

Lieu Jaune rôti
Chutney de fenouil
Pickles de betteraves
Polenta crémeuse

Pour 10 personnes

Fait par : Marius Gilibert, Alexandre Haudry, Timothé

Ledain, Adrien Folpini

Le : 16/10/2018

Source recette : ateliersdeschefs.fr/
cuisine.journaldesfemmes.fr, www.regal.fr



1. LIEU JAUNE ROTI

1,250 kg de lieu jaune
Sel fin
Poivre blanc moulu
10 cl d'huile d'olive
1 branche de romarin
10 g d'ail

Portionner le lieu à 120/150 gr.
Mettre au sel les pavés 10 mn pour raffermir les chairs. Rincer et sécher
Arroser d'huile d'olive et de vin blanc sec le lieu, puis le mettre au four chaud à 140°C 10 à 15 mn suivant l'épaisseur du pavé.

2. CHUTNEY DE FENOUIL

250 g de fenouil
20 g d'ail
5 cl d'huile d'olive
Piment oiseau
100 gr d'oignon blanc
100 g de cassonade
20 cl de vinaigre balsamique blanc ou de cidre
3 g de poudre d'anis
Gingembre frais

10 g de poivre

Epluchez laver tous les légumes
Coupez les fenouils en fine brunoise.
Ciseler finement les oignons. Hacher l'ail
Suer les oignons, ajouter le fenouil puis l'ensemble des ingrédients
Faire compoter pendant 30 minutes.
Servir froid.

3. PICKLES DE BETTERAVES

12,5 betteraves cuites au four
12,5 gousses d'ail
1,5 bouquet de persil
150 gr. de vinaigre de noix
huile d'olive
sel

Peler les betteraves rouges, les émincer très finement
Intercaler les tranches de betteraves avec l'ail, les anchois et le persil, saler légèrement, arroser de vinaigre et couvrir d'huile
Avant de consommer laisser mariner une semaine
Les servir avec des viandes froides

4. POLENTA CREMEUSE

200 g de polenta
1 litre de lait
Sel fin, poivre blanc
Noix de muscade
100 g de beurre
10 cl d'huile d'olive

Chauffer le lait ou l'eau avec les assaisonnements. Verser la polenta en pluie.
Cuire énergiquement avec une spatule pendant 5 minutes puis la réserver au bain marie. Détendre à la crème ou au lait au moment du service

***Proposition accords mets et vins avec la
carte De La Table d'Albert***

AOC Lirac M. Chapoutier 2016
AOC Castillon côtes de Bordeaux Manoir de
Gravoux 2014