

C à Vous - lundi 10 octobre

*Martine Holveck, chef traiteur bio, « Du panier aux couverts »,
en Alsace.*

Plat : Fleischnecke à la palette fumée, légumes d'automne et champignons bruns de Paris

Ingrédients bio (pour 6 personnes)

Commencez par la pâte à nouille :

- 500g de farine
- 4 œufs
- 1dl à 2dl d'eau selon la taille des œufs
- 1cuillère à soupe de sel
- 1 cuillère à café de vinaigre

Disposez la farine en puit, dans un récipient. Cassez les œufs,

Ajoutez le sel dissous dans 1.5dl d'eau et le vinaigre (le vinaigre accélère le séchage de la pâte), pétrissez ensuite la pâte et formez 2 boules

Laissez reposer au frais pendant 1h.

Préparation des légumes

- 300g de racine de persil
- 200g de carottes
- 200g de navet jaune 2
- 200g de courge butternut
- 400g de champignons brun
- Epluchez les légumes, les taillez en biseaux, et les cuire à l'étuvée

Cuisson à l'étuvée :

Démarrage à froid, avec un filet d'huile d'olive, le sel et un peu d'eau, veuillez à couvrir de façon hermétique et mettre en cuisson environ 5mn chaque légumes

Coupez les champignons en quartiers et les poêlez à l'huile d'olive.

Préparation de la farce

- 400g d'échine de porc
- 400g de palette fumé cuite
- 2 grosses cuillères à soupe de persil
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- 1 gros oignon, 2 échalotes, 2 gousses d'ail
- Sel, poivre, 1 pincée de noix de muscade râpée

Hachez finement l'échine de porc, ajoutez la palette déjà cuite, en petits morceaux, ajoutez tous les autres ingrédients et mélangez.

Étalez la pâte à nouille sur un plan de travail fariné, pour former un rectangle en abaissant la pâte sur une épaisseur de 3mm environ. Répartir la farce sur la pâte et roulez le tout en un boudin bien serré.

Coupez des tranches de 2 cm d'épaisseur faire dorer à la poêle avec un mélange beurre-huile de chaque côté.

Servir chaud sur un lit de légumes, et une réduction de fond brun de porc.

Cette recette se sert traditionnellement dans un bouillon de bœuf.

Dessert : Pressé de pommes, sablée et glace au fromage blanc, coulis d'égantine

Ingrédients bio (pour 6 personnes)

La glace au fromage blanc

- 15cl de lait
- 500g de fromage blanc à 40%
- 120 de sucre
- 1 pincée de poudre de vanille

Chauffer le lait et le sucre, ajouter la vanille et verser sur le fromage blanc
Battu, refroidir la masse et turbiner dans une sorbetière

Le coulis d'égantine

- 120g de purée d'égantine
- 1 jus de citron
- 1/2 jus d'orange

Délier la purée avec le jus de citron et le jus d'orange

Le sablé

- 150g beurre
- 50g de sucre glace
- 1 pincée de sel
- 150g de farine

Dans le beurre pommade insérez le sucre glace ainsi que le sel.

Battre vivement avec un fouet puis ajoutez la farine puis mélangez jusqu'à l'obtention d'une belle pâte. Etalez-la entre deux feuilles de papier sulfurisé.

L'épaisseur doit être de 3mm environ. Enlevez le papier sulfurisé, à l'aide d'un emporte-pièce 6cm de diamètre, détaillez en huit cercles.

Cuisson : 15 minutes à 180°

Le pressé de pommes

- 8 pommes style Elstar ou Jonagold
- 150g de sucre

Préparez 8 moules en papier (ou autres ramequins allant au four)

Faire un caramel à sec. Dans une poêle à fond épais, faire fondre le sucre à feu moyen, sans utiliser de cuillère en bois, le caramel est bon quand vous obtenez une belle couleur blonde, versez un peu de caramel dans le fond de chaque moule.

Epluchez les pommes, les évidez, coupez de fines lanières en les disposant en couches successives, dans les moules, tel un mille-feuille.

Cuire à four 35mn à 150°

Démouler, déposer dessus le sablé puis la glace au fromage blanc.

Servez avec le coulis d'égantine.