

SEMUR-EN-AUXOIS Gastronomie

Quelques idées de recettes de cuisiniers en herbe

Les fêtes de fin d'année sont toujours l'occasion de mettre les petits plats dans les grands. Pour celles et ceux qui sont encore indécis dans leurs choix de menus, voici quelques idées de recettes proposées par des élèves en terminale bac pro cuisine à l'école hôtelière Bernard-Loiseau au lycée Anna-Judic.

Cuisine et fêtes ne font qu'un durant cette période de l'année. Les deux sont difficilement dissociables et c'est très souvent un casse-tête pour les personnes qui souhaitent faire plaisir à leurs convives au moment de les accueillir pour un repas. Afin de donner un petit coup de pouce aux plus indécis, les élèves de terminale bac pro cuisine à l'école hôtelière Bernard-Loiseau de Semur-en-Auxois, accompagnés de leur professeur Guillaume Charlot, proposent leurs idées de recettes.

■ Le traditionnel foie gras en entrée

Bien évidemment, le foie gras fait partie des incontournables. Il peut être acheté déjà préparé ou bien il peut aussi être fait maison, comme l'explique Cyrielle Bernard. « Il faut préparer le foie gras, l'ouvrir et l'assaisonner avec sel, poivre et épices. On a ajouté du cognac. On pose les lobes sur une plaque avec du film dessus, on les filme par-dessus et on les met au four à 90 ° pendant quinze minutes. » Le but étant par la suite de les mettre en terrine. « On colle du film plastique au fond, on sort le foie gras du four et on le met dans les terrines. Ensuite il faut les faire refroidir rapidement. On récupère la graisse et le cognac des plaques qu'on met sur le foie gras en terrine et on le redépose au réfrigérateur



Mathéo Suchetet, Aymeric Boquel, Émilien Guyard et Antoine Rover en plein dressage des assiettes de filet de bar en croûte de noisette. Photo LBP/E. T.

jusqu'à ce que ça devienne tout jaune, tout bien. »

■ Un poisson en guise de plat

Pour changer de la dinde, quoi de mieux qu'un poisson. La recette est plutôt accessible (lire par ailleurs). Aymeric Boquel donne une idée afin d'accompagner le filet de bar avec une sauce au champagne. « Il y a de l'échalote, du fumet de poisson, de la crème et du champagne. Quand on a préparé les filets, on a gardé tout ce qui n'est présenté

ble et on l'a mis dans la sauce », souligne le jeune homme. De quoi apporté du goût à la sauce après être passée au chinois.

■ Un soufflé glacé en dessert

Pour épater ses invités, rien de mieux qu'un bon dessert. En revanche, il faut bien le dire, celui-ci est assez technique. Le soufflé glacé à la liqueur demande de la patience et du temps (vous pouvez retrouver la recette sur notre site bienpublic.com). « C'est long à réaliser. Il faut

faire cuire les sucres, c'est ce qui prend le plus de temps », avoue Gaëlle Leclere. La jeune fille renchérit : « Je ne pense pas qu'une personne qui ne sait pas cuisiner puisse la réaliser ». Une recette pour les plus courageux et expérimentés donc.

Étienne TAUVERON

Pratique Pour réserver dans l'un des deux restaurants de l'école hôtelière, par téléphone au 03.80.89.70.40 ou 06.48.00.57.57. Par courriel à valerie.martin2@ac-dijon.fr.

Magret de canard sauce cassis de Bourgogne

Le magret de canard sauce cassis de Bourgogne peut-être accompagné de petits légumes (carottes, courgettes...) et/ou d'une polenta.

► **Ingrédients** 8 magrets de canard ; 5 échalotes ; 10 cl d'huile de tournesol ; 2 litres de vin rouge de Bourgogne (pinot noir) ; 20 cl de jus de canard ; 20 cl de crème de cassis ; grains de cassis ; Maïzena ; sel ; poivre.

► **Préparation** Scarifier la partie grasse du magret. Cuire cinq minutes côté chair, puis trois minutes côté gras. Laisser reposer huit minutes dans l'aluminium. Ciseler les échalotes. Les faire suer dans l'huile de tournesol. Les déglacer dans le vin rouge. Faire cuire durant quarante-cinq minutes. Ajouter le jus de canard et la crème de cassis. Laisser cuire quinze minutes. Ajouter des grains de cassis. Saler, poivrer. En fonction des goûts, lier à la Maïzena.

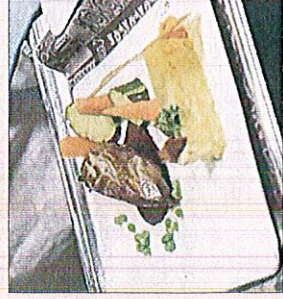


Photo LBP/E. T.

Pavé de bar en croûte de noisette, purée de panais

Le pavé de bar en croûte de noisette peut être accompagné, en plus de la purée de panais, de petits légumes (petits pois, pois mange-tout, carotte...) et d'un risotto (ou de riz selon les préférences).

■ Pour le poisson

► **Ingrédients** Pavés de bar (ou sandre, saumon) ; 100 g de beurre pommadé ; 40 g de noisettes concassées ; 10 g de persil plat ; 65 g de chapelure blanche tamisée ; sel ; poivre.

► **Étapes de préparation** Rémuer le beurre pommadé, les noisettes concassées, le persil plat et la chapelure dans un plat et mixer le tout pour obtenir un mélange régulier. Assaisonner. Étaler la préparation entre deux feuilles de papier sulfurisé. L'épaisseur doit être de 1 à 1,5 mm. Puis congeler. Prendre les pavés et les recouvrir avec la croûte de noisette. Rôtir au four à cœur à 150-170 °C pendant dix à douze minutes.



Photo LBP/E. T.

■ Purée de panais

► **Ingrédients** 2 kg de panais ; 100 g de beurre ; ½ litre de lait.

► **Étapes de préparation** Éplucher les panais, les laver et les détailler en morceaux réguliers. Les faire cuire dans le beurre sans les dorés et les mouiller avec le lait. Compléter avec de l'eau à hauteur. Cuire longuement jusqu'à évaporation. Mixer finement au blender et assaisonner.