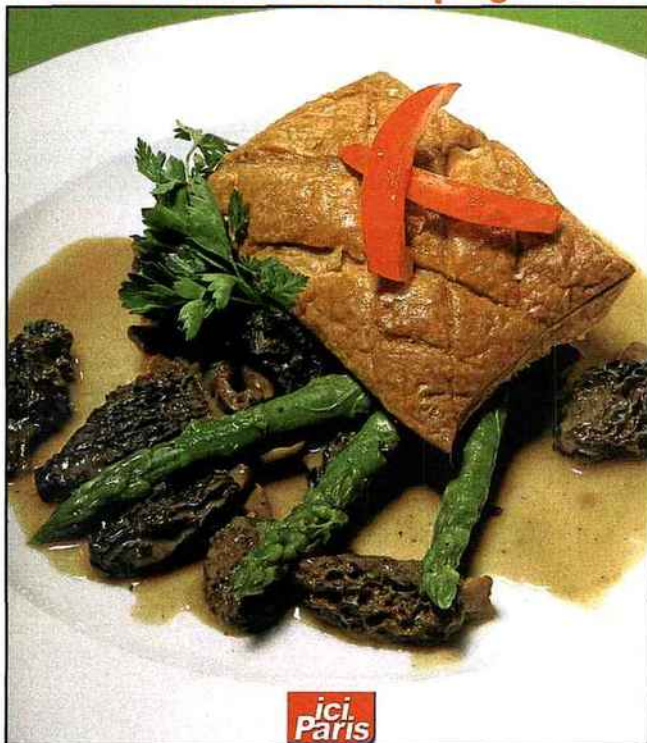


ENTREE

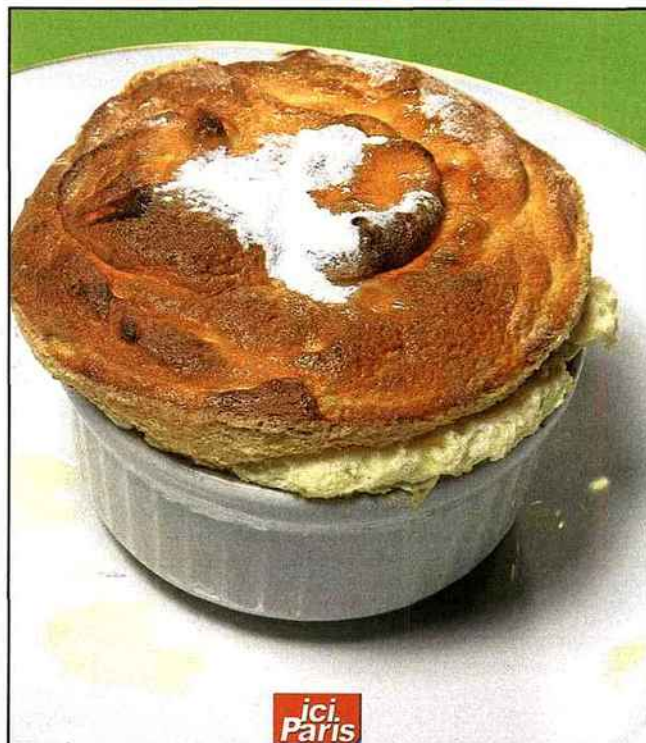
Feuilleté aux morilles et asperges vertes



ici Paris

DESSERT

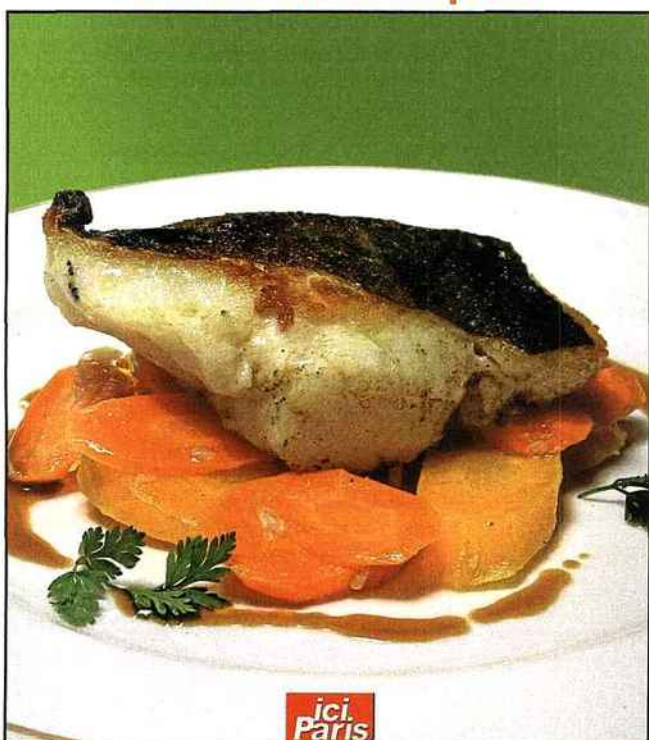
Soufflé au Grand Marnier



ici Paris

PLAT

Pavé de cabillaud poêlé



ici Paris

PLAT

Carré d'agneau rôti



ici Paris

Soufflé au Grand Marnier

POUR 4 PERSONNES

- 100 g de crème pâtissière
- 4 blancs d'œuf
- 10 cl de Grand Marnier
- sucre glace

① Couvrez de beurre fondu les 4 moules à soufflé puis mettez du sucre semoule sur les contours beurrés.

② Faites tiédir à feu doux la crème pâtissière et le Grand Marnier. Il ne faut surtout pas que l'appareil bouille.

③ Dans un mixeur et au fouet, faites monter les blancs. Incorporez 1/10 des blancs à la crème pâtissière afin de la détendre. A l'aide d'une spatule, incorporez le reste des blancs très délicatement pour ne pas casser la mousse.

④ Toujours avec la spatule, mélangez bien (sans fouetter) en dessinant des grands cercles pour obtenir une mousse assez épaisse. Remplissez très généreusement les moules avec le mélange afin que les soufflés soient bien gonflés. Mettez dans un four très chaud et faites cuire pendant 10 min à 200 °C.

⑤ Sortez les moules du four et disposez-les sur 4 assiettes. Glacez les soufflés en les saupoudrant de sucre glace, puis arrosez-les de Grand Marnier. Servez et dégustez.



ET ON BOIT QUOI ?

Champagne Drappier rosé brut. Notes de framboises et de mûres. Bouche de fruits rouges, mandarine et poivre, bonne acidité. 29,50 €. www.champagne-drappier.com

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération

Feuilleté aux morilles et asperges vertes

POUR 4 PERSONNES

- 300 g de morilles fraîches
- 1 botte d'asperges vertes
- 2 échalotes
- 50 cl de crème épaisse
- 4 cl d'un whisky vieux malt
- 400 g de pâte feuilletée
- 1 œuf
- sel
- poivre

① Nettoyez les morilles avec un chiffon sec.

② Faites revenir les échalotes ciselées dans une sauteuse avec une noix de beurre, ajoutez les morilles, salez, poivrez et déglacez avec le whisky. Incorporez la crème et laissez mijoter 5 min.

③ Epluchez, lavez les asperges et faites-les cuire 5 min dans une eau bouillante salée.

④ Étalez la pâte feuilletée afin d'obtenir une épaisseur d'environ 3 cm. Découpez 4 rectangles d'environ 12 cm sur 7 cm, puis étalez avec un pinceau du jaune d'œuf sur chacun d'eux afin qu'ils soient dorés après cuisson. Mettez à cuire dans un four chaud à 220 °C 15 min environ.

⑤ Découpez en deux les feuilletés cuits encore tièdes, disposez-les sur 4 assiettes. Nappez de la préparation aux morilles crémeuses et disposez quelques asperges vertes. Remettez par-dessus l'autre moitié du feuilletage.



ET ON BOIT QUOI ?

Domaine Laroche Chablis premier cru Les Vaudevey. Nez minéral et expressif. Bouche vive, onctueuse, avec une finale minérale précise. 21,50 €. www.larochewines.com

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération

Carré d'agneau rôti et légumes printaniers glacés

POUR 4 PERSONNES

- 4 carrés d'agneau de trois côtes chacun
- 1 botte de carottes fanes
- 1 tête de brocolis
- 100 g de pois gourmands
- 8 asperges vertes
- 1 botte de navets nouveaux
- 1 botte de romarin
- 20 g de beurre
- 20 cl de jus d'agneau

① Faites infuser des branches de romarin dans votre jus d'agneau.

② Epluchez, lavez les légumes et faites-les cuire chacun séparément dans de l'eau bouillante salée.

③ Dans une sauteuse, faites fondre une noix de beurre, saisissez les légumes et ajoutez une cuillerée de jus d'agneau, mélangez doucement.

④ Rôtissez les carrés d'agneau dans un four préalablement chaud à 180 °C pendant 8 min (pour une cuisson rosée). Laissez reposer la viande hors du four après cuisson.

⑤ Pour servir, dressez les légumes au centre de l'assiette. Posez le carré d'agneau sur les légumes, ajoutez un cordon de jus d'agneau et une branche de romarin en décoration.



ET ON BOIT QUOI ?

Corbières rouge cuvée or 2008 Ollieux Romanis. Belle robe rouge intense, parfums de fruits noirs... Vin ample, soyeux et gras, doté d'une belle fraîcheur. 20 €. www.chateaullesollieux.com

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération

Pavé de cabillaud poêlé et mijotée de carottes safranées

POUR 4 PERSONNES

- 4 pavés de cabillaud (avec la peau) d'environ 300 g
- 400 g de carottes
- 400 g de carottes jaunes
- 2 oignons
- 1 botte de ciboulette
- 1 petite pincée de safran en pistil
- 40 g de beurre
- 10 cl de vin blanc
- 40 cl de jus de veau
- 50 cl de bouillon de poule

① Epluchez, lavez les carottes, puis taillez-les en rondelles d'environ 4 mm. Epluchez les oignons et ciselez-les.

② Dans une sauteuse, faites revenir l'oignon sans le colorer avec une noix de beurre et ajoutez les carottes. Salez et poivrez. Déglacez avec le vin blanc et mouillez à hauteur avec le bouillon de poule. Laissez cuire une vingtaine de minutes à découvert. Ajoutez le safran et la ciboulette.

③ Désarêtez bien les pavés, mettez-les côté peau dans une poêle bien chaude et faites saisir pendant 7 min environ tout en arrosant le cabillaud avec le beurre de cuisson.

④ Pour dresser, mettez les carottes au centre de l'assiette. Déposez dessus le pavé de cabillaud côté peau, mettez-y un cordon de jus de veau réduit autour, puis servez.



ET ON BOIT QUOI ?

Limoux Mauzac 2008 Château de Gaure. Arômes intenses de fleurs blanches. Puissance aromatique en bouche, soutenue par une belle acidité qui apporte une belle fraîcheur.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération