

Cuisinez *local!*



CONCOURS DE CUISINE DE PRODUITS LOCAUX

Edition
2016

› Les Recettes des Candidats !

Cuisinez *local!*



CONCOURS DE CUISINE DE PRODUITS LOCAUX



Les
PLATS



Tourte aux épinards, jambon et Saint-Marcellin par Anne

- > Temps de préparation : 30 minutes
- > Temps de repos : 30 minutes
- > Temps de cuisson : 45 minutes

> Ingrédients :

- 250 g de farine
- 125 g de beurre en petits dés
- 1 œuf
- 50 ml d'eau
- 1 grosse pincée de sel
- 500 g d'épinards
- 1/2 boîte de champignons de Paris émincés
- 150 g de dés de jambon (à tester aussi avec des dés de bacon)
- 4 Saint-Marcellin
- 2 échalotes
- 3 œuf
- 1 petit pot de crème fraîche épaisse
- huile d'olive
- sel, poivre

> Préparation

Préparer la pâte brisée :

- Mettre la farine, le sel et le beurre dans un saladier et travailler entre les doigts jusqu'à obtenir un mélange sableux (comme pour un crumble).
- Faire un petit puits, battre l'œuf et l'eau ensemble et les verser dedans.
- Mélanger la pâte rapidement pour former une boule homogène. Laisser reposer 30 minutes au frais, à plat, entre deux feuilles de papier sulfurisé ou emballée dans du film alimentaire (le fait de mettre à plat plutôt qu'en boule facilite ensuite l'étalage).

- Préchauffer le four à 180°C.

Préparer la garniture :

- Laver soigneusement les épinards. Les émincer après avoir retiré la côte centrale de chaque feuille.
- Émincer les échalotes très finement. Égoutter les champignons.
- Dans une sauteuse, faire chauffer un peu d'huile d'olive (juste ce qui est nécessaire pour arriver à napper le fond de la sauteuse une fois qu'elle est bien chaude). Y faire revenir les échalotes jusqu'à ce qu'elles deviennent transparentes. Ajouter les champignons et les dés de jambon et les faire dorer. Saler, poivrer. Ajouter les épinards et faire revenir rapidement, juste le temps de faire tomber les feuilles (environ deux minutes) sans cesser de mélanger. Sortir du feu et laisser légèrement refroidir.

- Pendant ce temps, battre la crème avec les œufs et couper les Saint-Marcellin en dés. Quand le mélange aux épinards a tiédi, ajouter la préparation à la crème et bien mélanger. Ajouter ensuite les dés de Saint-Marcellin et mélanger soigneusement pour bien les répartir dans toute la préparation.

- Étaler les 2/3 de la pâte sur quelques millimètres d'épaisseur. Foncer un moule à manquer en laissant



dépasser les bords de pâte vers l'extérieur. Verser la garniture et la tasser légèrement pour bien égaliser la surface.

- Étaler le reste de pâte. En couvrir le plat et rouler ensemble les bords des deux pâtes pour bien souder le tout. Faire quelques fentes sur le dessus de la tourte pour laisser s'échapper la vapeur.

- Enfourner pour 45 minutes.

Crumble de courge Butternut au Bleu du Vercors-Sassenage par Benoît

- > Temps de préparation : 20 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 30 minutes

> Ingrédients :

- 1 belle courge Butternut
- 2 gros oignons
- 200 g de Bleu du Vercors-Sassenage
- 60 g de noix de Grenoble
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche
- de la salade
- 150 g de farine
- 80 g de beurre

> Préparation

- Préchauffer le four à 210°C.
- Couper la courge Butternut en gros cubes et éplucher ensuite les morceaux. Les cuire 5 mn à la vapeur ou dans un fond d'eau non salée.
- Pendant ce temps, découper le bleu en gros dés, puis préparer les miettes en mélangeant du bout des doigts la farine, le beurre et 80 g de bleu.
- Ecraser ensuite la courge Butternut à la fourchette, ajouter les noix et la crème fraîche. Saler, poivrer.
- Disposer par-dessus le reste de bleu, puis recouvrir du mélange farine-beurre-bleu.
- Enfourner pour 25 minutes.
- Servir avec une salade.



Souris d'agneau à l'anchois et au romarin, crumble de courge au chèvre et au miel par Bruno

- > Temps de préparation : 30 minutes
- > Temps de repos : 15 minutes
- > Temps de cuisson : 45 minutes

> Ingrédients :

- 4 souris d'agneau
- 4 anchois au sel
- 2 branches de romarin
- 1 courge Butternut
- 2 fromages de chèvre
- miel
- 100 g de farine
- 25 g de beurre
- quelques graines
- huile d'olive
- cumin en poudre
- sel
- poivre du moulin

> Préparation

- Préchauffer le four à 180°C.
- Enduire les souris d'agneau d'huile d'olive, poivrer. Faire une entaille assez profonde et déposer un anchois. Faire une autre entaille et déposer un morceau de branche de romarin.
- Passer au four pour 45 mn en arrosant avec le jus de cuisson de temps en temps.
- Pendant ce temps, éplucher la courge et la couper en carrés. Cuire à la vapeur pendant 20 mn.
- Mettre la faisselle de brebis dans un saladier, râper le chèvre sec dessus, mettre un filet d'huile d'olive, saler et poivrer.
- Faire le crumble en mélangeant le beurre en dés avec la farine et les graines.
- Lorsque la courge est cuite, la mixer, saler, poivrer, mettre un filet d'huile d'olive et trois pincées de cumin en poudre.
- Dans un cercle, mettre une couche de courge, une couche de fromage frais au chèvre, une cuillère à café de miel liquide, recouvrir d'une couche de fromage frais au chèvre, d'une couche de purée de courge et terminer avec le crumble.
- Passer au four à 180°C pendant 20 mn puis au grill pendant 5 mn.
- Dresser l'assiette. Déposer une souris d'agneau. Démouler les crumbles directement dans l'assiette.
- Déglacer le plat de cuisson des souris et verser un filet de jus sur la souris et autour du crumble. Servir aussitôt.



Parmentier revisité au poulet et à la courge par Coralie

- > Temps de préparation : 40 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 30 minutes

> Ingrédients :

Pour le parmentier

- 500 g d'escalope de poulet
- 700 g de courge
- 20 g de beurre
- 15 g de farine
- huile d'olive
- brins de thym frais
- sel, poivre

Pour la purée de pomme de terre

- 500 g de pomme de terre

- 20 cl de crème fraîche fluide
- 20 g de beurre
- sel

Pour les tuiles au bleu du Vercors-Sassenage

- 80 g de blancs d'œufs
- 60 g de beurre
- 60 g de bleu du Vercors-Sassenage
- 80 g de farine
- sel, poivre

> Préparation

Préparer les tuiles au bleu du Vercors-Sassenage :

- Faire fondre le beurre et le bleu du Vercors-Sassenage séparément.
- Mélanger le beurre fondu et la farine puis ajouter les blancs d'œufs et enfin le bleu fondu. Saler légèrement et poivrer. Bien mélanger.
- Sur une plaque couverte d'un papier de cuisson, étaler la pâte à tuiles de manière uniforme et fine en cercle de 6 cm de diamètre.
- Enfourner la plaque au four à 180°C pendant 7 mn.

Préparer la purée :

- Eplucher les pommes de terre, les laver et les couper en cubes.
- Les mettre dans une casserole recouverte d'eau salée et les porter à ébullition.
- Une fois cuites, les égoutter puis les réduire en purée. Ajouter la crème et le beurre. Bien mélanger.

Préparer le Parmentier de poulet :

- Couper la courge en petits dés et la faire revenir dans une poêle avec un peu d'huile d'olive. Couvrir. Laisser cuire pendant environ 15 mn en mélangeant régulièrement.
- Couper le poulet en petits dés. Fariner.
- Faire fondre le beurre dans une poêle puis ajouter les dés de poulet farinés. Faire cuire pendant 5 mn sur feu vif en mélangeant de temps en temps. Saler et poivrer.
- Retirer le poulet puis déglacer la poêle avec un peu d'eau. Remettre sur le feu, ajouter les brins de thym et faire réduire. Une fois réduit, ajouter le poulet puis remettre sur le feu 2 mn.

Dressage



- Prendre un cercle de présentation. Ajouter les dés de poulet, puis la courge. Enlever le cercle, puis ajouter une tuile au bleu au-dessus de la courge. A côté ajouter un peu de purée.

Gnocchis de courge à la sauce de noix et fondue de Saint-Marcellin par Elena

- > Temps de préparation : 40 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 10 minutes

> Ingrédients :

Pour la sauce

- 150 g de cerneaux de noix pelés
- 35 g de pignons de pin
- 60 g de ricotta
- 1 Saint-Marcellin sec
- 1 gousse d'ail (enlever le germe)
- 2 tranches de pain de mie sans croûte
- lait
- 2/3 brins de marjolaine fraîche
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
- Sel, poivre

Pour les gnocchis

- 500 g de potimarron
- 1 œuf
- 200 g de farine de blé
- muscade
- sel, poivre
- une poignée de gros sel

Pour la fondue

- 1 Saint-Marcellin crémeux
- 100 g de crème fleurette

> Préparation

- Eplucher le potimarron. L'épépiner et le détailler en gros morceaux. Faire cuire à la vapeur, avec un peu de gros sel.

Pendant que la courge cuit, préparer la sauce :

- Mouiller le pain de mie dans du lait. L'essorer et le mixer avec les noix, les pignons et l'ail, jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- Ajouter les feuilles de marjolaine dans le bol (conserver des petites branches pour la déco). Remettre un coup de mixer.
- Ajouter la ricotta, le demi Saint-Marcellin râpé, l'huile d'olive, du sel et une bonne pincée de poivre du moulin. Finir de mixer le tout et ajuster l'assaisonnement. Réserver.



Passer ensuite à la fabrication des gnocchis :

- La courge doit être cuite et bien tendre (au bout de 30 mn environ, selon la variété de courge choisie et la taille des morceaux)
- Laisser un peu refroidir la courge et mettre une grande casserole d'eau à chauffer avec la poignée de gros sel
- S'il vous reste du temps mettez-le à profit pour préparer votre décoration (ici des petites tuiles au parmesan)

En attendant, préparer la fondue :

- Faire fondre dans une casserole un Saint-Marcellin crémeux coupé en morceaux et 100 g de crème fleurette. Poivrer. Réserver.

Préparer les gnocchis :

- Une fois la courge tiède, la réduire en purée, saler, poivrer et ajouter deux grosses pincées de noix de muscade râpée.
- Mélanger ensuite l'œuf, puis la farine. La consistance du mélange doit permettre de confectionner de petites quenelles à la cuillère.
- Former 6 beaux gnocchis par personne à l'aide de deux cuillères à soupe et les plonger directement dans l'eau bouillante préalablement salée. Quand les gnocchis remontent à la surface, les laisser 2 minutes encore, puis les sortir à l'aide d'une écumoire.

Dresser les assiettes :

- Etaler en fond d'assiette deux bonnes cuillères à soupe de fondue.
- Disposer les gnocchis en étoile.
- Déposer sur le dessus une cuillère de sauce aux noix (elle doit être consistante mais pas trop, il peut être nécessaire d'ajuster sa consistance avec de l'eau de cuisson des gnocchis)
- Terminer par la décoration, tuile de parmesan, copeaux de Saint-Marcellin secs, Saint-Marcellin sec râpé, brin de marjolaine... ou tout autre chose de votre imagination. C'est prêt !

Dos de cabillaud en crumble de noix, fondue de poireaux au bleu du Vercors-Sassenage et polenta crémeuse par Jackie

- > Temps de préparation : 30 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 20 minutes

> Ingrédients :

- 4 dos de cabillaud
- 2 poireaux
- 1 échalote
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 70 g de bleu du Vercors-Sassenage
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre
- 125 g de polenta
- 65 cl d'eau

- 1 cuillère à soupe de crème au bleu du Vercors-Sassenage
- Fleur de sel

Pour le Crumble aux noix

- 60 g de noix hachées
- 40 g de farine
- 50 g de beurre
- 50 g de parmesan

> Préparation

Préparer le crumble aux noix :

- Préchauffer le four à 200°C
- Mélanger tous les ingrédients, beurre, poudre de noix, sel, farine de façon à obtenir un appareil légèrement pâteux. Étaler ce mélange sur une feuille de papier sulfurisé
- Enfourner jusqu'à ce qu'il soit doré.

Préparer la fondue de poireau :

- Couper les poireaux en deux dans le sens de la longueur. Bien les rincer et les couper en tronçons
- Éplucher et hacher l'échalote. Faire revenir l'échalote dans l'huile d'olive avec les poireaux. Saler et poivrer. Couvrir et laisser cuire environ 15 min.
- Pendant ce temps faire fondre le bleu du Vercors-Sassenage dans la crème fraîche. Réserver.

Préparer les dos de cabillaud :

- Préchauffer le four à 180°C.
- Huiler légèrement un plat allant au four. Disposer les dos de cabillaud dans le plat. Les badigeonner d'huile d'olive, de fleur de sel et de poivre.
- Faire cuire de 5 à 8 min selon l'épaisseur du dos de cabillaud



Préparer la polenta :

- Pendant ce temps porter à ébullition les 65 cl d'eau, saler. Ajouter en pluie la polenta. Remuer de façon à ne pas avoir de grumeaux. Ajouter la cuillère à soupe de crème au bleu du Vercors-Sassenage. Attention à la cuisson, si elle n'est pas assez crémeuse vous pouvez rajouter un peu de lait. Vérifier l'assaisonnement.

Dresser :

- Au moment de dresser les assiettes ajouter l'appareil crème-bleu du Vercors-Sassenage (en conservant une cuillère à soupe pour la polenta) à la fondue de poireaux.

Selle d'agneau en croûte en tenue d'automne par Lionel

- > Temps de préparation : 120 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 60 minutes

> Ingrédients :

- 600 g de selle d'agneau
- 300 g d'os d'agneau
- 300 g de courge
- 200 g de girolles
- 300 g de pomme de terre
- 50 g de cerneaux de noix
- 20 g de chorizo
- 50 g de parmesan
- 1 bouquet de thym/laurier
- 1 botte de persil
- 1 gousse d'ail
- 1 carotte
- 1 poireau
- 1 oignon
- 1 céleri
- 150 g de beurre
- 100 g de farine
- 50 g d'huile d'olive
- 50 g d'huile de tournesol
- sel/poivre
- noix de muscade

> Préparation

- Dans une casserole faire caraméliser les os avec un peu de beurre, puis ajouter les carottes, l'oignon, le poireau et le céleri. Rajouter de l'eau à hauteur et laisser sur feu doux pour laisser l'eau s'évaporer afin d'obtenir un jus.

- Mélanger avec un roux afin de faire épaissir légèrement.

- Couper la courge en gros morceaux puis la mettre au four 180 °C pendant 1h dans un plat en l'arrosant d'huile d'olive. Rajouter le bouquet de thym et de laurier.

- Récupérer la chair de la courge, la passer au mixeur avec 50 g de beurre, saler, poivrer et râper de la noix de muscade.

- Pour préparer la croûte, mixer les cerneaux de noix avec le chorizo et le parmesan.

- Dans une poêle mettre du beurre puis faire colorer la selle d'agneau sur toutes les faces.

- Tailler ensuite des tranches de selle d'agneau de 2 cm environ, les disposer à plat sur une plaque.

- Mettre la croûte de noix/chorizo sur le dessus, puis mettre au four 10 min à 180°C.

- Eplucher les pommes de terre puis les emporte-piécer. Les poêler dans du beurre et de l'huile.

- Nettoyer les girolles, les poêler avec l'ail et le persil ciselé.

- Dans l'assiette faire un trait de purée de courge et disposer harmonieusement le reste des ingrédients.



Millefeuille d'Automne / Volaille et bleu par Loris

- > Temps de préparation : 45 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 30 minutes

> Ingrédients :

Pour la viande

- 4 cuisses de poulet
- 80 g de Bleu du Vercors-Sassenage
- 50 g de beurre
- sel
- poivre
- huile d'olive
- 2 gousses d'ail

Pour la sauce

- carcasse de poulet
- 3 gousses d'ail
- bouquet garni
- 1 demi oignon
- 1 carotte
- 50 cl de fond de volaille
- huile d'olive
- sel
- poivre

Pour les feuilles de courge

- 1 courge
- 1 cuillère à soupe d'huile de noix
- sel
- poivre

Pour les feuilles de noix

- 2 blancs d'œufs
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 4 cuillères à soupe de farine
- 150 g de cerneaux de noix

Pour la crème au bleu du Vercors-Sassenage

- 200 g de bleu du Vercors-Sassenage
- 25 cl de crème entière

> Préparation

Préparer la sauce :

- Faire colorer la carcasse (qui peut être remplacée par le haut de cuisse coupé en morceaux grossiers) dans une casserole, à l'huile d'olive.
- Rajouter la garniture aromatique (ail, carotte, oignon, grossièrement coupés en dés), ainsi que le bouquet garni.
- Une fois les sucs bien accrochés au fond, déglacer au vinaigre de Xérès. Enfin, mouiller à hauteur avec le bouillon de volaille préalablement préparé. Laisser réduire à feu très doux. Assaisonner.
- Une fois réduit, passer au tamis. Récupérer le jus, le monter au beurre, réserver.



Préparer la volaille :

- Dénuder les os pour un rendu plus esthétique.
- Faire une incision près de l'os, du côté où la cuisse est la plus charnue, afin d'y fourrer le bleu du Vercors-Sassenage.
- Placer les cuisses dans un plat allant au four, l'os tourné vers le haut. Assaisonner, rajouter l'huile, le beurre et l'ail.
- Mettre les cuisses au four, thermostat 200°C, pendant 30 min. Arroser très souvent.

Préparer les courges :

- Détailler les courges en lamelles rectangulaires et régulières (à l'aide d'une mandoline ou d'un couteau). Les cuire à l'anglaise, dans l'eau bouillante, pendant 10 à 15 min.
- Une fois qu'elles sont presque cuites, les faire revenir 1 min par face dans une poêle, à l'huile de noix. Réserver (ATTENTION : les courges doivent rester fermes).

Préparer les tuiles de noix :

- Dans un cul de poule, mélanger la poudre de cerneaux de noix (préalablement faite) avec les blancs d'œufs, l'huile et la farine. Une fois la pâte homogène, étaler sur une plaque allant au four, de manière à obtenir une épaisseur de 2 à 3 mm. Enfourner 10 min.
- Sortir du four avant que la pâte soit cassante, découper des rectangles de même gabarit que les courges, enfourner à nouveau jusqu'à cuisson complète. Réserver.

Préparer la crème au bleu du Vercors-Sassenage :

- Dans une petite casserole, cuire à feu doux la crème et le bleu, jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Retirer du feu.

Dresser :

- Placer une ligne de crème au bleu du Vercors-Sassenage sur un côté de l'assiette. Ce sera la base du millefeuille.
- Placer ensuite délicatement, en alternant, une feuille de courge et une feuille de noix, verticalement. De l'autre côté de l'assiette, placer un cercle de sauce. Y déposer en son centre la cuisse de volaille.
- Décorer de feuilles de cresson et de poudre de noix. Servir chaud.

Lasagnes au Saint-Marcellin et boulettes d'agneau par Maria

- > Temps de préparation : 60 minutes
- > Temps de repos : 30 minutes
- > Temps de cuisson : 45 minutes

> Ingrédients :

- 1 kg de lasagnes
- 1 kg de conserve de tomates
- 400 g de viande d'agneau haché
- 3 Saint-Marcellin
- 150 g de jambon
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 200 g d'huile d'olive extra vierge
- feuilles de basilic
- 1 œuf
- 200 g de chapelure
- 60 g parmesan râpé

> Préparation

- Préparer la sauce tomate avec de l'huile d'olive, l'oignon, l'ail, le basilic et la conserve de tomates.
- Préparer et faire frire les boulettes d'agneau avec l'agneau haché, le parmesan râpé, l'œuf, la chapelure.
- Faire blanchir pendant quelques secondes, les bandes de lasagnes dans l'eau bouillante.
- Préparer les lasagnes en alternance avec la sauce tomate, des bandes de lasagnes, les boulettes de viande d'agneau, le Saint-Marcellin, le jambon coupé en dés.
- Faire cuire dans un four préchauffé à 180°C pendant 45 min.



Raviolis au bleu du Vercors-Sassenage, aux noix caramélisées au miel et purée de courge pomme-curry par Mariane

- > Temps de préparation : 10 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 50 minutes

> Ingrédients :

- 1 courge Butternut (1kg environ)
- 1 pomme
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 cuillère à café de curry
- huile d'olive
- eau

- 200 g de Bleu du Vercors-Sassenage
- 3 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
- 1 paquet de feuille à raviolis chinois
- 100 g de cerneaux de noix
- 2 cuillères à soupe de miel
- sel
- poivre

> Préparation

Préparer la purée :

- Eplucher et tailler en gros dés la courge Butternut et la pomme.
- Eplucher l'oignon et l'émincer. Ecraser l'ail avec la lame d'un couteau, enlever la peau.
- Dans une casserole sur feu vif, mettre un bon filet d'huile d'olive et ajouter la courge, la pomme, l'oignon et l'ail. Remuer et laisser rissoler 5 min. Ajouter pendant ce temps les épices, le sel.
- Une fois les légumes bien saisis, ajouter de l'eau à mi-hauteur, couvrir et laisser cuire 40 min environ. Surveiller la cuisson en remuant de temps en temps et veiller à ce qu'il y ait toujours au moins 3-4 cm d'eau.

Préparer les raviolis :

- Pendant que la courge cuit, enlever la croûte du bleu, le couper en petits morceaux.
- Dans une assiette, mettre le fromage et la crème fraîche et écraser le tout avec une fourchette jusqu'à obtenir une farce épaisse mais homogène.
- Dans une petite poêle sur feu vif, mettre les noix préalablement concassées et le miel. Laisser caraméliser et débarrasser sur un papier sulfurisé.
- Pour façonner les raviolis, prendre une feuille de pâte, y déposer une grosse cuillère à café de farce, quelques morceaux de noix caramélisées, humidifier les bords de la pâte avec un pinceau et de l'eau, mettre une seconde feuille de pâte, bien appuyer sur les bords pour les souder en laissant le moins d'air possible dans les raviolis. Répéter l'opération jusqu'à épuisement des carrés de pâte.
- Mettre une grande casserole d'eau salée à bouillir.



Préparer la purée :

- Une fois la courge cuite, mixer en faisant attention de ne pas mettre tout le liquide d'un coup pour surveiller la consistance qui ne doit pas être trop liquide. Goûter et rectifier l'assaisonnement si besoin.
- Faire cuire les raviolis dans l'eau bouillante environ 4 min, les sortir de l'eau à l'aide d'une écumoire et les placer dans les assiettes de service.

Dresser :

- Arroser les raviolis d'un filet d'huile d'olive, ajouter une cuillère ou plus de purée.
- Ajouter quelques morceaux de noix caramélisées, et servir aussitôt.

Croquant aux noix de Grenoble et sa confiture duo de poivrons sur lit de Saint-Marcellin par Nacima

- > Temps de préparation : 45 minutes
- > Temps de repos : 30 minutes
- > Temps de cuisson : 50 minutes

> Ingrédients :

- 1 salade grenobloise
- 400 g de cerneaux de noix
- 1 jaune d'œuf
- 40 g d'eau
- 125 g de beurre pour le croquant et 40 g pour les poivrons
- 250 g de farine
- sel
- poivre
- 5 poivrons rouges et 3 poivrons jaunes
- 30 g de sucre
- moutarde
- miel toutes fleurs
- vinaigre de noix
- huile d'olive
- 1 échalote
- 2 Saint-Marcellin
- 4 petits chèvres frais
- ciboulette

> Préparation

Préparer la confiture de poivrons :

- Couper ou hacher les poivrons en petits cubes en veillant à bien séparer les poivrons jaunes des poivrons rouges.
- Les mettre séparément dans une cocotte avec 20 g de beurre et sur feu très doux. Remuer régulièrement et laisser compoter pendant 15 min puis ajouter 15 g de sucre dans chaque cocotte et laisser caraméliser jusqu'à obtenir la consistance d'une confiture.
- Passer chaque appareil dans un moulinet presse-purée pour enlever la peau des poivrons indigeste.
- Réserver les 2 préparations.



Préparer le croquant aux noix :

- Mélanger 250 g de farine avec 125 g de beurre et 300 g de noix coupées grossièrement.
- Ajouter 1 jaune d'œuf, 40 g d'eau. Saler et poivrer.
- Travailler la pâte jusqu'à obtenir une boule bien malléable qu'il faut mettre entre 2 feuilles de papier sulfurisé et étaler au rouleau jusqu'à obtenir une épaisseur de 1,5 cm environ.
- Découper la pâte avec des cercles et des carrés de cuisine et les faire cuire à l'intérieur, pour que les pièces de pâte conservent leur forme, au four à 180°C pendant 20 à 25 min.

Préparer la crème de fromage :

- Mélanger à la fourchette les 2 Saint-Marcellin et les 4 petits chèvres. Agrémenter de ciboulette ciselée finement et poivrer.
- Préparer les noix-cahuètes en faisant griller 100 g de cerneaux de noix dans du sel et un peu de beurre.
- Laver les feuilles de salade et les découper.
- Préparer la vinaigrette en mélangeant un peu de moutarde, le miel, du vinaigre de noix de l'huile d'olive et une petite échalote.

Dresser :

- Poser, dans chaque assiette, 2 croquants (un de forme arrondie, l'autre de forme carrée), ajouter dessus une couche de préparation fromagère et une couche de confiture de poivrons (rouge pour un croquant, jaune pour l'autre).
- Dresser à côté des croquants la salade avec la vinaigrette et quelques noix-cahuètes.

Roses de blettes au Saint-Marcellin et noix de Grenoble

par Nathalie

- > Temps de préparation : 40 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 20 minutes

> Ingrédients :

- 200 g de lardons
- 400 g de feuilles de blettes
- 2 oignons rouges
- 24 noix de Grenoble
- 8 pommes de terre
- 2 Saint-Marcellin
- Salade type Grenobloise
- 1 œuf
- 20 cl de crème
- Sel et poivre

> Préparation

On comptera 2 roses par personne pour un plat

- Blanchir les feuilles de blettes pendant 20 min au cuit vapeur. Laisser égoutter.
- Ciseler les oignons et faire cuire avec les lardons 5 min. Ajouter les feuilles de blettes bien égouttées et hachées au couteau. Cuire jusqu'à ce que le mélange soit sec. Ajouter 16 noix de Grenoble concassées.
- Eplucher les pommes de terre et les couper à la mandoline.
- Prendre un moule à muffins, le graisser. Déposer les rondelles de pommes de terre en quinconce en tapissant le moule comme pour former une rose.
- Déposer le mélange de blettes dans la rose. Mélanger la crème et l'œuf et arroser la préparation.
- Couper le Saint-Marcellin horizontalement pour former 2 morceaux et découper 4 ronds. Le déposer sur la préparation.
- Enfourner 20 minutes à 180°C.
- Accompagner de salade verte, de noix et des morceaux de Saint-Marcellin restants.



Ballotins de poulet farcis sur confit d'oignons, velouté de courge, chantilly au bleu avec son concassé de noix par Romain

- > Temps de préparation : 35 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 35 minutes

> Ingrédients :

- 150 g de bleu du Vercors-Sassenage
- 900 g de poulet
- 1 courge de 1kg
- 10 noix
- 3 pots de 40 g de crème fleurette à 20 % MG
- 2 oignons

- épices (sel, poivre blanc et noir, muscade, curry, paprika, curcuma)
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet de persil
- 2 œufs
- 1 petite cuillère de miel

> Préparation

- Mettre le siphon vide au frigo.
- Découper les blancs de poulet transversalement, et les aplatir.
- Les froter à l'ail, les assaisonner avec le curcuma, le sel et le poivre blanc.

Préparer la farce :

- Mixer 120 g de poulet avec les épices, le persil, 1 œuf et 100 g de crème pour avoir une texture onctueuse.
- Mettre la farce dans le poulet et rouler pour former les ballotines (boudins) avec du papier cellophane (pour que ce soit étanche et que l'eau ne pénètre pas).
- Faire cuire les boudins à 80°C environ 30-35 min dans l'eau.
- Eplucher et couper en cube la courge et la faire cuire dans l'eau préalablement assaisonnée avec de l'ail, de la muscade, du sel et du poivre pendant 20 min.
- Faire fondre le bleu et ajouter la crème et du poivre noir. Filtrer et mettre dans le siphon. Réserver au frais.
- Mixer les courges et la crème en remettant à feu doux pour avoir un velouté.
- Hacher des oignons, et les faire caraméliser avec un peu de miel.
- Couper en rondelles les boudins de poulet, et les faire revenir rapidement à la poêle.
- Hacher grossièrement des noix.

Dresser :

- Poser les oignons, sur lesquels on dépose 3 morceaux de poulet, 1 grosse cuillère de courge avec du persil, et quelques points de courge sur l'assiette pour la déco.
- Remplir la verrine de chantilly au siphon et saupoudrer des noix concassées.



Comme un oiseau au Mexique ! par Sahara

- > Temps de préparation : 60 minutes
- > Temps de repos : 30 minutes
- > Temps de cuisson : 25 minutes

> Ingrédients :

- 1 pâte brisée maison (farine, eau, beurre) ou du commerce
- 1 blanc de poulet rôti effilé
- 4 champignons de Paris
- 1 Saint-Marcellin
- 1 poignée de noix de Grenoble concassées
- 1 cuillère à café de moutarde aux noix
- 1 cuillère à café de piment chipotle
- 20 cl de crème fraîche du marché
- 1 cuillère à café de miel d'acacia
- huile de noix
- vinaigre blanc aromatisé à la noix
- lait
- 2 carottes
- 1 échalote
- 1 demi céleri
- 1 betterave
- 1 pomme
- sel et poivre

> Préparation

- Préchauffer le four à 220°C.
- Préparer une pâte brisée maison et la laisser reposer 30 minutes au frigo.
- Laver et éplucher les légumes dans un appareil spiralizer : carottes, betterave, céleri et pomme. (Pour éviter que la pomme noircisse, l'arroser de jus de citron). Réserver.
- Dans un bol mixeur, mixer le piment chipotle, le Saint-Marcellin et la crème. Assaisonner le tout d'huile de noix et de moutarde de noix. Ajouter du miel d'acacia pour la douceur.
- Dans une poêle faire revenir une échalote émincée et les champignons émincés, rajouter le poulet rôti au bout de 3 min. Ajouter ensuite le mélange Saint-Marcellin-chipotle et laisser mijoter 5 min. Laisser refroidir la préparation.



- Façonner 24 disques de 8 cm de pâte brisée et les disposer dans un plat. Commencer à garnir 12 disques de la préparation précédente. Pour fermer chaque disque, badigeonner d'eau les contours des disques et déposer les 12 disques non garnis par-dessus pour former les raviolis. Avec une fourchette, faire de petites pressions autour des raviolis pour bien les refermer.
- Enfourner les raviolis pendant 15 à 20 min à 200°C selon la puissance de votre four. A la fin de la cuisson, laisser reposer 5 min pour les déguster chaud.
- Pendant la cuisson des raviolis, réaliser une vinaigrette avec de la moutarde de noix, de l'huile de noix, du vinaigre blanc de noix et du miel. Rajouter la vinaigrette aux légumes avec les noix concassées.
- Dans une assiette, façonner 3 nids de légumes et déposer vos raviolis pour la présentation.

Rillettes de poulet aux noix et à la moutarde par Sandra

- > Temps de préparation : 35 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 0 minutes

> Ingrédients

Pour la rilette

- 240 g de restes de poulet cuit
- 60 g de noix de Grenoble
- 250 g de yaourt au lait entier
- 20 g de moutarde
- 20 brins d'estragon
- 4 g de sel
- poivre
- 8 tranches de pain de campagne
- salade (mélange de jeunes pousses)

Pour la vinaigrette

- 8 cuillères à soupe d'huile de noix
- 4 cuillères à soupe de vinaigre de vin aux noix
- 4 cuillères à café de miel doux "artisanal" (type miel d'acacia)
- 4 cuillères à soupe de moutarde faite à l'ancienne

> Préparation

- Mélanger dans un bol le yaourt, la moutarde, le sel, le poivre et l'estragon ciselé.
- Casser les noix à l'aide d'un casse-noix et récupérer les cerneaux.
- Mettre les cerneaux de noix dans le bol du robot coupe et mixer par à-coups de manière à obtenir des brisures fines de noix mais sans les réduire en purée. Réserver les brisures de noix dans un récipient.
- Verser la moitié de la viande de poulet dans le bol du robot coupe et mixer par à-coups, sans trop insister (il ne faut surtout pas obtenir une purée de poulet !)
- A l'aide d'un couteau bien aiguisé, détailler l'autre moitié de viande de poulet en tout petits morceaux.
- Dans un récipient, mélanger l'ensemble de la viande de poulet avec la sauce moutardée au yaourt et les brisures de noix.
- Couper 8 tranches de pain de campagne et les garnir avec la rilette de poulet.
- Dresser en déposant la salade au fond de l'assiette et déposer dessus les tartines de rillettes de poulet



Carré d'agneau en croûte de noix, écrasé de pommes de terre rôties et sa carotte, nuage du Vercors par Sébastien

- > Temps de préparation : 75 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 45 minutes

> Ingrédients :

- 1 carré d'agneau (8 côtes)
- 100 g de cerneaux de noix
- 70 g de beurre pommade
- 2 bouquets de persil
- 6 cuillères à soupe de chapelure
- 2 blancs d'œufs
- 8 pommes de terre Amandine
- 2 carottes (en botte)
- 1 cuillère à soupe d'huile de noix
- 25 cl de crème liquide
- 80 g de bleu du Vercors-Sassenage
- sel

> Préparation

- Saisir le carré d'agneau dans une poêle jusqu'à coloration puis réserver et saler.
- Préchauffer le four à 210°C.
- Préparer la croûte en hachant au robot les noix et le persil, puis mélanger avec les blancs d'œufs, le beurre, la chapelure et le sel afin d'obtenir une pâte.
- Recouvrir les os du carré avec de l'aluminium afin qu'ils gardent une belle coloration après cuisson.
- Disposer la pâte sur la partie charnue de la viande sur 0,5 cm d'épaisseur. Disposer les pommes de terre autour de la viande dans un plat allant au four. Ajouter les carottes épluchées et coupées en 2 dans le sens de la longueur. Mettre au four 45 min.
- Dans une casserole faire chauffer à feu doux la crème et le bleu du Vercors-Sassenage jusqu'à dissolution du fromage.
- Passer au chinois et réserver dans le siphon (0,5 L) en y ajoutant une cartouche de gaz.
- Après cuisson sortir la viande et les légumes du four. Ecraser les pommes de terre en y incorporant l'huile de noix. Dresser les assiettes.



Pastill'Alpes par Stéphanie

- > Temps de préparation : 15 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 30 minutes

> Ingrédients :

- 10 feuilles carrées de pâte filo
- 2 petits blancs de poulet
- 1 cuillerée à café de curry rouge
- 2 cuillerées à soupe de sauce barbecue
- 1 cuillerée à soupe d'huile de sésame
- 10 g de sésame noir
- 20 g de miel
- 80 g de noix
- 2 Saint-Marcellin
- 8 g de sésame blond
- sel
- huile d'olive

> Préparation

- Préchauffer le four à 200°C.
- Couper le poulet en fines lanières. Le faire revenir quelques minutes dans une poêle antiadhésive.
- Ajouter la sauce barbecue, le curry rouge, l'huile de sésame et les graines de sésame noir. Saler et bien mélanger. Réserver.
- Placer une feuille de papier sulfurisé dans le fond d'un plat à tarte. Recouvrir de deux feuilles de pâte filo.
- Disposer les noix grossièrement hachées. Recouvrir de deux feuilles de pâte filo.
- Couper les Saint-Marcellin en morceaux et les répartir sur la pâte. Recouvrir de nouveau de deux feuilles de pâte filo, puis du miel, puis de deux feuilles de pâte filo, puis du poulet au curry rouge. Recouvrir des deux feuilles de pâte filo restantes.
- Rabattre les bords sur le dessus. Retourner l'ensemble afin que les bords soient en-dessous.
- Badigeonner d'huile d'olive et parsemer des graines de sésame blond.
- Enfourner pendant 20 à 25 minutes. Servir chaud ou tiède.



Flan de potimarron Marcellinois par Stéphanie

- > Temps de préparation : 20 minutes
- > Temps de repos : 2 minutes
- > Temps de cuisson : 25 minutes

> Ingrédients :

- 350 g de potimarron cuit sans eau
- 3 œufs
- 30 g de purée d'amande
- 10 g de confiture de noix
- 20 g de farine de riz
- 15 cl de lait
- 1 Saint Marcellin
- 40 g de noix de Grenoble
- quelques graines de cumin moulues
- Pincée de sel

> Préparation

- Préchauffer le four à 180°C.
- Réduire le potimarron en purée.
- Concasser les noix. En garder quelques-unes pour la déco.
- Couper le Saint Marcellin en petits morceaux.
- Mélanger le potimarron avec les œufs, la purée d'amande, la confiture de noix. Ajouter la farine puis le lait.
- Moudre le cumin et saler à convenance
- Repartir le Saint-Marcellin et les noix de Grenoble dans 12 moules à muffins. Verser l'appareil.
- Enfourner pour 20-25 min.



Cuisinez *local!*



CONCOURS DE CUISINE DE PRODUITS LOCAUX



Les
DESSERTS



Douceur du Grésivaudan par Adrien

- > Temps de préparation : 60 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 15 minutes

> Ingrédients

Pour le sablé fondant à la noix

- 95 g de beurre
- 35 g de sucre glace
- 35 g de noix de Grenoble en poudre
- 20 g de jaune d'œuf
- 80 g de farine T55
- 50 g de chocolat au lait
- 2,5 g de fleur de sel

Pour la mousse de Saint-Marcellin

- 100 g de crème liquide à 35% MG
- 100 g de Saint-Marcellin
- 3 g de gélatine
- 145 g de crème liquide à 35% MG montée

Pour la compotée de figues au miel

- 250 g de figues fraîches
- 25 g de sucre en poudre
- 25 g de miel
- 4 g de pectine Nh

> Préparation

Préparer le sablé fondant à la noix :

- Faire fondre au bain-marie le chocolat.
- Pendant ce temps, mettre le beurre en pommade à l'aide d'un micro-ondes ou d'une casserole puis le crémiser en y ajoutant le sucre glace, avec un fouet, jusqu'à blanchiment.
- Verser ensuite les noix de Grenoble (préalablement torréfiées si possible) et mélanger jusqu'à obtenir un mélange lisse. Ajouter le jaune d'œuf et mélanger à nouveau.
- Tamiser la farine et l'ajouter au mélange à l'aide d'une maryse. Finir en versant le chocolat liquide sur la préparation et saupoudrer la fleur de sel à la fin afin de garder les cristaux.
- Cuire 10-15 min à 150°C environ (en fonction du four).
- Emporte-piècer à 90 mm de diamètre au bout de 10 min de cuisson.

Préparer la mousse de Saint-Marcellin :

- Hydrater la gélatine (si elle est en poudre, ajouter 6 fois la masse de la gélatine en eau).
- Faire bouillir la crème et ajouter le Saint-Marcellin afin de le faire fondre. Remonter à ébullition puis ajouter la gélatine.
- Réserver au froid positif + 4°C.
- Monter la crème liquide à l'aide d'un fouet ou d'un robot et lorsque le premier mélange est entre 25 et 30°C, incorporer la crème montée.
- Couler directement dans les moules (ici 50 g/moule)



Préparer la compotée de figues au miel :

- Couper les figues en quartiers (en 8) et les placer dans une casserole. Faire poêler légèrement et ajouter le miel, mélanger puis ajouter le sucre et la pectine Nh préalablement mélangés ensemble.
- Faire cuire jusqu'à environ 100°C ou jusqu'à ce que la compotée de figue soit suffisamment dense pour qu'au refroidissement elle gélifie. Une fois la cuisson terminée, couler directement dans les moules (ici 20-25g/moule).
- Penser à en garder une partie pour le montage.

Dresser :

- Insérer de la compotée de figues dans les empreintes de mousse de Saint-Marcellin puis saupoudrer de sucre glace type Codineige® (persistant) pour un effet velours.
- Placer le résultat sur le disque de sablé fondant.
- De l'autre côté, glacer les empreintes de compotée de figue à l'aide du glaçage (à 25°C) ou du nappage. Placer ensuite ces derniers sur la mousse de Saint-Marcellin.

Muffins au potimarron par Anne

- > Temps de préparation : 30 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 15 minutes

> Ingrédients :

- 1 petit potimarron
- 600 g de farine
- 2 cuillères à café de levure chimique
- 2 cuillères à café de bicarbonate
- 1 pincée de sel
- 375 g de beurre
- 250 g de sucre
- 100 g de miel
- 2 œufs
- vanille liquide
- cannelle
- éclats d'amandes et vermicelles de chocolat

> Recette

- Cuire le potimarron à l'eau bouillante 30 à 45 minutes.
- Égoutter, couper en deux, retirer les graines et prélever la chair en faisant attention à bien retirer toute la peau.
- Préchauffer le four à 180°C (th. 6).
- Battre les œufs, le sucre et le miel jusqu'à ce qu'ils blanchissent.
- Faire fondre le beurre et l'ajouter, mélanger jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- Ajouter la chair de potimarron et bien mélanger.
- Dans un saladier, mélanger la farine, la levure, le bicarbonate, le sel et la cannelle.
- Ajouter ce mélange par petites quantités à la préparation crémeuse en mélangeant bien à chaque fois pour éviter les grumeaux.
- Ajouter la vanille liquide et les éclats d'amandes.
- Mettre dans des moules à muffins (petits moules bien creux) et enfourner 15 minutes (vous pouvez au préalable habiller les moules de caissettes en papier si vous le souhaitez).



On peut remplacer les amandes par d'autres fruits à coque, des pépites de chocolat ou de pralin, des petits dés de fruits secs (dattes, abricots, raisin...), mélanger un peu de tout ça... selon le goût de chacun.

Cupcakes des versants de Chamechaude, courge confite et nougatine de noix par Anne

- > Temps de préparation : 50 minutes
- > Temps de repos : 60 minutes
- > Temps de cuisson : 60 minutes

> Ingrédients :

Pour le gâteau

- 125 g de sucre en poudre
- 1 œuf
- 25 g d'huile de tournesol
- 125 g de fromage blanc
- 100 g de farine
- 1 courge Butternut
- 75 g de noix de Grenoble en poudre
- 1 pincée de sel
- 1/2 sachet de levure chimique
- 1 sachet de sucre vanillé

Pour la crème

- 150 g de fromage frais nature (type Philadelphia, St Môret...)
- 50 g de beurre
- 200 g de crème de marrons vanillée

Pour la décoration

- quelques beaux cerneaux de noix de Grenoble
- quelques feuilles de verveine fraîche

Pour la nougatine de noix

- 20 morceaux de sucre
- 100 g de poudre de noix
- 1 peu d'eau

Pour la courge confite

- 4 tranches de courge Butternut coupées très fines
- 300 g de jus d'orange pur jus
- 300 g de sucre en poudre
- 300 g d'eau

> Préparation

- Sortir le beurre du frigo, le couper en tranches fines et le laisser mollir à température ambiante.
- Mettre le four à préchauffer à 180°C (thermostat 6).

Préparer la courge confite :

- Découper 4 tranches très fines de courge dans la partie sans graines et enlever la peau.
- Peser les tranches, les mettre dans une casserole avec le même poids de sucre, de jus d'orange et d'eau.
- Mettre à réduire sur feu moyen pour 1 heure environ, en remuant de temps en temps très délicatement.
- Une fois confites, les faire égoutter sur une grille ou dans une passoire.



Préparer les cupcakes :

- Pendant ce temps, découper 200 g de petits cubes de courge (environ 1 cm de côté) sans graines ni peau.
- Ajouter tous les ingrédients de la pâte à gâteau, mélanger sommairement, puis verser dans des moules à cupcakes garnis au préalable de cassettes en papier cuisson.
- Enfourner pour 25 minutes.

Préparer la nougatine :

- Répartir environ 50 g de poudre de noix sur un papier sulfurisé, mettre les 20 morceaux de sucre et un peu d'eau dans une casserole sur feu vif pour en faire du caramel (le secret du caramel réussi, est de ne JAMAIS mélanger, juste faire tourner dans la casserole de temps en temps en bougeant la casserole avec sa poignée).
- Une fois le caramel bien doré, le verser sur la poudre de noix pour faire une plaque fine, et recouvrir par le reste de la poudre de noix. Laisser durcir.
- Une fois solidifiée, casser la nougatine en morceaux.

Préparer la crème :

- Battre le beurre ramolli au batteur, puis une fois qu'il est bien "monté", rajouter le fromage frais et la crème de marrons tout en continuant à battre, jusqu'à obtention d'une crème lisse.
- Réserver au frais dans une poche à douilles.

Dresser :

- Lorsque les gâteaux sont cuits, les laisser refroidir, puis les décorer avec la crème à l'aide de la poche à douille, des morceaux de nougatine, de courge confite (on peut les découper à l'emporte pièces ou au couteau) et des cerneaux de noix.
- Rajouter quelques feuilles de verveine fraîche

Péché gourmand en Chartreuse par David

- > Temps de préparation : 20 minutes
- > Temps de repos : 20 minutes
- > Temps de cuisson : 20 minutes

> Ingrédients :

Pour le fondant

- 150 g de chocolat noir
- 100 g de beurre
- 100 g de sucre
- 30 g de farine
- 2 œufs
- 200 g de courge
- 4 cuillères à soupe de miel
- 100 g de noix

- 1/2 cuillère à cafés de cannelle

Pour la chantilly

- 25 cl de crème liquide
- 1 cuillère à soupe de Chartreuse verte

Pour le dôme chocolat

- 100 g de chocolat noir

> Préparation

- Verser la crème dans le siphon et ajouter la Chartreuse. Remuer le siphon et mettre au congélateur.
- Préchauffer le four à 180°C.
- Couper la courge en frites de 5 cm de long sur 1 cm de large. Dans un récipient, mélanger les frites avec le miel et la cannelle.
- Mettre les frites de courge dans une casserole couvrir et faire cuire 15 minutes. Réserver.
- Mixer 70 g de noix.
- Passer le beurre au micro-ondes une dizaine de secondes.
- Faire fondre 150 g de chocolat au micro-ondes.
- Dans un saladier travailler le beurre mou, ajouter le sucre en poudre et mélanger. Puis ajouter les œufs un à un en alternance avec la farine. Incorporer le chocolat fondu, remuer.
- Verser la préparation dans des ramequins beurrés au tiers.
- Mettre 5 frites de courges confites et saupoudrer de noix concassées au milieu du ramequin. Recouvrir avec la préparation.
- Mettre les ramequins dans le congélateur pendant 20 minutes.
- Mettre les ramequins à cuire 20 minutes pas plus.



- Faire fondre au bain marie 100 g de chocolat pour le dôme en chocolat.
- Utiliser le chocolat fondu au bain marie à l'aide d'un pinceau, habiller les empreintes d'un moule demi-sphère en silicone (il faut mettre une couche assez épaisse de chocolat, puis placer au réfrigérateur)

Dresser :

- Démouler les gâteaux. Mettre quelques frites de courges dans l'assiette. Poser le dôme à côté et remplir avec de la chantilly. Servir aussitôt.

Losanges aux noix et Cramailotte par Delphine

- > Temps de préparation : 30 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 30 minutes

> Ingrédients :

- 150 g de cerneaux de noix de Grenoble
- 75 g de farine locale
- 60 g de miel d'acacia
- 50 g de sucre en poudre
- 2 œufs bio
- 2 cuillère à soupe de Cramailotte
- 40 g de beurre des Alpes

> Préparation

- Râper les noix (garder 6 cerneaux pour la décoration). Mélanger avec la farine et le sel.
- Préchauffer le four à 170°C.
- Faire fondre le beurre et y ajouter le miel d'acacia.
- Ajouter les œufs au mélange noix-farine, puis ajouter le mélange beurre-miel. Bien mélanger.
- Tapisser un moule carré d'environ 20 cm de côté, avec du papier sulfurisé préalablement beurré.
- Verser la pâte et bien garnir le moule.
- Mettre au four pendant environ 25/30 min.
- Démouler à la sortie du four, et étaler la confiture de pissenlit pendant que le biscuit est encore chaud.
- Couper en forme de losange. Ajouter les cerneaux de noix pour décorer.



Cake aux noix, fruits du verger et au miel (sans gluten) par Emmanuelle

- > Temps de préparation : 20 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 50 minutes

> Ingrédients :

- 160 g de farine de riz
- 40 g de farine de sarrasin
- 20 g d'arrow root ou de fécule de pomme de terre
- 1 cuillère à café de gomme de guar
- 1 cuillère à thé de bicarbonate de sodium alimentaire
- 1/2 sachet de levure sans gluten
- 1 cuillère à café de cannelle en poudre
- 1 pincée de sel
- 70 g de sucre
- 3 œufs
- 150 g de compote fait maison (pommes, prunes en ce moment)
- 2 cuillère à soupe de miel
- 1 pomme
- 2 poires
- 120 g de noix de Grenoble

> Préparation

- Mettre votre four à chauffer à 160°C.
- Dans un saladier, mélanger les ingrédients secs.
- Peler et couper les fruits.
- Ajouter les œufs, la compote, les noix, le miel et les fruits.
- Mélanger le tout et verser dans un moule à cake beurré.
- Mettre au four durant 50 minutes.

- Laisser refroidir et régalez-vous !



Tarte Butternut, noix et miel par Mélitine

- > Temps de préparation : 50 minutes
- > Temps de repos : 90 minutes
- > Temps de cuisson : 45 minutes

> Ingrédients

Pour la pâte

- 20gr de sucre de canne complet
- 5 cuillère à soupe d'eau
- 125gr de beurre
- 250gr de farine
- 3 cuillère à café de cannelle

Pour les noix caramélisées

- 150gr de cerneaux de noix
- 3 cuillère à soupe d'eau
- 3 cuillère à soupe de sucre de canne complet

Pour la purée de Butternut

- 1 petite courge Butternut (environ 800 g de chair une fois épluchée et évidée)
- 20 cl de lait d'amande intense
- 2 œufs
- 1 cuillère à café de cannelle
- 1 cuillère à café de sucre de canne complet
- 3 cuillère à soupe de sucre de canne complet
- 2 cuillère à soupe de miel de sapin

> Préparation

Préparer la pâte à tarte :

- Dans une casserole, mettre le sucre, le beurre et l'eau. Porter à ébullition.
- Hors du feu, ajouter la farine en une seule fois et mélanger pour obtenir une boule homogène. Si besoin, transférer le mélange dans un saladier pour mélanger plus facilement. Ajouter la cannelle et mélanger.
- Chemiser un moule à tarte et étaler votre pâte. Réserver.



Préparer les noix caramélisées :

- Concasser les noix et les mixer un peu pour obtenir des petits morceaux mais pas de la poudre.
- Dans une casserole, mettre l'eau et le sucre. Lorsque le mélange commence à bouillir, ajouter les noix et remuer sans cesse pour que le caramel enrobe bien les fruits.
- Laisser refroidir un peu puis étaler sur le fond de tarte en une couche uniforme.

Préparer l'appareil :

- Eplucher la courge Butternut, la vider de ses graines et couper la chair en petits morceaux.
- Dans une grande poêle, mettre du beurre à fondre. Ajouter la Butternut et la faire revenir. Lorsqu'elle est dorée et qu'elle commence à ramollir, ajouter de l'eau à hauteur avec la cuillère à café de cannelle et de sucre.
- Préchauffer le four à 180°C.

- Lorsque la chair est tendre, égoutter la courge Butternut. La mixer en purée lisse avec le lait d'amande, les œufs, le sucre et le miel. Ajuster le dosage de sucre et de miel selon votre préférence.
- Etaler sur votre fond de tarte et cuire 45 minutes à 180°C.

- Sortir du four et laisser refroidir.

- Réserver au réfrigérateur jusqu'au moment de servir afin que l'appareil de la tarte soit bien ferme.

Dresser :

- Déguster avec une boule de glace à la vanille et des cerneaux de noix.

Crumble d'automne et crème au miel par Milena

- > Temps de préparation : 30 minutes
- > Temps de repos : 0 minutes
- > Temps de cuisson : 35 minutes

> Ingrédients

- 200 à 300 g de courge Butternut
- 2-3 poires
- 2 pommes acidulées de type Elstar, Reinette ou Boskop
- cannelle
- vanille
- 100 g de farine
- 120 g de beurre
- 100 g de sucre cassonade
- 1 pincée de sel
- 50 g de cerneaux de noix
- 15 cl de crème fleurette
- 3 petits suisses
- miel de montagne

> Préparation

- Préchauffer le four à 180°C.
- Détailler la courge, les pommes et les poires en petits cubes.
- Les faire revenir dans 20 g de beurre, une cuillère à soupe de cassonade et une grosse cuillère à soupe de miel (5 min environ). Rajouter les épices selon votre goût.

Préparer la pâte à crumble :

- Pétrir du bout des doigts le beurre restant légèrement ramolli, la farine, la cassonade et la pincée de sel. Rajouter les cerneaux de noix préalablement hachés.



Monter les crumbles :

- Dresser dans des cercles dans lesquels vous aurez mis du papier sulfurisé : remplir aux 2/3 de fruits et couvrir ensuite de pâte à crumble.
- Enfourner pour 30 à 40 minutes. Sortir le tout lorsque le crumble est bien doré.

Préparer la chantilly :

- Pendant la cuisson des crumbles préparer la chantilly au batteur électrique avec la crème fleurette.
- Battre les petits suisses avec 3 belles cuillères à soupe de miel (selon le goût).
- Réunir délicatement à la spatule les 2 préparations. Garder au frais.

Dresser :

- Dresser sur l'assiette le crumble sans le cercle. Dresser la crème à la poche à douille ou faire une quenelle de crème entre 2 cuillères à soupe.

Déguster tiède

Tarte de courge aux noix caramélisées par Solange

- > Temps de préparation : 30 minutes
- > Temps de repos : 120 minutes
- > Temps de cuisson : 60 minutes

> Ingrédients :

Pour la farce

- 800 g de courge cuite
- 100 g de sucre roux
- 1 cuillère à soupe de miel (+/- 30 g)
- 25 cl de crème liquide
- 3 œufs
- cannelle
- noix de muscade

Pour la pâte

- 150 g de farine de froment
- 50 g de farine de riz*
- 80 g de farine de châtaigne*

- 140 g de beurre
- 100 g de sucre
- 10 cl d'eau

*les farines de riz et de châtaigne peuvent être remplacée par 100 g de farine de froment

Pour la croûte

- 200 g de noix
- 200 g de sucre
- 100 g de beurre
- 5 cl d'eau

> Préparation

Préparer la pâte :

- Mélanger les farines et le sucre, puis ajouter le beurre en petits morceaux.
- Mélanger avec les doigts, jusqu'à l'obtention d'un sable.
- Ajouter l'eau et pétrir jusqu'à l'obtention d'une boule de pâte homogène.
- Laisser reposer 2h au frais

Préparer la farce :

- Mélanger au blender les morceaux de courge préalablement cuits à l'eau et égouttés, avec la crème, le sucre, les œufs, la cannelle et la noix de muscade jusqu'à l'obtention d'un flan homogène.

- Étaler la pâte et garnir un moule à tarte beurré.
- Faire cuire la pâte à blanc pendant 20 minutes à 200°C
- Ajouter la farce et remettre au four pendant 30 - 40 minutes à 180°C. Si nécessaire couvrir pour éviter une coloration trop importante

Préparer le caramel :

- Dans une casserole, faire chauffer le sucre à feu



- doux en remuant de temps en temps avec une spatule en bois. Quand le sucre brunit et se liquéfie, ajouter le miel et le beurre.
- Laisser cuire encore 1 minute puis ajouter les noix.

- Verser le tout sur le dessus de la tarte

Le Café Gourmand Isérois revisité par Sonia

- > Temps de préparation : 30 minutes
- > Temps de repos : 15 minutes
- > Temps de cuisson : 20 minutes

> Ingrédients

- 3 pommes
- 3 poires
- 5-6 noix
- du miel
- 8 figues
- 2 sachets de sucre vanillé
- 250 g de farine
- 30 g de sucre semoule
- 2 gros œufs
- 1 sachet de levure chimique
- 65 g de beurre doux
- 1 pincée de sel
- 30 cl de lait
- 150 g de potimarron cuit à la vapeur
- 1 bâtonnet de cannelle
- 1 petite brique de crème fraîche
- 1 Saint-Marcellin frais
- 100 g de bleu du Vercors-Sassenage

> Préparation

Préparer les pancakes au miel et au potimarron :

- Faire fondre le beurre. Mélanger la farine, le sucre, la levure chimique et le sucre vanillé dans un saladier.
- Ajouter les œufs un à un et fouetter.
- Ajouter le beurre et fouetter.
- Verser le lait au fur et à mesure et fouetter.
- Ajouter le potimarron réduit en purée et fouetter. Ajouter une cuillère de miel. Râper un bâtonnet de cannelle.
- Faire cuire les pancakes dans une petite poêle. Les découper avec un emporte-pièce.

Préparer la mousse de Saint-Marcellin accompagnée de figues rôties :

- Mixer la crème fraîche et le Saint-Marcellin. Verser le tout dans un siphon. Bien secouer et réserver au frais.
- Retirer la peau des figues sans les rincer. Les découper en quartier et les étaler sur une plaque et saupoudrer légèrement de sucre vanillé.
- Les faire dorer 10 min au four à 180°C (four préchauffé au préalable)

Préparer la julienne de pommes-poires-miel-noix poêlées et ses lamelles de bleu du Vercors-Sassenage :

- Découper les pommes et les poires en julienne.
- Les faire revenir dans une poêle avec un peu de beurre, 1 cuillère à soupe de miel et des noix concassées.
- Les saisir 5 min pour garder le croquant des fruits.
- Attendre que les fruits refroidissent avant d'ajouter les lamelles de bleu du Vercors-Sassenage dans le plat de présentation.

Dresser l'assiette du café gourmand revisité pour surprendre vos convives !



Douceur d'Automne par Sylvie

- > Temps de préparation : 30 minutes
- > Temps de repos : 30 minutes
- > Temps de cuisson : 20 minutes

> Ingrédients :

Pour le moelleux de courge

- 170 g de farine
- 120 g de courge cuite
- 20 g d'huile de tournesol
- 90 g de Sucre
- 1 cuillère à café de bicarbonate
- 2 cuillère à café de noix de muscade
- 1 œuf
- 1 pincée de sel

Pour la mousse glacée au Bleu du Vercors-Sassenage

- 100 g de bleu du Vercors-Sassenage
- 100 g de lait
- 25 g de crème fraîche liquide
- 1 pincée de sel
- 1 blanc d'œuf

Pour les cerneaux de noix

- des noix de Grenoble
- du miel de lavande de Grenoble

> Préparation

- Préchauffer le four thermostat 6

Préparer la mousse glacée au bleu du Vercors-Sassenage :

- Mixer le bleu avec la crème fraîche, le lait, la pincée de sel et le blanc d'œuf.
- Plaquer et mettre au congélateur 45 minutes.

Préparer le moelleux de courge :

- Cuire la courge (10 min)
- Mixer la courge
- Ajouter l'huile, l'œuf, la muscade, le sucre, le bicarbonate, le sel. Mélanger.
- Ajouter la farine. Remuer.
- Remplir des caissettes en papier aux 3/4, enfourner et cuire pendant 20 minutes.

Préparer les noix caramélisées :

- Faire un caramel avec le miel
- Mélanger avec les cerneaux de noix.

- Une fois les moelleux refroidis, les découper avec un emporte-pièce rond.
- Décorer les moelleux avec les noix caramélisées et faire quelques gouttes de caramel.
- Sortir la mousse glacée. Dresser en forme de quenelles sur le moelleux.



