



MINI BROCHETTES DE GAMBAS À LA VANILLE ANTILLAISE

- 16 belles pièces de gambas décortiquées (ou crevettes crues)
 - 1 poivron vert (taillé en carré de 2 cm)
 - 1 poivron jaune (taillé en carré de 2 cm)
 - 6 g de vanille en poudre (ou liquide)
 - 16 pièces de tomates cerise (équeutées)
 - 10 cl d'huile d'olive
 - 15 g de graines de pavot
 - Sel, poivre du moulin
1. *Monter les mini brochettes avec un morceau de poivron vert et la queue de gambas puis tomate cerise + corps de gambas puis poivron jaune.*
 2. *Faire mariner avec huile d'olive, vanille, sel, poivre du moulin.*
 3. *Sauter vivement à la plancha ou à la poêle ou au BBQ.*
 4. *Servir chaud à l'apéritif ou en entrée sur un lit de roquette.*

POULET FERMIER ET SAUCISSE ROUGAIL DES ILES

- 16 pilons de poulet fermier
 - 1 kg de saucisses de Toulouse (coupées en tronçons de 3 cm)
 - 40 g d'ail frais (coupé en lamelles)
 - 30 g d'oignons (hachés)
 - 1 l de sauce tomate
 - ½ botte de citronnelle (hachée)
 - ½ l de vin blanc
 - 2 l de fond de volaille
 - 40 g de farine
 - Sel, poivre du moulin
1. *Faire raidir les pilons et les saucisses. Ajouter les oignons et l'ail fariné.*
 2. *Ajouter le vin blanc, le fond de volaille, la sauce tomate. Porter à ébullition puis faire mijoter 30 min.*
 3. *Ajouter la citronnelle et servir bien chaud, accompagné d'un riz sauvage*

ANANAS SAUTÉ AU CAMEL ÉPICÉ

- 1 bel ananas mûr à point (coupé en triangle)
 - 50 g de beurre
 - 300 g de sucre
 - 15 g d'épices douces
 - 20 g de graines de sésame (rôti)
1. *Dans une poêle, faire un caramel avec le sucre et les épices.*
 2. *Stopper la cuisson du caramel avec le beurre.*
 3. *Enrober l'ananas avec le caramel.*
 4. *Saupoudrer de graines de sésame.*
 5. *Servir chaud ou froid.*



Philippe GARDETTE
Conseiller Technique en Art Culinaire
Création et Organisation d'Événements



8 PERSONNES

MINI VERRINES CHORIZO ET CABILLAUD AUX EPICES DOUCES ET CIBOULETTE, CRÈME DE SAFRAN ACIDULÉ

- 200 g de chorizo (en rondelles)
 - 400 g de filet de cabillaud frais (cuit nacré à la vapeur)
 - 100 g d'olives farcies au poivron rouge (coupées en 2)
 - ¼ l de crème fleurette (montée au citron)
 - 1 g de safran
 - 4 cl de pulco citron
 - 1 botte de ciboulette (coupée en bâtonnets de 3 cm)
 - Sel, poivre du moulin
1. *Dans une verrine, monter par couches successives : crème montée, chorizo, cabillaud, chorizo, olives, cabillaud, chorizo, crème montée, ciboulette.*
 2. *Rafraîchir au réfrigérateur 1 heure puis servir très frais.*
 3. *Petite verrine : apéritif
Grosse verrine : entrée*

COLOMBO DE MIGNON DE PORC À LA NOIX DE COCO

- 15 g d'épices à Colombo
 - 1,200 kg de mignons de porc (taillés en rondelles de 2 cm d'épaisseur)
 - 200 g de poitrine fumée (taillée en lardons)
 - 400 g de champignons de Paris bouton
 - 600 g de pleurotes (coupées en 2 ou 3 selon la grosseur)
 - 10 cl d'huile de pépin de raisin
 - ¼ l de jus de porc
 - ¼ l de crème fleurette
 - 50 g de noix de coco râpée
 - Sel, poivre du moulin
1. *Faire revenir les mignons de porc et la poitrine. Ajouter les champignons, la poudre à Colombo, le jus de porc.*
 2. *Faire bouillir puis mijoter 30 min.*
 3. *Ajouter la coco râpée puis la crème.*
 4. *Servir bien chaud (accompagné d'un riz rouge).*

BANANES FLAMBÉES AU RHUM DES ANTILLES

- 8 bananes (pas trop mûres, en rondelles)
 - 250 g de sucre roux
 - 5 g de vanille en poudre (ou liquide)
 - 50 g de beurre
 - 15 cl de rhum
 - 5 cl d'huile de pépin de raisin
1. *Dans une poêle, faire un caramel avec le sucre et la vanille.*
 2. *Arrêter la cuisson avec le beurre.*
 3. *Faire sauter les bananes dans le caramel.*
 4. *Ajouter le rhum, dresser sur assiette et faire flamber.*



10 PERSONNES

RILLETES DE HADDOCK AUX ŒUFS

- 50 g de beurre
 - 6 g de ciboulette ciselée
 - 0,6 kg de haddock désarêté
 - 0,1 l d'huile d'olive
 - 0,5 l de lait
 - 3 œufs durs écalés et hachés
 - 5 g de persil haché
 - 0,1 l de pulco citron
 - Sel, poivre du moulin
1. *Faire bouillir le lait avec l'eau puis pocher le haddock 3 min.*
 2. *Emietter le haddock dans un bol. Ajouter le beurre fondu, les œufs, la ciboulette, le persil, l'huile d'olive, le jus de citron, sel, poivre. Bien mélanger le tout.*
 3. *Laisser reposer au frigo 3 heures.*
 4. *Servir avec du pain grillé.*

EPAULE D'AGNEAU BRAISE A LA DIABLE, PETIT COUSSIN DES ANGES

- 1,2 kg d'épaule d'agneau désossé
 - 0,2 l de jus d'agneau
 - 0,2 l de vin blanc sec
 - 0,1 kg de moutarde de Dijon
 - 50 g de chapelure
 - 6 g de persil haché
 - 1 kg de pommes de terre
 - 30 g de beurre
 - Sel, poivre du moulin
1. *Braiser l'agneau avec le jus d'agneau, le vin blanc, la moutarde, la moitié du persil, la chapelure.*
 2. *Tailler les pommes de terre en julienne très fines. Ajouter le persil restant.*
 3. *Sans les laver, les poêler en petites cocottes individuelles.*
 4. *Servir très chaud.*

POISSON FEUILLETE AU CHOCOLAT

- 0,5 kg de chocolat couverture
 - 0,1 l de crème épaisse
 - 1 œuf
 - 0,3 kg de pâte feuilletée
 - 50 g de sucre semoule
1. *Couper le feuilletage en forme de poisson.*
 2. *Farcir avec l'appareil au chocolat. Coller, dorer.*
 3. *Cuire 20 min au four à 200°C.*
 4. *Servir tiède ou froid.*



10 PERSONNES

QUICHE AUX 2 SAUMONS ET AUX OEUFS

- 0,8 g de paprika
 - 30 g d'emmental râpé
 - 0,3 l de lait
 - 0,2 l de crème épaisse
 - 3 œufs frais
 - 5 œufs durs écalés coupés en tranches
 - 0,5 kg de pâte brisée
 - 0,4 kg de saumon frais
 - 0,2 kg de saumon fumé
 - 6 g de ciboulette ciselée
 - Sel, poivre du moulin
1. *Pocher le saumon frais au fumet.*
 2. *Abaisser la pâte, ajouter les 2 saumons, les œufs durs, la ciboulette.*
 3. *Verser l'appareil à crème prise, ajouter le fromage.*
 4. *Cuire 25 à 30 min au four à 180°C.*
 5. *Servir tiède ou froid.*

GIGOT D'AGNEAU RÔTI A LA CORSE, GALETTE D'EPINARD

- 1,2 kg de gigot d'agneau désossé
 - 2 œufs frais
 - 30 g d'oignons ciselés
 - 20 g d'ail frais émincé
 - 15 g de beurre
 - 0,3 l de jus d'agneau
 - 0,3 l de vin blanc sec
 - 7 g d'origan
 - 0,4 kg d'épinards cuits hachés
 - 0,1 kg de parmesan
 - 50 g de pignons de pin
 - Sel, poivre du moulin
1. *Faire rôtir les gigots avec le jus d'agneau, le vin blanc, l'oignon, l'ail, l'origan.*
 2. *Réaliser les galettes avec l'épinard, les œufs, le parmesan, les pignons de pin.*
 3. *Servir bien chaud.*

PANA COTTA AU SUCRE PETILLANT

- 0,3 l de crème liquide
 - 3 feuilles de gélatine
 - 0,2 kg de sucre semoule
 - ½ gousse de vanille
 - 0,1 kg de sucre pétillant
1. *Ramollir la gélatine à l'eau froide.*
 2. *Faire bouillir la crème avec le sucre, la vanille. Ajouter la gélatine.*
 3. *Mouler en verrine puis laisser reposer 2 heures au frigo.*
 4. *Servir frais. Saupoudrer de sucre pétillant.*