

Crêpe chocolat-banane

Préparation pour 10 personnes

Ingrédients :

250 g farine
80 g sucre
3 pc œuf
500 ml lait
50 g beurre
10 ml vanille

Sauce chocolat

500 ml lait
300 g chocolat noir



REALISATION

Mélanger le sucre, œuf et farine.

Ajoutez ensuite le lait liquide et essence vanille.

Incorporez le beurre fondu et passer au chinois.

Sauce chocolat

Porter le lait à l'ébullition, verser dans le chocolat et mélanger.

Finition

Tartiner les crêpes avec la sauce chocolat.

Rouler en forme de ballotin, découper et décorer.

Crêpe farcie au champignon de Paris

Préparation pour 10 personnes

Ingrédients :

200 g farine
30 g sel
3 pc œuf
50 g lait
50 g beurre
200 g champignon de paris

Béchamel

35 g farine
250 cl lait
Pm muscade
35 g beurre
20 g sel



REALISATION

Réaliser une pâte à crêpe salée avec de la farine, œuf, lait additionné de sel. Mélanger et passer au chinois.

Faire fondre le beurre et ajouter au mélange.

Sauter au beurre les champignons de Paris avec l'ail, oignon et persil.

Dans une poêle, mettre le beurre, ajouter la farine et laisser colorer. Puis ajouter le lait et fouetter jusqu'à obtenir une consistance suffisante. Ajouter les champignons et rectifier l'assaisonnement.

Finition

Tartiner les crêpes avec les garnitures de champignon, rouler en forme de ballotin. Découper et décorer.

Sandwich de poulet

Préparation pour 10 personnes

Ingrédients bâtonnets de poulet:

700 g blanc poulet
500 g champignon
100 g oignon
100 g beurre
5 cl huile d'olive
Pm sel/poivre

Ingrédients sandwich de poulet:

10 pc pain au beurre
700 g blanc de poulet
70 g gruyère
50 g mayonnaise
50 g laitue
80 g tomate
70 g concombre vert



Réalisation bâtonnets de poulet

Procédé

Abaisser le blanc de poulet, mariner, farcir avec le duxelles de champignon, filmer en forme de ballotin et faire cuire à base température.

Finition et présentation

Glacer les bâtonnets avec un coulis de tomate, coulis de petit pois et crème de fromage.

Réalisation sandwich de poulet

Procédé

Couper le pain au beurre et tartiner avec la mayonnaise.

Disposer les laitues et concombres.

Recouvrir avec la ballottine de poulet et tomate.

Bouillon clair au poulet et manioc

Préparation pour 10 personnes

Ingrédients :

1000 g poulet
150 g poireau
150 g céleri
100 g oignon
150 cl bouillon de légumes
2 cl huile d'olive
100 g parmesan
150 g courge
200 g manioc
pm sel

Garnitures :

60 g courge
60 g vermicelle



REALISATION

Procédé

Eplucher et laver les légumes. Emincer grossièrement.
Faire suer les légumes avec de l'huile d'olive.
Mouiller avec le bouillon de légumes et le parmesan.
Pocher le poulet dans le bouillon.
Porter à l'ébullition puis cuire à feu doux pendant une heure.
Passer délicatement au chinois. (Le bouillon doit rester clair)
Réduire le bouillon d'un tiers.

Garnitures

Tailler la courge en paysanne.
Ajouter les vermicelles, les courges et l'effiloché de poulet dans le bouillon. Assaisonner.

Finition et présentation

Dresser le bouillon dans un bol, ajouter les garnitures. Arroser d'un trait d'huile d'olive.

Potage de Légume et fruit à pain

Préparation pour 10 personnes

Ingrédients :

100 g giraumon
100 g carotte
150 g fruit à pain
30 g cèleri
30 g poireau
20 g oignon
150 g bouillon de poulet
100 g parmesan
40 g beurre
Pm sel/poivre

Garnitures :

50 g dés de giraumon
50 g dés de carotte



REALISATION

Procédé

Eplucher et laver les légumes puis tailler en mirepoix.
Faire suer avec les garnitures aromatiques.
Mouiller avec le bouillon de volaille et parmesan.
Laisser cuire pendant environ une demi-heure.
Mixer le tout et passer délicatement au chinois.

Garnitures

Suer les dés de légumes et rectifier l'assaisonnement.

Finition et présentation

Dresser le potage dans un bol. Ajouter les garnitures.