




S. 360

RECIPES

rewritten

ADDING A LITTLE TASTE FOR LIFE TO THOSE COPING WITH CANCER.

 krebelige
ligue contre le cancer
liga contro il cancro

RECIPES

rewritten

Blanc de poulet enrobé d'une croûte de fines herbes et d'olives avec(jus)

sauce à la crème

STÉPHANIE ZOSSO

JEUNE CUISINIÈRE AU RESTAURANT SCHÜPBÄRG-BEIZLI DE SCHÜPFEN (JUSQU'EN JUIN 2021)

LAURÉATE DE MARMITE YOUNGSTER 2020

MEMBRE DE L'ÉQUIPE NATIONALE SUISSE JUNIOR DES CUISINIERS



krebsliga
ligue contre le cancer
lega contro il cancro

Blanc de poulet enrobé d'une croûte de fines herbes et d'olives avec(jus)

sauce à la crème

STÉPHANIE ZOSSO

INGRÉDIENTS

Blanc de poulet

Pour 4 personnes:

4 morceaux de blanc de poulet

4 feuilles de laurier

20 g de beurre

5 g de persil

10 g de thym

10 g de romarin

10 g de ciboulette

15 g d'olives noires

140 g de beurre

80 g de toasts

40 g de chapelure panko

2 gousses d'ail

Sel

(Jus)

(8 cl huile de tournesol)

(2,5 kg d'os de poitrine de veau)

(1,5 kg d'os de veau)

(1 kg de pieds de veau)

(500 g de parure de veau)

(1 kg de queue de
bœuf hachée)

(750 g de mirepoix coloré)

(100 g de purée de tomates)

(1 l de vin blanc)

(5 dl de vin rouge)

(5 dl de porto)

(4 l d'eau)

(1 cuillère à soupe de poivre)

(2 feuilles de laurier)

(Sel)

Pommes de terre fondantes

8 pommes de terre farineuses

200 g de beurre

10 g d'ail

10 g de romarin

10 g de thym

Sel

PRÉPARATION

Blanc de poulet

Cuire le poulet et les feuilles de laurier sous vide durant 1h15 à une température de 63° C. Envelopper l'ail dans du papier aluminium et le cuire au four à 190° C. Émincer finement tous les aromates, découper les toasts (sans la croûte) en petits cubes et hacher les olives. Éplucher l'ail. Bien mélanger tous les ingrédients. Étendre la préparation puis la réserver. Laisser égoutter le poulet après la cuisson et bien le saler. Arroser de beurre moussoux, déposer ensuite la croûte d'aromates, et griller le tout.

Jus

Faire rôtir la viande et les os à 160° C jusqu'à obtenir une couleur marron foncé, puis laisser reposer. Faire revenir le mirepoix et ajouter la purée de tomates. Déglacer avec le vin, filtrer puis laisser réduire. Verser l'eau, ajouter les condiments et les os. Faire bouillir en dégraissant régulièrement. Faire réduire le tout jusqu'à obtenir la consistance, la couleur et le goût souhaités. Laisser refroidir et dégraisser à nouveau.

Pommes de terre fondantes

Faire revenir le beurre avec tous les aromates et l'ail dans une poêle pendant 5 minutes. Attendre 30 minutes afin que le mélange prenne bien le goût. Saler. Éplucher et couper les pommes de terre. Les déposer dans un plat à gratin, les arroser de beurre et les faire cuire dans le four à 165° C pendant 30 minutes.

DRESSAGE

Couper le blanc de poulet avec la croûte d'herbes légèrement en diagonale. Disposer les pommes de terre autour de la viande. Réchauffer légèrement (le jus) et servir avec.

la sauce à la crème

Sauce à la crème:

2 dl de crème

50 g de champignons

100 g d'oignons

10 g de beurre

10 g de sel

Sauce à la crème:

Émincer les champignons et les oignons puis les faire revenir dans du beurre.

Ajouter la crème puis laisser mijoter 10 minutes. Mixer le tout, filtrer et rectifier l'assaisonnement. Si nécessaire, ajouter un peu plus de sel.

«Donner aux personnes touchées par le cancer d'authentiques moments de plaisir représente un défi passionnant et une expérience personnelle enrichissante.»

Stéphanie Zosso

