

Ateliers culinaires

Ateliers culinaires

Emmanuelle DEDIEU - info@escource.fr

Chaque mois, jusqu'en mai, en partenariat avec Mickael Geffroy, du restaurant *Le Plaisir des Mets*, la médiathèque vous proposera un atelier culinaire...

Cet atelier est réservé aux adhérents de la médiathèque (10€ par an, gratuit pour les moins de 18ans et les demandeurs d'emploi).

Une inscription préalable est nécessaire, ainsi que le paiement d'une somme de 5€ par atelier (afin de participer à l'achat des denrées).

Pâques tout chocolat

Ils ont déjà envahi les rayonnages : les œufs de Pâques sont là ! Industriels à souhait.

On aime le reflet brillant du chocolat fondu et la souplesse magique qu'il déploie pour se couler dans le moule. Sa façon de nous séduire de son doux parfum sucré.

Un œuf de Pâques fait-maison fera plaisir aux gourmands. C'est ce que sont venus apprendre les participants de l'atelier ce lundi 02 avril 2012.

Echange très convivial avec Michael qui explique tout l'art de faire des chocolats.

Dans la joie et la bonne humeur, les participants sont repartis avec l'envie de refaire des chocolats maisons.

Des livres sur ce thème sont disponibles à la médiathèque, vous pouvez venir les emprunter pour réaliser de délicieuses recettes.

Joyeuses Pâques à tous.





Choix du chocolat

Utilisez du chocolat noir de couverture de haute qualité, à 70 % de cacao pur et riche en beurre de cacao.

Le chocolat au lait doit être aussi de bonne qualité : 31 % de cacao minimum.

Le chocolat blanc se moule également bien.

Ingrédients

Pour le trempage (couverture ;: chocolat travaillé pour le moulage): chocolat en quantité selon la taille du moule (noir, lait ou blanc)

Pour la ganache (pour l'intérieur des chocolats) ;pralinée ;: 20 cl de crème / 200 g de chocolat noir 70 %

Pour la ganache caramel : 50 g sucre sec / 15 cl de crème / 1 pincée de fleur de sel

**Matériel spécial **

- thermomètre de cuisson

- des moules

- pinceaux

Etape 1

Casser le chocolat en morceaux dans une terrine.

Préparez un bain-marie (environ 80 degrés) dans une casserole, retirez du feu et plongez-y la terrine.

Laissez fondre le chocolat en remuant de temps en temps.

Vérifiez la température avec un thermomètre de cuisson : elle doit être à 55 ° pour le chocolat noir, à 50 ° pour le chocolat au lait et à 45 ° pour le chocolat blanc.

Etape 2

astuce (faire fondre $\frac{3}{4}$ du chocolat et rajouter $\frac{1}{4}$ en morceaux)

Travaillez-le à la spatule, jusqu'à ce qu'il revienne à 29 °.

Maintenez ces températures en vérifiant avec le thermomètre.

Etape 3

Bien nettoyer les moules avec du coton, il faut éviter les impuretés.

Versez une bonne quantité de chocolat dans les demi-moules. Inclinez-les dans tous les sens pour les recouvrir d'une couche régulière. On peut faire des effets marbrés avec du chocolat blanc à l'aide d'un pinceau.

Retournez les moules pour faire couler l'excédent de chocolat, puis nettoyez les bords avec un couteau et posez les moules sur une grille.

Quand le chocolat est sec mettez les moules au frais 15 mn.

Coulez ensuite une 2e couche, voire une 3e pour que l'épaisseur de la paroi soit de 3 à 4 mm.

Remettez au frais entre chaque couche et placez ensuite le tout une heure au frais.

Etape 4

Après ce temps de 1 heure, faites à peine tiédir une plaque à pâtisserie dans le four préchauffé.

Démoulez les moitiés d'oeufs (tapotez les moules en métal sur le plan de travail ou écarter délicatement les bords des moules en plastique).

Posez-les l'un après l'autre à plat sur la plaque, juste le temps de ramollir légèrement le bord. On peut rajouter la ganache à l'intérieur des chocolats, ou des fritures au choix

Assemblez les deux coques en les ajustant.

Appuyez un peu jusqu'à ce qu'elles soient soudées.

Lissez la soudure avec un couteau.

Nous remercions la pisciculture d'ESCOURCE qui nous a offert les truites pour la réalisation de cet atelier.

Michael a expliqué différentes techniques :

- Vider le poisson,
- Lever des filets, tailler des pavés
- Faire des rosaces avec les filets
- Oter toutes les arrêtes du poisson
- Réaliser des sauces (grenobloise, curry coco, béarnaise, beurre blanc échalote)

Après avoir appris les techniques, les recettes, nous avons dégusté les mets confectionnés lors de l'atelier.

Les participants ont échangé sur les différentes recettes, et donné leurs avis.

Ils ont partagé leurs goûts et apporté des petites remarques, suggestions?.

Echange très convivial avec Michael qui explique tout l'art de cuisiner en étant imaginatif avec des recettes de base. Il nous a démontré que l'on pouvait élaborer beaucoup de recettes.

Une quarantaine de livres sur la cuisine, sont disponible à la médiathèque, vous pouvez venir les emprunter pour réaliser de délicieux mets.

- Filets de truites,
- Beurre
- Câpres
- Citron
- Pain de mie
- Huile d'olive
- Sel, poivre, aneth

Faire dorer les truites dans l'huile avec un peu de beurre.

Découper les tranches de pain en cubes que l'on fait frire au beurre.

Eplucher le citron, le découper en tranches.

Sortir les truites de la poêle, dégraisser celle-ci, ajouter le restant de beurre, pour faire revenir ensemble les câpres, le citron et l'aneth.

On en nappe les truites, que l'on agrémente de croûtons, et de pommes de terre ou de riz.

Dans cette sauce, on peut faire confire les filets de truite (très onctueux).

2

- 150 g de beurre
- 1 petit citron
- 3 œufs
- Aneth
- Sel et poivre

- Filets de truite
- 2 citrons
- Huile olive
- Sel, poivre, aneth ou citronnelle, ciboulette??
- Pain grillé

Laver les citrons, les presser et réserver le jus.

Mélanger le jus de citron, l'huile d'olive, l'aneth

Dans un plat, superposer en intercalant les filets de truite et la marinade.

Réserver au frais.

- 4 filets de truite saumonée
- Beurre froid coupé en petits cubes
- 1 belle échalote finement hachée
- 20 cl de vin blanc sec
- Huile d'olive
- Sel, poivre

Mettre l'échalote, le vin blanc dans une petite casserole à fond épais et faire cuire jusqu'à réduction à 2 cuillères à soupe environ.

Baisser le feu au maximum puis incorporer le beurre petit bout par petit bout en fouettant,

Saler, poivrer et verser sur le poisson.

- Filets de poisson
- Lait de coco
- 2 cuillères à café de curry en poudre
- Sel
- Huile

Faire chauffer le lait de coco,

Ajouter ensuite les deux cuillères à café de curry, mélanger et laisser cuire.

Aux premiers frémissements, sortir du feu.

Incorporer les filets de truite et laisser cuire dans cette préparation.

Servir le poisson avec du riz.



Non

