

Menu de Noël 2015

Association Fribourgeoise de Paysannes

Truite fumée
Sauce à l'échalote

Rosbeef
Sauce au vin cuit
Poêlée aux légumes

Parfait glacée au Pralin

Truite fumée, sauce à l'échalote

Pour 4 personnes

1 noisette de beurre	
2 échalotes hachées	Faire revenir dans le beurre
3 dl de bouillon de légumes	Mouiller et laisser réduire à 1 dl
1,5 dl à 2 dl de crème 35 %	Ajouter, donner un bouillon
1/2 cs de beurre	Faire un beurre manié. Ajouter à la sauce en remuant
1/2 cs de farine	Cuire 3-4 minutes jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse
Sel, poivre	
1 cs estragon haché	Ajouter à la sauce, garder au chaud
4 petits filets de truite fumée	Couper dans la longueur
4 tranches de pain de mie beurré	Dorer dans une pêle, (couper à l'emporte pièce une étoile)
	Dresser et napper la truite avec la sauce

Rosbeef

Pour 4 personnes

800gr d'aiguillette ou de noix de bœuf Sortir la viande env. 1heure du frigo avant de la saisir.

Beurre ou huile à rôtir Faire revenir la viande de toute part dans un poêle, attendre la formation d'une croûte avant de retourner,

Sel et poivre assaisonner

Mettre la viande dans un plat préchauffé, allant au four.

Cuisson à basse température à 70 degrés. 2h rosé, 3h bien cuite

Contrôler éventuellement avec la sonde, température à cœur : env. 55°

Si la viande doit attendre, baisser le feu à 60 degrés, peut patienter env. 1 heure

Au sortir du four, la laisser reposer 5 mn à couvert avant de la trancher fine et de la dresser.

Sauce au vin cuit

1 dl de vin rouge déglacer la poêle ou l'on a saisi le rosbeef, mettre de côté

10 g de beurre Fondre le beurre dans une poêle
2 à 3 échalotes hachées faire revenir les échalotes.

2dl vin rouge Mouiller. Laisser réduire de moitié (1.5dl)
1dl bouillon de volaille

Jus réservé du déglacage Ajouter et laisser mijoter jusqu'à l'obtention d'une sauce
1.5dl de vin cuit onctueuse.

Sel, poivre Rectifier l'assaisonnement.

Napper les tranches et servir

En lieu et place de vin cuit, utiliser, de la raisiné ou du birnel

Poêlée aux légumes

Pour 4 personnes

400gr de pommes de terre épluchées	Fendre en long, couper en demi-rondelles de 1 cm.
2 carottes épluchées,	couper en bâtonnets
200 gr autres légumes, chou rave beurré, panais ou autre légume de saison	Peler, couper en bâtonnets
1 poireau vert,	fendre, couper en lanières de 5 cm
2cs d'huile ou de beurre à rôtir	Chauffer dans la poêle, rissoler les pommes de terre, réduire la chaleur
1 cs de curry,	ajouter puis les légumes les uns après les autres, sauter en remuant
2dl d'eau	ajouter
½ cc se sel,	assaisonner, couvrir et cuire 20-30 mn à chaleur moyenne

Selon les goûts on peut parsemer de graines de coriandre ou de carvi au moment de servir et remplacer le curry par du safran.

Parfait glacée au Pralin

Pour 4 à 6 personnes

75 g de sucre	Caraméliser dans une casserole en acier
75 g d'amandes hachées	Baisser le feu, ajouter et les enrober de caramel
	Verser cette masse sur un papier de cuisson, une fois refroidie, écraser avec le rouleau à pâte pour concasser
	Mettre de côté 4 cs pour la décoration
2 œufs	
5 cs de sucre (rases)	Fouetter jusqu'à ce que le mélange blanchisse
1 gousse de vanille fendue	Gratter les graines, mélanger aux œufs

2 gouttes d'arôme vanille

2,5 dl de crème

Ajouter

Fouetter, incorporer sans attendre aux œufs.

Ajouter le reste du pralin et verser dans un récipient chemisé d'un film plastique ou un moule en silicone, puis congeler 1 jour

Plonger brièvement le moule dans de l'eau bouillante.

Démouler le parfait sur une planche, couper en tranches et dresser sur des assiettes.

Servir avec de la crème fouettée et le reste du pralin

Variantes :

Utiliser des petits moules individuels.

Démouler le parfait glacé sur un plat et découper à l'aide d'emporte-pièce dans les formes de Noël les plus diverses