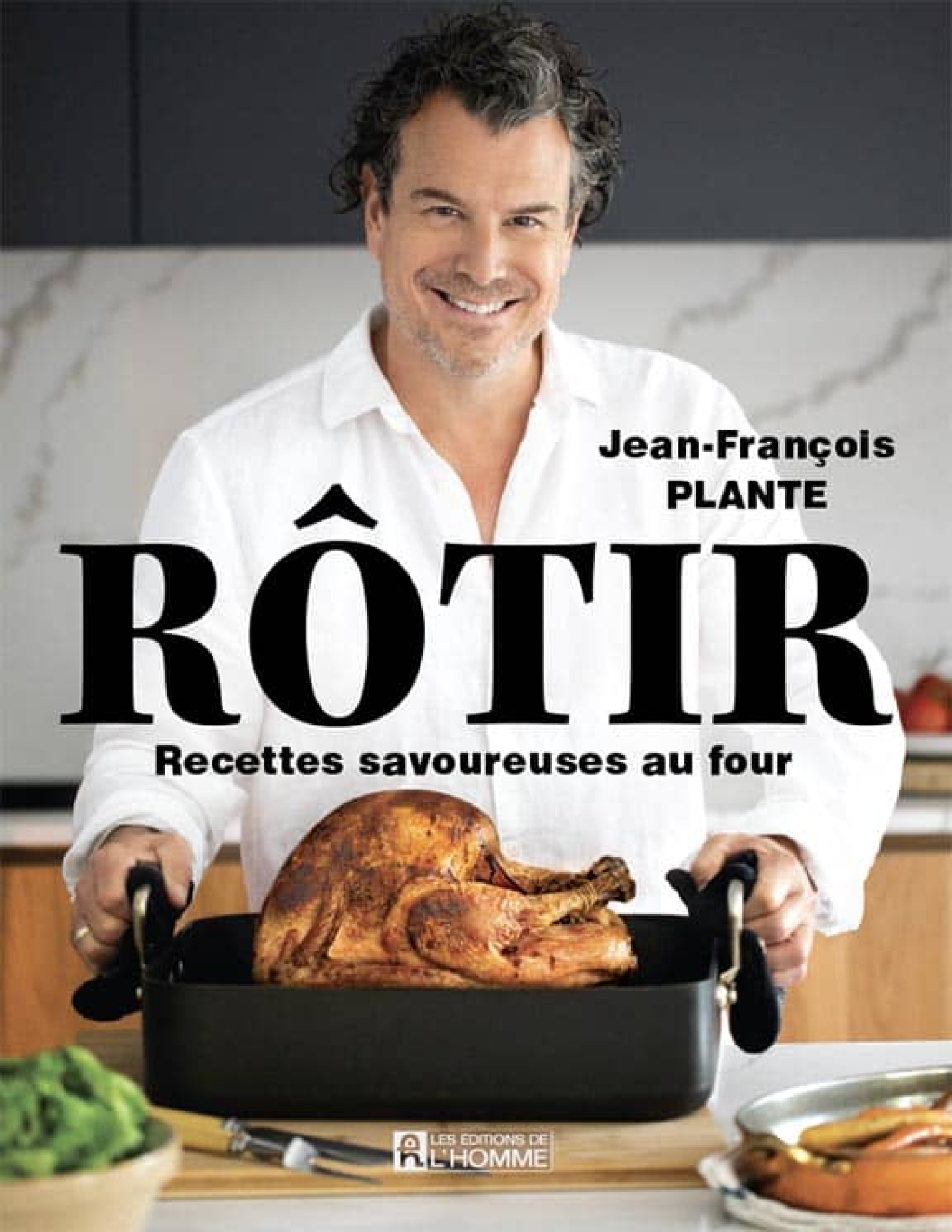

Jean-François
PLANTE
RÔTIR
Recettes savoureuses au four
LES ÉDITIONS DE L'HOMME



Jean-François Plante

RÔTIR

Recettes savoureuses au four

LES ÉDITIONS DE L'HOMME

Table des matières

INTRODUCTION

RÔTISSAGE 101… EN MOINS DE 10 COMMANDEMENT

POURQUOI CECI ET PAS CELA?

LES ENTRÉES

LES SOUPES

LES CROÛTES

LES POISSONS

LES VIANDES

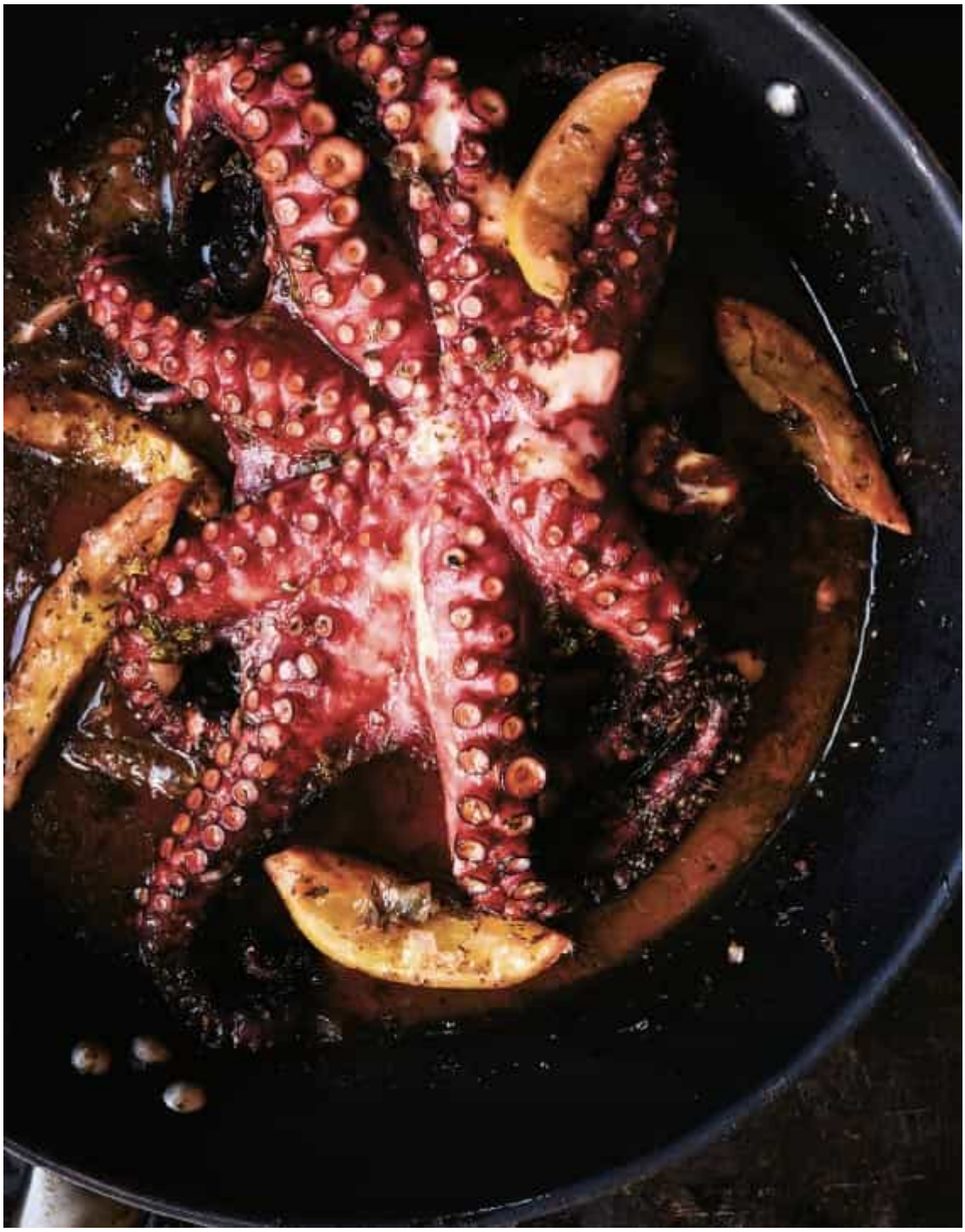
LES VOLAILLES

LES TOUT-GARNIS

LES LÉGUMES

LISTE DES RECETTES

REMERCIEMENTS



Introduction

Rôtir. À la simple évocation de ce mot, me voilà plongé plusieurs décennies en arrière. Je suis chez moi, un dimanche midi, et mon père (c'était lui, le maître rôtisseur à la maison) s'applique à préparer le fameux rôti de bœuf dominical que nous allons manger avec enthousiasme, appétit et délectation.

Nous le dégustions semaine après semaine, ce fameux rôti de bœuf, année après année, sans jamais nous en lasser. Nous avons toujours été envoûtés par l'odeur qu'il répandait dans la maison, émerveillés devant sa splendeur au sortir du four, avec sa croûte épicée et caramélisée à la perfection, sa chair rosée à cœur, et le jus au fond de la rôtissoire, annonciateur d'une superbe sauce que j'ai appris assez jeune à cuisiner, tant bien que mal.

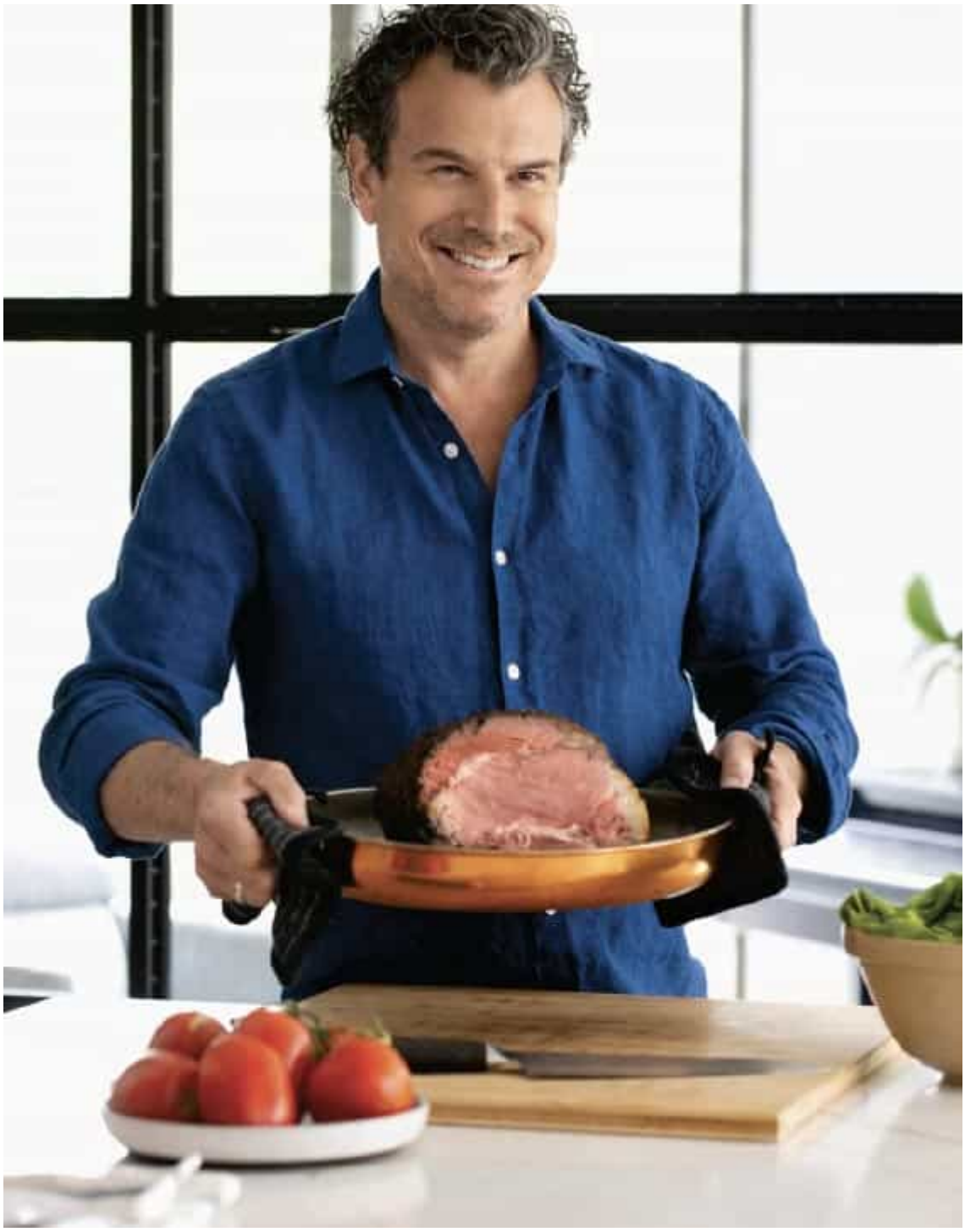
Ce rôti du dimanche faisait ma joie et, encore aujourd'hui, rien ne me procure plus de plaisir gourmand que de manger des aliments rôtis. Rôtir, c'est permettre aux aliments de se transformer au contact de la chaleur sèche, du gras, du sel et des aromates, pour, au final, exulter!

Vous avez à portée de main, depuis toujours, le plus formidable et polyvalent instrument de cuisine qui soit: votre four! Mais connaissez-vous vraiment ce vieil ami? Cuisson lente ou rapide, puissante ou douce… il est formidable de jouer de ses températures pour donner à chaque aliment qui y passe la cuisson parfaite.

Au cours des derniers mois, j'ai rôti comme un damné et avec plaisir, il faut le dire, toutes sortes d'aliments pour créer ce nouvel opus gourmand. J'ai saisi, confit, séché, fumé, rôti à sec ou avec humidité,

à couvert ou non, bref, j'ai joué de mon four une symphonie gourmande. Je l'ai poussé pour qu'il offre une cuisson forte et puissante à certains moments, puis parfois, je l'ai dompté un brin, ralentissant ses ardeurs, pour dispenser une cuisson lente et douce aux aliments qui l'exigeaient.

J'ai testé pour vous les meilleures cuissons en temps et en température pour respecter chaque aliment – légumes, viandes et volailles – que vous trouverez dans ces pages afin de créer une foule de recettes gourmandes aux cuissons justes et, je l'espère, parfaites!



Rôtissage 101…
en moins de 10 commandements

Neuf pratiques à adopter pour réussir sa cuisson à tout coup!

Tu saumureras

Le saumurage, c'est magique! Cette technique permet à la viande de gagner en saveur grâce au sel, aux épices et aux aromates, mais la rend aussi juteuse tout au long de la cuisson. Un bémol: le saumurage nécessite de la planification et du temps, jusqu'à 12 heures et plus avant la cuisson. Pour aller plus vite, essayez la saumure sèche qui, même si elle n'offre pas toutes les vertus de la saumure humide par immersion, dispense assez de bonheur et de saveur pour être utilisée aussi souvent que possible.

Les viandes, tu tempéreras

Il est essentiel de tempérer les pièces à rôtir – viandes, poissons, légumes – avant la cuisson. Sortez l'aliment du réfrigérateur de 30 à 60 minutes avant d'attaquer afin que sa température à cœur soit moins froide. Cette façon de faire vous permettra de sauver de longues minutes de cuisson qui risqueraient d'assécher la chair inutilement. Vous atteindrez ainsi la cuisson désirée plus rapidement sans trop brusquer les choses.

Tempérer une viande avant, c'est important; la tempérer après, ça l'est encore plus! Pendant la cuisson, les fibres de la chair se contractent, les sucs et les jus se concentrent vers le centre,

desséchant la périphérie. Pour y remédier, retirez la pièce de viande du four lorsqu'elle est à environ 10 degrés de moins que la température à cœur désirée, et déposez-la sur une grille au-dessus d'une plaque de cuisson afin d'éviter qu'elle baigne dans son jus (vous récupérerez ce fabuleux nectar pour la sauce). Couvrez la viande de papier d'aluminium, sans serrer, et laissez-la tempérer hors du four de 10 à 20 minutes, selon sa grosseur. Sous cette petite tente, la cuisson se poursuivra, la viande gagnera encore de 5 à 10 degrés, se détendra et les jus de cuisson se répartiront partout. Que du bon!

ATTENTION! N'enfermez pas hermétiquement la viande sous le papier alu sinon elle bouillira, dissipant aussitôt toutes les vertus tant recherchées du rôtissage.

La viande, tu saisiras

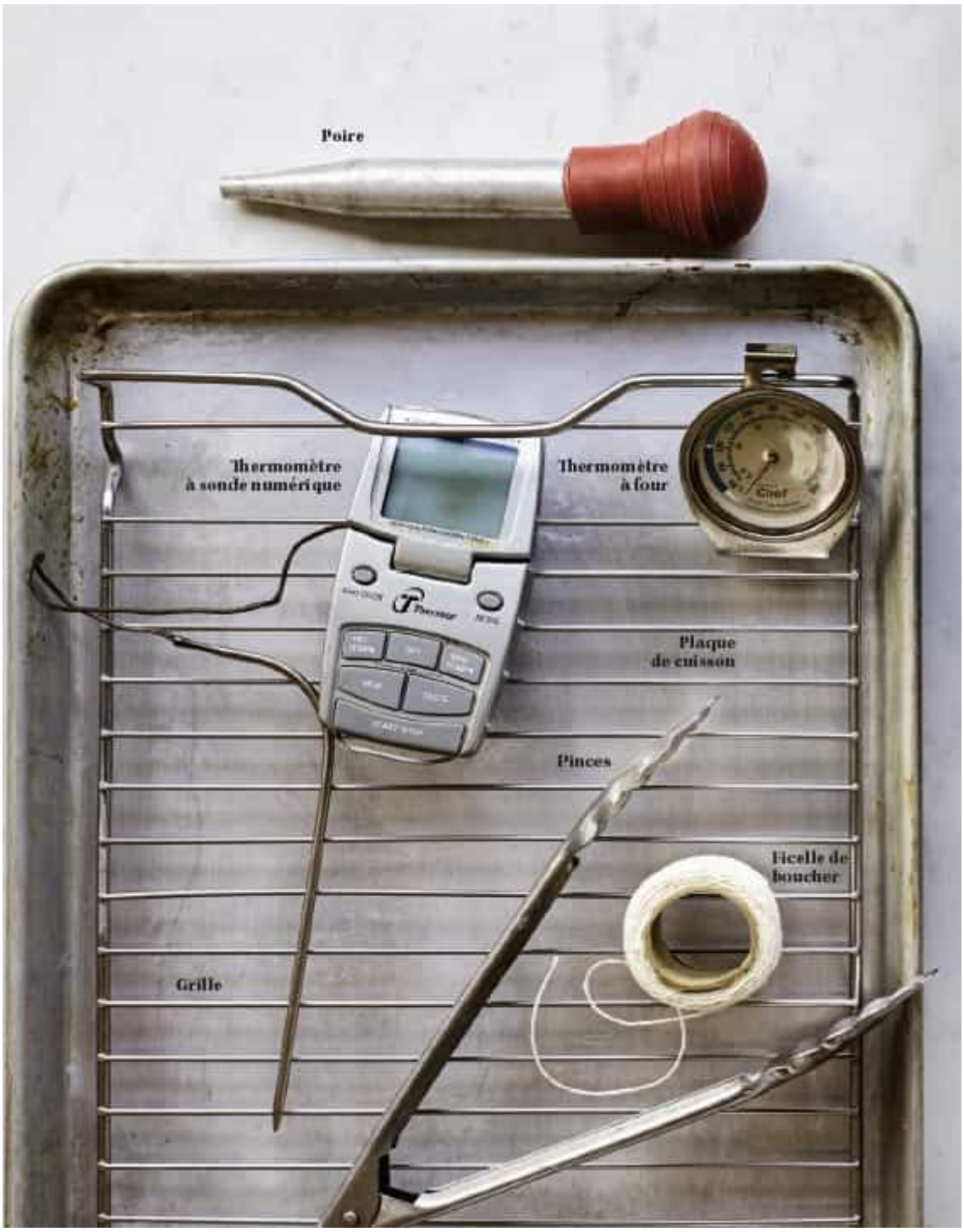
La cuisson douce à basse température est parfois la meilleure façon de rôtir certaines pièces de viande pour permettre au collagène de fondre doucement, rendant la chair tendre et juteuse. Dans ce cas, il est indispensable de saisir la viande en amont ou en aval de la cuisson pour la colorer adéquatement, afin d'obtenir la fameuse réaction de Maillard essentielle au plaisir des yeux et des papilles.!

Dans une poêle à frire, à feu moyen-vif, saisissez la viande de tous les côtés pendant quelques minutes dans un corps gras. Le crépitement de la viande qui se colore et caramélise est un spectacle formidable pour tout gourmand qui se respecte! La pièce sera ensuite assaisonnée au goût et poursuivra sa cuisson doucement au four. La coloration peut aussi être exécutée directement au four à température élevée (220 ºC/450 ºF, par exemple), de 10 à 15 minutes de chaque côté, selon la grosseur. Baissez ensuite la température pour permettre à la viande de cuire doucement sans que les fibres se contractent inutilement. Enfin, vous pouvez colorer la viande en fin de cuisson, sous le gril du four ou dans une p êle, quelques minutes de chaque côté. Toutes ces

techniques sont bonnes, mais, pour les recettes qui suivent, je propose chaque fois la formule qui me semble la meilleure. Suivez le guide!

La température à cœur, tu prendras

Peut-être êtes-vous un cuisinier aguerri qui sait à l'œil, au nez et au toucher si le rôti est parfaitement cuit. Je vous conseille néanmoins de toujours jouer du thermomètre à cuisson numérique muni d'une sonde pour cuire vos pièces de viande adéquatement. Évidemment, j'ai exécuté, testé, calibré, chronométré chacune des recettes que vous trouverez dans ce livre, mais, puisque moult facteurs peuvent influencer la réussite des recettes proposées, je vous suggère de vérifier systématiquement la cuisson de vos viandes.!


Poire
Thermomètre à sonde numérique
Thermomètre à four
Plaque de cuisson
Pinces
Ficelle de boucher
Grille



La température de ton four, tu vérifieras

Peu importe la qualité de votre four, son âge ou sa condition, il se peut que l'appareil connaisse des écarts de température par rapport à ce qu'il affiche. Avant d'exécuter et de tester les recettes du livre, j'ai mesuré et calibré la température de mon four, et je vous invite à faire de même avec un thermomètre à four (on en trouve à moins de 10 $). Puisque la chaleur de votre four fluctue pendant la cuisson, prenez des relevés à trois reprises au moins pendant votre expérimentation, sur une période d'une heure. Procédez si vous le pouvez à deux tests, idéalement à des températures de 125 et 260 ºC (250 ~~à~~ 500 ºF), car il se peut très bien que votre four soit efficace à basse température et qu'il peine à tenir de hautes températures de façon adéquate. Si vous remarquez des écarts, nul besoin de changer de four ou de l'amener chez le docteur, vous n'aurez qu'à adapter la cuisson demandée en fonction des écarts constatés en ajoutant ou en soustrayant la différence de degré… Un peu de maths et le tour est joué!

D'une grille, tu te muniras

Il est essentiel de séparer la viande des jus qu'elle libère pendant la cuisson afin que toute sa surface soit exposée à la chaleur sèche, permettant ainsi un bon, beau et savoureux rôtissage et la création d'une superbe croûte sur toutes les faces. La rôtissoire munie d'une grille en métal est une excellente alliée pour les viandes et les volailles puisqu'elle les empêche d'être en contact avec les jus de cuisson qui s'écoulent. Si votre pièce à rôtir est trop grosse ou trop petite pour la rôtissoire, placez-la sur une grille déposée sur une plaque de cuisson. Cette grille vous permettra aussi de faire reposer votre viande hors jus à la fin de la cuisson.

Vous n'avez ni grille ni rôtissoire? Déposez tout simplement votre viande sur des quartiers d'oignon, des pommes de terre, des moitiés de citron ou des carottes étalés sur une plaque de cuisson. Vous ferez ainsi d'une pierre trois coups: vous éviterez à la viande d'entrer en contact avec le jus de cuisson, vous aromatiserez la viande et

son jus et, enfin, vous aurez des légumes savoureux pour compléter votre repas!

Des pinces, tu utiliseras

Puisque nous aimons les rôtis bien juteux, que nous avons saisi les viandes pour en garder les jus à l'intérieur, il serait vraiment dommage de trouer la chair avec une fourchette quand vient le temps de la manipuler. Va pour un petit trou afin d'insérer la sonde du thermomètre, pas plus, sinon la pièce de viande se videra de son jus. D'où les indispensables pinces. La fourchette à rôti? Elle ne sert qu'à maintenir la viande en place au moment de la découper.

Le barbecue aussi, tu utiliseras

Il est tout à fait possible de rôtir au barbecue. Durant la belle saison, quand la seule idée d'allumer le four dans la cuisine vous donne chaud, vous pouvez aisément mitonner sur la terrasse les recettes que vous trouverez dans ce livre.

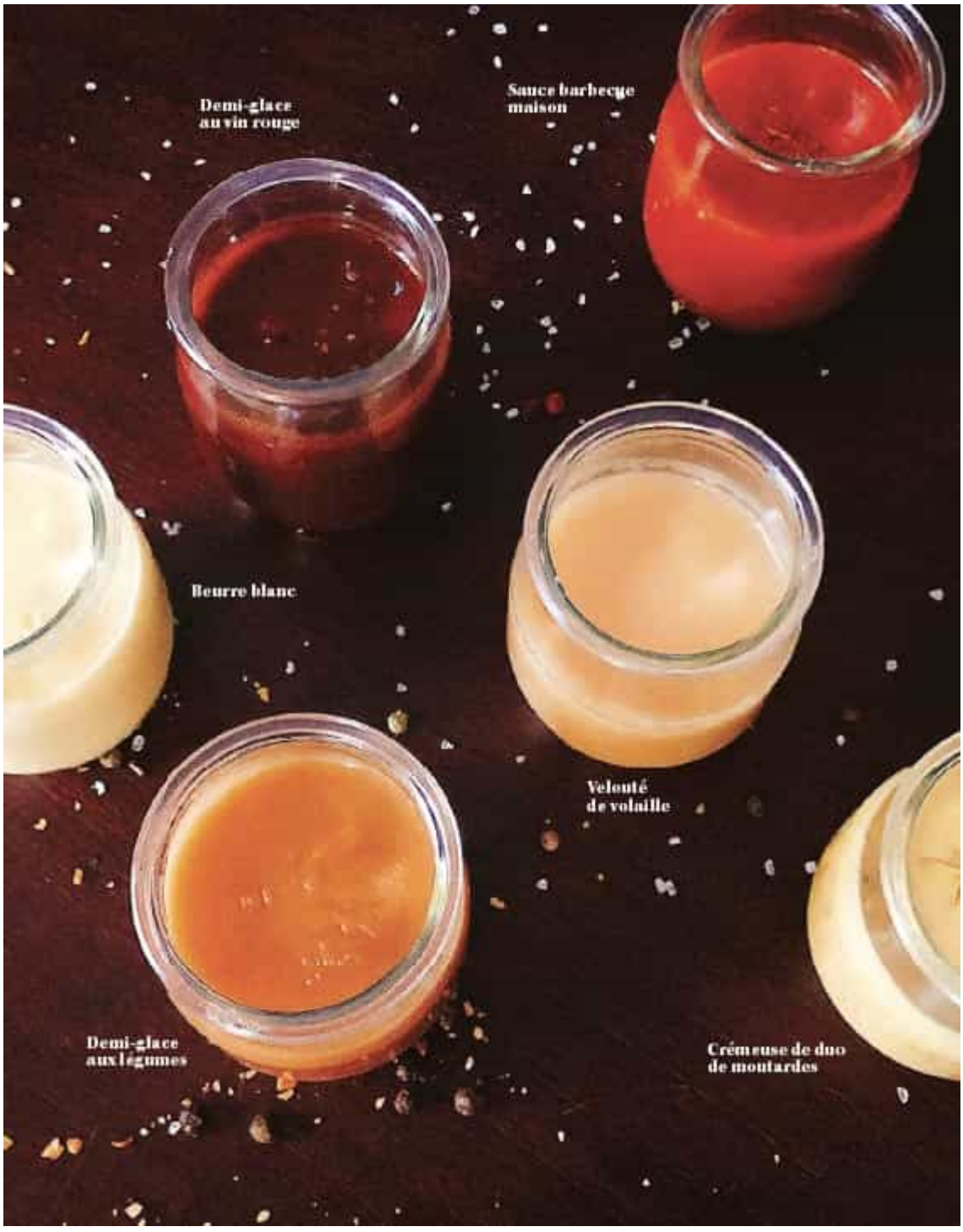
Votre barbecue, une fois le couvercle refermé, cuit à la manière d'un four. Une fois les viandes saisies – comme il se doit –, vous n'aurez qu'à éteindre les brûleurs sous les pièces à rôtir et chauffer avec les brûleurs latéraux en augmentant la chaleur si nécessaire et en observant la température grâce au thermomètre du couvercle de votre barbecue. C'est le principe de cuisson indirecte. Une fois saisie directement sur la grille, la pièce de viande devra être glissée sur une plaque ou dans une rôtissoire quand la recette l'exige afin de récupérer les précieux jus de cuisson nécessaires à la confection d'une sauce.

De jus, tu mouilleras, et le jus, tu récupéreras

Rôtir s'effectue à la chaleur sèche, mais rien ne dit, bien au contraire, qu'on doive se priver d'utiliser les jus et les gras de cuisson pour arroser allègrement la pièce qui rôtit longuement. Munissez-vous d'une poire à jus et n'hésitez pas à mouiller la viande souvent pendant qu'elle rôtit. Cette technique contribuera à lui donner de la couleur, de la texture et des saveurs formidables.

Il est fondamental de récupérer les jus de cuisson, précieux trésors gustatifs, accumulés au fond de la plaque ou de la rôtissoire. Déglacez ou mouillez le fond du récipient en grattant délicatement les parois et le fond afin d'en dégager les sucs, puis transvidez le tout dans une petite casserole. Une fois réduits, aromatisés et liés, ils deviendront de formidables sauces, témoignages de goût et de saveurs, fruits d'un magnifique rôtissage.

Vous êtes du type sauce? Moi aussi! Malgré l'adage, le secret n'est pas nécessairement toujours dans la sauce, mais quelques gouttes savoureuses peuvent offrir à un bon plat un supplément d'âme qui fera toute la différence. Voici six sauces qui se marieront à beaucoup de mes recettes de viandes, de poissons et de légumes rôtis.



Beurre blanc

presque classique, aux agrumes et aux herbes fines

Pour poisson, fruits de mer, volaille

180 ml (3/4 tasse) de vin blanc sec

2 c. à soupe de jus de citron

2 c. à soupe de jus d'orange

2 échalotes, pelées et hachées très finement

2 gousses d'ail, hachées finement

6 feuilles de basilic frais

2 branches de thym frais

125 ml (1/2 tasse) de crème à cuisson 35 %

125 ml (1/2 tasse) de beurre salé froid, coupé en cubes

1. Dans une casserole à fond épais, à feu moyen, porter à ébullition le vin, les jus de citron et d'orange, les échalotes, l'ail, le basilic et le thym. Laisser réduire le liquide presque à sec.
2. Retirer les herbes de la casserole. Verser la crème et incorporer les cubes de beurre, un à un, en fouettant entre chaque addition, jusqu'à l'obtention d'une sauce onctueuse. Garder la sauce au chaud jusqu'au moment de servir, en la fouettant à quelques reprises pour éviter qu'elle se sépare.

Velouté de volaille aux fines herbes

Pour volaille et légumes

4 c. à soupe de beurre

1 oignon jaune moyen, coupé en gros dés

4 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

6 branches de thym frais

2 c. à café d'origan séché

2 c. à café d'herbes salées

4 c. à soupe de farine

125 ml (1/2 tasse) de vin blanc sec

1 litre (4 tasses) de bouillon de volaille

1 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

1. Dans une casserole à fond épais, à feu moyen, faire fondre le beurre. Incorporer l'oignon, l'ail, le thym, l'origan et les herbes salées, et cuire 5 minutes ou jusqu'à ce que l'oignon soit légèrement coloré.
2. Saupoudrer la farine et mélanger intimement de 3 à 5 minutes ou jusqu'à l'obtention d'un roux.
3. Déglacer avec le vin blanc et mélanger à la cuillère en bois pour éviter la formation de grumeaux et pour bien racler les sucs de cuisson. Mouiller avec le bouillon. Ajouter le basilic frais. En fouettant à quelques reprises, laisser mijoter à feu moyen 15 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait réduit et épaissi. Passer au tamis pour ne conserver que la sauce onctueuse et parfumée.

Demi-glace

aux légumes rôtis

Pour porc, bœuf, veau, volaille, légumes

4 c. à soupe de beurre

2 oignons jaunes moyens, coupés en gros dés

4 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

4 c. à soupe de poivron rouge, en dés

1 barquette de 227 g de champignons de Paris, nettoyés et hachés grossièrement

2 branches de romarin frais

4 branches de thym frais

1 c. à café d'origan

1 c. à café de poivre mignonnette

1 c. à café de sel de céleri

4 c. à soupe de farine

1 litre (4 tasses) de bouillon de légumes

1. Dans une casserole à fond épais, à feu moyen, faire fondre le beurre. Incorporer les oignons, l'ail, le poivron, les champignons, le romarin, le thym, l'origan, le poivre mignonnette et le sel de céleri, et cuire environ 5 minutes ou jusqu'à ce que l'oignon soit légèrement coloré.
2. Saupoudrer la farine et mélanger intimement de 3 à 5 minutes ou jusqu'à l'obtention d'un roux coloré.
3. Déglacer avec le tiers du bouillon et mélanger à la cuillère en bois pour éviter la formation de grumeaux et pour bien racler les sucs de cuisson.
4. Verser le reste du bouillon et porter à ébullition. En fouettant à quelques reprises, laisser mijoter à feu moyen 15 minutes ou

jusqu’à ce que la sauce ait réduit et épaissi. Passer au tamis pour ne garder que la sauce onctueuse et parfumée.

Demi-glace
au vin rouge corsé et aux épices

Pour porc, bœuf, veau, canard

4 c. à soupe de beurre

1 oignon jaune moyen, coupé en gros dés

4 gousses d’ail, pelées et écrasées grossièrement

2 branches de romarin frais

1 c. à café d’épices à steak

1 c. à café de poivre mignonnette

4 c. à soupe de farine

125 ml (1/2 tasse) de vin rouge sec corsé

2 c. à soupe de pâte de tomates

1 litre (4 tasses) de bouillon de bœuf ou de veau

1. Dans une casserole à fond épais, à feu moyen, faire fondre le beurre. Incorporer l’oignon, l’ail, le romarin, les épices à steak et le poivre, et cuire environ 5 minutes ou jusqu’à ce que l’oignon soit légèrement coloré.
2. Saupoudrer la farine et mélanger intimement 3 minutes ou jusqu’à l’obtention d’un roux coloré.
3. Déglacer avec le vin rouge et mélanger à la cuillère en bois pour éviter la formation de grumeaux et pour bien racler les sucs de cuisson. Ajouter la pâte de tomates et mélanger encore un peu.

Mouiller avec le bouillon et porter à ébullition. En fouettant à quelques reprises, laisser mijoter à feu moyen 15 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait réduit et épaissi. Passer au tamis pour ne garder que la sauce onctueuse et parfumée.

Crémeuse de duo
de moutardes au romarin

Pour porc, bœuf, veau, volaille

1 c. à soupe d'huile végétale

1 échalote, hachée finement

2 gousses d'ail, hachées grossièrement

Sel et poivre du moulin

80 ml (⅓ tasse) de vin blanc sec

500 ml (2 tasses) de bouillon de volaille ou de légumes

2 branches de romarin frais

125 ml (1/2 tasse) de crème à cuisson 35 %

1 c. à soupe de moutarde de Dijon

1 c. à soupe de moutarde de Meaux

1. Dans une casserole à fond épais, à feu moyen, chauffer l'huile et faire suer l'échalote et l'ail 5 minutes. Saler et poivrer.
2. Déglacer avec le vin blanc et laisser réduire presque à sec.
3. Mouiller avec le bouillon, incorporer le romarin et laisser réduire de moitié, environ 5 à 7 minutes. Passer au tamis pour ne conserver que la sauce (jeter les condiments). Verser de nouveau dans la casserole.

4. Verser la crème et fouetter légèrement. Incorporer les deux moutardes et fouetter encore légèrement. Chauffer 5 minutes pour concentrer les saveurs et les textures.

Sauce barbecue maison

Pour porc, bœuf, volaille

2 c. à soupe d'huile végétale

1 oignon moyen, pelé et haché

2 gousses d'ail, pelées et hachées grossièrement

Sel et poivre du moulin

1 c. à soupe de miel

2 c. à soupe de ketchup

2 c. à soupe de paprika fumé

2 branches de thym frais

2 c. à café d'origan séché

Trois pincées de poivre de Cayenne

80 ml (⅓ tasse) de vinaigre de vin rouge

1 litre (4 tasses) de bouillon de volaille

2 c. à soupe de beurre manié

1. Dans une casserole à fond épais, à feu moyen, faire chauffer l'huile et faire suer l'oignon et l'ail 5 minutes. Saler et poivrer.
2. Incorporer le miel et laisser caraméliser 3 minutes. Ajouter le ketchup, le paprika, le thym, l'origan et le poivre de Cayenne, et

mélanger avec une cuillère en bois.

3. Déglacer avec le vinaigre de vin rouge et laisser réduire presque à sec.
4. Mouiller avec le bouillon et laisser réduire de moitié, environ 15 minutes. Passer au tamis.
5. Remettre la sauce dans la casserole, porter à ébullition et incorporer le beurre manié en fouettant énergiquement afin d’éviter les grumeaux. Laisser réduire, en fouettant à quelques reprises, 10 minutes ou jusqu’à épaississement afin de concentrer les saveurs et la texture.

Pourquoi ceci et pas cela?

Permettez-moi ici de vous proposer un peu plus de détails et de précision quant à l'utilisation de certains produits plutôt que d'autres dans les recettes que vous trouverez dans ces pages.

Pourquoi une huile plutôt qu'une autre?

Il est essentiel d'utiliser un corps gras dans toutes les recettes à rôtir. En contact avec la chaleur et le sel, le gras exacerbe les saveurs: il est un extraordinaire communicateur de goût.

Il existe une très grande variété d'huiles végétales, assez pour en perdre nos repères. J'adore l'huile d'olive extra-vierge qui témoigne du goût, de la couleur et des saveurs des olives dont elle est issue. Mais cette huile est plus fragile que les huiles industrielles raffinées et son point de fumée, plus bas (88 ºC/191 ºF). Je préfère donc l'utiliser à froid, à la manière d'une sauce, pour bénéficier de son goût exceptionnel. S'en servir en cuisson, c'est un peu du gaspillage.

Quand le but recherché n'est que l'utilisation d'un corps gras pour bien couvrir et propulser les saveurs, pour saisir ou rôtir, je privilégie une huile au goût neutre, à prix abordable, qui supporte très bien la chaleur. L'huile de canola représente l'équilibre parfait pour cet exercice. Abordable, facilement disponible, produite au pays, l'huile de colza (ou de canola, pour canadian oil) avec son point de fumée élevé (115 ºC/240 ºF), offrant un bel équilibre d'acides gras, est le produit tout indiqué. C'est l'huile que je vous propose d'utiliser pour chacune des recettes où je demande simplement de l'huile végétale.

Mais à vous de choisir: toute autre huile raffinée du commerce que vous aimez fera l'affaire. Je suis bon joueur!

Pourquoi utiliser du beurre clarifié?

Le beurre clarifié, ou ghee, est un condiment absolument formidable. Le beurre, une fois débarrassé de ses éléments solides et de son petit-lait, est prêt à affronter de grandes chaleurs sans broncher ni noircir. Son point de fumée (122 ºC/252 ºF), plus élevé encore que celui des huiles raffinées, en fait un allié de goût quand il s'agit de saisir les viandes et les légumes. Même débarrassé de ses impuretés, il conserve sa saveur extraordinaire et ses vertus organoleptiques si singulières. Il a aussi la particularité de se solidifier en refroidissant. Utilisé fondu, il adhérera ainsi parfaitement aux aliments froids et tièdes en se solidifiant à leur contact, puis fondra doucement au four en enveloppant les aliments de ses saveurs suaves.

Pour faire du beurre clarifié, rien de plus simple: faites fondre lentement du beurre dans une petite casserole, à feu très doux, en l'écumant. Retirez ensuite le beurre fondu en laissant au fond de la casserole le petit-lait, que vous pourrez utiliser éventuellement dans vos recettes de pâtisserie à la place du lait. Cette opération vous fera perdre 15 % du poids de votre beurre tout au plus. Un bien petit pécule à payer pour le plaisir procuré. Ce beurre clarifié se conserve plusieurs jours à température ambiante et plusieurs semaines au frigo.

Pourquoi utiliser des zestes de fruits bios ou blanchis?

D'abord parce que la peau des agrumes contient pesticides, insecticides et fongicides en abondance et qu'il vaut mieux, pour notre santé et pour le goût, retirer ces poisons invisibles avant d'utiliser la pelure. Pour blanchir un agrume, rien de plus simple:

plongez-le entier dans une casserole d'eau claire frémissante pendant 20 secondes, retirez-le et refroidissez-le. Une fois asséché, il sera alors juste à point pour que vous puissiez en prélever le zeste. Pour vo re plaisir, jetez un coup d'œil sur l'eau dans laquelle a trempé l'agrume: vous verrez alors de quelle quantité de poison vous vous êtes débarrassé grâce à cette simple opération…

Le zeste prélevé débarrassé des produits chimiques qu'il contenait sera juste assez parfumé pour vous procurer le plaisir souhaité.

Pourquoi porter attention à la façon de couper l'ail?

Je propose dans ce livre moult façons de couper l'ail… Mais pourquoi autant de variations sur un même thème? C'est que l'ail est extrêmement fragile à la chaleur et que sa coupe doit être choisie en fonction de la méthode de cuisson adoptée. Le presse-ail ne devrait être utilisé que pour l'ail qui entre en préparation froide (émulsion, vinaigrette, marinade) ou dans des sauces qui mijotent. Si vous utilisez l'ail pressé dans un peu d'huile, directement dans une poêle chaude, il brûlera et deviendra âpre et désagréable. Il est donc essentiel de ne pas hacher trop finement l'ail qui sera grillé ou rôti. Si l'ail doit rôtir longuement, laissez alors les gousses (pelées ou non) presque entières ou écrasées grossièrement afin qu'elles rôtissent et confisent. Cette opération vous offrira une explosion de saveurs en révélant un goût rond, doux et magnifiquement parfumé. Voir les coupes d'ail et d'autres légumes dans les pages suivantes.


Julienne
Brunoise



Pourquoi privilégier des herbes fraîches plutôt que séchées (et vice versa)

J’alterne souvent entre herbes fraîches et sèches; ce parti pris n’est pas innocent: derrière cette apparente anarchie se cache une véritable réflexion. Il y a des fines herbes qui, une fois séchées, ne gardent que leur couleur, perdant dans l’exercice toutes leurs huiles essentielles et leur saveur. C’est le cas du persil, du basilic et de la coriandre, qu’il vaut mieux consommer frais sinon, quant à moi, pas du tout. Par ailleurs, d’autres herbes, quoique meilleures fraîches, se révèlent fort intéressantes et pas dépourvues de caractère une fois séchées: le thym, le romarin et l’estragon font partie de cette équipe. Je les utilise frais ou séchés selon les recettes, le temps de cuisson nécessaire et leur disponibilité. Enfin, certaines herbes perdent leur amertume en séchant, gagnant en goût et en finesse: l’origan et la sauge, par exemple, que j’utilise presque toujours séchés.

Les herbes séchées devraient être privilégiées pour les recettes qui demandent une cuisson plus longue. Moins fragiles que les herbes fraîches, elles libéreront leur saveur au rythme des cuissons longues. Les herbes fraîches devraient être préférées dans les marinades et pour les cuissons courtes, ou alors introduites à la fin de la cuisson puisque leurs huiles essentielles s’étiolent rapidement, privant ainsi le plat de magnifiques saveurs.

Pourquoi assaisonner avec des herbes salées?

Parce que j’adore ce magnifique produit d’ici qui ajoute sel, corps et âme à tout ce qui s’y frotte. Les herbes salées, c’est un savant et judicieux mélange d’herbes parfumées et de légumes savoureux en saumure qui permet un peu plus de précision quant au goût salé que je veux donner à mes recettes. De plus, les herbes salées sont jolies, solubles, leur texture permet un beau et harmonieux mélange en sauce et en émulsion de toutes sortes. Vous n’avez pas d’herbes salées à portée de main? Pas de problème: remplacez la quantité d’herbes salées indiquée dans les recettes par la moitié de sel fin, vous devriez arriver à peu près au même dosage de sel que ce qui est proposé, supplément d’âme en moins, évidemment.

Herbes salées maison, à ma façon



Préparation **1 h** • Macération **3 à 4 semaines** • Donne **3 ou 4 bocaux de 1 litre (4 tasses)**

170 g (2 tasses) de poireaux, hachés finement
200 g (1 tasse) de panais, hachés finement
30 g (1 tasse) d'épinards, ciselés finement
60 g (1 tasse) de céleri, haché finement
300 g (2 tasses) de carottes, hachées finement
Une dizaine d'oignons verts, ciselés finement
125 g (1/2 tasse) d'échalotes, hachées finement
120 g (2 tasses) de persil plat frais, ciselé finement
30 g (1/2 tasse) de ciboulette fraîche, ciselée finement
2 c. à soupe de romarin frais, ciselé finement
2 c. à soupe de thym frais, ciselé finement
4 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement
2 c. à soupe d'origan séché
300 g (1 tasse) de gros sel

1. Dans un grand cul-de-poule, bien mélanger les légumes et les fines herbes. Transférer le mélange dans le bol du mélangeur et pulser à quelques reprises pour hacher encore un peu, en évitant de réduire le mélange en purée.

2. Dans des bocaux en verre munis d'un couvercle, faire alterner un rang de légumes et de fines herbes et un rang de gros sel jusqu'à épuisement des ingrédients, en terminant par un rang de gros sel. Couvrir hermétiquement et laisser reposer de 3 à 4 semaines à l'abri de la chaleur et de la lumière.
3. Le mélange d'herbes salées est alors prêt à être utilisé pour saler et parfumer sauces, vinaigrettes, potages et bon nombre des plats présentés dans ces pages. Conserver au frigo.



TATIN D'OIGNONS DOUX AU CHÈVRE FRAIS ET AU VINAIGRE BALSAMIQUE

CROSTINIS D’ESCARGOTS AU BEURRE À L’AIL ET AU ZESTE DE CITRON

TIANS DE LÉGUMES AU PAILLOT DE CHÈVRE FONDANT

POUDING AU PAIN AU CHÈVRE DOUX ET AUX NOIX ÉPICÉES

AUBERGINES RÔTIES, SAUCE VIERGE AUX PERLES DE BOCCONCINI

ÉTAGÉ DE SIR LAURIER RÔTI GARNI COMME UNE TARTIFLETTE

SALADE DE PIEUVRE RÔTIE AUX HERBES FRAÎCHES, SAUCE VIERGE À LA MANGUE ET À LA MENTH

PAVÉ DE FÉTA FONDANTE, TOMBÉE DE TOMATES CONFITES À LA MÉDITERRANÉENNE



Tatin d’oignons doux

au chèvre frais et au vinaigre balsamique

Préparation **20 min** • Cuisson **40 min** • Portions **6**

4 c. à soupe de beurre

1 c. à soupe de sucre

1 c. à café de sel

2 branches de thym, effeuillées

8 à 10 oignons jaunes moyens, pelés et coupés en deux sur la largeur

4 c. à soupe de vinaigre balsamique

100 g (3 1/2 oz) de fromage de chèvre aux fines herbes, émietté

1 abaisse de pâte brisée

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans une poêle à frire d'environ 25 cm (10 po) de diamètre, à feu moyen-doux, faire fondre le beurre avec le sucre, le sel et le thym. Ajouter les oignons, côté plat dessous, et laisser caraméliser 5 minute
3. Déglacer la poêle avec le vinaigre balsamique. Garnir les oignons du fromage de chèvre émietté. Déposer l'abaisse de pâte sur les oignons, en les couvrant bien, comme pour border chacun. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, pratiquer deux petites incisions en croix au centre de la pâte afin de permettre à la vapeur de s'échapper pendant la cuisson. Cuire au four 35 minutes.
4. Sortir la tatin du four et la laisser reposer 5 minutes avant de la renverser énergiquement sur une planche à découper afin de la démouler. Servir aussitôt.



Crostinis d’escargots

au beurre à l’ail et au zeste de citron

Préparation **20 min** • Cuisson **15 min** • Portions **4**

1 baguette de pain de la veille

4 douzaines d’escargots moyens, bien rincés et hachés grossièrement

1 c. à soupe de persil plat, émincé finement

75 g (3/4 tasse) de parmesan, en copeaux



Le gras du beurre, le salé du fromage, le moelleux de l’escargot, la fraîcheur du zeste, l’éclat du thym, le tout déposé sur de craquants croûtons… le bonheur!

Beurre à l’ail et au zeste de citron

110 g (1/2 tasse) de beurre clarifié, fondu

2 branches de thym, effeuillées

2 gousses d’ail, pelées et hachées grossièrement

Le zeste râpé de 1 citron bio (ou blanchi)

1 c. à café d’herbes salées

1. Préchauffer le four à 190 ºC (375 ºF).
2. Dans un bol, mélanger intimement le beurre clarifié, le thym, l’ail, le zeste de citron et les herbes salées. Réserver.
3. Tailler la baguette, en diagonale, en une douzaine de tranches d’environ 1 cm (1/2 po) d’épaisseur. Déposer les tranches de pain sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. À l’aide d’un pinceau, les badigeonner généreusement, d’un seul côté, de beurre à l’ail et au zeste de citron. Cuire au four 10 minutes.
4. Pendant ce temps, incorporer les escargots, le persil et la moitié du parmesan au reste du beurre à l’ail et au zeste de citron, et mélanger intimement.

5. Sortir les croûtons du four, garnir chacun de quelques escargots et du beurre à l'ail et au zeste de citron restant. Garnir du reste du parmesan et cuire au four 5 minutes.
6. Sortir les crostinis du four et servir aussitôt.



Tians de légumes

au paillot de chèvre fondant

Préparation **15 min** • Marinage **30 min** • Cuisson **15 min** • Portions **4**

1 courgette verte moyenne, coupée en 12 rondelles d'environ 1 cm (1/2 po)

1 courgette jaune moyenne, coupée en 12 rondelles d'environ 1 cm (1/2 po)

2 tomates italiennes, coupées chacune en 6 rondelles d'environ 1 cm (1/2 po)

Poivre du moulin

1 paillot de chèvre, coupé en 8 rondelles de 2 cm (3/4 po)

4 branches de thym frais

2 c. à soupe de ketchup



Le pesto de fleurs d'ail du commerce a fermenté, ce qui lui confère un goût singulier d'ail frais. Votre pesto de fleurs d'ail maison, s'il n'a pas fermenté, n'offrira pas autant de saveur.

Vinaigrette aux herbes salées et au pesto

4 c. à soupe d'huile de canola

4 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge

1 c. à soupe d'herbes salées

1 c. à soupe de pesto

2 c. à café de pesto de fleurs d'ail

3 c. à soupe de jus de citron

1. Dans un grand cul-de-poule, fouetter ensemble les ingrédients de la vinaigrette aux herbes salées et au pesto. Réserver.
2. Déposer les rondelles de courgette et de tomate dans le cul-de-poule avec la vinaigrette, poivrer et mélanger délicatement pour

bien enrober les légumes. Laisser mariner 30 minutes à température ambiante.

3. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
4. Étaler les rondelles de courgette et de tomate sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin en évitant de les superposer. Réserver la vinaigrette qui reste dans le cul-de-poule. Cuire les légumes au four 8 minutes, en les retournant à mi-cuisson. Sortir les légumes du four et laisser tiédir 5 minutes.
5. Sur un plan de travail, assembler les tians en superposant, pour chacun, une rondelle de courgette verte, de courgette jaune, de tomate et de fromage de chèvre. Les presser délicatement sous la paume de la main pour les aplatir un peu. Piquer les tians d'une branche de thym, déposer sur la plaque de cuisson et cuire au four de 5 à 7 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit fondant.
6. Pendant ce temps, déposer le ketchup dans le cul-de-poule avec le reste de la vinaigrette et fouetter vigoureusement jusqu'à l'obtention d'une belle émulsion. Garnir le fond de quatre assiettes de l'émulsion. Sortir les tians du four et en servir 2 par assiette. Poivrer et servir aussitôt.



Pouding au pain

au chèvre doux et aux noix épicées

Préparation **20 min** • Cuisson **50 min** • Portions **4 à 6**

375 ml (1 1/2 tasse) de lait

125 ml (1/2 tasse) de crème champêtre 15 %

2 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

1 c. à café de thym séché

60 g (1/4 tasse) de beurre

200 g (7 oz) de fromage de chèvre doux, émietté grossièrement

100 g (3 1/2 oz) de vieux cheddar de chèvre, râpé

Quelques pincées de piment d'Espelette

2 œufs légèrement battus

1 c. à café de sel

1,5 litre (6 tasses) de gros cubes de pain rassis (2 baguettes environ)

240 ml (⅔ tasse) de noix mélangées salées, hachées grossièrement

Poivre du moulin

Fleur de sel

1. Préchauffer le four à 190 ºC (375 ºF).
2. Dans une casserole à fond épais, à feu moyen-doux, faire frémir le lait, la crème, l'ail et le thym 3 minutes.
3. Ajouter le beurre, le fromage de chèvre doux et la moitié du cheddar râpé dans le mélange de lait. Remuer avec une cuillère en bois jusqu'à ce que le fromage soit complètement fondu.
4. Dans un grand cul-de-poule, mélanger le piment d'Espelette, les œufs et le sel. Incorporer les cubes de pain et les noix. Mélanger légèrement. Ajouter le mélange de lait et de fromage,

mélanger et transférer dans un plat de cuisson profond. Garnir du reste du fromage cheddar râpé.

5. Cuire au four 45 minutes. Sortir le pouding au pain au chèvre doux du four, poivrer, garnir de fleur de sel et servir.



Aubergines rôties,

sauce vierge aux perles de bocconcini

Préparation **20 min** • Cuisson **35 min** • Portions **4 à 6**

2 aubergines moyennes

2 petites gousses d'ail, pelées et coupées en bâtonnets



Pour moi, il n'y a pas plus belle cuisine que celle de la Méditerranée! Ce plat recèle autant de couleurs et de saveurs que de plaisir… sans une once de culpabilité.

Marinade aux herbes salées et au citron

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

2 c. à soupe de jus de citron

2 c. à café d'herbes salées

1 c. à café d'origan séché

Sauce vierge aux perles de bocconcini

160 g (1 tasse) de perles de bocconcini

2 tomates Roma, épépinées et coupées en brunoise

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

2 c. à soupe de jus de citron

60 ml (1/4 tasse) d'oignon rouge, coupé en brunoise

1 gousse d'ail, hachée finement

2 c. à soupe de petites câpres

2 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

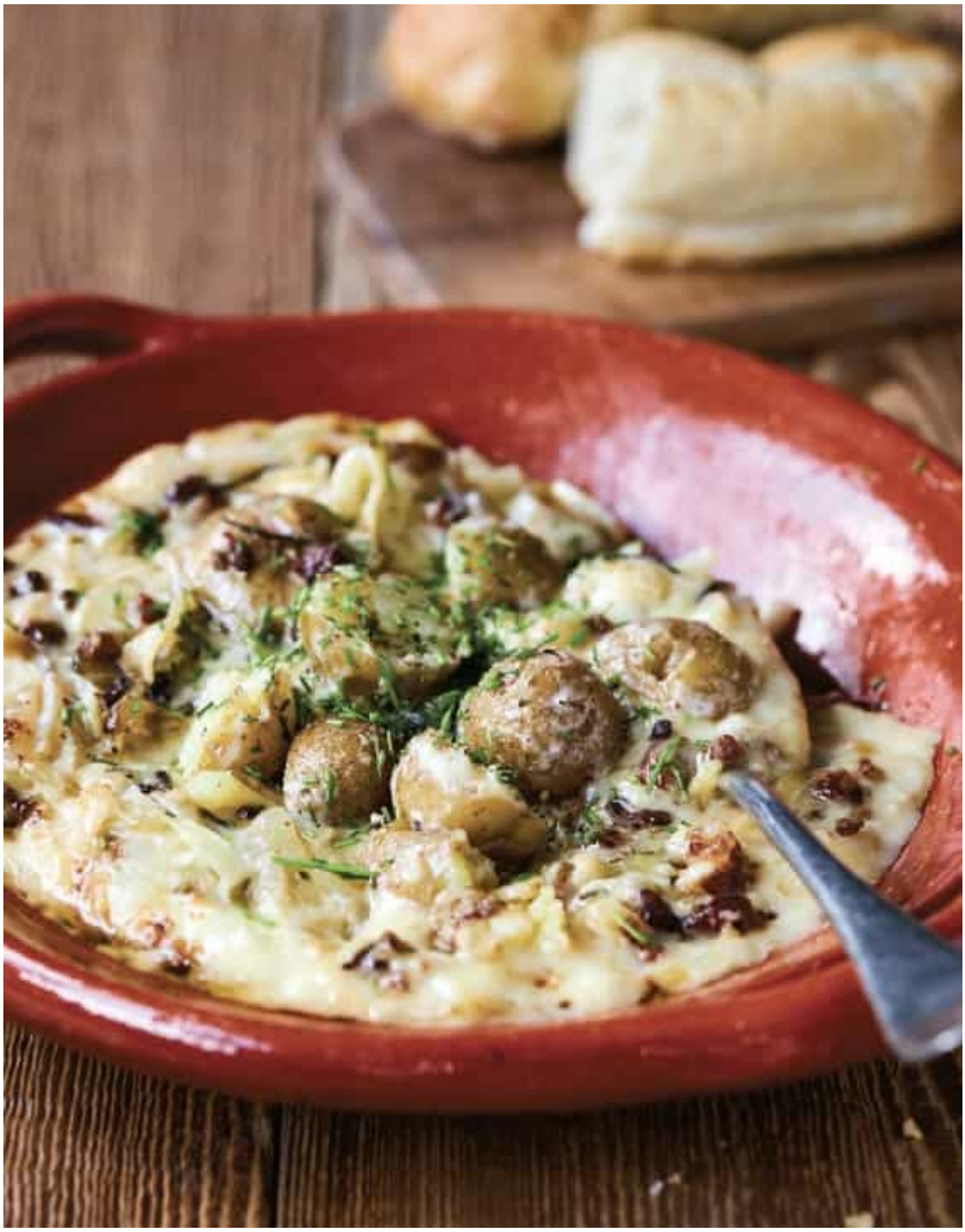
2 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

1 c. à soupe de menthe fraîche, ciselée finement

1 c. à café d'herbes salées

Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un petit bol, fouetter ensemble les ingrédients de la marinade aux herbes salées et au citron. Réserver.
3. Couper les aubergines en deux sur la longueur. Les déposer sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, côté chair sur le dessus.
4. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, quadriller la chair des aubergines en évitant d'entailler la peau. Piquer les bâtonnets d'ail dans la chair ici et là et badigeonner généreusement de marinade. Cuire au four 30 minutes.
5. Pendant ce temps, dans un bol, mélanger intimement les ingrédients de la sauce vierge aux perles de bocconcini.
6. Sortir les aubergines du four, couvrir généreusement chaque moitié de sauce vierge aux perles de bocconcini et cuire encore 5 minutes, jusqu'à ce que le fromage s'affaisse un peu. Servir aussitôt cette entrée parfumée et colorée.



Étagé de Sir Laurier rôti

garni comme une tartiflette

Préparation **20 min** • Cuisson **35 min** • Portions **4 à 6**

8 petites pommes de terre grelots, bien brossées

1 c. à soupe d'huile végétale

4 tranches épaisses de bacon, coupées en dés

2 oignons jaunes moyens, pelés, coupés en deux et émincés finement

1 branche de romarin, effeuillée

2 branches de thym, effeuillées

Sel et poivre du moulin

125 ml (1/2 tasse) de vin blanc sec

125 ml (1/2 tasse) de crème à cuisson 35 %

1 petite meule de Sir Laurier, coupée en deux sur l'épaisseur

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans une casserole d'eau bouillante salée, cuire les pommes de terre une quinzaine de minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres.
3. Pendant ce temps, dans une poêle, à feu moyen, chauffer l'huile et faire revenir les dés de bacon de 3 à 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient colorés, deviennent croustillants et libèrent leur gras.
4. Ajouter les oignons, le romarin et le thym. Saler et poivrer. Faire suer les oignons de 3 à 5 minutes. Déglacer avec le vin blanc et laisser réduire presque à sec. Verser la crème et laisser réduire 2 minutes. Retirer du feu et réserver.
5. Égoutter les pommes de terre, les écraser légèrement sous la main pour qu'elles s'affaissent un peu, tout en demeurant

presque entières. Incorporer les pommes de terre au mélange d'oignon et de bacon et remuer délicatement.

6. Déposer la base du fromage dans un plat de cuisson rond et garnir de la moitié du mélange de pommes de terre, d'oignon et de bacon. Couvrir de la croûte du fromage et du reste du mélange de pommes de terre, d'oignon et de bacon.
7. Poivrer et cuire au four 20 minutes ou jusqu'à ce que le fromage s'affaisse. Servir fondant, accompagné d'une baguette de pain chaude et croustillante ou de croûtons dorés.



Salade de pieuvre rôtie aux herbes fraîches,
sauce vierge à la mangue et à la menthe

Préparation **20 min** • Cuisson **3 h** • Portions **4 à 6**

1 pieuvre d’environ 1 kg (2 1/4 lb)

Marinade à l’ail, à l’origan et au citron

250 ml (1 tasse) d’huile d’olive extra-vierge
4 gousses d’ail, hachées grossièrement
1 c. à soupe d’origan séché
4 c. à soupe de persil plat, ciselé finement
4 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement
2 oignons moyens, coupés en dés
2 citrons bios (ou blanchis), coupés en quartiers, + pour servir
2 c. à soupe d’herbes salées
Poivre du moulin

Sauce vierge à la mangue et à la menthe

1/2 poivron jaune ou rouge, coupé en brunoise
1 tomate italienne, pelée, épépinée et coupée en brunoise
1 petite mangue bien mûre, pelée et coupée en brunoise
2 petits oignons verts, ciselés très finement

2 c. à soupe de petites câpres

1 petite gousse d'ail, fraîchement pressée

2 c. à café d'herbes salées

1 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

1 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

2 c. à café de menthe fraîche, ciselée finement

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

Le jus de 1/2 citron

1. Préchauffer le four à 125 ºC (250 ºF).
2. Rincer la pieuvre à l'eau fraîche, éponger sommairement et réserver.
3. Dans un grand bol, mélanger les ingrédients de la marinade à l'ail, à l'origan et au citron en pressant bien les quartiers de citron pour en extraire le jus. Les retirer et les jeter. Transférer la moitié de la marinade dans un petit bol et la réfrigérer.
4. Ajouter la pieuvre dans le grand bol et mélanger intimement afin de bien l'enrober de marinade à l'ail, à l'origan et au citron. Déposer la pieuvre et sa marinade dans un grand plat de cuisson et cuire au four 3 heures en la retournant à deux reprises.
5. Pendant ce temps, dans un bol, mélanger intimement tous les ingrédients de la sauce vierge à la mangue et à la menthe. Réserver.
6. Sortir la pieuvre du four et laisser tiédir une trentaine de minutes.
7. Retirer la pieuvre du plat et jeter cette marinade. Tailler les tentacules en tronçons d'environ 1 cm (1/2 po). Prélever et tailler la chair comestible du cou et de la tête. Jeter le reste.
8. Déposer les morceaux de pieuvre dans un grand saladier. Ajouter la marinade réservée au réfrigérateur et mélanger

délicatement. Servir cette salade tiède ou chaude, accompagnée de sauce vierge à la mangue et à la menthe, de quartiers de citron et de pain grillé.



Pavé de féta fondante, tombée de tomates
confites à la méditerranéenne

Préparation **15 min** • Cuisson **40 min** • Portions **4 à 6**

1 tranche épaisse de féta de brebis d'environ 200 g (7 oz)

Une quinzaine de tomates cerises de toutes les couleurs, coupées en deux sur la longueur

60 ml (1/4 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

3 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

2 c. à café d'origan séché

1/2 citron bio (ou blanchi), coupé en quartiers

Poivre du moulin

1 c. à café de miel

1 c. à soupe de petites câpres

1 c. à café d'herbes salées

1 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

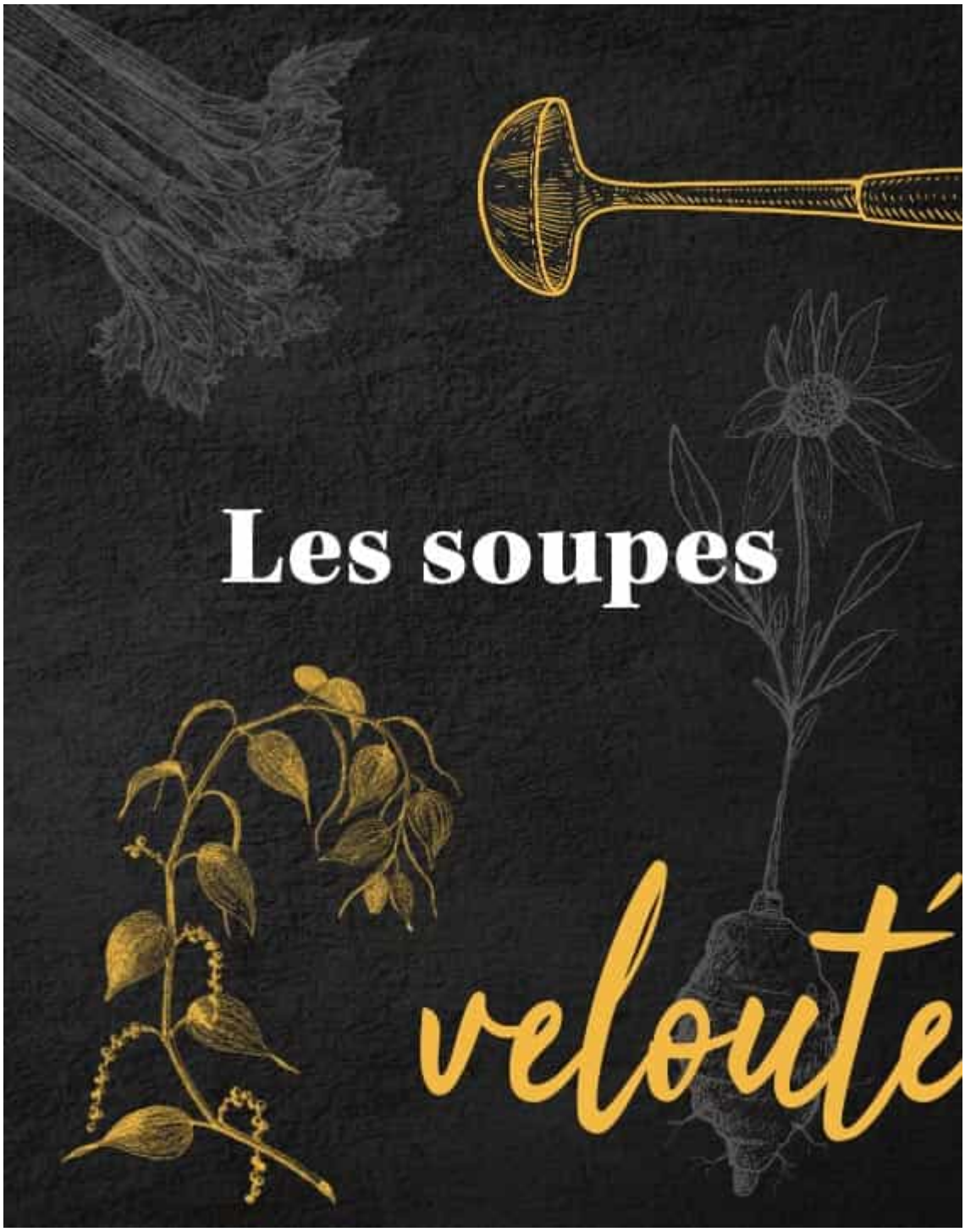
1 c. à café de menthe fraîche, ciselée finement

Quelques feuilles de jeune roquette pour garnir (facultatif)

1. Préchauffer le four à 180 ºC (350 ºF).
2. Déposer la tranche de féta dans une poêle à frire allant au four.
3. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement le reste des ingrédients, à l'exception de la roquette, en pressant légèrement

les quartiers de citron pour en extraire un peu de jus. Répartir le mélange sur la féta.

4. Cuire au four 40 minutes ou jusqu'à ce que le fromage fonde un peu et que les tomates confisent.
5. Sortir le pavé de féta fondante du four. Garnir de quelques feuilles de roquette, si désiré, et servir, accompagné de croûtons ou d'une baguette de pain croustillante.



CRÈME DE TOMATES RÔTIES À L'AIL

VELOUTÉ D'OIGNONS CARAMÉLISÉS

HISTOIRE DE CÉLERIS

POTAGE DE TOPINAMBOURS RÔTIS AU THYM, AU CITRON ET AU PARMESAN

CRÈME DE POMMES DE TERRE ET DE NAVET RÔTIS AU THYM ET AU CHEDDAR

CRÈME DE CHOU-FLEUR RÔTI AU CARI



Crème de tomates

rôties à l’ail

Préparation **15 min** • Cuisson **60 min** • Portions **4 à 6**

2 boîtes de 796 ml de tomates italiennes entières

4 gousses d’ail, pelées et écrasées grossièrement

2 oignons jaunes moyens, pelés et coupés en quartiers

2 pommes de terre moyennes, pelées et taillées en cubes

2 c. à café d’origan séché

2 c. à café de graines d’aneth

1 c. à soupe d’herbes salées

4 c. à soupe de vinaigre balsamique

Trois toutes petites pincées de chili broyé

80 ml (⅓ tasse) d’huile d’olive extra-vierge

Poivre du moulin

500 ml (2 tasses) de bouillon de légumes ou de volaille

125 ml (1/2 tasse) de crème à cuisson 35 %

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Bien égoutter les tomates. (Conserver le jus pour un autre usage.) Dans un cul-de-poule, mélanger délicatement tous les ingrédients, à l’exception du bouillon et de la crème.
3. Étaler la préparation sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire au four 45 minutes ou jusqu’à ce que les pommes de terre soient tendres. Sortir la plaque du four et laisser tiédir 5 minutes.
4. Transférer le mélange tiédi dans une grande casserole, mouiller avec le bouillon et porter à ébullition à feu moyen-vif. Cuire 10 minutes.

5. À l’aide d’un pied-mélangeur, transformer le mélange en un potage onctueux. Passer à la fine passoire et remettre dans la casserole. Ajouter la crème et laisser réduire de 10 à 15 minutes. Rectifier l’assaisonnement, si nécessaire, et servir aussitôt.



Velouté d’oignons

caramélisés

Préparation **20 min** • Cuisson **50 min** • Portions **4 à 6**

6 oignons jaunes moyens, pelés et coupés en quartiers

6 gousses d'ail entières, pelées

6 échalotes entières, pelées

2 c. à café de sel

2 petites pommes de terre, pelées et coupées en quartiers

4 branches de thym frais

80 g (⅓ tasse) de beurre clarifié

Poivre du moulin

1 litre (4 tasses) de bouillon de volaille ou de légumes

125 ml (1/2 tasse) de crème champêtre 15 %



Les oignons, une fois rôtis, présentent une douceur suave. Ils offrent, ainsi cuits, une rondeur et une couleur nouvelles à cette soupe singulière.

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement tous les ingrédients, à l'exception du bouillon et de la crème. Étaler le mélange de légumes sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire au four 40 minutes. Sortir la plaque du four et laisser tiédir légèrement.
3. Transférer le mélange tiédi dans une grande casserole, mouiller avec le bouillon et porter à ébullition à feu moyen-vif. Cuire 10 minutes. Retirer les branches de thym.
4. À l'aide d'un pied-mélangeur, transformer le mélange en un potage onctueux. Passer à la fine passoire et remettre dans la casserole. À feu moyen, porter à ébullition. Ajouter le lait et la

crème, et laisser réduire 10 minutes. Rectifier l’assaisonnement, si nécessaire, et servir aussitôt.



Histoire

de céleris

Préparation **10 min** • Cuisson **1 h** • Portions **4**

8 à 10 branches de céleri, avec les feuilles

1 céleri-rave moyen, pelé et coupé en gros cubes

6 c. à soupe de beurre clarifié, fondu

1 c. à soupe de sel de céleri

2 c. à café de graines de céleri

2 branches de thym frais

1 c. à café de zeste de citron bio (ou blanchi)

4 gousses d'ail avec la pelure, écrasées grossièrement

1 litre (4 tasses) de bouillon de légumes ou de volaille

250 ml (1 tasse) de lait

250 ml (1 tasse) de crème champêtre 15 %

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Ciseler finement les feuilles de céleri et les déposer dans un grand cul-de-poule. Couper les branches de céleri en tronçons d'environ 10 cm (4 po) et les déposer dans le bol.
3. Ajouter le céleri-rave, le beurre clarifié, le sel et les graines de céleri, le thym, le zeste de citron et l'ail, et mélanger délicatement et intimement. Déposer le mélange sur une plaque de cuisson et cuire au four 40 minutes, en retournant le céleri et le céleri-rave à mi-cuisson. Sortir la plaque du four et laisser tiédir 5 minutes.
4. Transférer le mélange tiédi dans une grande casserole, mouiller avec le bouillon et porter à ébullition à feu moyen-vif. Cuire 10 minutes.

5. Retirer les branches de thym. À l’aide d’un pied-mélangeur, transformer le mélange en un potage onctueux. Passer à la passoire fine et remettre dans la casserole. À feu moyen, porter à douce ébullition. Ajouter le lait et la crème, et laisser réduire 10 minutes. Rectifier l’assaisonnement, si nécessaire, et servir aussitôt.







Potage de topinambours rôtis

au thym, au citron et au parmesan

Préparation **15 min** • Cuisson **1 h 5 min** • Portions **4**

12 topinambours moyens, bien brossés et coupés en deux sur la longueur

Quelques branches de thym frais

2 gousses d’ail, pelées et écrasées grossièrement

2 échalotes, pelées et coupées en deux sur la longueur

6 c. à soupe d’huile végétale

1 citron bio (ou blanchi), coupé en quartiers

1 c. à café d’herbes salées

Poivre du moulin

4 c. à soupe de parmesan frais, râpé + quelques copeaux pour garnir

1 litre (4 tasses) de bouillon de légumes ou de volaille

250 ml (1 tasse) de lait

250 ml (1 tasse) de crème champêtre 15 %

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un bol, avec les mains, mélanger intimement les topinambours, le thym, l’ail, les échalotes, l’huile, les quartiers de citron et les herbes salées. Poivrer généreusement. Frotter et bien enrober les topinambours avec le thym et l’huile, et presser légèrement les quartiers de citron pour en extraire le jus.
3. Déposer le mélange dans un plat de cuisson chemisé de papier parchemin et cuire au four 40 minutes, en retournant les topinambours à mi-cuisson.

4. Sortir les topinambours du four, saupoudrer de parmesan râpé et laisser tiédir 5 minutes.
5. Retirer les quartiers de citron. Transférer le mélange tiédi dans une grande casserole, mouiller avec le bouillon et porter à ébullition à feu moyen-vif. Cuire 10 minutes.
6. Retirer les branches de thym. À l'aide d'un pied-mélangeur, transformer le mélange en un potage onctueux. Passer à la passoire fine et remettre dans la casserole. À feu moyen, porter à douce ébullition. Ajouter le lait et la crème, et laisser réduire 10 minutes. Rectifier l'assaisonnement, si nécessaire, garnir de copeaux de parmesan et servir aussitôt.



Crème de pommes de terre

et de navet rôtis au thym et au cheddar

Préparation **20 min** • Cuisson **60 min** • Portions **4 à 6**

5 grosses pommes de terre, pelées et coupées en quartiers

1 navet moyen, pelé et coupé en morceaux

2 oignons moyens, pelés et coupés en quartiers

1 c. à soupe de miel

80 ml (⅓ tasse) d'huile d'olive extra-vierge

4 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

Deux petites pincées de muscade moulue

4 branches de thym frais

Sel et poivre du moulin

1 litre (4 tasses) de bouillon de légumes ou de volaille

250 ml (1 tasse) de crème champêtre 15 %

250 ml (1 tasse) de cheddar fort, râpé + pour le service

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un grand plat de cuisson, déposer les pommes de terre, le navet, les oignons, le miel, l'huile d'olive, l'ail, la muscade et le thym. Saler et poivrer. Mélanger intimement, en effeuillant le thym, afin de bien enrober les légumes.
3. Cuire au four 40 minutes, en mélangeant les légumes à mi-cuisson.
4. Sortir les légumes du four, couvrir de papier d'aluminium et laisser tiédir 10 minutes.

5. Déposer le mélange tiédi dans une grande casserole, mouiller avec le bouillon et porter à ébullition à feu moyen-vif. Laisser cuire 10 minutes.
6. Retirer les branches de thym. À l'aide d'un pied-mélangeur, transformer le mélange en une crème onctueuse. Passer à la passoire fine et remettre dans la casserole. À feu moyen, porter à douce ébullition. Incorporer la crème et laisser réduire 10 minutes.
7. Ajouter le fromage et mélanger délicatement jusqu'à ce qu'il soit complètement fondu. Servir sans attendre, garni d'un peu de fromage râpé et de poivre du moulin.



Crème de chou-fleur rôti

au cari

Préparation **10 min** • Cuisson **50 min** • Portions **4**

2 c. à café de cari en poudre

Une petite pincée de poivre de Cayenne

6 c. à soupe d'huile végétale

1 c. à soupe de miel

1 c. à café de sel d'ail

2 c. à soupe de jus de citron

2 gousses d'ail entières, pelées et écrasées grossièrement

1 oignon moyen, pelé et coupé en quartiers

1 chou-fleur, coupé en quartiers

Sel et poivre du moulin

1 litre (4 tasses) de bouillon de légumes ou de volaille

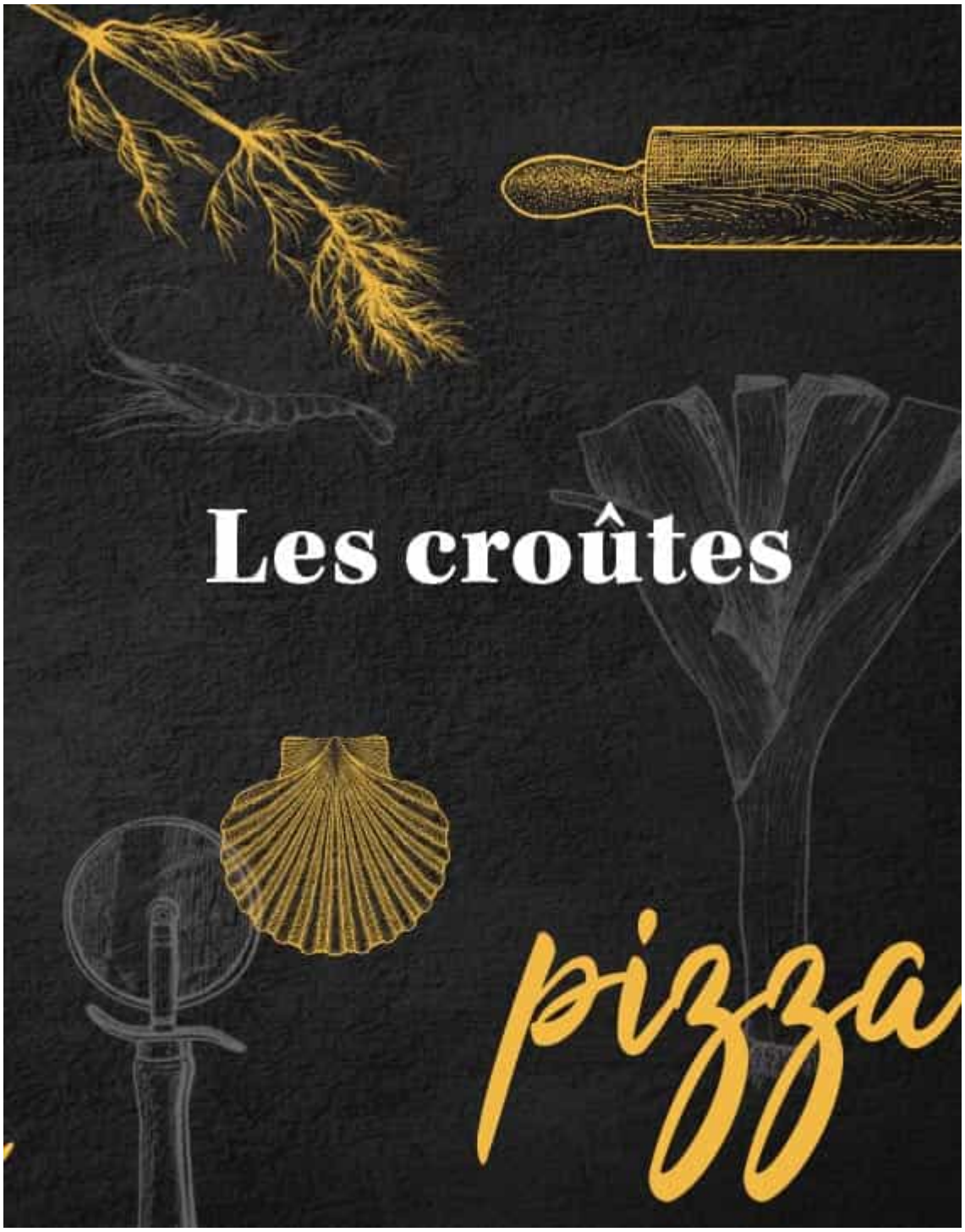
250 ml (1 tasse) de lait

250 ml (1 tasse) de crème champêtre 15 %

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un grand cul-de-poule, fouetter légèrement le cari, le poivre de Cayenne, l'huile, le miel, le sel d'ail et le jus de citron. Incorporer l'ail, l'oignon et le chou-fleur, et mélanger délicatement et intimement afin de bien enrober le chou-fleur. Saler et poivrer.
3. Répartir le mélange sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. Cuire au four 40 minutes.
4. Sortir la plaque du four et laisser tiédir 5 minutes.
5. Transférer le mélange tiédi dans une grande casserole, mouiller avec le bouillon et porter à ébullition à feu moyen-vif. Cuire

10 minutes.

6. À l’aide d’un pied-mélangeur, transformer le mélange en une crème onctueuse. Passer à la passoire fine et remettre dans la casserole. À feu moyen, porter à douce ébullition. Ajouter le lait et la crème, et laisser réduire 10 minutes. Rectifier l’assaisonnement, si nécessaire, et servir aussitôt.



TARTE FINE FEUILLETÉE AUX TOMATES ET AU VIEUX CHEDDAR

TARTE FINE FEUILLETÉE AUX COURGETTES ET À LA FÉTA

CROÛTE DE LÉGUMES RÔTIS À LA TAPENADE D'OLIVES COMME UNE RATATOUILLE

TOMBÉE DE POIREAUX AUX LARDONS ET AU BRIE SUR CROÛTE FEUILLETÉE

FINE PIZZA RUSTIQUE AUX TOMATES PARFUMÉES ET AU PARMESAN

FINE PIZZA AUX CHAMPIGNONS ET AUX OIGNONS VERTS, SAUCE BLANCHE

FINE PIZZA AUX FRUITS DE MER ET AUX AGRUMES

FINE PIZZA AU HALLOUMI FONDANT, AU CITRON CONFIT ET AUX FINES HERBES



Tarte fine feuilletée

aux tomates et au vieux cheddar

Préparation **15 min** • Cuisson **20 à 25 min** • Portions **4**

4 ou 5 tomates italiennes, coupées en rondelles de 1/2 cm (1/4 po)

80 ml (⅓ tasse) d'huile d'olive extra-vierge

1 gousse d'ail, pressée

1 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

1 c. à café de sel

1/2 c. à café de sucre

1 abaisse de pâte feuilletée

2 c. à soupe de moutarde de Dijon

150 g (1 1/2 tasse) de fromage cheddar mi-fort, râpé

1 c. à café d'origan séché

Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un saladier, mélanger intimement les rondelles de tomate avec l'huile, l'ail, le basilic, le sel et le sucre. Réserver.
3. Abaisser la pâte feuilletée en un rectangle d'environ 23 x 33 cm (9 x 13 po) et déposer sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. Badigeonner la pâte feuilletée de moutarde de Dijon en laissant une bordure libre de 2 cm (3/4 po) tout autour. Garnir la moutarde de fromage râpé.
4. Couvrir des tranches de tomate en les faisant se chevaucher légèrement. Saupoudrer d'origan. Poivrer.
5. Cuire au four de 20 à 25 minutes ou jusqu'à ce que la pâte soit gonflée, croustillante et dorée, que le fromage soit fondu et que les tomates soient bien rôties. Servir aussitôt.



Tarte fine feuilletée

aux courgettes et à la féta

Préparation **20 min** • Cuisson **20 à 25 min** • Portions **4**

2 courgettes vertes moyennes, coupées en rondelles de 1/2 cm (1/4 po)

2 courgettes jaunes moyennes, coupées en rondelles de 1/2 cm (1/4 po)

1/2 petit poivron rouge, coupé en brunoise

1/2 petit oignon rouge, coupé en brunoise

2 c. à café d'herbes salées

2 c. à soupe de jus de citron

1 bouquet d'aneth frais, ciselé finement

2 c. à soupe de petites câpres

2 gousses d'ail, pressées ou hachées finement

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive

3 c. à soupe de pesto

1 abaisse de pâte feuilletée

100 g (3/4 tasse) de fromage féta, émietté grossièrement

Poivre du moulin



En panne de courgettes jaunes? Ne vous inquiétez pas, le plat ne perdra rien en saveur avec des courgettes vertes. Mais, pour la photo, ce combo en met plein les yeux, non?

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un saladier, mélanger intimement tous les ingrédients à l'exception du pesto, de l'abaisse de pâte feuilletée et du fromage féta. Réserver.
3. Abaisser la pâte feuilletée en un rectangle d'environ 23 x 33 cm (9 x 13 po) et déposer sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin.

4. Garnir la pâte du pesto en laissant une bordure libre de 2 cm (3/4 po) tout autour. Garnir le pesto du mélange de légumes. Ajouter la féta et poivrer. Cuire au four de 20 à 25 minutes ou jusqu'à ce que la pâte soit croustillante et dorée, que les tranches de courgette soient bien rôties et que la féta soit fondante. Servir aussitôt.



Croûte de légumes rôtis

à la tapenade d’olives, comme une ratatouille

Préparation **15 min** • Cuisson **20 à 25 min** • Portions **4**

1 abaisse de pâte brisée ou feuilletée

4 c. à soupe de tapenade

3 c. à soupe de noix de pin grillées

Garniture de légumes

4 tomates italiennes, coupées en rondelles minces

2 courgettes moyennes, coupées en rondelles minces

1 oignon rouge moyen, coupé en fines rondelles

4 c. à soupe d’huile d’olive extra-vierge

Le jus et le zeste de 1 citron bio (ou blanchi)

2 gousses d’ail, pelées et émincées très finement

1/2 poivron rouge, coupé en brunoise

2 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

1 branche de romarin frais

2 branches de thym frais

Sel et poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Abaisser la pâte en un rectangle d’environ 23 x 33 cm (9 x 13 po) et la déposer sur une plaque de cuisson chemisée d’un papier parchemin.
3. Dans un cul-de-poule, mélanger délicatement et intimement tous les ingrédients de la garniture de légumes en défaisant les

rondelles d’oignon et en effeuillant les herbes fraîches (jeter les branches).

4. Couvrir la pâte de tapenade en laissant une bordure libre d’environ 2,5 cm (1 po) tout autour.
5. Déposer les rondelles de tomate et de courgette sur la tapenade en les faisant se chevaucher légèrement. Garnir des rondelles d’oignon rouge et du reste de la garniture. Répartir les noix de pin sur les légumes, poivrer généreusement et cuire au four 20 à 25 minutes. Sortir la croûte de légumes rôtis du four et servir aussitôt.



Tombée de poireaux aux lardons

et au brie sur croûte feuilletée

Préparation **15 min** • Cuisson **20 à 25 min** • Portions **4**

200 g (7 oz) de fromage brie, coupé en tranches fines

1 c. à soupe d'huile végétale

150 g (5 oz) de tranches épaisses de bacon, coupées en dés

3 poireaux, partie blanche seulement, émincés

2 gousses d'ail, hachées grossièrement

1 branche de romarin, effeuillée

2 branches de thym, effeuillées

Sel et poivre du moulin

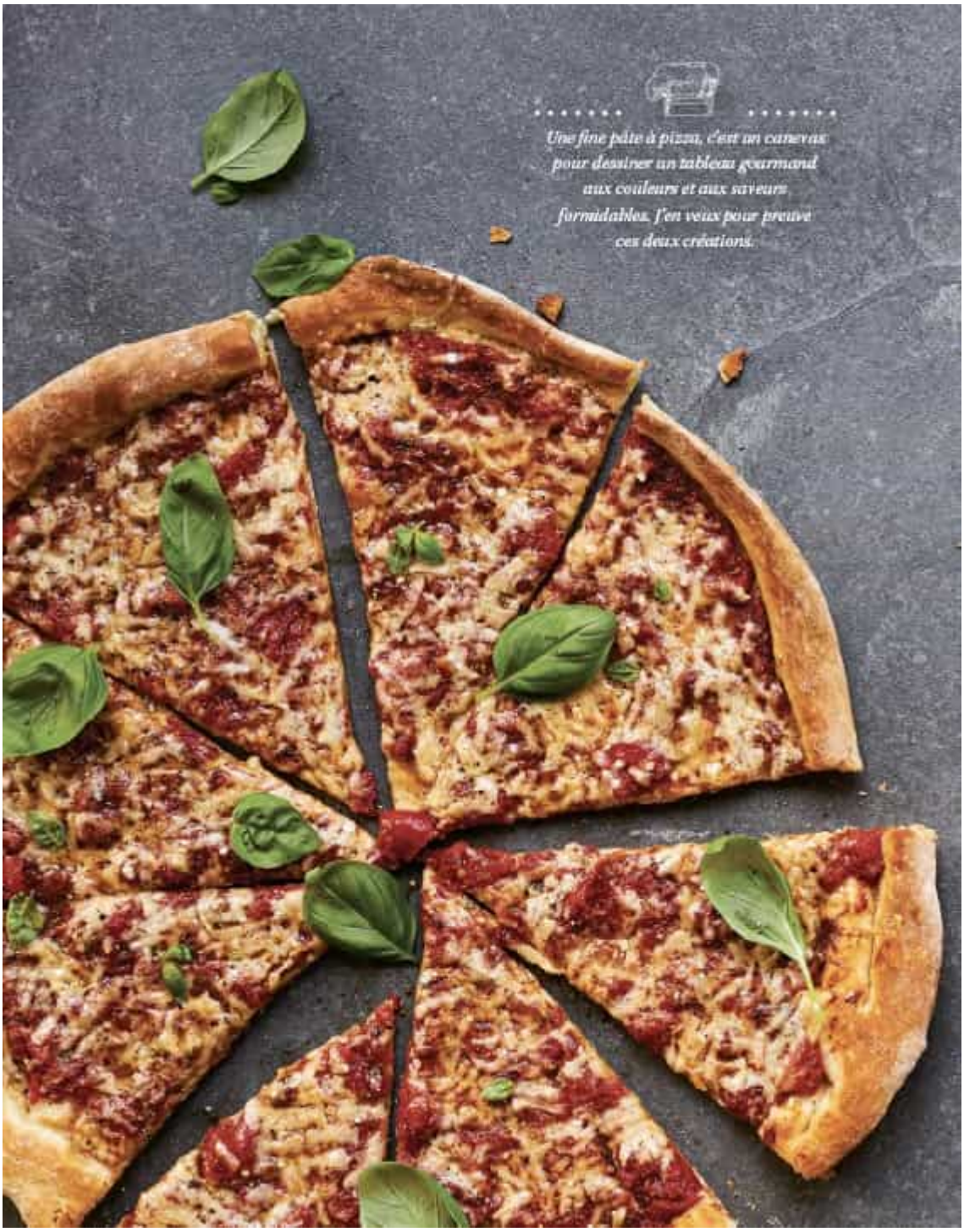
250 ml (1 tasse) de crème à cuisson 35 %

1 abaisse de pâte brisée ou feuilletée

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Retirer la croûte du tiers des tranches de fromage et réserver ces tranches pour la sauce.
3. Dans une poêle à frire, à feu moyen, chauffer l'huile et cuire les dés de bacon environ 5 minutes, jusqu'à ce qu'ils colorent et deviennent croustillants.
4. Incorporer les poireaux, l'ail et le thym, saler et poivrer et laisser suer à feu doux de 3 à 5 minutes, en évitant la coloration.
5. Ajouter la crème et les tranches de fromage réservées (sans croûte), mélanger et laisser réduire 3 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit fondu et que la sauce soit onctueuse et nappe le dos d'une cuiller. Retirer du feu et réserver.
6. Abaisser la pâte en formant un rectangle d'environ 23 x 33 cm (9 x 13 po) et la déposer sur une plaque de cuisson chemisée

de papier parchemin. Garnir la pâte de la tombée de poireaux en laissant libre d'environ 2,5 cm (1 po). Couvrir des tranches de fromage restantes et poivrer généreusement.

7. Cuire au four de 20 à 25 minutes, jusqu'à ce que la pâte gonfle, qu'elle soit croustillante et dorée, et que le fromage soit fondu. Servir aussitôt.



Fine pizza rustique

aux tomates parfumées et au parmesan

Préparation **15 min** • Cuisson **12 min** • Portions **4**

1 pâte à pizza

1 boîte de 796 ml de tomates en dés

1 c. à soupe de ketchup

2 c. à café d'origan séché

2 c. à café d'herbes salées

1/2 c. à café de sambal oelek ou de sriracha

60 ml (1/4 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

1 gousse d'ail, pressée

Sel et poivre du moulin

1 c. à soupe de pesto

2 c. à soupe de vin rouge sec

150 g (1 1/2 tasse) de parmesan frais, râpé

Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 260 ºC (500 ºF).
2. Abaisser très finement la pâte à pizza afin d'en couvrir une plaque à pizza trouée antiadhésive de 38 cm (15 po) de diamètre.
3. Égoutter les tomates. (Conserver le jus pour un autre usage.) Dans un cul-de-poule, mélanger délicatement et intimement les tomates avec le reste des ingrédients, à l'exception du parmesan et du poivre.

4. Couvrir la pâte à pizza du mélange de tomates en laissant une bordure libre de 2 cm (3/4 po) tout autour. Garnir de parmesan et poivrer.
5. Cuire au four de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit bien croustillante. Servir aussitôt.



Fine pizza aux champignons

et aux oignons verts, sauce blanche

Préparation **15 min** • Cuisson **12 min** • Portions **4**

1 pâte à pizza

40 g (1 1/2 oz) de champignons séchés, mélange forestier

60 ml (1/4 tasse) de vin blanc sec

125 ml (1/2 tasse) de crème champêtre 35 %

6 oignons verts, émincés très finement

2 gousses d'ail, pelées et émincées

1 branche de thym frais, effeuillée

1 c. à café d'herbes salées

150 g (5 oz) de parmesan frais, râpé

Poivre du moulin

100 g (3 1/2 oz) de tranches épaisses de bacon, coupées en dés

1. Préchauffer le four à 260 ºC (500 ºF).
2. Abaisser très finement la pâte à pizza afin d'en couvrir une plaque à pizza trouée antiadhésive de 38 cm (15 po) de diamètre.
3. Hacher sommairement les champignons (conserver la poudre des champignons hachés pour la garniture) et les déposer dans un bol. Verser le vin blanc et mélanger délicatement. Laisser reposer 15 minutes afin de réhydrater les champignons.
4. Dans un cul-de-poule, mélanger délicatement et intimement les champignons réhydratés, la crème, les oignons verts, l'ail, le thym et les herbes salées.
5. Couvrir la pâte à pizza du mélange en laissant une bordure libre de 2,5 cm (1 po). Couvrir du fromage parmesan, saupoudrer de

la poudre de champignons réservée, poivrer généreusement. Garnir des dés de bacon.

6. Cuire au four de 12 à 14 minutes, jusqu’à ce que la croûte soit bien croustillante. Servir aussitôt.



Fine pizza

aux fruits de mer et aux agrumes

Préparation **15 min** • Cuisson **12 min** • Portions **4**

1 pâte à pizza

200 g (7 oz) de crevettes nordiques, bien épongées

200 g (7 oz) de petits pétoncles de baie, crus, bien épongés

10 tomates cerises ou raisins de toutes les couleurs, coupées en deux sur la longueur

2 c. à soupe d'oignon rouge, haché

2 petites gousses d'ail, pelées et émincées finement

3 c. à soupe de jus de citron

2 c. à café de zeste de citron bio (ou blanchi)

80 ml (⅓ tasse) d'huile d'olive extra-vierge

2 c. à café d'herbes salées

1 c. à soupe de pesto

150 g (1/2 tasse) de parmesan frais, râpé

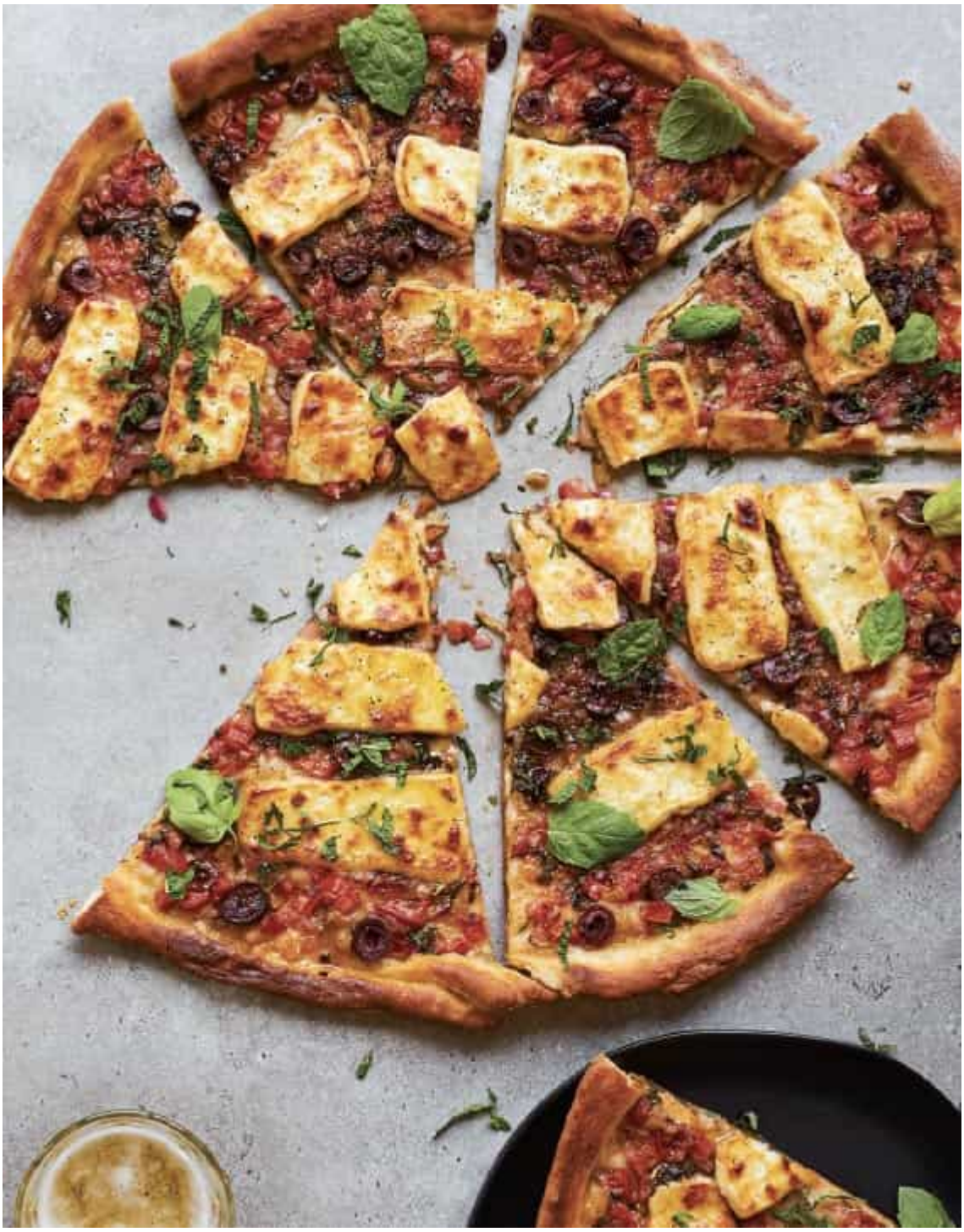
Poivre du moulin

Quelques feuilles de basilic frais pour la garniture

1. Préchauffer le four à 260 ºC (500 ºF).
2. Abaisser très finement la pâte à pizza afin d'en couvrir une plaque à pizza trouée antiadhésive de 38 cm (15 po) de diamètre.
3. Dans un cul-de-poule, mélanger délicatement et intimement tous les autres ingrédients, à l'exception du parmesan, du poivre et du basilic.
4. Couvrir la pâte à pizza du mélange en laissant une bordure libre de 2 cm (3/4 po) tout autour. Couvrir du parmesan et poivrer.

Cuire au four de 12 à 14 minutes, jusqu’à ce que la croûte soit bien croustillante.

5. Laisser tiédir légèrement, garnir de basilic et servir aussitôt.



Fine pizza au halloumi fondant,

au citron confit et aux fines herbes

Préparation **15 min** • Cuisson **12 min** • Portions **4**

1 pâte à pizza

150 g (5 oz) de fromage halloumi, coupé en tranches d'environ 1/2 cm (1/4 po)

Poivre du moulin

Garniture aux tomates, au citron confit et aux fines herbes

2 tomates Roma, pelées, épépinées et coupées en brunoise

4 c. à soupe d'oignon rouge, coupé en brunoise

2 c. à soupe de pelure de citron confit, coupée en brunoise

Une dizaine d'olives Kalamata, dénoyautées et émincées

80 ml (⅓ tasse) d'huile d'olive extra-vierge

4 c. à soupe de jus de citron

1 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

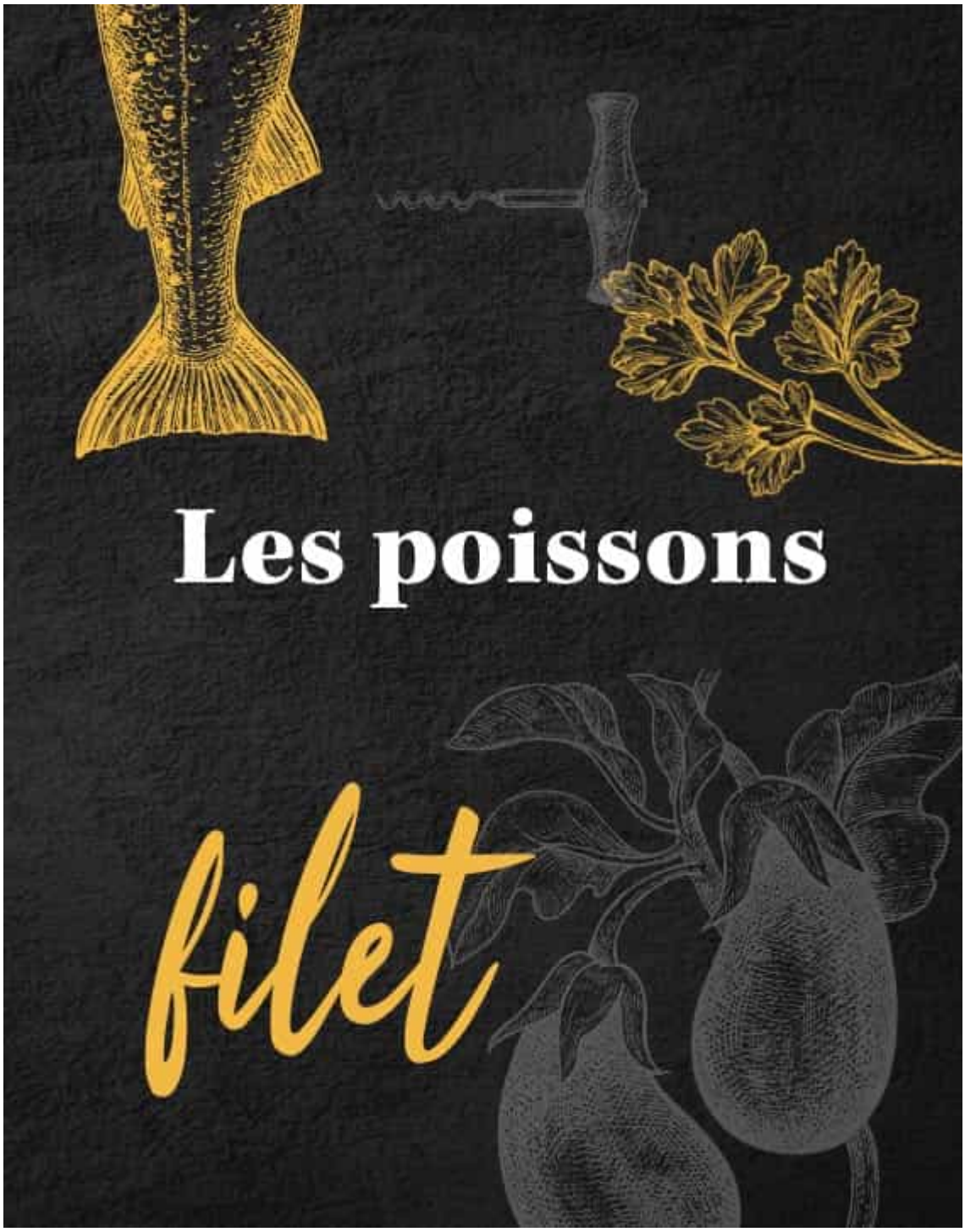
1 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

2 c. à café de menthe fraîche, ciselée finement

2 branches de thym frais

1. Préchauffer le four à 260 ºC (500 ºF).
2. Abaisser très finement la pâte à pizza afin d'en couvrir une plaque à pizza trouée antiadhésive de 38 cm (15 po) de diamètre.
3. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement et délicatement les ingrédients de la garniture aux tomates, au citron confit et aux fines herbes, en effeuillant le thym frais (jeter les branches).

4. Couvrir la pâte de la garniture en laissant une bordure libre d’environ 2,5 cm (1 po) tout autour. Garnir de fromage halloumi et poivrer généreusement. Cuire au four 12 minutes. Sortir la pizza au halloumi fondant du four et servir aussitôt.



QUEUE DE LOTTE AU PROSCIUTTO ET AUX FINES HERBES

MAQUEREAUX RÔTIS COMME EN MÉDITERRANÉE

FILETS DE SARDINE AUX LÉGUMES DE PROVENCE

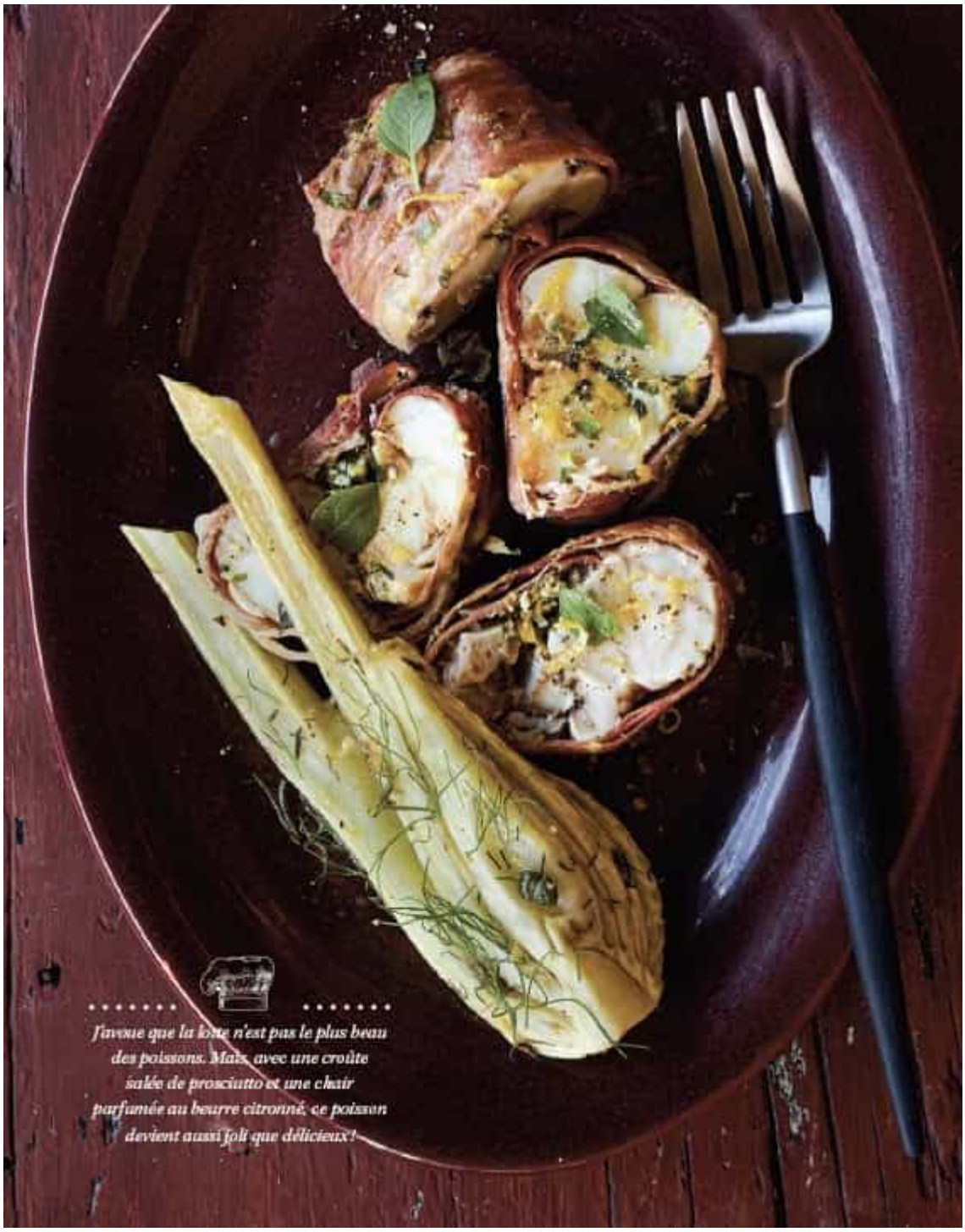
TRUITE SAUMONÉE ENTIÈRE AU BEURRE D'HERBES ET AUX SUPRMES D'AGRUMES

FILETS DE TRUITE RÔTIS AU SEL DE GUÉRANDE ET AUX AROMATES

FILET DE SAUMON RÔTI FAÇON STEAK HOUSE

FILET DE SAUMON À LA MANGUE ET À LA MOZZARELLA DI BUFALA

FILET DE SAUMON FARCI AU SAUMON FUMÉ ET AUX SUPRMES DE CITRON



Queue de lotte

au prosciutto et aux fines herbes

Préparation **20 min** • Réfrigération **1 h** • Macération **1 h** • Cuisson **30 min** • Portions **4 à 6**

1 queue de lotte d'environ 750 g (1 1/2 lb), séparée en deux filets, l'arête centrale retirée

80 ml (⅓ tasse) d'huile d'olive extra-vierge

Le jus de 1 citron bio (ou blanchi)

1 petit bouquet de thym frais

Sel et poivre du moulin

10 à 12 fines tranches de prosciutto

Beurre aux fines herbes

Le zeste de 1 citron bio (ou blanchi)

6 cuil. à soupe de beurre salé pommade (le beurre doit être bien mou et très souple)

2 c. à café de pesto de fleurs d'ail

1 c. à soupe de basilic, ciselé finement

1 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

1. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement les ingrédients du beurre aux fines herbes. Déposer sur une pellicule plastique et resserrer en formant un boudin. Réfrigérer 1 heure.
2. Couper les filets de lotte en deux sur la longueur et déposer les quatre morceaux dans un grand plat creux. Ajouter l'huile d'olive, le jus de citron, le thym, du sel et du poivre, et mélanger intimement. Couvrir d'une pellicule plastique et laisser mariner 1 heure au réfrigérateur.
3. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).

4. Couper le boudin de beurre aux fines herbes en fines rondelles.
5. Réserver 4 rondelles au beurre aux fines herbes. Égoutter les morceaux de poisson et les réunir deux à deux pour constituer deux petits rôtis, en enfermant au milieu les rondelles de beurre qui restent. Étaler la moitié des tranches de prosciutto à plat sur le plan de travail, déposer un petit rôti au centre et refermer le prosciutto sur le poisson le plus fermement possible. Déposer dans un plat de cuisson. Répéter l'opération pour le deuxième petit rôti.
6. Garnir les rôtis de deux rondelles de beurre réservées chacun et cuire au four 30 minutes, en arrosant avec le beurre fondu à mi-cuisson.
7. Éteindre le four. Napper les rôtis de beurre fondu et les laisser reposer dans le four éteint 5 minutes avant de les servir, découpés en tranches épaisses.



Maquereaux rôtis

comme en Méditerranée

Préparation **20 min** • Cuisson **20 min** • Portions **4**

12 olives Kalamata, dénoyautées et coupées en deux sur la longueur

6 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

2 c. à soupe de petites câpres

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

Le jus et le zeste de 1 citron bio (ou blanchi)

12 tomates cerises, coupées en deux sur la longueur

2 courgettes, non pelées, coupées en dés

1/2 oignon rouge, pelé et émincé très finement

4 branches de thym frais, effeuillées

Sel et poivre du moulin

4 maquereaux d'environ 300 g (10 oz) chacun, vidés

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger délicatement tous les ingrédients, à l'exception des maquereaux. Laisser reposer quelques minutes à température ambiante.
3. Pendant ce temps, tailler la peau des maquereaux en diagonale à trois reprises, de chaque côté. Badigeonner généreusement les maquereaux, des deux côtés, de la vinaigrette formée dans le mélange de légumes et d'herbes.
4. Transférer le mélange de légumes et d'herbes dans un grand plat de cuisson ou sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. Déposer les maquereaux sur le nid de légumes et cuire au four 20 minutes.

5. Sortir du four et servir aussitôt, accompagné d’aïoli maison et de pain grillé.



Filets de sardine

aux légumes de Provence

Préparation **20 min** • Macération **15 min** • Cuisson **23 min** • Portions **4**

3 tomates Roma, coupées en rondelles d’environ 1 cm (1/2 po)

1 courgette jaune, non pelée, coupée en rondelles d’environ 1 cm (1/2 po)

1 courgette verte, non pelée, coupée en rondelles d’environ 1 cm (1/2 po)

1 petite aubergine longue, coupée en gros dés

2 c. à café de sel

2 oignons rouges moyens, coupés en quartiers

6 gousses d’ail, pelées et écrasées grossièrement

Une vingtaine d'olives Kalamata, dénoyautées et coupées en deux sur la longueur

80 ml (⅓ tasse) d’huile d’olive extra-vierge + un filet pour garnir

Le jus de 1 citron + un filet pour garnir

2 branches de thym frais

1 branche de romarin frais

2 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

2 c. à café de menthe fraîche, ciselée finement

Trois ou quatre pincées de piment d’Espelette

Poivre du moulin

8 filets de sardine avec la peau

1. Dans un cul-de-poule, mélanger délicatement les tomates, les courgettes, l’aubergine et le sel, et laisser dégorger 15 minutes à température ambiante.

2. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
3. Éponger les légumes sommairement à l'aide d'un essuie-tout. Ajouter le reste des ingrédients, à l'exception des sardines, et mélanger délicatement.
4. Badigeonner généreusement les filets de sardine de la marinade créée par le mélange de légumes et d'herbes, et réserver.
5. Répartir le mélange de légumes dans un grand plat de cuisson ou sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. Cuire au four 20 minutes.
6. Sortir les légumes du four. Allumer le gril du four (broil). Déposer les filets de sardine sur le nid de légumes chauds, côté chair sur le dessus. Cuire sous le gril de 2 à 3 minutes.
7. Garnir les filets de sardine d'un filet d'huile d'olive et de jus de citron, et servir aussitôt.



Truite saumonée entière

au beurre d’herbes et aux suprêmes d’agrumes

Préparation **15 min** • Réfrigération **1 h** • Cuisson **45 min** • Portions **4 à 6**

2 c. à soupe de gros sel

1 gros bouquet d’aneth frais

1 bouquet de persil plat frais

250 g (1 tasse) de beurre pommade (le beurre doit être bien mou et très souple)

3 gousses d’ail, pelées et hachées grossièrement

Le zeste et les suprêmes de 2 citrons bios (ou blanchis) + 1 citron coupé en quartiers, pour le service

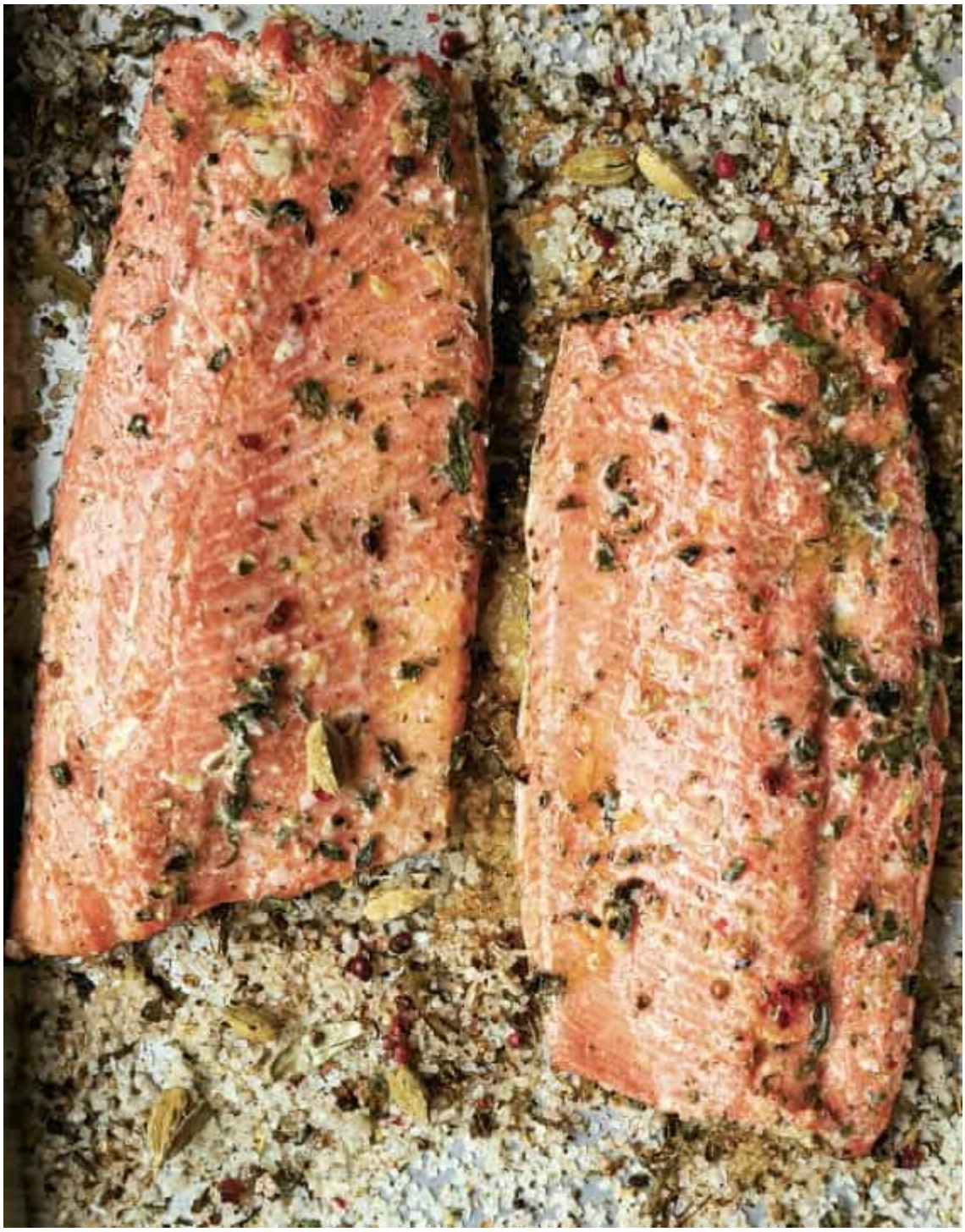
1 truite saumonée entière d’environ 2 kg (4 1/2 lb), vidé et écaillé

1/2 citron vert coupé en quartiers, pour le service

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Au robot culinaire, mélanger le gros sel, l’aneth et le persil en pulsant à quelques reprises, jusqu'à l'obtention d'un sel fin et coloré. Ajouter le beurre, l’ail et le zeste de citron, et mélanger jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. Déposer ce mélange sur une pellicule plastique et rouler pour en faire un boudin d’environ 4 cm (1 1/2 po) de diamètre. Réfrigérer 1 heure ou jusqu’à ce qu’il soit bien ferme.
3. Pendant ce temps, à l’aide d’un couteau bien aiguisé, pratiquer quatre grandes entailles en diagonale des deux côtés du poisson, comme pour dessiner de nouvelles branchies.
4. Tailler le boudin de beurre d’herbes en rondelles de 1 cm (1/2 po). Glisser 2 rondelles de beurre d’herbes et 1 suprême de

citron dans chaque entaille. Garnir généreusement l'intérieur du saumon du reste des rondelles de beurre et des suprêmes de citron, au goût. Conserver le reste du beurre pour un autre usage.

5. Déposer le saumon sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire au four 30 minutes.
6. Éteindre le four, entrouvrir la porte et laisser reposer le poisson 15 minutes avant de le servir entier au centre de la table, garni de quartiers de citron et de citron vert. Accompagner d'une mayonnaise maison ou d'un beurre blanc presque classique, aux agrumes et aux herbes fines (ici), si désiré.



Filets de truite rôtis

au sel de Guérande et aux aromates

Préparation **15 min** • Cuisson **20 min** • Portions **4**

2 filets de truite saumonée d'environ 350 g (12 oz) chacun, avec la peau

2 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge

2 c. à soupe de jus de citron

Sel de Guérande aromatisé

500 ml (2 tasses) de gros sel de Guérande

Le zeste de 1 citron bio (ou blanchi)

1 c. à soupe de poivre mignonnette

1 c. à soupe de poivre rose, concassé

6 graines de cardamome, écrasées grossièrement

2 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

1 c. à soupe d'origan séché

4 gousses d'ail, pelées et hachées grossièrement

1. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement les ingrédients du sel de Guérande aromatisé et le transférer sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin.
2. Déposer les filets de truite sur le sel de Guérande aromatisé, chair dessous, et réserver 10 minutes à température ambiante.
3. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
4. Retirer les filets de truite de la plaque de cuisson et enlever le gros sel de la chair. Déposer les filets de truite dans une assiette et arroser d'huile d'olive et de jus de citron. Réserver.

5. Enfourner la plaque de cuisson contenant le sel de Guérande aromatisé et cuire 10 minutes.
6. Déposer les filets de truite, peau dessous, sur le sel de Guérande aromatisé chaud et poursuivre la cuisson 10 minutes. Servir aussitôt, accompagné d'un beurre blanc presque classique, aux agrumes et aux herbes fines (ici), si désiré.



Filet de saumon rôti,

façon steak house

Préparation **20 min** • Cuisson **30 min** • Portions **4**

3 c. à soupe d’huile végétale

100 g (3 1/2 oz) de bacon épais, coupé en dés

2 échalotes moyennes, pelées et hachées finement

1 c. à soupe de poivre mignonnette

1 c. à soupe d’épices à steak

1 c. à café de romarin frais

1 c. à café de graines d’aneth

2 gousses d’ail, pelées et hachées grossièrement

250 ml (1 tasse) de vin rouge sec

1 c. à soupe de sirop d'érable

1 filet de saumon bien épais d’environ 800 g (1 3/4 lb)

Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
2. Dans une poêle à frire, à feu moyen-vif, chauffer l’huile et cuire les dés de bacon de 3 à 5 minutes ou jusqu’à ce qu’ils soient colorés et qu’ils libèrent leur gras.
3. Baisser le feu à moyen et ajouter les échalotes, le poivre, les épices à steak, le romarin et les graines d’aneth. Faire suer les échalotes 3 minutes. Ajouter l’ail et cuire encore 2 minutes.
4. À feu moyen-vif, déglacer avec le vin rouge, ajouter le sirop d’érable et laisser réduire de moitié, environ 3 minutes.
5. Pendant ce temps, à l’aide d’un couteau bien aiguisé, quadriller la chair du saumon à environ 1 cm (1/2 po) de profondeur. Déposer le saumon sur une plaque de cuisson chemisée de

papier parchemin. Couvrir le filet de saumon de la préparation de lardons chaude et poivrer. Cuire au four 15 minutes.
Servir aussitôt.



Filet de saumon à la mangue

et à la mozzarella di bufala

Préparation **15 min** • Cuisson **15 min** • Portions **4**

80 ml (⅓ tasse) d'huile d'olive extra-vierge

Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)

2 gousses d'ail, pressées ou hachées finement

2 c. à café d'herbes salées

2 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

2 c. à soupe de vinaigre balsamique

1 boule de mozzarella di bufala, coupée en 6 rondelles de 1 cm (1/2 po), puis en deux

1 mangue Ataulfo bien mûre, pelée et coupée en tranches fines

1 filet de saumon bien épais d'environ 800 g (1 3/4 lb)

Quelques feuilles de basilic

Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement l'huile, le jus et le zeste de citron vert, l'ail, les herbes salées, le basilic et le vinaigre balsamique. Déposer les rondelles de fromage et les tranches de mangue dans cette huile parfumée et mélanger intimement.
3. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, pratiquer 6 incisions en diagonale dans la chair du saumon jusqu'à la peau, sans entailler celle-ci. Répartir la mozzarella et la mangue dans les incisions. Badigeonner le saumon du reste d'huile parfumée en la faisant pénétrer dans les entailles. Poivrer.
4. Cuire au four 15 minutes. Garnir de basilic et accompagner d'un beurre blanc presque classique, aux agrumes et aux herbes

fines (ici), si désiré. Servir aussitôt.



Filet de saumon farci

au saumon fumé et aux suprêmes de citron

Préparation **15 min** • Cuisson **15 min** • Portions **4**

1 filet de saumon bien épais d'environ 800 g (1 3/4 lb)

Les suprêmes de 1 citron bio (ou blanchi)

100 g (3 1/2 oz) de saumon fumé

Poivre du moulin



Un beau filet de saumon bien gras farci d'aneth et de citron, indispensables alliés de goût. Le saumon fumé et les câpres complètent magnifiquement le tout.

Huile parfumée à l'aneth et au citron

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

Le zeste et le jus de 1 citron bio (ou blanchi)

2 gousses d'ail, pressées ou hachées finement

2 c. à soupe de petites câpres

1 c. à café d'herbes salées

1 bouquet d'aneth frais, ciselé finement

1. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement les ingrédients de l'huile parfumée à l'aneth et au citron. Réserver.
3. Déposer le filet de saumon dans un plat de cuisson. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, pratiquer 6 incisions en diagonale dans la chair du saumon jusqu'à la peau, sans entailler celle-ci. Répartir les suprêmes de citron et le saumon fumé dans les incisions. Badigeonner généreusement le dessus du saumon et les incisions d'huile parfumée à l'aneth et au citron, et poivrer.

4. Cuire au four 15 minutes. Servir aussitôt, accompagné d’un beurre blanc presque classique, aux agrumes et aux herbes fines (ici), si désiré.



Filet de saumon

façon gremolata

Préparation **10 min** • Cuisson **15 min** • Portions **4 à 6**

1 filet de saumon épais de 1 kg (2 1/4 lb)

Sel et poivre du moulin

Gremolata au citron et à l'orange

2 c. à soupe de basilic, ciselé finement

2 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

1 c. à soupe d'herbes salées

4 gousses d'ail, pelées et hachées grossièrement

1 c. à soupe de miel

2 échalotes, hachées grossièrement

1 citron bio (ou blanchi), coupé en quartiers

1 orange bio (ou blanchie), coupée en quartiers

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

1. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
2. Dans un grand bol, mélanger intimement tous les ingrédients de la gremolata au citron et à l'orange, en pressant les quartiers d'agrumes pour en extraire le jus. Poivrer généreusement.
3. Badigeonner le filet de saumon de l'huile parfumée de la gremolata au citron et à l'orange. Saler et poivrer généreusement. Déposer la gremolata dans un plat de cuisson. Déposer le filet de saumon sur ce nid, peau dessous.
4. Cuire au four 10 minutes, en retournant le filet de saumon à mi-cuisson.
5. Allumer le gril du four (broil) et poursuivre la cuisson 3 minutes.

6. Sortir le filet de saumon du four et servir aussitôt, sens dessus dessous, accompagné des agrumes rôtis et, si désiré, d'un beurre blanc presque classique, aux agrumes et aux herbes fines (ici).



CARRÉS D'AGNEAU EN CROÛTE D'HERBES ET DE MERGUEZ

GIGOT D'AGNEAU RÔTI DOUCEMENT 4 HEURES

JARRETS D’AGNEAU 6 HEURES AU MERLOT ET AUX HERBES

TOMAHAWK EN CROÛTE DE CHAMPIGNONS, CUISSON DOUCE

RÔTI DE FILET DE BŒUF, JUSTE PARFAIT!

RÔTI D’INTÉRIEUR DE RONDE AU BACON ET AU PORTO

CÔTE DE BŒUF EN CROÛTE DE SEL ÉPICÉ ET PARFUMÉ

RÔTI DE CÔTE DE BŒUF AU JUS PLUS QUE PARFAIT!

POIVRONS DOUX FARCIS ET RÔTIS À LA MÉDITERRANÉENNE

PAIN DE VIANDE AU CHEDDAR MI-FORT, LE PRÉFÉRÉ D’ÉDITH

RÔTI DE CÔTE DE VEAU AUX CHAMPIGNONS

RÔTI DE FILET DE VEAU AU MIEL ET AU POIVRE ROSE, SAUCE AU BRIE

CÔTES LEVÉES CONFITES AU BEURRE À L'AIL ET AUX HERBES FRAÎCHES

CÔTES LEVÉES À LA BIÈRE ROUSSE, À LA MÉLASSE ET AU CITRON VERT

CÔTES LEVÉES EN CROÛTE DE PAPRIKA FUMÉ, FAÇON BARBECUE

CÔTES LEVÉES À LA MOUTARDE AU MIEL, AU ROMARIN ET À L’AIL

POITRINE DE COCHON RÔTIE AU CITRON VERT, AUX ÉPICES ET À LA CASSONADE

LONGE DE PORC AU ROMARIN EN CROÛTE DE BACON

LONGE DE PORC EN SAUMURE À LA BIÈRE ET AU MIEL

ÉPAULE DE PORC FONDANTE AU BEURRE ET AUX HERBES

CARRÉ DE PORC RÔTI EN CROÛTE D’ÉPICES ET DE FINES HERBES, PARFUM D’ÉRABLE

PORCHETTA À LA JF



Carrés d’agneau

en croûte d’herbes et de merguez

Préparation **15 min** • Cuisson **25 min** • Portions **4**

2 c. à soupe d’huile végétale

La chair de 3 saucisses merguez

2 carrés d’agneau de 16 côtes, coupés en deux

20 g (⅓ tasse) de chapelure panko

2 c. à soupe d’herbes de Provence

3 c. à soupe de moutarde de Dijon

1. Préchauffer le four à 190 ºC (375 ºF).
2. Dans une poêle, à feu moyen, chauffer l’huile et faire revenir la chair de saucisse, en l’émiettant, de 5 à 7 minutes ou jusqu’à ce qu’elle soit bien cuite et très croustillante. Laisser refroidir, hacher finement et réserver.
3. Dans la même poêle, à feu moyen-vif, saisir les carrés d’agneau de tous les côtés environ 5 minutes au total ou jusqu’à ce qu’ils soient colorés. Réserver.
4. Dans un bol, mélanger la chapelure et les herbes de Provence. Incorporer la chair de saucisse émiettée.
5. Badigeonner les carrés d’agneau de moutarde de Dijon et couvrir généreusement du mélange de chapelure. Presser légèrement la chapelure avec les mains afin de faire une belle croûte.
6. Déposer les carrés d’agneau sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, côtes vers le haut, et cuire au four 15 minutes. Sortir les carrés d’agneau du four, couvrir, sans serrer, de papier d’aluminium et laisser reposer 5 minutes.

7. Tailler en côtelettes et servir aussitôt, accompagné d'une demi-glace au vin rouge corsé et aux épices (ici), si désiré.



Gigot d’agneau rôti

doucement 4 heures

Préparation **20 min** • Repos **1 h** • Cuisson **4 h 10 min** • Portions **6 à 8**

1 gigot d’agneau de 2 à 2,5 kg (4 1/2 à 5 1/2 lb)

2 gousses d’ail, pelées et coupées en lamelles

3 branches de romarin, coupées en tronçons

3 c. à soupe d’huile végétale

Sel et poivre du moulin

4 oignons moyens avec la pelure, coupés en deux sur la largeur

4 gousses d’ail, écrasées grossièrement

4 c. à soupe de miel doré

1 c. à soupe de moutarde en poudre

2 c. à café de thym séché

1 c. à soupe de jus de citron

4 c. à café de beurre

1. Laisser reposer le gigot d’agneau au moins 1 heure à température ambiante avant de le cuire.
2. Préchauffer le four à 100 ºC (200 ºF).
3. À l’aide d’un petit couteau, pratiquer ici et là des incisions dans le gigot. Piquer une lamelle d’ail et un tronçon de romarin dans chacune des incisions. Réserver.
4. Dans une grande poêle à frire, à feu moyen, chauffer l’huile. Saler et poivrer la partie coupée des oignons et la caraméliser environ 3 minutes. Déposer les oignons, côté caramélisé sur le dessus, et les gousses d’ail dans un grand plat de cuisson ou sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. Réserver.

5. Dans la même poêle, à feu moyen-vif, saisir le gigot d'agneau de tous les côtés de 5 à 7 minutes. Saler et poivrer généreusement.
6. Dans un petit bol, mélanger intimement le miel, la moutarde, le thym et le jus de citron. Badigeonner le gigot de ce miel parfumé.
7. Déposer le gigot sur le nid d'oignons et d'ail, le badigeonner de beurre et cuire au four 4 heures, en tournant le gigot toutes les heures, ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 65 ºC (140 ºF) à cœur pour une cuisson rosée.
8. Sortir le gigot d'agneau du four, le couvrir, sans serrer, de papier d'aluminium et laisser reposer 10 minutes afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande. Servir aussitôt, accompagné d'une demi-glace au vin rouge corsé et aux épices ou d'une demi-glace aux légumes rôtis (ici), si désiré.



Jarrets d’agneau 6 heures

au merlot et aux herbes

Préparation **20 min** • Cuisson **6 h 20 min** • Portions **4**

60 ml (1/4 tasse) d'huile végétale

4 jarrets d'agneau

10 échalotes moyennes, pelées et coupées en deux

10 gousses d'ail, pelées

3 c. à soupe de farine tout usage

Sel et poivre du moulin

500 ml (2 tasses) de merlot

500 ml (2 tasses) de bouillon de bœuf

4 branches de thym frais

2 branches de romarin frais



À la fois rôtis et braisés, les jarrets d'agneau ainsi cuisinés offrent une chair tendre et moelleuse et une croûte juste assez craquante… Le melleur de deux mondes!

1. Préchauffer le four à 120 ºC (250 ºF).
2. Dans un grand faitout, à feu moyen-vif, chauffer l'huile et saisir les jarrets de tous les côtés jusqu'à ce qu'ils soient colorés. Réserver les jarrets dans une assiette.
3. Dans le faitout, ajouter les échalotes et l'ail (ajouter un peu d'huile si nécessaire), et faire suer 3 minutes. Saupoudrer la farine, saler et poivrer, et cuire 3 minutes en mélangeant délicatement.
4. Déglacer avec le merlot en raclant le fond du faitout pour récupérer les sucs de cuisson. À feu vif, laisser réduire 5 minutes. Ajouter le bouillon, le thym et le romarin, et laisser mijoter 10 minutes à feu moyen.
5. Déposer les jarrets d'agneau dans le faitout et cuire au four 6 heures, en les retournant toutes les deux heures. Sortir les

jarrets d’agneau du four et servir.



Tomahawk en croûte

de champignons, cuisson douce

Préparation **15 min** • Repos **1 h** • Cuisson **1 h 45 min** • Portions **4**

1 tomahawk de 1,5 kg (3 ⅓ lb)

Sel

1 c. à soupe de beurre clarifié

100 g (3 1/2 oz) de mélange de champignons forestiers séchés

Sauce au vin rouge et à la ciboulette

125 ml (1/2 tasse) de vin rouge sec

1 c. à soupe de beurre clarifié

1 échalote, pelée et hachée finement

Fleur de sel et poivre du moulin

500 ml (2 tasses) de bouillon de bœuf

4 c. à soupe de ciboulette, ciselée finement

1. Laisser reposer le tomahawk au moins 1 heure à température ambiante avant de le cuire.
2. Préchauffer le four à 100 ºC (200 ºF).
3. Saler généreusement la viande de tous les côtés. Dans une poêle, à feu moyen-vif, faire fondre le beurre clarifié et saisir le tomahawk de tous les côtés 4 minutes ou jusqu'à l'obtention d'une belle croûte colorée.
4. Pendant ce temps, hacher grossièrement les champignons séchés. En réserver une moitié dans un petit bol et transformer l'autre moitié en fine poudre au moulin à café ou au mortier.
5. Saupoudrer la poudre de champignons sur le tomahawk et le déposer sur la grille d'une rôtissoire. Cuire au four de 1 heure

30 minutes à 2 heures ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 60 ºC (140 ºF) à cœur.

6. Pendant ce temps, faire tremper les champignons réservés dans le vin pour les réhydrater, environ 30 minutes. Égoutter et réserver séparément les champignons réhydratés et le vin.
7. Sortir le tomahawk du four. Transférer la grille et le tomahawk sur une plaque de cuisson et laisser reposer en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, de 5 à 10 minutes, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande, le temps de préparer la sauce.
8. À feu moyen, dans la poêle ayant servi à saisir la viande, faire fondre le beurre clarifié et faire suer l'échalote 4 minutes. Saler et poivrer.
9. À feu moyen-vif, déglacer avec le vin réservé. Laisser réduire presque à sec. Mouiller avec le bouillon de bœuf et laisser réduire 3 minutes. Ajouter les champignons réhydratés et le jus qui s'est écoulé dans la plaque, sous le rôti, et laisser réduire 3 minutes ou jusqu'à épaississement.
10. Garnir de ciboulette et servir cette sauce onctueuse bien chaude, en accompagnement de la viande.



Rôti de filet de bœuf,

juste parfait!

Préparation **15 min** • Repos **1 h** • Cuisson **55 min** • Portions **4 à 6**

1 rôti de filet de bœuf de 1 à 1,5 kg (2 1/4 à 3 ⅓ lb)

Sel et poivre du moulin

2 c. à soupe de beurre clarifié, fondu

Beurre clarifié aux épices et aux herbes

4 c. à soupe de beurre clarifié, fondu

1 c. à soupe de poivre mignonnette

1 c. à soupe d'épices à steak

2 c. à café de fleur de sel

1 branche de romarin frais

2 branches de thym frais

1. Laisser reposer le rôti de filet de bœuf 1 heure à température ambiante avant de le cuire.
2. Préchauffer le four à 180 ºC (350 ºF).
3. Saler et poivrer le rôti de bœuf. Dans une poêle, à feu moyen-vif, faire fondre le beurre clarifié et saisir le rôti de bœuf de tous les côtés de 5 à 7 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit coloré.
4. Pendant ce temps, dans un cul-de-poule, mélanger tous les ingrédients du beurre clarifié aux épices et aux herbes.
5. Déposer le rôti dans le cul-de-poule et le tourner pour bien l'enrober du beurre clarifié aux épices et aux herbes.
6. Déposer le bœuf sur la grille d'une rôtissoire et cuire au four de 30 à 40 minutes ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 60 ºC (140 ºF) à cœur pour une cuisson à point.

7. Sortir le rôti du four. Transférer la grille et le rôti sur une plaque de cuisson et laisser reposer 10 minutes, en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande. Servir, accompagné d'une demi-glace au vin rouge corsé et aux épices (ici), si désiré. Ajouter les jus de cuisson sur la viande au moment de servir.



Rôti d’intérieur de ronde

au bacon et au porto

Préparation **20 min** • Repos **1 h** • Cuisson **2 h 15 min** • Portions **4 à 6**

1 rôti d’intérieur de ronde de 2 kg (4 1/2 lb)

1 c. à soupe d’huile végétale

4 tranches de bacon

Sel et poivre du moulin

500 ml (2 tasses) de porto

2 branches de romarin frais

3 branches de thym frais

6 gousses d’ail entières, pelées

6 petites échalotes entières, pelées

500 ml (2 tasses) de bouillon de bœuf

2 c. à soupe de beurre manié

1. Laisser reposer le rôti d’intérieur de ronde au moins 1 heure à température ambiante avant de le cuire.
2. Préchauffer le four à 100 ºC (200 ºF).
3. Dans une poêle à frire, à feu moyen-vif, chauffer l’huile et cuire les tranches de bacon 2 minutes de chaque côté ou jusqu’à ce qu’elles soient légèrement colorées et qu’elles libèrent leur gras. Réserver les tranches de bacon.
4. Saler et poivrer généreusement le rôti de tous les côtés. À feu moyen-vif, saisir le rôti de tous les côtés dans le gras de bacon de 5 à 7 minutes ou jusqu’à ce qu’il soit coloré.
5. Pendant ce temps, dans une petite casserole, à feu doux, mélanger le porto, le romarin, le thym, l’ail et les échalotes, et laisser frémir 5 minutes.

6. Badigeonner généreusement le rôti de bœuf de tous les côtés du porto réduit et aromatisé. Déposer le rôti sur la grille d'une rôtissoire. Déposer l'ail et les échalotes confites au fond de la rôtissoire. Réserver le reste du porto.
7. Déposer les branches de romarin et de thym sur le rôti et couvrir des tranches de bacon réservées.
8. Cuire au four 1 heure 30 minutes ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 60 ºC (140 ºF) à cœur. Sortir le rôti du four. Transférer la grille et le rôti sur une plaque de cuisson et laisser reposer en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande, le temps de préparer la sauce.
9. Déglacer la rôtissoire avec le porto réservé en raclant le fond à l'aide d'une cuillère en bois pour récupérer les sucs de cuisson. Mouiller avec le bouillon et ajouter le jus qui s'est écoulé dans la plaque, sous le rôti. Retirer les échalotes et l'ail, et les réserver avec le rôti. Dégraisser le jus à l'aide d'un pichet séparateur de gras et verser dans une petite casserole. À feu moyen-vif, porter à ébullition. Ajouter le beurre manié et fouetter vigoureusement jusqu'à ce qu'il fonde afin d'éviter les grumeaux. Laisser réduire environ 5 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse.
10. Servir le rôti d'intérieur de ronde avec la sauce en accompagnement.



Côte de bœuf

en croûte de sel épicé et parfumé

Préparation **20 min** • Repos **1 h** • Cuisson **50 min** • Portions **4 à 6**

1 côte de bœuf de 2 kg (4 1/2 lb)

4 c. à soupe d'huile végétale

2 c. à soupe de beurre

60 ml (1/4 tasse) de brandy

1 kg (2 1/4 lb) de gros sel, divisé

4 branches de romarin frais, divisées

6 branches de thym frais, divisées

2 c. à soupe d'épices à steak

2 c. à soupe de poivre mignonnette

1. Laisser reposer la côte de bœuf au moins 1 heure à température ambiante avant de la cuire.
2. Préchauffer le four à 260 ºC (500 ºF).
3. Huiler les deux côtés de la côte de bœuf. Dans une poêle, à feu moyen-vif, saisir la côte de bœuf 3 minutes de chaque côté. Ajouter le beurre et laisser fondre et mousser un peu, retourner le rôti dans le beurre pour bien l'enrober. Déglacer avec le brandy et flamber.
4. Déposer la moitié du gros sel dans un plat de cuisson allant au four assez grand pour contenir la côte de bœuf. Couvrir le sel de la moitié des herbes fraîches.
5. Saupoudrer les épices à steak et le poivre mignonnette des deux côtés de la côte de bœuf. Coucher la côte de bœuf sur le nid de gros sel et d'herbes fraîches. Garnir du reste des herbes fraîches et couvrir du reste du gros sel. Les os peuvent rester dégagés. Cuire au four 45 minutes.

6. Sortir la côte de bœuf du four, laisser reposer en croûte de sel 5 minutes. Casser la croûte de sel et libérer la côte de bœuf avant de la tailler en tranches fines. Servir aussitôt, accompagné d'une demi-glace au vin rouge corsé et aux épices (ici), si désiré.



Rôti de côte de bœuf

au jus plus que parfait!

Préparation **20 min** • Repos **1 h** • Cuisson **2 h** • Portions **4 à 6**

1 rôti de côte de bœuf d'environ 1,5 kg (3 ⅓ lb)

1 c. à soupe de poivre du moulin, mouture grosse

1 c. à soupe d'épices à steak

1 c. à soupe d'herbes de Provence

2 c. à soupe de beurre clarifié, fondu

4 c. à soupe de beurre pommade (le beurre doit être bien mou et très souple)

4 gousses d'ail, pelées et pressées ou hachées finement

1 c. à soupe de moutarde en poudre

1 c. à soupe de farine tout usage

125 ml (1/2 tasse) de vin rouge

500 ml (2 tasses) de bouillon de bœuf

2 c. à soupe de beurre manié

1. Laisser reposer le rôti de côte de bœuf au moins 1 heure à température ambiante avant de le cuire.
2. Préchauffer le four à 260 ºC (500 ºF).
3. Dans un bol, mélanger le poivre, les épices à steak et les herbes de Provence.
4. Badigeonner le rôti de beurre clarifié. Masser la chair avec la moitié du mélange d'herbes et d'épices pour faire pénétrer légèrement les aromates. Laisser reposer 5 minutes.
5. Pendant ce temps, mélanger intimement le reste du mélange d'épices avec le beurre pommade, l'ail, la moutarde en poudre et la farine. Garnir généreusement le rôti de beurre pommade

aux épices. Déposer le rôti sur la grille d'une rôtissoire et saisir au four 20 minutes.

6. Baisser la température du four à 100 ºC (200 ºF) et cuire encore 1 heure 30 minutes ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 60 ºC (140 ºF) à cœur. Sortir le rôti du four. Transférer la grille et le rôti sur une plaque de cuisson et laisser reposer en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande, le temps de préparer la sauce.
7. Déglacer la rôtissoire avec le vin rouge en raclant le fond à l'aide d'une cuillère en bois pour récupérer les sucs de cuisson. Verser dans une petite casserole, mouiller avec le bouillon et ajouter le jus qui s'est écoulé dans la plaque, sous le rôti. Laisser réduire à feu moyen 5 minutes afin d'en concentrer les saveurs et la texture.
8. Ajouter le beurre manié à la sauce et fouetter vigoureusement. Laisser épaissir de 3 à 5 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse. Servir le rôti avec la sauce en accompagnement.



Poivrons doux

farcis et rôtis à la méditerranéenne

Préparation **20 min** • Cuisson **1 h** • Portions **4**

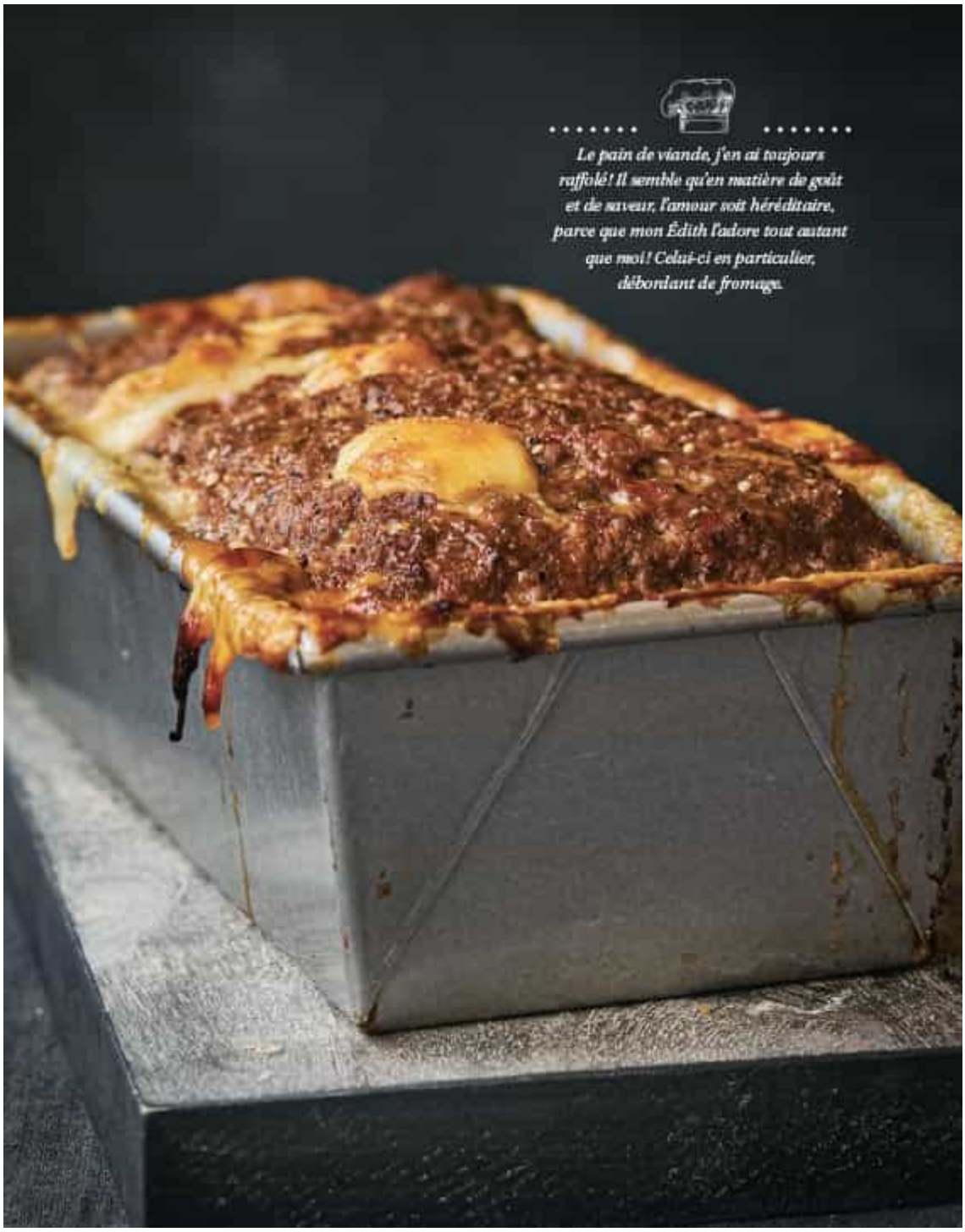
4 poivrons rouges, jaunes et/ou orange
450 g (1 lb) de bœuf haché
200 g (7 oz) d’agneau haché
1 œuf, battu légèrement
80 ml (⅓ tasse) de chapelure
150 g (1 tasse) de fromage féta, coupé en dés
1 petit oignon rouge, haché finement
2 gousses d’ail, pelées et pressées ou hachées finement
12 olives Kalamata dénoyautées, en brunoise
2 c. à soupe de citron confit, en brunoise
2 c. à café de menthe fraîche, ciselée finement
1 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement
2 tomates Roma, pelées, épépinées et taillées en dés

Marinade à l’origan

125 ml (1/2 tasse) d’huile d’olive extra-vierge
Le jus et le zeste de 1 citron bio (ou blanchi)
1 c. à soupe de miel
2 c. café d’herbes salées
2 c. à soupe d’origan séché
Sel et poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 180 ºC (350 ºF).

2. Dans un bol, préparer la marinade à l’origan en fouettant légèrement l’huile, le jus et le zeste de citron, le miel, les herbes salées et l’origan. Saler et poivrer généreusement. Réserver.
3. Prélever environ le quart des poivrons sur la longueur, jusqu'au pédoncule, afin de pouvoir les farcir. Réserver la partie prélevée, retirer et jeter le cœur et les pépins des poivrons. Badigeonner généreusement l’intérieur et l’extérieur des poivrons de marinade à l’origan.
4. Tailler 4 c. à soupe dans la partie prélevée des poivrons en brunoise (réserver le reste pour un autre usage) et la déposer dans un cul-de-poule avec le reste des ingrédients, à l’exception des poivrons à farcir. Mélanger intimement.
5. Coucher les poivrons dans un plat de cuisson, partie coupée sur le dessus. Farcir généreusement les poivrons du mélange de viande jusqu’à ce qu’ils débordent. Badigeonner les poivrons farcis de marinade.
6. Cuire au four 1 heure. Servir aussitôt, avec la marinade restante fouettée avec les jus de cuisson en guise de sauce, ou accompagné d’une demi-glace aux légumes rôtis (ici), si désiré.



Pain de viande

au cheddar mi-fort, le préféré d’Édith

Préparation **20 min** • Cuisson **1 h** • Portions **4 à 6**

1 c. à soupe d’herbes de Provence

1 c. à soupe d’origan séché

2 c. à café d’épices à steak

2 c. à café de poivre fraîchement moulu en gros grains

1 c. à soupe de paprika fumé

2 c. à café de sel d’ail

750 g (1 1/2 lb) de bœuf haché maigre

400 g (3 ⅓ tasses) de cheddar mi-fort, coupé en cubes de 1 cm (1/2 po)

1 boîte de 796 ml de tomates en dés, très bien égouttées

1 c. à café d’herbes salées

1 c. à soupe de pesto de fleurs d’ail

2 œufs, légèrement battus à la fourchette

150 g (1 tasse) de chapelure

60 ml (1/4 tasse) de ketchup

2 c. à café de sriracha

1. Préchauffer le four à 180 ºC (350 ºF).
2. Dans un petit bol, mélanger les herbes de Provence, l’origan, les épices à steak et le poivre. Réserver.
3. Dans un grand bol, mélanger le reste des ingrédients. Ajouter la moitié du mélange d’herbes et d’épices réservé, et mélanger intimement. Déposer dans un moule à pain rectangulaire et façonner en pain. Saupoudrer le mélange d’herbes et d’épices

restant sur le dessus, en pressant légèrement pour le faire pénétrer un peu dans la viande.

4. Cuire au four 1 heure. Sortir du four, couvrir de papier d'aluminium et laisser reposer 10 minutes avant de servir. Accompagner d'une demi-glace au vin rouge corsé et aux épices (ici), si désiré.



Rôti de côte de veau

aux champignons

Préparation **20 min** • Cuisson **1 h** • Portions **4**

4 c. à soupe d’huile végétale, divisée

Sel et poivre du moulin

1 rôti de côte de veau de 4 côtes

2 c. à soupe de moutarde de Dijon

50 g (1 3/4 oz) de champignons déshydratés, mélange forestier, hachés très finement

2 barquettes de 227 g de petits champignons de Paris, coupés en deux

3 branches de thym, effeuillées

4 gousses d’ail, pelées et écrasées grossièrement

125 ml (1/2 tasse) de vin blanc sec

375 ml (1 1/2 tasse) de bouillon de volaille

125 ml (1/2 tasse) de crème à cuisson 35 %

1. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
2. Dans une poêle à frire, à feu moyen-vif, chauffer 2 c. à soupe d’huile. Saler généreusement le rôti de côte de veau et le saisir de tous les côtés de 5 à 7 minutes pour bien le colorer.
3. Badigeonner le rôti de moutarde de Dijon et saupoudrer toutes les surfaces des champignons hachés déshydratés et d’une partie de leur poudre (réserver la poudre de champignons restante). Poivrer généreusement. Déposer le rôti sur la grille d’une rôtissoire et cuire au four 30 minutes.
4. Pendant ce temps, dans la poêle à frire ayant servi à saisir le rôti de côte de veau, à feu vif, chauffer les 2 c. à soupe d’huile restante et faire sauter les champignons de Paris de 3 à

5 minutes. Saler et poivrer, ajouter un peu d'huile si nécessaire. Incorporer le thym et l'ail, et cuire 2 minutes de plus. Déglacer avec le vin blanc, ajouter la poudre de champignons réservée et laisser réduire 2 minutes.

5. Quand le rôti a cuit 30 minutes, ajouter le mélange de champignons au vin blanc dans le fond de la rôtissoire. Cuire encore 30 minutes ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 57 ºC (135 ºF) à cœur.
6. Sortir le rôti de côte de veau du four. Transférer la grille et le rôti sur une plaque de cuisson et laisser reposer une dizaine de minutes en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande, le temps de préparer la sauce.
7. Déglacer la rôtissoire avec le bouillon en raclant le fond à l'aide d'une cuillère en bois pour récupérer les sucs de cuisson. Retirer les champignons de la rôtissoire et les réserver au chaud. Verser la sauce dans une petite casserole, ajouter le jus qui s'est écoulé dans la plaque, sous le rôti, verser la crème et fouetter légèrement. Laisser réduire la sauce à feu moyen de 5 à 7 minutes afin d'en concentrer les saveurs et la texture. Servir le rôti de côte de veau garni des champignons, avec la sauce en saucière.



Rôti de filet de veau

au miel et au poivre rose, sauce au brie

Préparation **20 min** • Cuisson **1 h** • Portions **4 à 6**

2 c. à soupe d’huile végétale

1 rôti de filet de veau d’environ 1,2 kg (2 ⅓ lb)

125 ml (1/2 tasse) de vin blanc sec

250 ml (1 tasse) de fond de veau ou de bouillon de volaille

125 ml (1/2 tasse) de crème à cuisson 35 %

150 g (5 oz) de fromage brie, la croûte enlevée et coupé en gros dés

Enrobage au miel, à la moutarde et au poivre rose

1 c. à soupe de miel

1 c. à soupe de moutarde de Dijon

1 c. à soupe de poivre rose, concassé grossièrement

1 c. à soupe de poivre mignonnette

2 c. à café d’origan séché

2 branches de thym, effeuillées

2 c. à café de sel de Guérande

1. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
2. Dans une poêle à frire, à feu moyen-vif, chauffer l’huile et saisir le filet de veau de tous les côtés de 5 à 7 minutes, pour bien le colorer.
3. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement les ingrédients de l’enrobage au miel, à la moutarde et au poivre rose. Rouler le

filet de veau dans le mélange afin de créer une belle croûte d'épices sur toutes les surfaces.

4. Déposer le filet de veau sur la grille d'une rôtissoire et cuire au four 1 heure ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 57 ºC (135 ºF) à cœur.
5. Transférer la grille et le rôti sur une plaque de cuisson et laisser reposer une dizaine de minutes en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande, le temps de préparer la sauce.
6. Déglacer la rôtissoire avec le vin blanc en raclant le fond à l'aide d'une cuillère en bois pour récupérer les sucs de cuisson. Verser dans une petite casserole, mouiller avec le fond de veau et ajouter le jus qui s'est écoulé dans la plaque, sous le rôti. Verser la crème, fouetter légèrement, et ajouter le brie. Laisser réduire à feu moyen de 5 à 7 minutes afin de permettre au fromage de fondre et de concentrer les saveurs et la texture de la sauce. Servir aussitôt.



Côtes levées confites

au beurre à l’ail et aux herbes fraîches

Préparation **15 min** • Cuisson **4 h** • Portions **4**

2 côtes levées de dos de porc, coupées en deux

Beurre à l’ail et aux herbes fraîches

6 c. à soupe de beurre clarifié

2 c. à soupe de jus de citron

4 gousses d’ail, hachées grossièrement

4 c. à soupe de persil plat, émincé

1 c. à soupe d’herbes salées

4 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

2 c. à soupe de miel

2 branches de thym, effeuillées

2 c. à soupe d’origan séché

Quelques tours de poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 125 ºC (250 ºF).
2. Dans une petite casserole à fond épais, à feu moyen-doux, faire fondre le beurre clarifié. Incorporer le reste des ingrédients du beurre à l’ail et aux herbes fraîches, et fouetter légèrement.
3. Badigeonner généreusement les côtes levées des deux côtés de beurre à l’ail et aux herbes fraîches. Déposer les côtes levées dans un grand plat de cuisson, côté chair sur le dessus.
4. Cuire au four 4 heures, en retournant les côtes levées à la mi-cuisson et en les badigeonnant de beurre à l’ail et aux herbes fraîches. Sortir les côtes levées confites du four et servir aussitôt.



Côtes levées à la bière rousse,

à la mélasse et au citron vert

Préparation **15 min** • Cuisson **4 h** • Portions **4 à 6**

4 côtes levées de dos de porc

Marinade à la bière rousse, à la mélasse et au citron vert

80 ml (⅓ tasse) de ketchup

Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)

4 gousses d'ail, hachées finement

4 c. à soupe de mélasse

125 ml (1/2 tasse) de bière rousse

2 c. à café de gingembre frais, râpé

2 c. à café de sambal oelek

2 branches de romarin, effeuillées

2 c. à soupe d'herbes salées

60 ml (1/4 tasse) d'huile végétale

1. Préchauffer le four à 125 ºC (250 ºF).
2. Dans une petite casserole, mélanger intimement tous les ingrédients de la marinade à la bière rousse, à la mélasse et au citron vert, amener à douce ébullition à feu moyen, 5 minutes pour concentrer les saveurs et la texture.
3. Badigeonner généreusement les côtes levées des deux côtés de la marinade à la bière rousse, à la mélasse et au citron vert.
4. Déposer les côtes levées sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, côté chair sur le dessus, et cuire au four 4 heures, en retournant les côtes levées à la mi-cuisson et en

les badigeonnant de marinade. Sortir les côtes levées du four et servir aussitôt, accompagné d'une sauce barbecue maison (ici), si désiré.



Côtes levées en croûte

de paprika fumé, façon barbecue

Préparation **15 min** • Cuisson **4 h** • Portions **4**

4 côtes levées de dos de porc

Marinade au ketchup et au sambal oelek

60 ml (1/4 tasse) de ketchup

2 c. à soupe de sirop d'érable

Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)

2 gousses d'ail, pressées

2 c. à café de sambal oelek

1 c. à café d'herbes salées

Mélange d'épices pour la croûte

1 c. à soupe de sel d'ail

2 c. à soupe de paprika fumé

2 c. à café d'origan séché

2 c. à café de poivre mignonnette

1. Préchauffer le four à 125 ºC (250 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement tous les ingrédients de la marinade au ketchup et au sambal oelek.
3. Au mortier ou dans un moulin à café, moudre le sel d'ail, le paprika fumé, l'origan et le poivre jusqu'à l'obtention d'un fin mélange.
4. Badigeonner généreusement les côtes levées des deux côtés de la marinade au ketchup et au sambal oelek, puis les

saupoudrer du mélange d’épices de façon à faire une belle croûte.

5. Déposer les côtes levées sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, côté chair sur le dessus, et cuire au four 4 heures, en retournant les côtes levées à la mi-cuisson. Sortir les côtes levées du four et servir aussitôt, accompagné d’une sauce barbecue maison, (ici), si désiré.



Côtes levées à la moutarde

au miel, au romarin et à l’ail

Préparation **15 min** • Cuisson **4 h** • Portions **4**

2 côtes levées de dos de porc

Moutarde au miel, au romarin et à l’ail

4 c. à soupe de moutarde de Dijon

3 c. à soupe de miel doré

2 c. à café de moutarde en poudre

Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)

2 gousses d’ail, hachées finement

2 branches de romarin, effeuillées et hachées grossièrement

2 c. à café d’herbes salées

Quelques gouttes de tabasco vert, au goût

Plusieurs tours de moulin à poivre

1. Préchauffer le four à 125 ºC (250 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement les ingrédients de la moutarde au miel, au romarin et à l’ail.
3. Badigeonner généreusement les côtes levées des deux côtés de la moutarde au miel, au romarin et à l’ail.
4. Déposer les côtes levées sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, côté chair sur le dessus, et cuire au four 4 heures, en retournant les côtes levées à la mi-cuisson et en les badigeonnant de la moutarde au miel, au romarin et à l’ail. Sortir les côtes levées du four et servir aussitôt.



Poitrine de cochon rôtie

au citron vert, aux épices et à la cassonade

Préparation **20 min** • Cuisson **3 h** • Portions **4 à 6**

1 poitrine de porc de 1,5 kg (3 ⅓ lb)

1 c. à soupe de gros sel

1 c. à soupe de moutarde en poudre

1 c. à soupe de romarin frais

1 c. à soupe de cassonade

1 c. à soupe de poudre d’ail

1 c. à soupe de poivre mignonnette

Le zeste et le jus de 1 citron vert bio (ou blanchi)

1. À l’aide d’un couteau bien aiguisé, tailler la couenne de la poitrine de porc jusqu’à la chair à tous les centimètres (demi-pouces).
2. Dans un petit bol, mélanger le reste des ingrédients, à l'exception du jus de citron vert. Saupoudrer le tiers du mélange sur la couenne et masser avec les mains afin de bien la couvrir et de faire pénétrer le mélange d’épices. Retourner la poitrine de porc, couvrir la chair d’un autre tiers du mélange d’épices et frotter pour le faire pénétrer. Badigeonner la poitrine de porc de tous les côtés de jus de citron vert et garnir du zeste.
3. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
4. Déposer la poitrine de porc dans un plat de cuisson, couenne dessous. Cuire au four 2 heures 30 minutes. Retourner la poitrine et saupoudrer le mélange d’épices restant.
5. Augmenter la température du four à 205 ºC (400 ºF). Cuire, couenne dessus, 30 minutes ou jusqu’à ce que la peau soit bien

croustillante. Sortir du four et servir.



Longe de porc

au romarin en croûte de bacon

Préparation **15 min** • Cuisson **1 h 30 min** • Portions **4 à 6**

1 c. à soupe d’huile végétale

200 g (7 oz) de bacon

1 rôti de longe de porc de 1 kg (2 1/4 lb)

80 g (1/2 tasse) de chapelure

Marinade au romarin, à la moutarde et à l’érable

60 g (1/4 tasse) de beurre clarifié, fondu

3 c. à soupe de moutarde de Dijon

2 gousses d’ail, pelées et pressées

2 c. à soupe de sirop d’érable

2 c. à café de romarin frais

2 c. à café de sel d’ail

Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)

1. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
2. Dans une poêle à frire, à feu moyen-vif, chauffer l’huile et faire revenir le bacon de 5 à 7 minutes ou jusqu’à ce qu’il soit bien croustillant. Transférer le bacon dans une assiette, l’éponger et réserver.
3. Dans la poêle contenant le gras du bacon, à feu moyen-vif, saisir la longe de porc de tous les côtés, de 3 à 5 minutes. Laisser tiédir.
4. Dans un grand cul-de-poule, fouetter ensemble le beurre clarifié, la moutarde de Dijon, l’ail, le sirop d’érable, le romarin, le sel d’ail et le jus et le zeste de citron vert.

5. Déposer le rôti de porc dans le cul-de-poule et le badigeonner généreusement de tous les côtés de marinade au romarin, à la moutarde et à l'érable. Laisser figer légèrement.
6. Hacher très finement le bacon. Dans un bol, mélanger intimement le bacon haché et la chapelure.
7. Couvrir le rôti de porc de chapelure au bacon, en pressant légèrement avec les mains afin qu'elle adhère bien. Déposer le rôti dans un plat de cuisson ou sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. Cuire au four 1 heure 30 minutes ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 65 ºC (150 ºF) à cœur.
8. Sortir le rôti de porc du four, le couvrir, sans serrer, de papier d'aluminium et laisser reposer 10 minutes afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de bien se répartir dans la viande. Servir aussitôt, accompagné d'une crémeuse de duo de moutardes au romarin (ici), si désiré.



Longe de porc en saumure

à la bière et au miel

Préparation **15 min** • Saumurage **une nuit** • Cuisson **60 min** • Portions **4 à 6**

1 longe de porc parée de 1,5 kg (3 ⅓ lb)
2 gousses d’ail, hachées finement
3 c. à soupe de moutarde de Dijon
2 c. à soupe d’huile végétale
2 c. à soupe de jus de citron
3 c. à soupe de miel
Sel et poivre du moulin

Saumure à la bière et au miel

1 litre (4 tasses) d’eau
2 bouteilles de 355 ml de bière blonde
7 c. à soupe de sel
5 c. à soupe de miel
4 gousses d’ail, pelées et écrasées
2 c. à soupe d’herbes salées

Mélange d'épices

1 c. à soupe de poivre mignonnette
2 branches de romarin frais
1 c. à café de chili broyé
1 c. à soupe d'épices à steak

1. Dans une casserole assez grande pour contenir la longe de porc, mélanger les ingrédients de la saumure à la bière et au miel. À feu vif, porter à ébullition et laisser bouillir une dizaine de minutes. Retirer du feu, laisser infuser et refroidir complètement.
2. Plonger la longe de porc dans la saumure à la bière et au miel. (Il est important que la longe soit entièrement submergée et que la saumure soit froide.) Laisser saumurer au réfrigérateur toute la nuit.
3. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
4. À l'aide d'un essuie-tout, éponger la longe de porc.
5. Dans un petit bol, fouetter légèrement l'ail, la moutarde, l'huile, le jus de citron et le miel. Badigeonner généreusement la longe de tous les côtés du mélange d'ail et de moutarde. Saler et poivrer.
6. Dans un petit bol, mélanger les épices et en saupoudrer généreusement le rôti de porc de tous les côtés pour faire une croûte. Déposer sur la grille d'une rôtissoire et cuire au four 45 minutes.
7. Sortir la longe de porc du four. Transférer la grille et la longe de porc sur une plaque de cuisson et laisser reposer en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, de 5 à 10 minutes afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande. Servir, accompagné d'une crémeuse de duo de moutardes au romarin (ici), si désiré.



Épaule de porc fondante

au beurre et aux herbes

Préparation **15 min** • Saumurage **une nuit** • Cuisson **6 h 30 min** • Portions **4 à 6**

1 rôti d’épaule de porc (sans la couenne) d’environ 2 kg (4 1/2 lb)
120 g (1/2 tasse) de beurre clarifié
1 c. à soupe d’herbes salées
1 branche de romarin frais, effeuillée
3 branches de thym frais, effeuillées
4 c. à soupe de persil plat, ciselé finement
2 c. à café d’origan séché
1 c. à soupe de sirop d’érable
4 gousses d’ail, pressées ou hachées finement
4 oignons moyens, pelés et coupés en quartiers
2 c. à soupe de moutarde en poudre
Poivre du moulin

Saumure à la bière blonde et aux herbes

2 litres (8 tasses) d’eau
250 ml (1 tasse) de bière blonde
8 c. à soupe de sel
5 c. à soupe de miel
3 gousses d’ail, pelées et écrasées
1 c. à soupe de poivre en grains, écrasés grossièrement
2 branches de romarin frais
2 branches de thym frais

1. Dans une casserole assez grande pour contenir aisément l'épaule de porc, mélanger tous les ingrédients de la saumure à la bière blonde et aux herbes. À feu vif, porter à forte ébullition et laisser bouillir une quinzaine de minutes. Retirer du feu. Laisser infuser et refroidir complètement.
2. Plonger l'épaule de porc dans la saumure (il est important que la viande soit entièrement submergée et que la saumure soit froide). Réfrigérer toute la nuit.
3. Retirer l'épaule de porc de la saumure (jeter la saumure).
4. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
5. Dans une petite casserole, à feu moyen-doux, faire fondre le beurre clarifié. Ajouter les herbes salées, le romarin, le thym, le persil, l'origan, le sirop d'érable et l'ail, et fouetter légèrement. Ajouter les oignons et mélanger délicatement.
6. Déposer les quartiers d'oignon dans un plat de cuisson. Badigeonner généreusement l'épaule de porc de tous les côtés du beurre fondu restant, saupoudrer de moutarde et poivrer généreusement. Déposer l'épaule de porc sur le nid d'oignons.
7. Cuire au four 30 minutes, en retournant le rôti à mi-cuisson. Baisser le feu à 125 ºC (250 ºF) et poursuivre la cuisson 6 heures en retournant le rôti et en le badigeonnent de beurre aux herbes toutes les demi-heures.
8. Sortir l'épaule de porc fondante aux herbes du four et la laisser reposer 10 minutes en la couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande. Servir aussitôt, accompagné d'une crémeuse de duo de moutardes au romarin (ici), si désiré.



Carré de porc rôti en croûte

d’épices et de fines herbes, parfum d’érable

Préparation **15 min** • Cuisson **45 à 50 min** • Portions **4**

1 c. à soupe de beurre

1 c. à soupe d’huile

1 carré de porc de quatre côtes d’environ 1 kg (2 1/4 lb)

Beurre pommade à la moutarde, à l’ail et à l’érable

60 g (1/4 tasse) de beurre pommade (le beurre doit être bien mou et très souple)

2 c. à soupe de moutarde en poudre

2 gousses d’ail, hachées très finement ou pressées

2 c. à soupe de sirop d’érable

Sel et poivre du moulin

Chapelure aux épices et aux herbes

6 c. à soupe de chapelure panko

1 c. à soupe d’épices à steak

1 c. à soupe d’herbes de Provence

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans une grande poêle allant au four, à feu moyen-vif, faire fonde le beurre dans l’huile et saisir le carré de porc de tous les côtés de 5 à 7 minutes. Réserver 15 minutes à température ambiante.

3. Dans un petit bol, mélanger intimement le beurre pommade, la moutarde et l'ail. Ajouter le sirop d'érable et mélanger. Saler et poivrer. Réserver.
4. Dans un bol, mélanger intimement les ingrédients de la chapelure aux épices et aux herbes. Réserver.
5. Badigeonner généreusement le carré de porc de la pommade à la moutarde, à l'ail et à l'érable. Saupoudrer la chapelure aux épices et aux herbes sur le carré de porc en la pressant avec les mains pour qu'elle adhère bien.
6. Dans la poêle ayant servi à saisir la viande, déposer le carré de porc, côtes vers le haut, et cuire au four de 40 à 45 minutes.
7. Sortir le carré de porc du four. Couvrir, sans serrer, de papier d'aluminium et laisser reposer de 7 à 10 minutes afin de poursuivre la cuisson de la viande et de permettre une bonne répartition des jus. Servir aussitôt, accompagné d'une crémeuse de duo de moutardes au romarin (ici), si désiré.



Porchetta à la JF

Préparation **20 min** • Cuisson **4 h** • Portions **4 à 6**

1 flanc de porc de 2 à 3 kg (4 1/2 à 6 ⅔ lb)

2 c. à soupe de poivre mignonnette

2 c. à soupe de fleur de sel ou de sel de Guérande

1 c. à soupe de graines de fenouil

Quelques petites pincées de chili broyé

2 c. à café d'origan séché

2 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

4 branches de thym, effeuillées

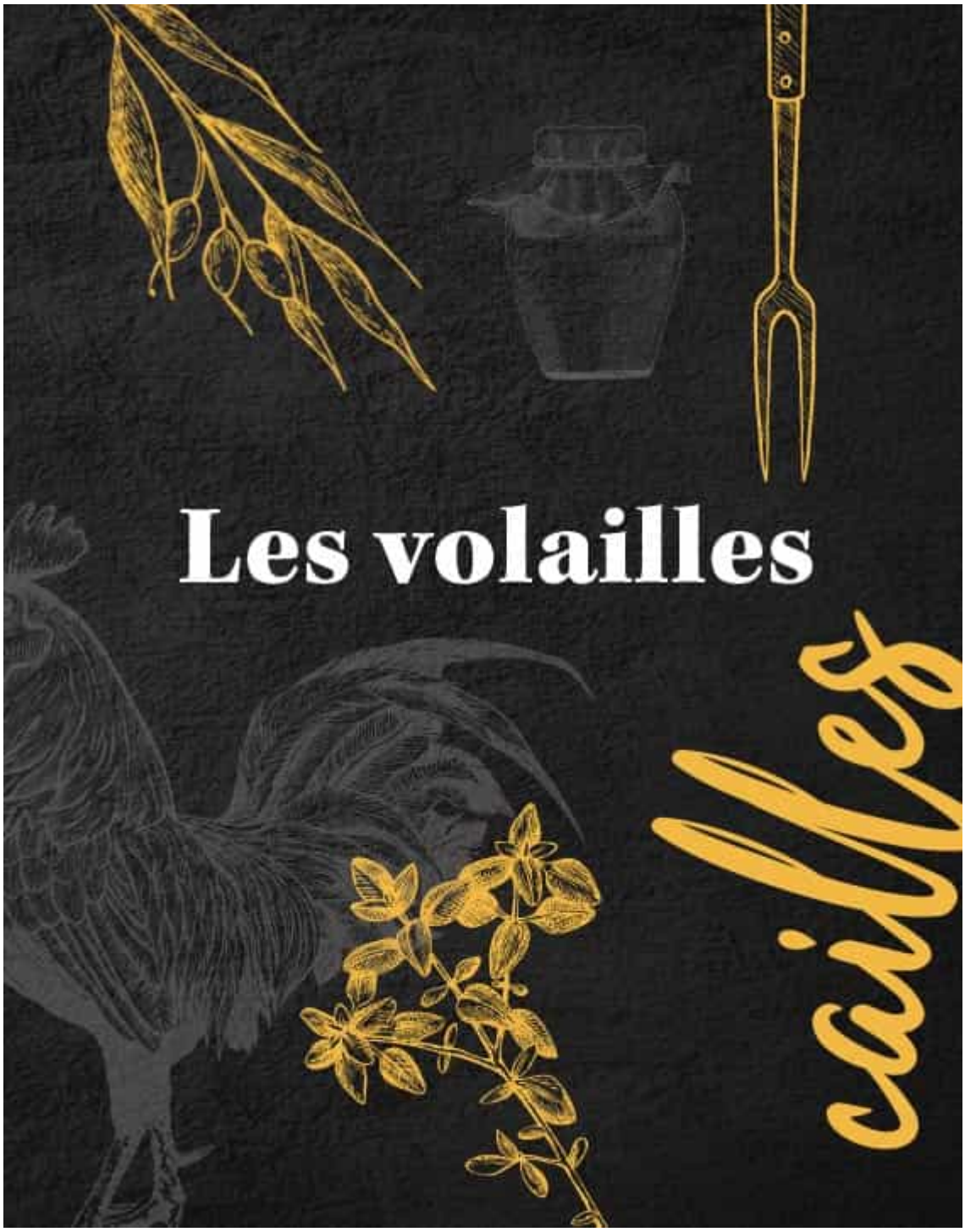
4 gousses d'ail, hachées finement

1 gros bouquet de persil plat, ciselé finement

Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
2. Déposer le flanc sur un plan de travail et, à l'aide d'un couteau bien aiguisé, entailler la couenne jusqu'au gras en diagonale d'un côté et de l'autre afin de faire des losanges d'environ 2,5 cm (1 po).
3. Frotter la couenne avec la moitié du poivre mignonnette et de la fleur de sel et les faire pénétrer dans le gras. Retourner le flanc et répéter l'opération sur la chair de porc. Couvrir de graines de fenouil, de chili, d'origan, de basilic, de thym, d'ail et de persil. Poivrer.
4. Rouler fermement le flanc de porc sur lui-même, côté couenne sur le dessus, et le ficeler afin de maintenir la chair en place. Déposer sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et rôtir au four 4 heures.
5. Sortir la porchetta du four, la couvrir, sans serrer, de papier d'aluminium et laisser reposer de 7 à 10 minutes afin de poursuivre la cuisson de la viande et de permettre une bonne

répartition des jus. Retirer la ficelle, couper en tranches épaisses et servir tel quel ou dans un sandwich garni de moutarde et de mayonnaise maison.



CAILLES AU CARAMEL DE SOYA ET DE CITRON VERT

CANARD DEMI-SEL RÔTI AU MIEL ET AU PINEAU DES CHARENTES

MAGRET DE CANARD À L'ORANGE, AU VINAIGRE BALSAMIQUE ET AU THYM, EN CROÛTE DE SEL

CANARD ENTIER AUX PETITS FRUITS ROUGES ÉPICÉS, CUISSON LONGUE ET DOUCE

RÔTI DE POITRINE DE DINDON AUX FINES HERBES, AU MIEL ET AU CHÈVRE DOUX

DINDON RÔTI À L'ORANGE, BEURRE AUX FINES HERBES

POULET À LA BIÈRE BLANCHE, AU MIEL DORÉ, À L'ORANGE ET À L'ESTRAGON

POULET RÔTI AUX QUATRE TTES D'AIL AUX HERBES ET AU CITRON

POULETS DE CORNOUAILLES EN CRAPAUDINE,COMME UN POULET À LA PORTUGAISE

POULET EN CRAPAUDINE EN SAUMURE SÈCHE, COMME EN PROVENCE

POULET EN CRAPAUDINE AU CITRON VERT, FAÇON TEX-MEX

POULET EN CRAPAUDINE AU FROMAGE DE CHÈVRE ET AUX FINES HERBES

POULET EN CRAPAUDINE AUX PARFUMS D'ASIE



Cailles

au caramel de soya et de citron vert

Préparation **20 min** • Cuisson **30 min** • Portions **4**

4 cailles semi-désossées, séparées en crapaudine

2 c. à café de graines de sésame

Caramel de soya et de citron vert

4 c. à soupe de miel

4 c. à soupe de tamari

Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)

2 c. à café de gingembre frais, râpé

1 gousse d'ail, pressée

1/2 c. à café de sambal oelek

1 anis étoilé

Quelques tours de poivre du moulin

1. Dans une petite casserole à fond épais, fouetter légèrement tous les ingrédients du caramel de soya et de citron vert, et porter à moyenne ébullition. Laisser réduire de moitié, soit environ 5 minutes ou jusqu'à ce que le mélange se transforme en un beau caramel nappant.
2. Retirer du feu et laisser tiédir environ 15 minutes.
3. Préchauffer le four à 190 ºC (375 ºF).
4. Badigeonner généreusement les cailles du caramel de soya et de citron vert des deux côtés. Déposer les cailles sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, côté chair dessous. Cuire au four 20 minutes, en badigeonnant toutes les surfaces des cailles du caramel restant à mi-cuisson et en les retournant.

5. Sortir les cailles du four, garnir de quelques graines de sésame et couvrir, sans serrer, de papier d’aluminium. Laisser reposer de 5 à 7 minutes, puis déguster aussitôt!



Canard demi-sel rôti

au miel et au Pineau des Charentes

Préparation **20 min** • Saumurage **une nuit** • Cuisson **1 h 30 min** • Portions **4 à 6**

1 canard entier d’environ 3 kg (6 ⅔ lb)

Poivre du moulin

250 ml (1 tasse) de Pineau des Charentes

500 ml (2 tasses) de bouillon de volaille

2 c. à soupe de beurre manié

Saumure à l’ail et au romarin

2 litres (8 tasses) d’eau

6 gousses d’ail, pelées dont 5 écrasées grossièrement

8 c. à soupe de sel

6 c. à soupe de miel

250 ml (1 tasse) de Pineau des Charentes

2 c. à soupe de poivre mignonnette

4 branches de romarin frais

1. Dans une casserole assez grande pour contenir aisément le canard, mélanger les ingrédients de la saumure à l’ail et au romarin. À feu vif, porter à forte ébullition et laisser bouillir 10 minutes. Retirer du feu et laisser infuser et refroidir.
2. Plonger le canard dans la saumure. (Il est important que le canard soit entièrement submergé et que la saumure soit froide.) Réfrigérer toute la nuit.
3. Préchauffer le four à 190 ºC (375 ºF).

4. Éponger le canard à l'aide d'essuie-tout et le déposer sur la grille d'une rôtissoire. Poivrer généreusement. Enfourner et cuire 1 heure en arrosant fréquemment le canard avec le jus de cuisson.
5. Augmenter la température du four à 200 ºC (400 ºF) et cuire encore 30 minutes ou jusqu'à ce que la peau du canard soit bien croustillante.
6. Sortir la rôtissoire du four. Transférer la grille et le canard sur une plaque de cuisson et laisser reposer en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la volaille, le temps de préparer la sauce.
7. Déglacer la rôtissoire avec le Pineau des Charentes, en raclant le fond à l'aide d'une cuillère en bois pour récupérer les sucs de cuisson. Mouiller avec le bouillon et ajouter le jus qui s'est écoulé dans la plaque, sous le canard. Dégraisser à l'aide d'un pichet séparateur de gras et verser dans une petite casserole. Porter à ébullition à feu vif et laisser réduire 5 minutes pour concentrer les saveurs et la texture. Ajouter le beurre manié, fouetter légèrement et laisser réduire encore 3 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse.
8. Servir le canard entier, dans un grand plat de service, au centre de la table, accompagné de la sauce bien chaude en saucière.



Magret de canard à l’orange, au vinaigre balsamique et au thym, en croûte de sel

Préparation **20 min** • Cuisson **25 min** • Portions **4**

2 gros magrets de canard

1 orange bio (ou blanchie), coupée en rondelles

5 c. à soupe de vinaigre balsamique

Quelques branches de thym frais

Croûte de gros sel de Guérande

1 kg (4 tasses) de gros sel de Guérande

4 blancs d’œufs

125 ml (1/2 tasse) de farine tout usage

Sel et poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 190 ºC (375 ºF).
2. Dans une poêle à frire bien chaude, à feu moyen-vif, saisir les magrets de canard, côté peau, 2 minutes ou jusqu’à ce que celle-ci soit croustillante. Tourner et saisir 30 secondes, côté chair. Réserver les magrets dans une assiette.
3. Dans la même poêle, à feu moyen-vif, saisir les rondelles d’orange 1 minute de chaque côté. Déglacer avec le vinaigre balsamique et laisser réduire 1 minute. Réserver.

4. Dans un bol, mélanger intimement les ingrédients de la croûte de gros sel de Guérande. Répartir la moitié du mélange de gros sel dans un plat de cuisson. Déposer les magrets sur ce nid, peau sur le dessus. Couvrir les magrets de quelques branches de thym et garnir des rondelles d'orange caramélisées au vinaigre balsamique.
5. Couvrir entièrement et hermétiquement les magrets de canard du reste du mélange de gros sel et cuire au four 20 minutes. Sortir les magrets du four et laisser reposer 10 minutes.
6. Libérer les magrets de la croûte de sel et servir aussitôt, accompagné d'un velouté de volaille aux fines herbes (ici), si désiré.



Canard entier aux petits fruits

rouges épicés, cuisson longue et douce

Préparation **20 min** • Cuisson **5 h 30 min** • Portions **4**

1 canard de Pékin entier d’environ 3 kg (6 ⅔ lb)

1 c. à soupe de fleur de sel

1 c. à soupe de poivre mignonnette

500 ml (2 tasses) de bouillon de volaille

2 c. à soupe de beurre manié

Compotée aux petits fruits rouges épicés

6 c. à soupe de confiture de petits fruits rouges

3 c. à soupe de canneberges séchées

80 ml (⅓ tasse) de porto

1 c. à soupe de poivre mignonnette

4 c. à soupe de vinaigre balsamique

2 gousses d’ail, pelées et hachées grossièrement

1 anis étoilé

2 clous de girofle

2 morceaux de gingembre frais d’environ 2,5 cm (1 po), pelés

1. Dans une petite casserole à fond épais, mélanger tous les ingrédients de la compotée aux petits fruits rouges épicés. À feu moyen-doux, laisser frémir 5 minutes. Retirer du feu et laisser infuser et refroidir complètement.
2. Retirer les clous de girofle, l’anis étoilé et le gingembre de la compotée (les jeter).

3. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
4. Laver le canard à l'eau froide, à l'intérieur et à l'extérieur. Éponger sommairement. Dégager délicatement la peau de la chair du canard. Déposer le canard dans un grand cul-de-poule.
5. Réserver 3 c. à soupe de la compotée aux petits fruits rouges épicés, et mélanger le reste intimement au canard, en le frottant sur et sous la peau.
6. Déposer le canard sur la grille d'une rôtissoire, le saupoudrer de la moitié de la fleur de sel et du poivre mignonnette. Enfourner. Baisser le feu à 125ºC (250 ºF) et cuire 5 heures.
7. Saupoudrer le canard de la fleur de sel et du poivre mignonnette restants. Augmenter la température du four à 230 ºC (450 ºF) et poursuivre la cuisson 20 minutes ou jusqu'à ce que la peau du canard soit bien croustillante.
8. Sortir la rôtissoire du four. Transférer la grille et le canard sur une plaque de cuisson et laisser reposer en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la volaille, le temps de préparer la sauce.
9. Déglacer la rôtissoire avec le bouillon de volaille, en raclant le fond à l'aide d'une cuillère en bois pour récupérer les sucs de cuisson. Ajouter le jus qui s'est écoulé dans la plaque, sous le canard. Dégraisser à l'aide d'un pichet séparateur de gras et verser dans une petite casserole. Incorporer la compotée de petits fruits réservée et fouetter légèrement. Porter à ébullition à feu vif et laisser réduire 5 minutes pour concentrer les saveurs et la texture. Ajouter le beurre manié, fouetter légèrement et laisser réduire de 3 à 5 minutes. Servir en saucière avec le canard.



Rôti de poitrine de dindon

aux fines herbes, au miel et au chèvre doux

Préparation **20 min** • Cuisson **1 h 20 min** • Portions **4**

1 poitrine de dindon d’environ 1 kg (2 1/4 lb), désossée
3 gousses d’ail, pelées et hachées finement
3 échalotes, pelées et hachées finement
6 c. à soupe de persil plat, ciselé finement
6 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement
4 branches de thym, effeuillées
1 c. à soupe d’origan séché
Quelques pincées de piment d’Espelette
100 g (3 1/2 oz) de fromage de chèvre frais, émietté
2 c. à soupe d’huile végétale
125 ml (1/2 tasse) de vin blanc sec
250 ml (1 tasse) de bouillon de volaille
125 ml (1/2 tasse) de crème à cuisson 35 %

Marinade au citron et au miel

Le jus et le zeste de 1 citron bio (ou blanchi)
4 c. à soupe d’huile d’olive extra-vierge
1 c. à soupe d’herbes salées
1 c. à soupe de miel
1 gousse d’ail, pressée

1. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).

2. À l’aide d’un couteau bien aiguisé, ouvrir la poitrine de dindon en deux, puis, si l’épaisseur le permet, chaque moitié en deux en portefeuille afin d’obtenir un grand morceau ouvert.
3. Dans un cul-de-poule, fouetter ensemble les ingrédients de la marinade au citron et au miel et en badigeonner généreusement les deux côtés de la poitrine de dindon. Garnir l’intérieur de la poitrine d’ail, d’échalotes, de persil, de basilic, de thym, d’origan, de piment d’Espelette et de fromage de chèvre. Rouler la poitrine de volaille sur elle-même et ficeler fermement afin d’en faire un beau rôti.
4. Dans une poêle à frire, à feu moyen-vif, chauffer l’huile et saisir le rôti de tous les côtés de 5 à 7 minutes pour bien le colorer.
5. Déposer le rôti sur la grille d’une rôtissoire et cuire au four 1 heure ou jusqu’à ce qu’un thermomètre à cuisson indique 77 ºC (170 ºF) à cœur.
6. Transférer la grille et le rôti sur une plaque de cuisson et laisser reposer en couvrant, sans serrer, de papier d’aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande, le temps de préparer la sauce.
7. Déglacer la rôtissoire avec le vin blanc en raclant le fond à l’aide d’une cuillère en bois pour récupérer les sucs de cuisson. Verser dans une petite casserole, mouiller avec le bouillon et ajouter le jus qui s’est écoulé dans la plaque, sous le rôti. Verser la crème, fouetter légèrement et laisser réduire la sauce à feu moyen de 5 à 7 minutes afin d’en concentrer les saveurs et la texture. Servir aussitôt, avec la sauce en saucière.



Dindon rôti à l’orange,

beurre aux fines herbes

Préparation **20 min** • Cuisson **7 h 40 min** • Portions **4 à 6**

1 dindon d’environ 6 kg (13 lb)

2 oranges bios (ou blanchies)

Sel et poivre du moulin

500 ml (2 tasses) de bouillon de volaille

2 c. à soupe de beurre manié

Beurre aux fines herbes

120 g (1/2 tasse) de beurre

1 c. à soupe de pesto de fleurs d’ail

4 branches de thym, effeuillées, divisées

2 c. à café d’origan séché

2 c. à soupe d’herbes salées

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans une petite casserole, faire fondre le beurre à feu doux. Incorporer les fleurs d’ail, 2 branches de thym, l’origan et les herbes salées. Retirer du feu et fouetter légèrement. Réserver.
3. Déposer le dindon sur la grille d’une rôtissoire, poitrine vers le haut. Dégager délicatement la peau de la chair du dindon. Badigeonner et masser généreusement le dindon, sur et sous la peau, du beurre aux fines herbes.
4. Couper 1 orange en quartiers et l’autre en rondelles d’environ 1 cm (1/2 po). Farcir le dindon des quartiers d’orange et des 2 branches de thym qui restent, et saler et poivrer généreusement. Glisser les rondelles d’orange sous la peau. Saler et poivrer généreusement le dindon.

5. Enfourner le dindon et baisser la température à 125 ºC (250 ºF). Cuire 7 heures ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 90 ºC (180 ºF) à cœur.
6. Verser le bouillon dans la rôtissoire. Augmenter le feu à 200 ºC (400 ºF). Cuire encore 30 minutes.
7. Sortir la rôtissoire du four. Transférer la grille et le dindon sur une plaque de cuisson et laisser reposer en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la volaille, le temps de préparer la sauce.
8. Racler le fond à l'aide d'une cuillère en bois pour récupérer les sucs de cuisson. Ajouter le jus qui s'est écoulé dans la plaque, sous le dindon. Dégraisser à l'aide d'un pichet séparateur de gras et verser dans une petite casserole. Porter à ébullition à feu vif et laisser réduire 5 minutes pour concentrer les saveurs et la texture. Ajouter le beurre manié, fouetter légèrement et laisser réduire encore de 5 à 7 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse.
9. Servir le dindon rôti à l'orange entier, dans un grand plat de service, au centre de la table, accompagné de la sauce bien chaude en saucière.



Poulet à la bière blanche,

au miel doré, à l’orange et à l’estragon

Préparation **20 min** • Saumurage **une nuit** • Cuisson **1 h 35 min** • Portions **4 à 6**

1 poulet de 1,5 à 2 kg (3 ⅓ à 4 1/2 lb)

4 c. à soupe de beurre clarifié, fondu

2 c. à soupe d’estragon séché

Sel et poivre

500 ml (2 tasses) de bouillon de volaille

Saumure à la bière blanche

2 litres (8 tasses) d’eau

500 ml (2 tasses) de bière blanche

8 c. à soupe de sel

2 oranges bios (ou blanchies), coupées en quartiers

6 c. à soupe de sirop d’érable

3 gousses d’ail, pelées et écrasées

1 c. à soupe d’herbes salées

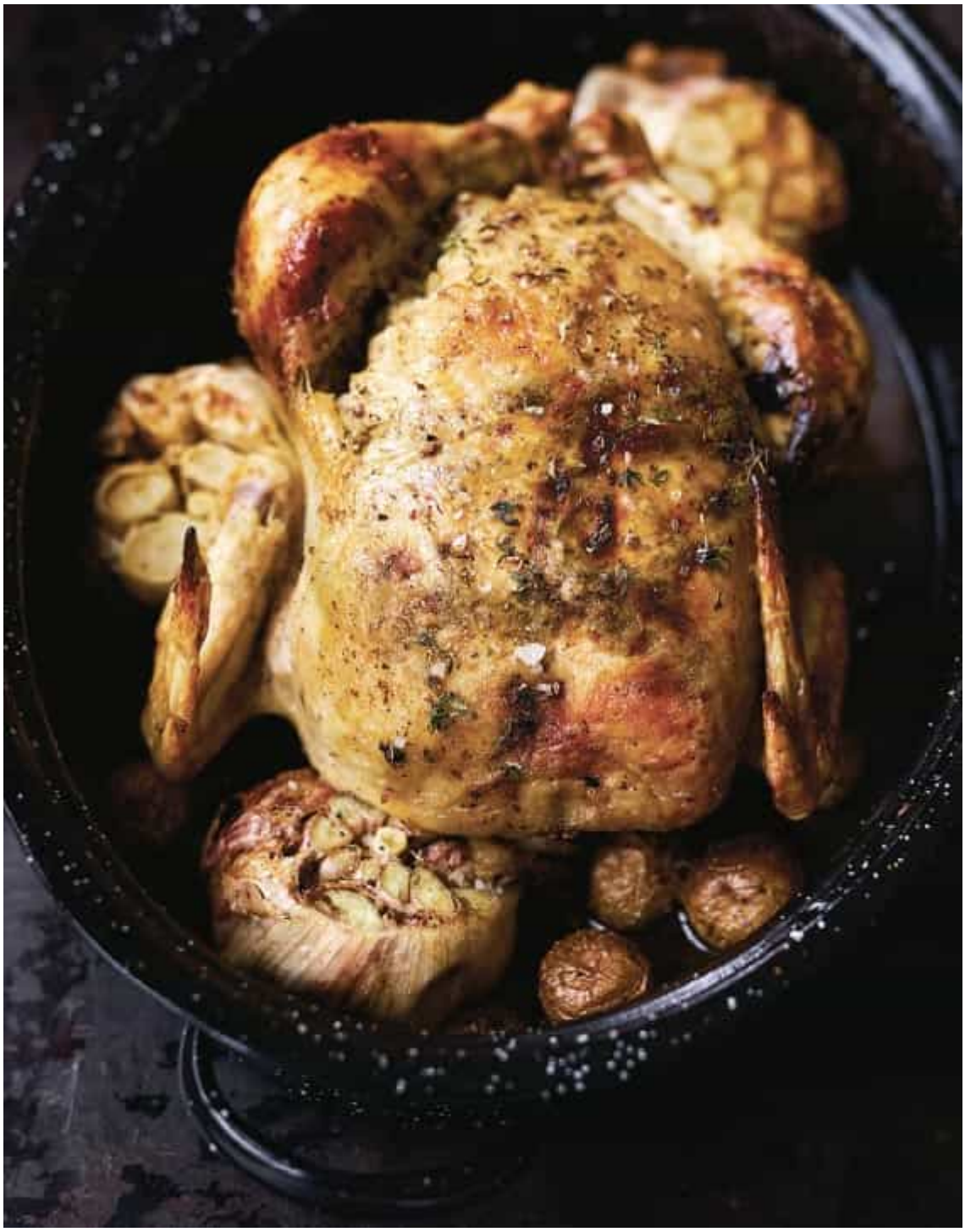
1 c. à soupe de poivre en grains, écrasés grossièrement

6 graines de cardamome, écrasées grossièrement

6 grains de coriandre, écrasées grossièrement

1. Dans une casserole assez grande pour contenir aisément le poulet, mélanger tous les ingrédients de la saumure. À feu vif, porter à forte ébullition et laisser bouillir une quinzaine de minutes. Retirer du feu. Laisser infuser et refroidir complètement.

2. Plonger le poulet dans la saumure (il est important que le poulet soit entièrement submergé et que la saumure soit froide). Réfrigérer toute la nuit.
3. Préchauffer le four à 190 ºC (375 ºF).
4. Retirer le poulet de la saumure et l'éponger à l'aide d'essuie-tout. Farcir le poulet des quartiers d'orange (jeter la saumure).
5. Badigeonner généreusement le poulet de tous les côtés de beurre clarifié. Saupoudrer d'estragon, saler et poivrer. Déposer sur la grille d'une rôtissoire et cuire au four 1 heure 30 minutes. Pour une peau plus croustillante, allumer le gril du four (broil) et dorer de 5 à 7 minutes.
6. Sortir le poulet du four. Transférer la grille et le poulet sur une plaque de cuisson. Récupérer le jus de cuisson à l'intérieur du poulet, et l'ajouter à celui restant dans le fond de la rôtissoire. Laisser reposer le poulet en le couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la volaille, le temps de préparer la sauce.
7. Déglacer la rôtissoire avec le bouillon de volaille en raclant le fond à l'aide d'une cuillère en bois, pour récupérer les sucs de cuisson. Ajouter le jus qui s'est écoulé dans la plaque, sous le poulet. Dégraisser le jus à l'aide d'un pichet séparateur de gras et verser dans une petite casserole. À feu moyen-vif, porter à ébullition. Ajouter le beurre manié et fouetter vigoureusement jusqu'à ce qu'il fonde afin d'éviter les grumeaux. Laisser réduire environ 5 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse.
8. Servir le poulet avec la sauce en accompagnement.



Poulet rôti aux quatre têtes d’ail

aux herbes et au citron

Préparation **20 min** • Cuisson **2 h 40 min** • Portions **4 à 6**

1 poulet d’environ 1,5 kg (3 ⅓ lb)

12 petites pommes de terre grelots, bien brossées

250 ml (1 tasse) de bouillon de volaille

Têtes d’ail aux herbes et au citron

4 grosses têtes d’ail

125 ml (1/2 tasse) d’huile d’olive extra-vierge

1 c. à soupe de zeste de citron bio (ou blanchi)

60 ml (1/4 tasse) de jus de citron

2 c. à soupe d’origan séché

1 c. à soupe d’herbes salées

6 branches de thym frais

1. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
2. À l’aide d’un couteau bien aiguisé, couper le dessus des têtes d’ail en les gardant entières. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement les têtes d’ail, l’huile d’olive, le zeste et le jus de citron, l’origan, les herbes salées et le thym.
3. Déposer 1 tête d’ail aux herbes et au citron à l’intérieur du poulet et frotter le poulet des 3 autres têtes d’ail, sur et sous la peau, en la dégageant délicatement. Badigeonner le poulet de la marinade restante.
4. Mettre les 3 têtes d’ail aux herbes et au citron et les pommes de terre grelots dans une rôtissoire. Déposer le poulet sur ce nid. Cuire au four 30 minutes.

5. Baisser le four à 125 ºC (250 ºF) et cuire encore 2 heures ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à cuisson indique 90 ºC (180 ºF) à cœur. Pour une peau plus croustillante, allumer le gril du four (broil) et dorer 5 minutes.
6. Sortir le poulet du four et le déposer dans un plat de service. Couvrir, sans serrer, de papier d'aluminium et laisser reposer, le temps de préparer le jus de cuisson.
7. Mouiller la rôtissoire avec le bouillon en raclant le fond à l'aide d'une cuillère en bois pour récupérer les sucs de cuisson et bien mélanger. Retirer les pommes de terre et les têtes d'ail du jus de cuisson et les réserver, avec le poulet, dans le plat de service, sous le papier d'aluminium.
8. Verser le bouillon dans une petite casserole à fond épais, dégraisser à l'aide d'un pichet séparateur de gras et laisser réduire 5 minutes à feu moyen-vif. Servir le poulet et ses condiments avec le jus en saucière et une baguette croustillante bien chaude pour apprécier l'ail confit à sa juste valeur.



Poulets de Cornouailles en crapaudine, comme un poulet à la portugaise

Préparation **15 min** • Cuisson **1 h** • Portions **4 à 6**

2 poulets de Cornouailles de 700 à 800 g (1 1/2 à 1 3/4 lb)

Marinade au paprika et à l'origan

4 c. à soupe de ketchup

4 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge

2 c. à soupe de paprika fumé

2 c. à café d'origan séché

1 c. à soupe de miel

2 gousses d'ail, fraîchement pressées

Le jus de 1 citron

2 c. à café d'herbes salées

Sel et poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 260 ºC (500 ºF). Mettre la grille au centre du four.
2. Couper chaque poulet en deux sur la longueur, de chaque côté de l'os du dos. (Réserver les os pour faire un fond.)
3. Dans un bol, fouetter ensemble les ingrédients de la marinade au paprika et à l'origan.

4. Badigeonner les poulets de tous les côtés de marinade. Déposer sur une plaque de cuisson. Enfourner les poulets et baisser le feu à 150 ºC (300 ºF). Cuire 1 heure, en badigeonnant les poulets de marinade à mi-cuisson.
5. Sortir les poulets de Cornouailles du four et laisser reposer une dizaine de minutes en couvrant, sans serrer, de papier d'aluminium, afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de bien se répartir dans la volaille. Servir, accompagné d'une sauce barbecue maison (ici), si désiré.



Poulet en crapaudine

en saumure sèche, comme en Provence

Préparation **15 min** • Macération **30 min** • Cuisson **1 h 30 min** • Portions **4 à 6**

2 c. à soupe d’herbes de Provence

2 c. à soupe de sel

1 c. à café de sucre

1 c. à soupe de paprika

Quelques pincées de piment d’Espelette

1 poulet de 1,5 à 2 kg (3 ⅓ à 4 1/2 lb), séparé en crapaudine

1 gousse d’ail moyenne, pelée et coupée en petits bâtonnets

2 branches de thym frais, coupées en 6 tronçons

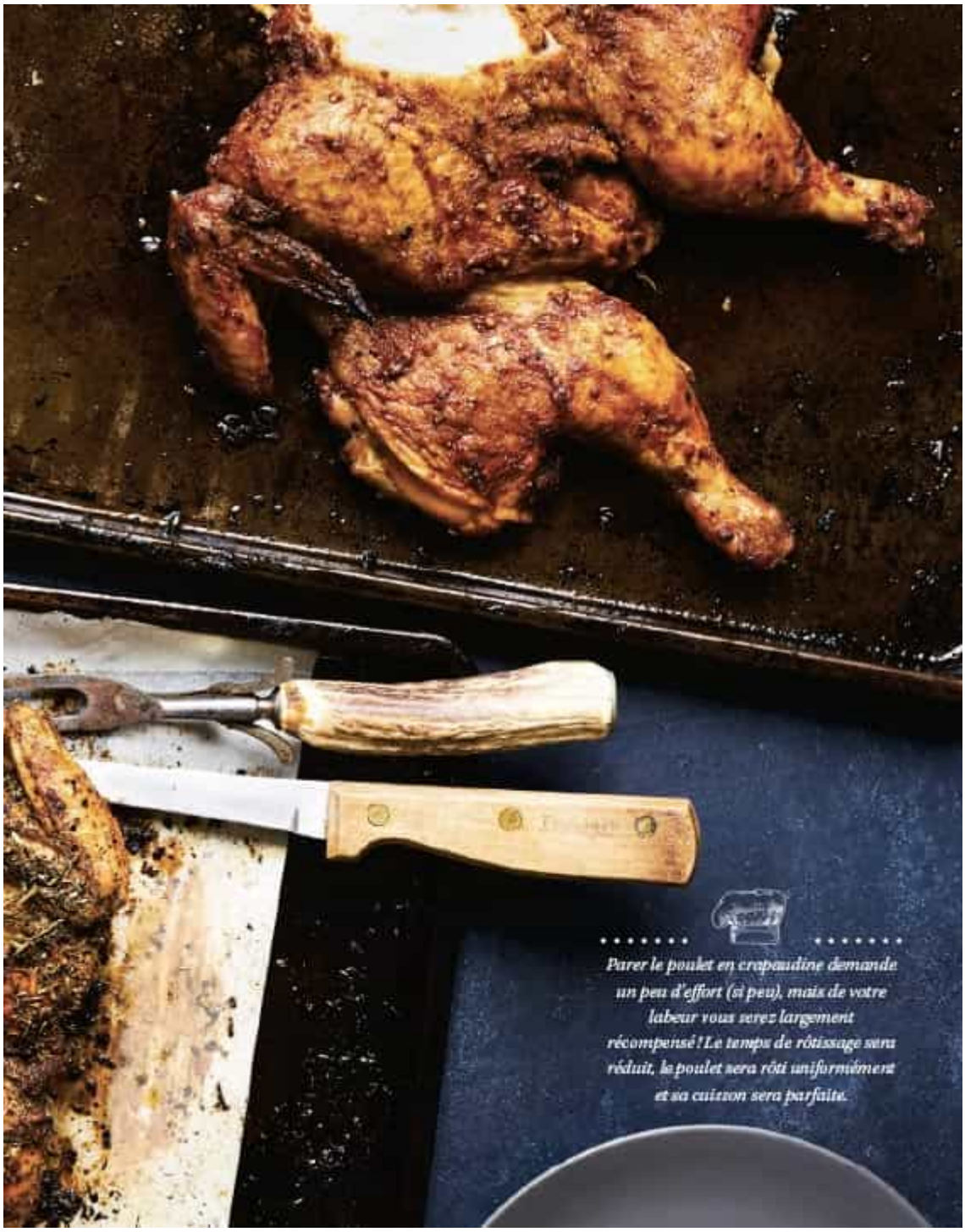
2 branches de romarin frais, coupées en 6 tronçons

60 ml (1/4 tasse) d’huile d’olive extra-vierge

Poivre du moulin

1. Dans un bol, mélanger les herbes de Provence, le sel, le sucre, le paprika et le piment d’Espelette.
2. Détacher délicatement la peau de la chair du poulet et saupoudrer généreusement, sur et sous la peau, le mélange d’épices et d’herbes de Provence. Frotter afin de bien le faire pénétrer dans la chair. À l’aide d’un petit couteau, pratiquer ici et là de petites incisions dans la chair du poulet et y planter un bâtonnet d’ail et un bout de branche de thym et de branche de romarin.
3. Déposer le poulet en crapaudine sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, poitrine vers le haut. Laisser macérer à température ambiante 30 minutes.

4. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
5. Badigeonner le poulet d'huile d'olive et poivrer. Cuire au four 1 heure.
6. Augmenter le feu à 200 ºC (400 ºF) et cuire 30 minutes de plus. Sortir le poulet en crapaudine du four et servir, accompagné d'un velouté de volaille aux fines herbes (ici), si désiré.



Poulet en crapaudine

au citron vert, façon tex-mex

Préparation **15 min** • Macération **30 min** • Cuisson **1 h 30 min** • Portions **4 à 6**

2 c. à soupe de ketchup

4 c. à soupe d'huile d'olive

Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)

Sel et poivre du moulin au goût

1 poulet d'environ 1,5 à 2 kg (3 ⅓ à 4 1/2 lb), séparé en crapaudine

Épices tex-mex

1 c. à soupe de paprika fumé

1 c. à soupe de sel d'ail

2 c. à café de cassonade

2 c. à café de cumin en poudre

1 c. à soupe d'assaisonnement au chili

Quelques tours de poivre du moulin

1. Dans un bol, mélanger ensemble tous les ingrédients des épices tex-mex.
2. Dans un autre bol, fouetter le ketchup, l'huile, le jus et le zeste de citron vert et 2 c. à soupe d'épices tex-mex. Saler et poivrer.
3. Dégager délicatement la peau de la chair du poulet. Badigeonner généreusement le poulet de tous les côtés, sur et sous la peau, du mélange de ketchup. Saupoudrer généreusement le poulet, de tous les côtés, du reste des épices tex-mex. Déposer le poulet en crapaudine sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, poitrine vers le haut. Laisser reposer 30 minutes à température ambiante.

4. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
5. Cuire le poulet au four 1 heure. Augmenter le feu à 200 ºC (400 ºF) et cuire encore 30 minutes.
6. Sortir le poulet en crapaudine du four et servir aussitôt, accompagné d'une sauce barbecue maison (ici), si désiré.



Poulet en crapaudine

au fromage de chèvre et aux fines herbes

Préparation **15 min** • Macération **30 min** • Cuisson **1 h 30 min** • Portions **4 à 6**

1 poulet de 1,5 à 2 kg (3 ⅓ à 4 1/2 lb), séparé en crapaudine

4 c. à soupe de beurre pommade (le beurre doit être bien mou et très souple)

100 g (3 1/2 oz) de fromage de chèvre frais, à température ambiante

Poivre du moulin

Mélange d’épices et d’herbes

1 c. à soupe de sel

1 c. à café de sucre

1 gousse d’ail moyenne, pelée et pressée

1 c. à soupe d’herbes de Provence

2 branches de romarin frais, effeuillées et ciselées

3 branches de thym frais, effeuillées

1. Dans un bol, mélanger le sel, le sucre, l’ail, les herbes de Provence, le romarin et le thym.
2. Détacher délicatement la peau de la chair du poulet et saupoudrer généreusement, sur et sous la peau, le mélange d’épices et d’herbes. Frotter afin de bien le faire pénétrer dans la chair. Déposer le poulet en crapaudine sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, poitrine vers le haut. Laisser tempérer à température ambiante 30 minutes.

3. Dans un bol, mélanger intimement le beurre pommade et le fromage de chèvre. Réserver à température ambiante.
4. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
5. Garnir le dessus du poulet ici et là de quelques noix du mélange de fromage de chèvre et de beurre. Glisser le reste du mélange sous la peau de façon à bien couvrir la chair. Poivrer généreusement.
6. Cuire le poulet au four 1 heure.
7. Augmenter la température du four à 200 ºC (400 ºF) et cuire 30 minutes de plus. Sortir le poulet en crapaudine du four et servir aussitôt.



Poulet en crapaudine

aux parfums d’Asie

Préparation **15 min** • Macération **30 min** • Cuisson **1 h 30 min** • Portions **4 à 6**

1 poulet de 1,5 à 2 kg (3 ⅓ à 4 1/2 lb), séparé en crapaudine

Sauce aux parfums d’Asie

2 c. à soupe d’huile végétale

1 oignon moyen, émincé

3 gousses d’ail, pelées et écrasées grossièrement

1 anis étoilé

Quelques grains de poivre entiers

4 clous de girofle

1 bâton de cannelle

3 c. à soupe de miel doré

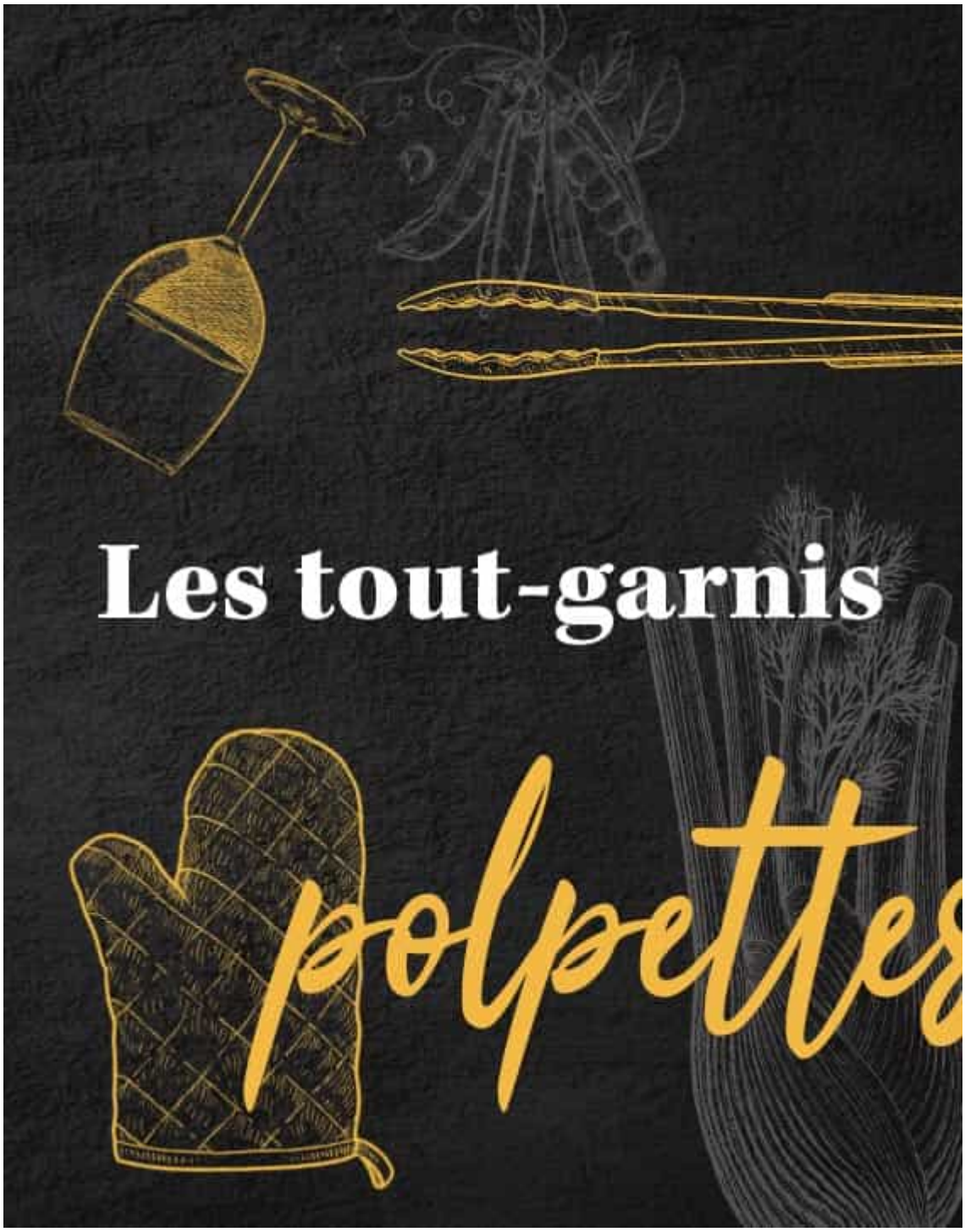
Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)

125 ml (1/2 tasse) de sauce tamari

1. Dans une petite casserole à fond épais, à feu moyen, chauffer l’huile. Ajouter l’oignon, l’ail, l’anis étoilé, le poivre, les clous de girofle et la cannelle, et cuire 4 minutes.
2. Ajouter le miel, mélanger et laisser caraméliser 3 minutes. Déglacer avec le jus de citron vert. Incorporer la sauce tamari et le zeste de citron vert, et laisser réduire de moitié. Laisser refroidir à température ambiante.
3. Dégager délicatement la peau de la chair du poulet. Badigeonner généreusement le poulet, sur et sous la peau, de sauce aux parfums d’Asie. Réserver le reste de la sauce. Déposer le poulet en crapaudine sur une plaque de cuisson

chemisée de papier parchemin, poitrine vers le haut. Laisser reposer 30 minutes à température ambiante.

4. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
5. Badigeonner le poulet du reste de sauce aux parfums d'Asie. Cuire au four 1 heure. Augmenter le feu à 200 ºC (400 ºF) et cuire encore 30 minutes.
6. Sortir le poulet en crapaudine du four et servir aussitôt.



CUISSES DE POULET EN CUISSON DOUCE À LA PERSILLADE

CUISSES DE POULET CROUSTILLANTES ET FONDANTES AU PARMESAN, AU CITRON VERT ET AU POIVRE

CUISSES DE POULET À LA FRICASSÉE CRÉMEUSE DE CHAMPIGNONS

HAUTS DE CUISSE DE POULET AU RIZ, COMME UNE PAELLA

FILETS DE PORC RÔTIS AU BACON, À LA FORESTIÈRE

CREVETTES TIGRÉESÀ LA FRICASSÉE DE TOMATES RÔTIES ET AU VIN BLANC

CUISSES DE CANARD CONFITES RÔTIES, COMME UN CASSOULET MINUTE

PAVÉS DE TRUITE AU FENOUIL RÔTI À L'ORANGEN

KEFTAS À LA FRICASSÉE D'OLIVES ET À LA CORIANDRE

PARMENTIER DE VEAU, COMME UN GRATIN DAUPHINOIS

POLPETTES DE PORC ET DE BŒUF, FRICASSÉE DE TOMATES ÉTUVÉES EN SAUCE ROSÉE

SAUCISSES ITALIENNES, ORZO AUX TOMATES ET AUX COURGETTES

FRICASSÉE DE SAUCISSES DE TOULOUSE AUX LÉGUMES D'AUTOMNE RÔTIS

PLAQUE DE SAUCISSES ALLEMANDES, COMME UNE CHOUCROUTE GARNIE

SAUCISSES AUX FINES HERBES À LA TOMBÉE DE CHAMPIGNONS AU BEURRE ET AUX AROMATES



Cuisses de poulet

en cuisson douce à la persillade

Préparation **20 min** • Macération **2 h** • Cuisson **2 h 15 min** • Portions **4 à 6**

8 cuisses de poulet, le gras retiré

3 champignons portobello, coupés en tranches épaisses

3 courgettes moyennes, non pelées, coupées en tranches d'environ 2,5 cm (1 po)

Poivre du moulin

250 ml (1 tasse) de bouillon de volaille

Persillade

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive

1 bouquet de persil plat

1 bouquet de basilic

6 feuilles de menthe fraîche

1 c. à café de tabasco vert

3 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

1 échalote, pelée et hachée

1 c. à soupe d'herbes salées

Le jus de 1 citron vert

1. Dans un grand cul-de-poule, à l'aide d'un pied-mélangeur, transformer tous les ingrédients de la persillade en une belle émulsion.
2. Détacher délicatement la peau des cuisses de poulet. Les déposer dans le cul-de-poule la persillade, en les badigeonnant généreusement de tous les côtés, sur et sous la peau.

Incorporer les champignons et les courgettes, et mélanger. Laisser macérer 1 heure à la température ambiante.

3. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
4. Déposer les cuisses de poulet et les légumes dans un plat de cuisson, en évitant de les superposer. Badigeonner de la persillade qui reste dans le cul-de-poule et poivrer. Cuire au four 30 minutes.
5. Baisser le feu à 100 ºC (200 ºF) et poursuivre la cuisson 1 heure 30 minutes. Allumer le gril du four (broil) et cuire 10 minutes ou jusqu'à ce que la peau des cuisses de poulet soit croustillante et dorée.
6. Sortir les cuisses de poulet du four, les réserver avec les légumes dans une assiette de service et laisser reposer, le temps de préparer la sauce.
7. Déglacer le plat de cuisson avec le bouillon de volaille en raclant le fond pour récupérer les sucs de cuisson. Verser dans une petite casserole et dégraisser à l'aide d'un pichet séparateur de gras. À feu vif, porter à ébullition et laisser réduire de moitié, environ 5 minutes. Servir les cuisses de poulet avec la sauce en saucière.



Cuisses de poulet croustillantes et fondantes
au parmesan, au citron vert et au poivre

Préparation **20 min** • Macération **1 h** • Cuisson **2 h 15 min** • Portions **4 à 6**

Une quinzaine de mini pommes de terre grelots, brossées
3 oignons jaunes moyens, pelés et coupés en quartiers
8 cuisses de poulet, le gras retiré
Poivre du moulin
250 ml (1 tasse) de bouillon de volaille
1 c. à soupe de beurre manié

Marinade au parmesan, au citron vert et au poivre

80 ml (⅓ tasse) d'huile d'olive
150 g (1 1/2 tasse) de parmesan frais, râpé
Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)
1 c. à soupe de poivre mignonnette
2 gousses d'ail, pelées et pressées
2 c. à café de sel
1 c. à soupe de miel doux

1. Dans un bol, mélanger intimement tous les ingrédients de la marinade au parmesan, au citron vert et au poivre. Incorporer les grelots et les oignons, et mélanger intimement.
2. Détacher délicatement la peau des cuisses de poulet. Les badigeonner généreusement, sur et sous la peau, de la marinade au parmesan, au citron vert et au poivre. Laisser macérer 1 heure à température ambiante.
3. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
4. Déposer les grelots et les oignons sur une plaque de cuisson. Déposer les cuisses de poulet sur ce nid de légumes. Badigeonner du reste de marinade et poivrer. Enfourner et cuire 30 minutes.
5. Baisser le feu à 100 ºC (200 ºF) et poursuivre la cuisson 1 heure 30 minutes. Allumer le gril du four (broil) et cuire 10 minutes ou jusqu'à ce que la peau des cuisses de poulet soit croustillante et dorée.
6. Sortir les cuisses de poulet du four, les déposer dans une assiette de service et laisser reposer, le temps de préparer la sauce.
7. Déglacer la plaque de cuisson avec le bouillon de volaille en raclant le fond pour récupérer les sucs de cuisson. Verser dans une petite casserole et dégraisser à l'aide d'un pichet séparateur de gras. À feu vif, porter à ébullition, incorporer le beurre manié, fouetter énergiquement et laisser réduire de moitié, environ 5 minutes. Servir les cuisses de poulet avec la sauce en saucière.



Cuisses de poulet

à la fricassée crémeuse de champignons

Préparation **20 min** • Cuisson **1 h 40 min** • Portions **4 à 6**

6 c. à soupe d'huile végétale

60 ml (1/4 tasse) de jus de citron

1 c. à soupe de sel d'ail

3 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

4 branches de thym frais

50 g (1 3/4 oz) de mélange de champignons forestiers séchés, hachés finement

Sel et poivre du moulin

6 à 8 cuisses de poulet, le surplus de gras retiré

Une quinzaine de petites pommes de terre grelots, brossées

250 ml (1 tasse) de bouillon de volaille

125 ml (1/2 tasse) de crème à cuisson 35 %

1. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement l'huile, le jus de citron, le sel d'ail, l'ail, les branches de thym, en les effeuillant, et les champignons. Saler et poivrer.
3. Détacher délicatement la peau des cuisses de poulet. Les frotter généreusement, sur et sous la peau, du mélange de champignons. Déposer les cuisses de poulet dans un grand plat de cuisson allant au four en évitant de les superposer. Répartir les pommes de terre grelots autour des cuisses de poulet. Cuire au four 1 heure.

4. Augmenter la température du four à 190 ºC (375 ºF). Verser le bouillon de volaille dans le plat et cuire encore 20 minutes.
5. Napper les cuisses de la crème et cuire encore 20 minutes. Sortir les cuisses de poulet du four et servir aussitôt.



Hauts de cuisse de poulet

au riz, comme une paella

Préparation **10 min** • Cuisson **30 min** • Portions **4 à 6**

2 c. à soupe d’huile végétale

150 g (5 oz) de chorizo, coupé en dés

Sel et poivre du moulin

1 kg (2 1/4 lb) de hauts de cuisse de poulet, désossés

1/2 oignon rouge, pelé et coupé en brunoise

2 gousses d’ail, pelées et hachées grossièrement

1 poivron rouge, coupé en brunoise

2 tomates Roma, pelées, épépinées et coupées en dés

200 g (1 tasse) de riz étuvé

500 ml (2 tasses) de bouillon de volaille ou de légumes

Deux pincées de safran

70 g (1/2 tasse) de petits pois surgelés, décongelés

3 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

2 c. à soupe de basilic, ciselé finement

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans une cocotte ou dans un faitout, à feu moyen-vif, chauffer l’huile et cuire les dés de chorizo de 3 à 4 minutes ou jusqu’à ce qu’ils soient croustillants et qu’ils libèrent leur gras et leur saveur. Retirer les morceaux de chorizo de la cocotte et les réserver dans une assiette.
3. Saler et poivrer les hauts de cuisse de poulet. Dans la cocotte, à feu moyen-vif, saisir les hauts de cuisse de poulet 3 minutes de chaque côté. Retirer de la cocotte et réserver dans une assiette.

4. Au besoin, ajouter un peu d'huile dans la cocotte et faire revenir, à feu moyen, l'oignon, l'ail, le poivron et les tomates 3 minutes. Ajouter le riz et mélanger jusqu'à ce qu'il devienne translucide. Mouiller avec le bouillon, ajouter les dés de chorizo et le safran, et mélanger. Déposer les hauts de cuisse de poulet sur le dessus, couvrir et cuire au four 20 minutes.
5. Sortir du four, ajouter les petits pois et laisser reposer 10 minutes à couvert. Garnir de persil plat et de basilic, et servir aussitôt.



Filets de porc rôtis

au bacon, à la forestière

Préparation **15 min** • Cuisson **35 min** • Portions **4**

2 filets de porc, parés et coupés en deux

1 c. à soupe de moutarde en poudre

Sel et poivre du moulin

125 ml (1/2 tasse) de vin rouge sec

2 c. à soupe de persil plat, finement ciselé, pour garnir

Fleur de sel

Mélange forestier

2 c. à soupe d'huile végétale

6 tranches de bacon épais, coupées en cubes

Une douzaine de petites pommes de terre grelots, lavées, bien brossées et coupées en deux

2 barquettes de 227 g de champignons de Paris moyens, brossés et coupés en deux

4 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

3 branches de thym frais

4 c. à soupe d'huile végétale

2 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

1. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
2. Dans une poêle à frire, à feu moyen, chauffer l'huile et cuire le bacon 4 minutes ou jusqu'à ce qu'il commence à colorer. Réserver dans un cul-de-poule.
3. Dans la même poêle, à feu moyen-vif, saisir les filets de porc de tous les côtés de 3 à 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient bien

colorés. Retirer du feu, saupoudrer la moutarde sur les filets de porc, saler et poivrer. Réserver.

4. Ajouter le reste des ingrédients du mélange forestier dans le cul-de-poule contenant les lardons et mélanger intimement.
5. Déposer le mélange forestier dans un plat de cuisson et cuire au four 15 minutes.
6. Sortir le plat du four et déglacer le mélange forestier avec le vin rouge. Déposer les filets de porc sur le mélange forestier chaud et cuire au four encore 7 minutes.
7. Sortir les filets de porc rôtis à la forestière du four et les couvrir, sans serrer, de papier d'aluminium. Laisser reposer 5 minutes afin de poursuivre la cuisson et de permettre au jus de cuisson de bien se répartir dans la viande. Saupoudrer de persil plat et de fleur de sel. Servir, accompagné d'une demi-glace au vin rouge corsé et aux épices (ici), si désiré.



Crevettes tigrées

à la fricassée de tomates rôties et au vin blanc

Préparation **10 min** • Macération **30 min** • Cuisson **50 min** • Portions **4 à 6**

Une vingtaine de grosses crevettes tigrées crues, parées

Sel et poivre du moulin

125 ml (1/2 tasse) de vin blanc sec

3 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement



Le jus de cuisson cache une explosion de saveurs que le vin blanc viendra récupérer. Ajoutez-y de la crème avant de le verser en giclées sur un nid de pâtes!

Fricassée de tomates rôties

6 tomates italiennes, coupées chacune en 8 quartiers

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

Le jus et le zeste de 1 citron bio (ou blanchi)

1 c. à soupe d'herbes salées

Poivre du moulin

2 c. à soupe de pesto

4 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

2 oignons moyens, hachés finement

4 gousses d'ail, hachées grossièrement

2 c. à café d'origan séché

1 c. à café de sriracha

1. Préchauffer le four à 180 ºC (350 ºF).

2. Dans un grand bol, mélanger délicatement et intimement tous les ingrédients de la fricassée de tomates rôties. Ajouter les crevettes, mélanger et laisser macérer 30 minutes à température ambiante. Retirer les crevettes de la fricassée de tomates rôties et réserver. Transférer la fricassée sur une plaque de cuisson et cuire au four 40 minutes.
3. Augmenter le feu à 245 ºC (475 ºF). Incorporer les crevettes à la fricassée de tomates. Saler et poivrer. Cuire au four 10 minutes, en retournant les crevettes à mi-cuisson.
4. Sortir les crevettes du four et déglacer avec le vin blanc en raclant le fond à l'aide d'une cuillère en bois, afin de récupérer les sucs de cuisson. Garnir de basilic et servir aussitôt, sur un nid de pâtes al dente au beurre et à la crème.



Cuisses de canard confites rôties,

comme un cassoulet minute

Préparation **20 min** • Cuisson **45 min** • Portion **4 à 6**

4 saucisses de Toulouse, blanchies et coupées en diagonale en tranches d'environ 5 cm (2 po)

6 tranches épaisses de bacon, coupées en gros morceaux

6 carottes nantaises, pelées et coupées en rondelles de 2,5 cm (1 po)

4 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

4 branches thym frais, effeuillées

4 c. à soupe de gras de canard, fondu

Sel et poivre du moulin

2 boîtes de 540 ml de haricots blancs, rincés et égouttés

250 ml (1 tasse) de sauce demi-glace

1 boîte de 796 ml de tomates en dés, bien égouttées

4 cuisses de canard confites

150 g (1 tasse) de chapelure

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans une cocotte ou un faitout, mélanger intimement les saucisses, le bacon, les carottes, l'ail, le thym et le gras de canard. Saler et poivrer. Cuire au four 20 minutes en remuant à une ou deux reprises. Retirer du four.
3. Baisser le four à 180 ºC (350 ºF).
4. Incorporer dans la cocotte les haricots blancs, la sauce demi-glace et les tomates en dés, et mélanger délicatement. Déposer les cuisses de canard sur ce nid. Poursuivre la cuisson au four

20 minutes. Saupoudrer de la chapelure et cuire encore 5 minutes.

5. Retirer les cuisses de canard confites rôties du four et servir aussitôt.



Pavés de truite

au fenouil rôti à l’orange

Préparation **10 min** • Cuisson **25 min** • Portions **4 à 6**

4 pavés de truite saumonée de 200 g (7 oz) chacun

Sel et poivre du moulin

4 c. à soupe d’huile d’olive extra-vierge

50 g (2 tasses) de jeune roquette

100 g (3/4 tasse) de fromage féta, émietté grossièrement

Salade de fenouil aux agrumes

1 bulbe de fenouil, émincé très finement sur la largeur

80 ml (⅓ tasse) d’huile végétale

1 orange bio (ou blanchie), coupée en quartiers

1 citron bio (ou blanchi), coupé en quartiers

4 gousses d’ail, pelées et émincées

1 c. à soupe d’herbes salées

4 c. à soupe de petites câpres

6 c. à soupe d’aneth frais, ciselé finement

1 c. à soupe de miel

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Déposer le fenouil dans un grand bol. Ajouter le reste des ingrédients de la salade de fenouil aux agrumes et mélanger délicatement, tout en pressant les quartiers d’orange et de citron afin d’en extraire le jus et en enrobant bien les quartiers de fenouil.
3. Prélever 2 c. à soupe de la marinade élaborée dans la salade de fenouil aux agrumes et en badigeonner les pavés de truite.

Saler et poivrer généreusement. Réserver le poisson à température ambiante.

4. Déposer la salade de fenouil aux agrumes sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire au four 20 minutes, en mélangeant la salade de fenouil à mi-cuisson.
5. Déposer les pavés de truite sur la salade de fenouil, côté chair sur le dessus, et cuire 5 minutes. Sortir du four, réserver les pavés de truite dans une assiette et les couvrir, sans serrer, de papier d'aluminium.
6. Transférer la salade de fenouil rôti dans le bol ayant servi à la mélanger. Retirer les agrumes, en conserver quelques quartiers pour garnir le plat et jeter les autres. Laisser tiédir la salade 5 minutes. Ajouter l'huile d'olive, la roquette et le fromage féta. Mélanger délicatement.
7. Répartir la moitié de la salade de fenouil aux agrumes dans quatre assiettes creuses, déposer un pavé de truite dans chacune et garnir du reste de la salade et des agrumes réservés, au goût. Servir aussitôt.



Keftas à la fricassée

d’olives et à la coriandre

Préparation **20 min** • Cuisson **30 min** • Portions **4 à 6**

Keftas

600 g (1 ⅓ lb) d’agneau haché

2 c. à soupe de jus de citron

4 c. à soupe d’huile d’olive extra-vierge

1 petit oignon, pelé et haché finement

2 gousses d’ail, pelées et hachées finement

1 c. à café de cumin en poudre

2 c. à soupe de graines de sésame, grillées

6 c. à soupe de coriandre fraîche, ciselée finement + 3 c. à soupe émincée grossièrement pour garnir

Sel et poivre du moulin

Fricassée d’olives

80 ml (⅓ tasse) d’huile d’olive extra-vierge

1 citron bio (ou blanchi), coupé en quartiers

Une vingtaine d’olives Kalamata dans l’huile, dénoyautées

Une vingtaine de petites tomates cerises, coupées en deux

4 gousses d’ail, hachées grossièrement

1 boîte de 540 ml de pois chiches, rincés et égouttés

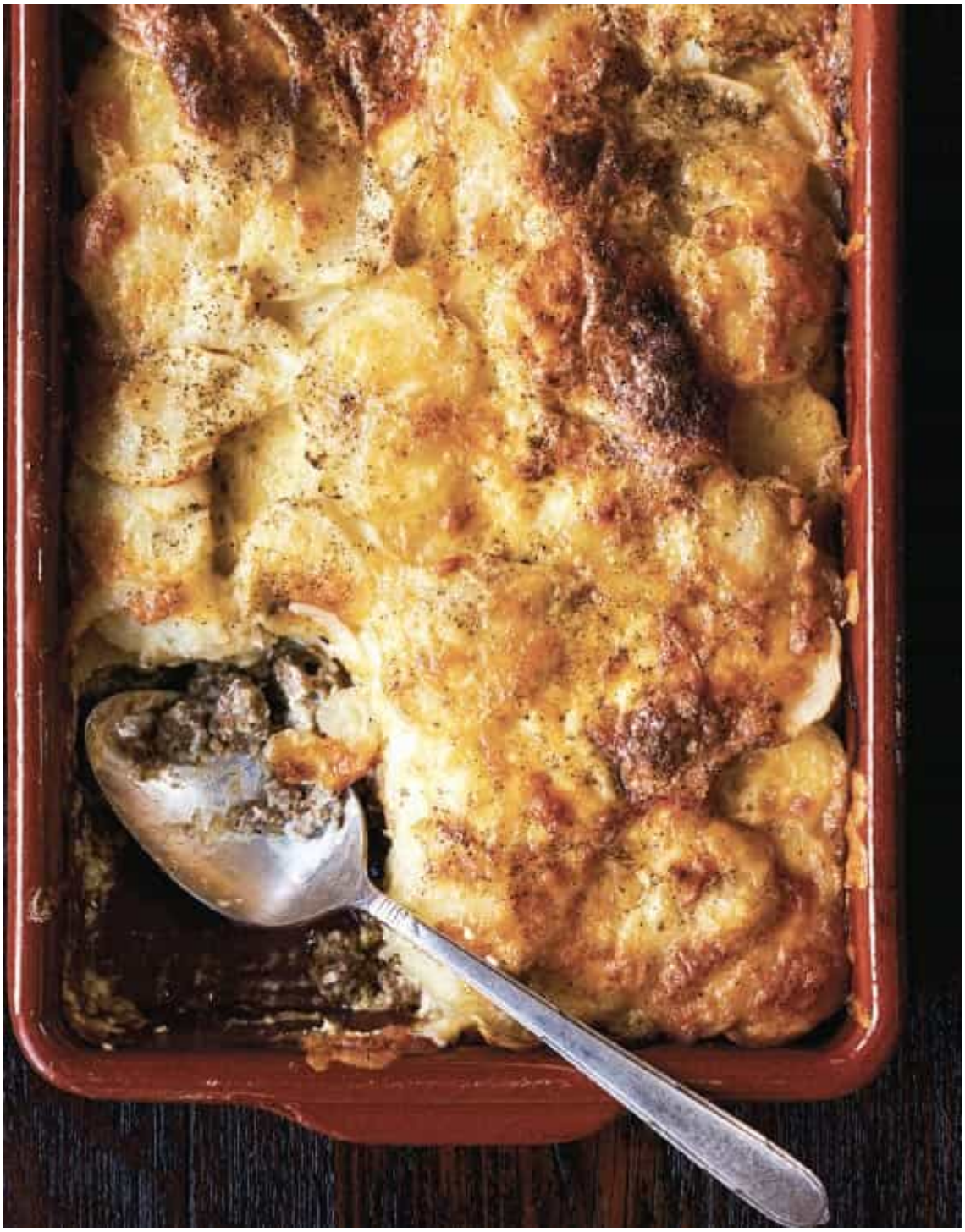
4 c. à soupe de coriandre fraîche, ciselée finement

1 c. à café de cumin en poudre

Quelques pincées de piment d’Espelette

2 c. à café d’herbes salées

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement tous les ingrédients des keftas, à l'exception de la coriandre réservée pour la garniture. À l'aide d'une cuillère, prélever environ 1 c. à soupe du mélange et façonner une boulette. Répéter l'opération jusqu'à ce que tout le mélange soit utilisé, pour obtenir une trentaine de boulettes. Déposer les boulettes sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin en les espaçant les unes des autres.
3. Dans un cul-de-poule, mélanger délicatement les ingrédients de la fricassée d'olives, en pressant légèrement les quartiers de citron pour en extraire le jus. Répartir la fricassée dans la plaque contenant les boulettes. Cuire au four 30 minutes.
4. Sortir les keftas du four et servir sur des pains pitas. Garnir de houmous maison et accompagner d'une salade fatouche bien croquante.



Parmentier de veau,

comme un gratin dauphinois

Préparation **15 min** • Cuisson **1 h** • Portions **4 à 6**

250 ml (1 tasse) de crème à cuisson 35 %

250 ml (1 tasse) de lait

2 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

Deux ou trois petites pincées de muscade râpée

1 kg (2 1/4 lb) de pommes de terre Yukon Gold, pelées et tranchées finement à la mandoline

200 g (2 tasses) de fromage cheddar mi-fort, râpé

Mélange de veau

2 c. à soupe d'huile végétale

4 oignons jaunes moyens, pelés et émincés

2 branches de thym frais

2 c. à café d'épices à steak

1 c. à café de sel

1 c. à café de poivre concassé

2 gousses d'ail, pelées et hachées grossièrement

600 g (1 ⅓ lb) de veau haché maigre

1. Préchauffer le four à 180 ºC (350 ºF).
2. Dans une casserole, à feu moyen, porter à ébullition la crème, le lait, les gousses d'ail et la muscade. Ajouter les pommes de terre et baisser le feu à doux. Laisser frémir 15 minutes.
3. Pendant ce temps, dans une poêle à frire, à feu moyen, chauffer l'huile et faire suer les oignons 5 minutes avec le thym, les épices à steak, le sel et le poivre. Ajouter l'ail et faire suer

encore 3 minutes, en évitant la coloration. Retirer le mélange d'oignons et d'ail de la poêle et réserver. Jeter les branches de thym.

4. Ajouter un peu d'huile dans la poêle, si nécessaire, et, à feu moyen, cuire le veau haché 5 minutes en émiettant la viande à la fourchette. Retirer le gras et le jeter.
5. Remettre le mélange d'oignons et d'ail dans la poêle et remuer délicatement. Retirer du feu et réserver.
6. Transférer le mélange de veau dans un plat à gratin. Couvrir de la moitié des pommes de terre, puis de la moitié du fromage râpé. Répéter l'opération.
7. Verser le mélange de lait et de crème sur les pommes de terre. Cuire au four 1 heure.
8. Sortir le parmentier de veau du four et laisser tiédir une dizaine de minutes avant de servir.



Polpettes de porc et de bœuf,

fricassée de tomates étuvées en sauce rosée

Préparation **20 min** • Cuisson **45 min** • Portions **4 à 6**

Polpettes

450 g (1 lb) de porc haché maigre
450 g (1 lb) de bœuf haché maigre
150 g (1 tasse) de chapelure
2 œufs, battus légèrement
1 gousse d’ail, pressée ou hachée finement
1 c. à soupe d’origan séché
100 g (1 tasse) de parmesan frais, râpé finement
2 c. à café de sel
Poivre du moulin
60 ml (1/4 tasse) de persil plat, ciselé finement
Trois petites pincées de flocons de piment

Sauce rosée au pesto

2 boîtes de 796 ml de tomates en dés étuvées
2 gousses d’ail, hachées
1 oignon moyen, haché finement
60 ml (1/4 tasse) d’huile d’olive extra-vierge
1 c. à soupe de pesto
2 c. à café d’herbes salées
1 c. à café de miel
250 ml (1 tasse) de crème à cuisson 35 %

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un grand cul-de-poule, mélanger intimement tous les ingrédients des polpettes. Réserver.
3. Égoutter les tomates. (Conserver le jus pour un autre usage.) Dans un bol, mélanger intimement les dés de tomates et le reste des ingrédients de la sauce rosée au pesto, à l'exception de la crème. Verser dans un grand plat de cuisson allant au four et réserver.
4. Prélever 2 c. à soupe du mélange de viande et façonner une boulette. Répéter l'opération jusqu'à ce que toute la viande ait été utilisée, environ 20 boulettes. Déposer les boulettes dans le plat réservé et enfourner. Cuire 30 minutes, en retournant les boulettes à mi-cuisson.
5. Ajouter la crème dans le plat de cuisson et cuire encore 15 minutes, en retournant de nouveau les boulettes à mi-cuisson. Servir les boulettes sur un nid de pâtes généreusement garnies de sauce rosée au pesto.



Saucisses italiennes,

orzo aux tomates et aux courgettes

Préparation **15 min** • Cuisson **50 min** • Portions **4 à 6**

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

1 c. à soupe de pesto

Le jus de 1 citron

4 gousses d'ail, pelées et hachées grossièrement

2 c. à soupe d'origan séché

1 c. à café de sucre

2 c. à soupe d'herbes salées

Trois petites pincées de chili broyé

3 courgettes non pelées, coupées en gros cubes

2 oignons jaunes moyens, pelés et coupés en rondelles de 2,5 cm (1 po)

8 à 10 saucisses italiennes douces

2 boîtes de 796 ml de tomates en dés avec le jus

Sel et poivre du moulin

250 ml (1 tasse) d'orzo

250 ml (1 tasse) de crème à cuisson 35 %

3 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

3 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

Le zeste de 1 citron bio (ou blanchi)

100 g (1 tasse) de parmesan râpé

1. Préchauffer le four à 220 ºC (425 ºF).
2. Dans un grand cul-de-poule, mélanger intimement et délicatement l'huile, le pesto, le jus de citron, l'ail, l'origan, le

sucre, les herbes salées, le chili broyé, les courgettes et les oignons. Badigeonner les saucisses de l'huile parfumée contenue dans ce mélange et réserver les saucisses à part.

3. Incorporer les tomates en dés dans le cul-de-poule et mélanger délicatement. Saler et poivrer généreusement. Transférer dans un grand plat de cuisson. Déposer les saucisses sur le mélange de tomates et de courgettes. Cuire au four 20 minutes.
4. Retirer le plat du four, réserver les saucisses dans une assiette.
5. Ajouter l'orzo dans le plat de cuisson et le faire pénétrer dans le nid de tomates et de courgettes en mélangeant délicatement. Déposer les saucisses réservées sur le dessus, côté rôti sur la sauce. Cuire au four 20 minutes.
6. Verser la crème en la répartissant également dans le plat et poursuivre la cuisson 10 minutes.
7. Sortir le plat du four. Garnir de persil, de basilic, de zeste de citron et de parmesan. Servir aussitôt.



Fricassée de saucisses de Toulouse

aux légumes d’automne rôtis

Préparation **15 min** • Cuisson **45 min** • Portions **4 à 6**



Ce plat de saucisses aux légumes d’automne rôtis dégage des saveurs sucrées-salées délectables. Une proposition parfaite pour les saisons froides.

8 saucisses de Toulouse

250 ml (1 tasse) d’huile d’olive extra-vierge

4 carottes nantaises, pelées et coupées en brunoise

2 panais, pelés et coupés en brunoise

2 blancs de poireau, coupés en rondelles d’environ 2,5 cm (1 po)

2 betteraves jaunes moyennes, coupées en brunoise

8 pommes de terre grelots lavées, bien brossées et coupées en cubes

4 gousses d’ail, pelées et écrasées grossièrement

4 branches de thym frais + quelques branches pour garnir

2 branches de romarin frais

Sel et poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 220 ºC (425 ºF).
2. Dans un grand bol, mélanger intimement et délicatement tous les ingrédients, à l’exception des branches de thym réservées pour la garniture. Saler et poivrer généreusement. Déposer dans un plat de cuisson ou sur une plaque de cuisson, légumes d’abord et saucisses dessus. Cuire au four 45 minutes, en retournant les saucisses à mi-cuisson.
3. Sortir la fricassée de saucisses du four, garnir des branches de thym réservées et servir aussitôt, accompagné d’une demi-glace aux légumes rôtis (ici), si désiré.



Plaque de saucisses allemandes,

comme une choucroute garnie

Préparation **15 min** • Cuisson **45 min** • Portions **4 à 6**

1 litre (4 tasses) de choucroute, rincée et égouttée

180 ml (3/4 tasse) de vin blanc

Saucisses aux légumes et au bacon

8 saucisses allemandes de type Bratwurst

8 petites pommes de terre grelots, bien brossées

4 carottes nantaises, bien brossées et coupées en rondelle de 2,5 cm (1 po)

6 grandes tranches épaisses de bacon, coupées en quatre

1 c. à soupe de grains de poivre entiers

4 baies de genièvre entières

Sel et poivre du moulin

2 oignons jaunes, pelés et coupés en quartiers

125 ml (1/2 tasse) d'huile végétale

1 c. à soupe d'herbes de Provence

4 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

Sel et poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 220 ºC (425 ºF).
2. Déposer la choucroute sur une plaque de cuisson. Réserver.
3. Dans un grand bol, mélanger intimement les ingrédients des saucisses aux légumes et au bacon. Saler et poivrer généreusement.

4. Déposer le mélange sur la choucroute, les légumes d'abord, puis le bacon et les saucisses dessus. Verser le vin blanc. Cuire au four 45 minutes, en retournant les saucisses et le bacon à mi-cuisson.
5. Sortir la plaque de saucisses du four et servir aussitôt.



Saucisses aux fines herbes à la tombée de champignons au beurre et aux aromates

Préparation **15 min** • Cuisson **30 min** • Portions **4 à 6**

1 branche de romarin

4 branches de thym

125 ml (1/2 tasse) d'huile végétale

1 c. à café d'épices à steak

1 c. à café d'herbes salées

4 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

2 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

2 c. à café de zeste de citron bio (ou blanchi)

Une dizaine de petites pommes de terre grelots, lavées et bien brossées

4 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

4 oignons moyens, pelés et coupés en quartiers

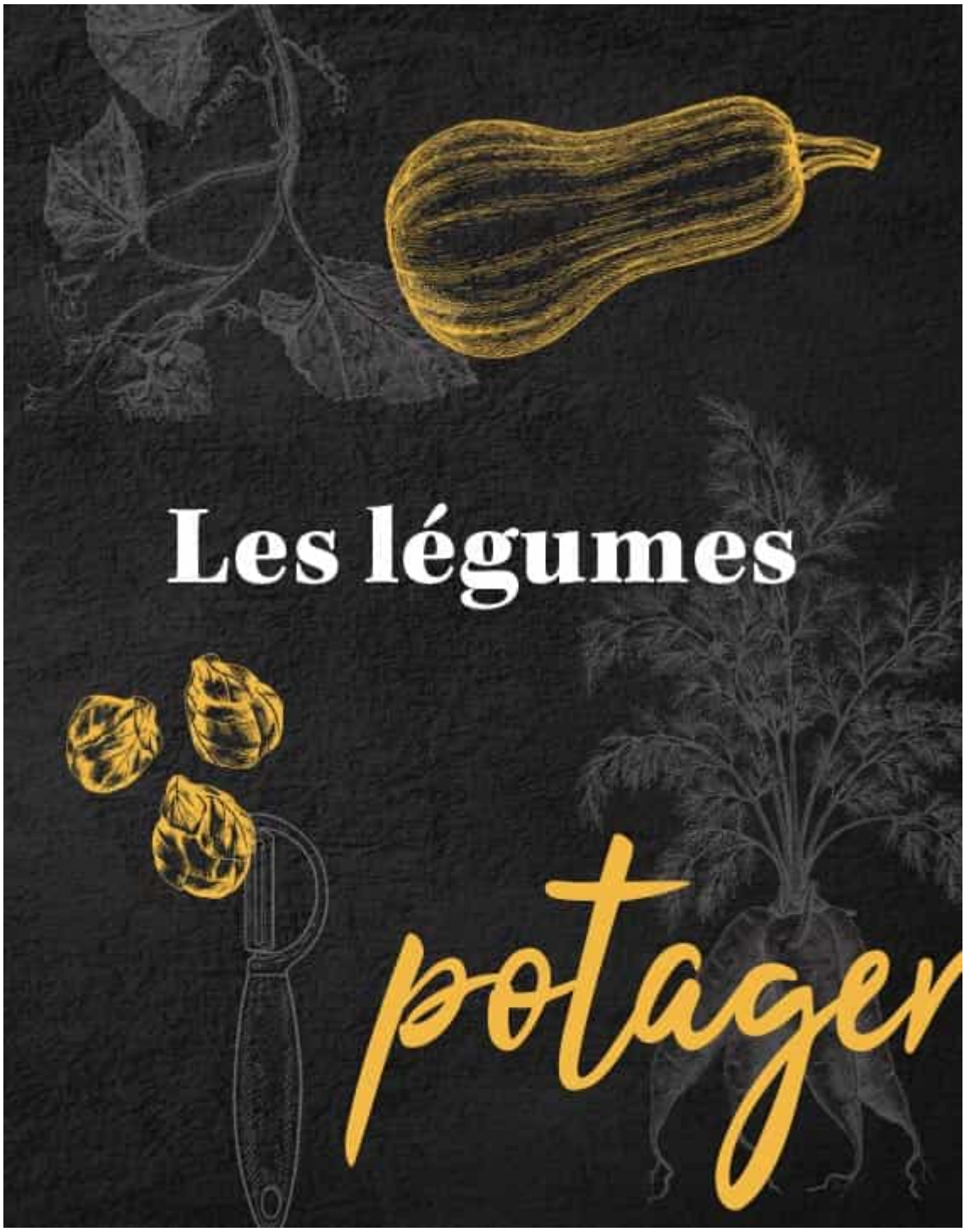
3 courgettes non pelées, lavées et coupées en rondelles d'environ 2,5 cm (1 po)

2 barquettes de 227 g de petits champignons de Paris, brossés et coupés en deux

1/2 poivron rouge, coupé en brunoise

12 saucisses chipolatas

1. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
2. Dans un grand cul-de-poule, effeuiller le romarin et le thym. Ajouter l’huile, les épices à steak, les herbes salées, le persil, le basilic et le zeste de citron, et fouetter légèrement.
3. Ajouter les pommes de terre, l’ail, les oignons, les courgettes, les champignons et le poivron, et mélanger intimement. Transférer le mélange de légumes sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. Cuire au four 10 minutes.
4. Sortir le mélange de légumes du four. Mélanger les légumes et y déposer les saucisses. Cuire au four 20 minutes, en retournant les saucisses à mi-cuisson.
5. Sortir les saucisses aux fines herbes du four et servir aussitôt.



LÉGUMES OUBLIÉS RÔTIS AUX FINES HERBES ET À L'AIL

CHOU-FLEUR RÔTI AU BEURRE ÉPICÉ, SAUCE RANCH

FRICASSÉE RÔTIE DE FROMAGE HALLOUMIET DE POIS CHICHES À LA CORIANDRE

AUBERGINES RÔTIES,SAVEUR DU MAGHREB

FRICASSÉE DE TOMATESAUX OLIVES ET AUX C˙PRES

RATATOUILLE VERTE AU CHIMICHURRI

CHOUX DE BRUXELLES RÔTIS AUX POMMES, À LA BIÈRE ET AUX LARDONS

BOUQUET DE LÉGUMESD'AUTOMNE JAUNE ORANGE

BROCOLI RÔTI AU BEURRE DE CITRON VERT, AU CHEDDAR ET AUX POIVRES

POTAGER DE CAROTTESNANTAISES AU BEURRE DOUX, AU MIEL ET AUX FLEURS D'AIL

GRAPPE DE TOMATES RÔTIES À L'AIL ET AU VINAIGRE BALSAMIQUE

RADIS RÔTIS À L'ORANGE ET À L'ANETH, PARFUM D'ÉRABLE

BETTERAVES RÔTIESÀ L'ORANGE, À L'ANETH ET AU FENOUIL

POMMES DE TERRE RÔTIES À LA SUÉDOISE

POMMES DE TERRE COMME DES FRITES ÉPICÉES



Légumes oubliés rôtis

aux fines herbes et à l’ail

Préparation **15 min** • Cuisson **40 min** • Portions **4**

4 pommes de terre rattes, brossées et coupées en deux sur la longueur

4 carottes nantaises, brossées ou pelées et coupées en deux sur la longueur

4 betteraves jaunes, brossées et coupées en quartiers

2 panais, pelés et coupés en deux sur la longueur

2 oignons, pelés et coupés en quartiers

4 gousses d’ail, pelées et écrasées grossièrement

Quelques branches de thym, effeuillées

1 branche de romarin, effeuillée

60 ml (1/4 tasse) d’huile d’olive extra-vierge

60 ml (1/4 tasse) d’huile de canola

1 c. à soupe d’herbes salées

Poivre du moulin



Je me souviens du plaisir et de l’étonnement que j’ai ressentis la première fois que j’ai goûté à des légumes rôtis. C’est un peu beaucoup en pensant à l’effet magique du rôtissage sur les légumes que m’est venue l’idée de ce livre!

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un bol, avec les mains, mélanger intimement tous les ingrédients en frottant bien les légumes avec les herbes et les condiments et en les enrobant bien d’huile.
3. Déposer dans un plat de cuisson et cuire au four 40 minutes, en tournant les légumes à mi-cuisson. Servir aussitôt.



Chou-fleur rôti

au beurre épicé, sauce ranch

Préparation **20 min** • Cuisson **45 min** • Portions **4 à 6**

Un gros chou-fleur

6 c. à soupe de beurre clarifié, fondu

1 c. à soupe de paprika fumé

2 c. à café de sel d'ail

Deux pincées de poivre de Cayenne

Sel et poivre du moulin

2 c. à soupe de ciboulette, ciselée finement

Sauce ranch

250 ml (1 tasse) de mayonnaise

60 ml (1/4 tasse) de crème sure

60 ml (1/4 tasse) de lait

1 c. à café de sel d'ail

1 c. à café de poudre d'oignon

1 c. à café de moutarde en poudre

2 c. à soupe de persil plat, haché finement

2 c. à soupe d'aneth frais, ciselé finement

1. Dans un bol, déposer tous les ingrédients de la sauce ranch. Au pied-mélangeur, mixer jusqu'à l'obtention d'un mélange parfumé et onctueux. Réserver.
2. Retirer les feuilles du chou-fleur, nettoyer sous l'eau froide, éponger et tailler la base.
3. Préchauffer le four à 220 ºC (425 ºF).

4. Dans un petit bol, fouetter légèrement le beurre clarifié, le paprika fumé, le sel d'ail et le poivre de Cayenne. Saler et poivrer. Asseoir le chou-fleur dans un plat de cuisson et le badigeonner généreusement du mélange de beurre clarifié et d'épices. Cuire au four 45 minutes.
5. Sortir le chou-fleur du four et le laisser tiédir 5 minutes. Napper le chou-fleur de sauce ranch, au goût, garnir de ciboulette et servir aussitôt.



Fricassée rôtie

de fromage halloumi et de pois chiches à la coriandre

Préparation **10 min** Cuisson **15 min** Portions **4**

1 bûchette de fromage halloumi d'environ 250 g (8 oz), taillée en cubes de 2 cm (3/4 po)

2 courgettes, brossées et taillées en cubes de 2 cm (3/4 po)

1 oignon rouge, pelé et haché

4 gousses d'ail, pelées et hachées grossièrement

2 c. à soupe de citron confit, taillé en brunoise

1 boîte de 540 ml de pois chiches, rincés et égouttés

6 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge

Le jus de 1 citron

2 c. à café d'herbes salées

1/2 poivron rouge, coupé en dés

1 gros bouquet de coriandre fraîche, ciselée finement

Sel et poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 220 ºC (425 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement tous les ingrédients. Répartir le mélange uniformément dans un plat de cuisson ou sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire au four 15 minutes.
3. Sortir la fricassée du four et servir. Elle accompagne à merveille les plats rôtis, mais est également excellente servie sur un nid de riz, accompagnée d'une salade verte.

Aubergines rôties, saveur du Maghreb

Préparation **10 min** Cuisson **45 min** Portions **4**

2 aubergines moyennes

4 c. à soupe de poivron rouge, en brunoise

Poivre du moulin

Marinade à la menthe, au cumin et à la coriandre

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive

3 c. à soupe de jus de citron

1 c. à soupe de zeste de citron bio (ou blanchi)

1 c. à soupe de menthe fraîche, ciselée finement

2 c. à café de poudre de cumin

3 c. à soupe de basilic frais, ciselé finement

Deux ou trois pincées de piment d'Espelette

1 c. à café de sel

1 c. à café de paprika doux

2 gousses d'ail, hachées finement

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un bol, fouetter les ingrédients de la marinade. Réserver.
3. Couper les aubergines en deux sur la longueur et les déposer sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, quadriller la chair des aubergines en évitant d'entailler la peau. Badigeonner le dessus des aubergines de marinade. Garnir de poivron rouge et poivrer.

4. Cuire au four 45 minutes. Sortir les aubergines du four et servir aussitôt, en accompagnement.



Fricassée de tomates

aux olives et aux câpres

Préparation **10 min** • Cuisson **1 h** • Portions **4**

8 tomates italiennes, coupées chacune en 8 quartiers

20 olives Kalamata, dénoyautées et coupées en deux sur la longueur

2 c. à café de miel blond

3 c. à soupe de câpres + 2 c. à soupe du jus des câpres

2 c. à café d'origan séché

3 c. à café d'herbes salées

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

60 ml (1/4 tasse) de vinaigre balsamique

4 c. à soupe de basilic frais, ciselé

4 c. à soupe de persil plat, ciselé

3 gousses d'ail, pelées et hachées grossièrement

Sel et poivre du moulin

Quelques feuilles de jeune roquette pour garnir



Jeune, je n'aimais pas les tomates cuites… Puis j'ai découvert les tomates rôties au four, semi-confites, exhalant saveurs et parfums… Tant d'années perdues!

1. Préchauffer le four à 180 ºC (350 ºF).
2. Dans un grand bol, mélanger délicatement et intimement tous les ingrédients, à l'exception de la roquette. Répartir uniformément le mélange dans un plat de cuisson. Saler et poivrer généreusement. Cuire 1 heure au four.
3. Sortir la fricassée de tomates du four, garnir de roquette et servir aussitôt.

Ratatouille verte
au chimichurri

Préparation **10 min** • Cuisson **30 min** • Portions **4**

Ratatouille verte

6 courgettes non pelées, lavées, coupées en deux sur la longueur, puis en demi-rondelles d'environ 2,5 cm (1 po)

4 tomatilles, coupées en quartiers

6 oignons verts, émincés

1 poivron vert, coupé en petits dés

2 c. à café d'herbes salées

2 c. à soupe de petites câpres

Poivre du moulin

4 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge

1 c. à soupe de miel

Sel et poivre du moulin

Un bouquet de coriandre fraîche pour la garniture

Chimichurri

125 ml (1/2 tasse) d'huile d'olive extra-vierge

250 ml (1 tasse) d'huile de canola

250 ml (1 tasse) de persil plat, ciselé

1 c. à soupe de thym frais

Quelques feuilles de menthe fraîche (facultatif)

125 ml (1/2 tasse) de coriandre fraîche, ciselée

1 c. à soupe d'origan séché

2 c. à café d'herbes salées

1 petit piment jalapeno, épépiné et haché grossièrement

1 échalote moyenne, pelée et hachée

4 gousses d'ail, hachées grossièrement

60 ml (1/4 tasse) de vinaigre de vin rouge

Le jus de 1 citron vert bio (ou blanchi)

Sel et poivre du moulin

1. Dans un bol étroit, à l'aide du pied-mélangeur, transformer tous les ingrédients du chimichurri en une salsa texturée en pulsant à quelques reprises. Éviter de trop émulsionner. Réserver.
2. Préchauffer le four à 180 ºC (350 ºF).
3. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients de la ratatouille verte, à l'exception de la coriandre. Ajouter de 4 à 6 c. à soupe de chimichurri (réserver le reste au réfrigérateur) et mélanger délicatement et intimement. Répartir la ratatouille verte sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire 30 minutes au four.
4. Sortir la ratatouille verte du four, la garnir de coriandre et servir aussitôt, avec le reste du chimichurri en accompagnement.

Choux de Bruxelles rôtis
aux pommes, à la bière et aux lardons

Préparation **10 min** Cuisson **30 min** Portions **4**

2 c. à soupe d’huile végétale

6 tranches épaisses de bacon, coupées en dés

Une vingtaine de choux de Bruxelles, coupés en deux

2 pommes Cortland, pelées et coupées en dés

2 c. à soupe de miel

2 branches de thym, effeuillées

1 c. à café d’herbes salées

Sel et poivre du moulin

125 ml (1/2 tasse) de bière blonde

1. Préchauffer le four à 230 ºC (450 ºF).
2. Dans une poêle à frire, à feu moyen, chauffer l’huile et cuire le bacon de 3 à 5 minutes ou jusqu’à ce qu’il devienne croustillant et qu’il rende bien son gras.
3. Ajouter le reste des ingrédients, à l’exception de la bière. Laisser caraméliser 2 minutes en mélangeant fréquemment. Déglacer avec la bière et laisser réduire 3 minutes.
4. Répartir le mélange de choux de Bruxelles sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin en évitant que ceux-ci se chevauchent. Cuire au four 20 minutes, en retournant les choux de Bruxelles à mi-cuisson pour permettre une belle caramélisation.
5. Sortir les choux de Bruxelles rôtis du four et servir aussitôt.

Bouquet de légumes d’automne jaune orange

Préparation **10 min** Cuisson **45 min** Portions **4**

6 carottes nantaises, brossées et coupées en rondelles de 2 cm (3/4 po)

1 patate douce moyenne, pelée et coupée en gros dés

1 petite courge musquée, pelée et coupée en gros dés

4 petites betteraves jaunes, pelées et coupées en quartiers

4 gousses d'ail, pelées et écrasées grossièrement

1 c. à soupe d'herbes salées

4 branches de thym frais

1 orange moyenne, coupée en quartiers

3 c. à soupe de sirop d'érable

2 c. à soupe de gingembre frais, râpé

Quelques pincées de noix de muscade en poudre

80 ml (⅓ tasse) d'huile végétale

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un grand bol, mélanger délicatement et intimement tous les ingrédients, en pressant légèrement les quartiers d'orange pour en extraire le jus. Répartir uniformément le mélange sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire au four 45 minutes. Retourner les légumes à mi-cuisson, en les mélangeant bien avec les aromates.
3. Sortir le bouquet de légumes d'automne du four et servir en accompagnement.

Brocoli rôti au beurre

de citron vert, au cheddar et aux poivres

Préparation **10 min** Cuisson **30 min** Portions **4**

1 gros brocoli

60 ml (1/4 tasse) d’huile végétale

Le jus et le zeste de 1 citron vert bio (ou blanchi)

2 c. à soupe de ciboulette, ciselée finement

1 petite gousse d’ail, hachée grossièrement

1 c. à café d’herbes salées

Plusieurs tours de poivre du moulin

1 c. à café de grains de poivre rose, concassés

100 g (3/4 tasse) de fromage cheddar doux, râpé

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Tailler la base du brocoli. Couper le brocoli en quartiers sur la longueur. Réserver.
3. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement tout le reste des ingrédients, à l’exception du cheddar. Ajouter les quartiers de brocoli et mélanger avec les mains afin de bien imprégner le brocoli du mélange. Déposer sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire au four 30 minutes, en retournant à mi-cuisson.
4. Garnir de cheddar 5 minutes avant la fin de la cuisson pour gratiner le tout.
5. Sortir le brocoli rôti du four et servir aussitôt.

Potager de carottes nantaises au beurre doux, au miel et aux fleurs d’ail

Préparation **15 min** Cuisson **40 min** Portions **4 à 6**

80 g (⅓ tasse) de beurre clarifié, fondu

1 c. à soupe de pesto de fleurs d’ail

1 c. à soupe d’herbes salées

2 branches de thym frais, effeuillées

4 c. à soupe de persil plat, ciselé finement

1 c. à soupe de basilic, ciselé finement

1 c. à soupe de miel blond, fondu

Poivre du moulin

12 carottes nantaises moyennes, de toutes les couleurs, brossées

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un grand bol, fouetter légèrement tous les ingrédients, à l’exception des carottes. Ajouter les carottes et mélanger délicatement et intimement. Répartir uniformément le mélange dans un plat de cuisson ou sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire au four 40 minutes.
3. Sortir les carottes du four et servir aussitôt.

Grappe de tomates rôties
à l’ail et au vinaigre balsamique

Préparation **15 min** Cuisson **30 min** Portions **4**

4 c. à soupe d’huile d’olive extra-vierge

4 c. à soupe de vinaigre balsamique

2 c. à café d’herbes salées

2 c. à café d’origan

Une grappe de 4 à 5 tomates moyennes, jaunes ou rouges

2 petites gousses d’ail, pelées et coupées en bâtonnets

2 branches de thym, coupées en 6 à 8 tronçons

2 branches de romarin, coupées en 6 à 8 tronçons

Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 150 ºC (300 ºF).
2. Dans un bol, fouetter l’huile d’olive, le vinaigre balsamique, les herbes salées et l’origan. Réserver.
3. Déposer la grappe de tomates dans un plat de cuisson. À l’aide d’un petit couteau bien aiguisé, pratiquer de 3 à 4 incisions sur chaque tomate et garnir chacune des incisions d’un bâtonnet d’ail, d’un tronçon de thym et d’un tronçon de romarin. Badigeonner généreusement les tomates du mélange d’huile et de vinaigre balsamique, et poivrer.
4. Cuire au four 30 minutes ou jusqu’à ce que les tomates rôtissent et commencent à confire. Sortir la grappe de tomates rôties du four et servir aussitôt.

Radis rôtis à l’orange
et à l’aneth, parfum d’érable

Préparation **10 min** Cuisson **30 min** Portions **4**

12 radis, équeutés et coupés en deux sur la longueur
60 ml (1/4 tasse) d’huile végétale
2 c. à café de zeste d’orange bio (ou blanchie)
60 ml (1/4 tasse) de jus d’orange
2 c. à soupe de jus de citron
1 bouquet d’aneth frais, ciselé finement
3 c. à soupe de sirop d’érable
2 c. à café de sel

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un cul-de-poule, mélanger intimement tous les ingrédients en enrobant généreusement les radis de marinade. Répartir le mélange de radis sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin. Cuire au four 30 minutes, en remuant la plaque de cuisson à quelques reprises pendant la cuisson.
3. Sortir les radis rôtis du four et servir en accompagnement.

Betteraves rôties
à l’orange, à l’aneth et au fenouil

Préparation **10 min** • Cuisson **45 min** • Portions **4**

8 petites betteraves rouges, brossées et coupées en quartiers

60 ml (1/4 tasse) de crème sure

2 oignons verts, ciselés finement

Marinade à l'orange, à l'aneth et au fenouil

Le jus et le zeste de 1 orange moyenne bio (ou blanchie)

2 c. à café de graines de fenouil

6 c. à soupe d'aneth frais, ciselé grossièrement

80 ml (⅓ tasse) d'huile végétale

2 c. à café de sel

Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un grand bol, mélanger délicatement et intimement tous les ingrédients de la marinade à l'orange, à l'aneth et au fenouil. Prélever 2 c. à soupe de marinade et réserver.
3. Ajouter les betteraves dans le bol de marinade à l'orange, à l'aneth et au fenouil, et mélanger pour bien les enrober. Répartir les betteraves sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin et cuire au four 45 minutes.
4. Incorporer la crème sure aux 2 c. à soupe de marinade réservée et fouetter légèrement.
5. Sortir les betteraves rôties du four, garnir d'oignons verts et servir avec la crème sure parfumée.

Pommes de terre rôties

à la suédoise

Préparation **15 min** Cuisson **40 min** Portions **4 à 6**

4 grosses pommes de terre Yukon Gold, non pelées

Sel et poivre du moulin

Huile parfumée aux herbes de Provence et à l'ail

80 ml (⅓ tasse) d'huile d'olive

Deux pincées de piment d'Espelette

1 c. à café de paprika doux

2 c. à café d'herbes de Provence

1 c. à café d'herbes salées

2 gousses d'ail, hachées grossièrement

1. Préchauffer le four à 200 ºC (400 ºF).
2. Dans un bol, mélanger les ingrédients de l'huile parfumée aux herbes de Provence et à l'ail. Réserver.
3. Laver et brosser les pommes de terre à l'eau fraîche. Éponger sommairement. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, tailler chaque pomme de terre en fines lamelles d'environ 1/2 cm (1/4 po), jusqu'à 1 cm (1/2 po) de la base. Pour faciliter l'opération, placer la pomme de terre entre deux baguettes chinoises, le couteau s'arrêtera sur les baguettes à la bonne hauteur.
4. Déposer les pommes de terre dans un plat de cuisson et les badigeonner de l'huile parfumée entre chaque tranche. Saler et poivrer.
5. Cuire au four 40 minutes ou jusqu'à tendreté en badigeonnant d'huile parfumée à mi-cuisson. Sortir les pommes de terre du four et servir aussitôt.

Pommes de terre comme des frites épicées

Préparation **10 min** Cuisson **30 min** Portions **4**

1 c. à soupe de paprika fumé

Deux pincées de poivre de Cayenne

1 c. à soupe de sel

1 c. à café d'origan séché

16 grosses pommes de terre Russet, brossées et rincées

125 ml (1/2 tasse) d'huile végétale

1. Préchauffer le four à 250 ºC (475 ºF).
2. Dans un petit bol, mélanger le paprika fumé, le poivre de Cayenne, le sel et l'origan. Réserver.
3. Couper les pommes de terre en 8 quartiers. Déposer les quartiers dans un grand cul-de-poule, ajouter l'huile et mélanger intimement afin de bien enrober chaque quartier de pomme de terre d'huile. Ajouter le tiers des épices et bien mélanger.
4. Déposer les quartiers de pomme de terre sur une plaque de cuisson chemisée de papier parchemin, en évitant de les superposer. Saupoudrer un autre tiers du mélange d'épices sur les pommes de terre et les cuire au four 30 minutes, en les retournant à mi-cuisson pour qu'elles soient croustillantes et bien colorées de tous les côtés.
5. Sortir les pommes de terre rôties du four, garnir du reste du mélange d'épices et servir.





Liste des recettes

Beurre blanc presque classique, aux agrumes et aux herbes fines
Velouté de volaille aux fines herbes
Demi-glace aux légumes rôtis
Demi-glace au vin rouge corsé et aux épices
Crémeuse de duo de moutardes au romarin
Sauce barbecue maison
Herbes salées maison, à ma façon

Les entrées

Tatin d’oignons doux au chèvre frais et au vinaigre balsamique
Crostinis d’escargots au beurre à l’ail et au zeste de citron
Tians de légumes au paillot de chèvre fondant
Pouding au pain au chèvre doux et aux noix épicées
Aubergines rôties, sauce vierge aux perles de bocconcini
Étagé de Sir Laurier rôti garni comme une tartiflette
Salade de pieuvre rôtie aux herbes fraîches, sauce vierge à la mangue et à la menthe
Pavé de féta fondante, tombée de tomates confites à la méditerranéenne

Les soupes

Crème de tomates rôties à l’ail
Velouté d’oignons caramélisés
Histoire de céleris
Potage de topinambours rôtis au thym, au citron et au parmesan
Crème de pommes de terre et de navet rôtis au thym et au cheddar
Crème de chou-fleur rôti au cari

Les croûtes

Tarte fine feuilletée aux tomates et au vieux cheddar
Tarte fine feuilletée aux courgettes et à la féta
Croûte de légumes rôtis à la tapenade d'olives, comme une ratatouille
Tombée de poireaux aux lardons et au brie sur croûte feuilletée
Fine pizza rustique aux tomates parfumées et au parmesan
Fine pizza aux champignons et aux oignons verts, sauce blanche
Fine pizza aux fruits de mer et aux agrumes
Fine pizza au halloumi fondant, au citron confit et aux fines herbes
Garniture aux tomates, au citron confit et aux fines herbes

Les poissons

Queue de lotte au prosciutto et aux fines herbes
Maquereaux rôtis comme en Méditerranée
Filets de sardine aux légumes de Provence
Truite saumonée entière au beurre d'herbes et aux suprêmes d'agrumes
Filets de truite rôtis au sel de Guérande et aux aromates
Filet de saumon rôti, façon steak house
Filet de saumon à la mangue et à la mozzarella di bufala
Filet de saumon farci au saumon fumé et aux suprêmes de citron
Filet de saumon façon gremolata

Les viandes

Carrés d'agneau en croûte d'herbes et de merguez
Gigot d'agneau rôti doucement 4 heures
Jarret d'agneau 6 heures au merlot et aux herbes
Tomahawk en croûte de champignons, cuisson douce
Rôti de filet de bœuf, juste parfait!
Rôti d'intérieur de ronde au bacon et au porto

Côte de bœuf en croûte de sel épicé et parfumé
Rôti de côte de bœuf au jus plus que parfait!
Poivrons doux farcis et rôtis à la méditerranéenne
Pain de viande au cheddar mi-fort, le préféré d'Édith
Rôti de côte de veau aux champignons
Rôti de filet de veau au miel et au poivre rose, sauce au brie
Côtes levées confites au beurre à l'ail et aux herbes fraîches
Côtes levées à la bière rousse, à la mélasse et au citron vert
Côtes levées en croûte de paprika fumé, façon barbecue
Côtes levées à la moutarde au miel, au romarin et à l'ail
Poitrine de cochon rôtie au citron vert, aux épices et à la cassonade
Longe de porc au romarin en croûte de bacon
Longe de porc en saumure à la bière et au miel
Épaule de porc fondante au beurre et aux herbes
Carré de porc rôti en croûte d'épices et de fines herbes, parfum d'érable
Porchetta à la JF

Les volailles

Cailles au caramel de soya et de citron vert
Canard demi-sel rôti au miel et au Pineau des Charentes
Magret de canard à l'orange, au vinaigre balsamique et au thym, en croûte de sel
Canard entier aux petits fruits rouges épicés, cuisson longue et douce
Rôti de poitrine de dindon aux fines herbes, au miel et au chèvre doux
Dindon rôti à l'orange, beurre aux fines herbes
Poulet à la bière blanche, au miel doré, à l'orange et à l'estragon
Poulet rôti aux quatre têtes d'ail aux herbes et au citron
Poulets de cornouailles en crapaudine, comme un poulet à la portugaise
Poulet en crapaudine en saumure sèche, comme en Provence
Poulet en crapaudine au citron vert, façon tex-mex
Poulet en crapaudine au fromage de chèvre et aux fines herbes
Poulet en crapaudine aux parfums d'Asie

Les tout-garnis

Cuisses de poulet en cuisson douce à la persillade

Cuisses de poulet croustillantes et fondantes au parmesan, au citron vert et au poivre

Cuisses de poulet à la fricassée crémeuse de champignons

Hauts de cuisse de poulet au riz, comme une paella

Filets de porc rôtis au bacon, à la forestière

Crevettes tigrées à la fricassée de tomates rôties et au vin blanc

Cuisses de canard confites rôties, comme un cassoulet minute

Pavés de truite au fenouil rôti à l'orange

Salade de fenouil aux agrumes

Keftas à la fricassée d'olives et à la coriandre

Parmentier de veau, comme un gratin dauphinois

Polpettes de porc et de bœuf, fricassée de tomates étuvées en sauce rosée

Saucisses italiennes, orzo aux tomates et aux courgettes

Fricassée de saucisses de Toulouse aux légumes d'automne rôtis

Plaque de saucisses allemandes, comme une choucroute garnie

Saucisses aux fines herbes à la tombée de champignons au beurre et aux aromates

Les légumes

Légumes oubliés rôtis aux fines herbes et à l'ail

Chou-fleur rôti au beurre épicé, sauce ranch

Fricassée rôtie de fromage halloumi et de pois chiches à la coriandre

Aubergines rôties, saveur du Maghreb

Fricassée de tomates aux olives et aux câpres

Ratatouille verte au chimichurri

Choux de Bruxelles rôtis aux pommes, à la bière et aux lardons

Bouquet de légumes d'automne jaune orange

Brocoli rôti au beurre de citron vert, au cheddar et aux poivres

Potager de carottes nantaises au beurre doux, au miel et aux fleurs d’ail
Grappe de tomates rôties à l'ail et au vinaigre balsamique
Radis rôtis à l’orange et à l’aneth, parfum d’érable
Betteraves rôties à l’orange, à l’aneth et au fenouil
Pommes de terre rôties à la suédoise
Pommes de terre comme des frites épicées

Les sauces, marinades et autres condiments

BEURRES

Beurre à l’ail et aux herbes fraîches
Beurre à l’ail et au zeste de citron
Beurre aux fines herbes pour poisson
Beurre aux fines herbes pour volaille
Beurre blanc presque classique, aux agrumes et aux herbes fines
Beurre clarifié aux épices et aux herbes
Beurre pommade à la moutarde, à l’ail et à l’érable

CONDIMENTS ET ENROBAGES

Caramel de soya et de citron vert
Chapelure aux épices et aux herbes
Compotée aux petits fruits rouges épicés
Croûte de gros sel de Guérande
Enrobage au miel, à la moutarde et au poivre rose
Épices tex-mex
Gremolata au citron et à l’orange
Mélange d’épices et d’herbes
Mélange d’épices pour côtes levées
Mélange d’épices pour longe de porc
Moutarde au miel, au romarin et à l’ail
Persillade

Sel de Guérande aromatisé
Têtes d’ail aux herbes et au citron

HUILES ET VINAIGRETTES

Huile parfumée à l’aneth et au citron
Huile parfumée aux herbes de Provence et à l’ail
Vinaigrette aux herbes salées et au pesto

MARINADES ET SAUMURES

Marinade à la bière rousse, à la mélasse et au citron vert
Marinade à l’ail, à l’origan et au citron
Marinade à la menthe, au cumin et à la coriandre
Marinade à l’orange, à l’aneth et au fenouil
Marinade à l’origan
Marinade au citron et au miel
Marinade au ketchup et au sambal oelek
Marinade au paprika et à l’origan
Marinade au parmesan, au citron vert et au poivre
Marinade au romarin, à la moutarde et à l’érable
Marinade aux herbes salées et au citron
Saumure à la bière blanche
Saumure à la bière blonde et aux herbes
Saumure à la bière et au miel
Saumure à l’ail et au romarin

SAUCES

Beurre blanc presque classique aux agrumes et aux herbes fines
Chimichurri
Crémeuse de duo de moutardes au romarin
Demi-glace au vin rouge corsé et aux épices
Demi-glace aux légumes rôtis
Sauce au vin rouge et à la ciboulette

Sauce aux parfums d’Asie
Sauce barbecue maison
Sauce ranch
Sauce rosée au pesto
Sauce vierge à la mangue et à la menthe
Sauce vierge aux perles de bocconcini
Velouté de volaille aux fines herbes



Remerciements

Merci mes amours, Julie, Édith, Charlotte et Émile, d'avoir accepté de manger à répétition certaines recettes jusqu'à ce que je trouve la formule magique! Merci d'avoir été, en quelque sorte, les cobayes (de luxe) de mes expérimentations et d'être de si bons critiques.

Merci Judith de m'avoir fait confiance à nouveau, sans hésitation et avec empressement, pour ce nouveau projet. Merci de m'avoir prêté, le temps de la création de ce livre, ta fabuleuse équipe.

Merci Sophie d'avoir embrassé toutes mes idées avec enthousiasme, de les avoir proposées et défendues, puis de les avoir suivies, encadrées et structurées, toujours avec diligence, intelligence, pertinence et patience.

Merci Christine pour ta griffe magique, ta grille graphique magnifique, à la fois sobre et éclatée, créative et très joliment jazzée.

Merci Ariel pour ta gentillesse, ta rigueur, ta précision et pour la lumière éclatante et magique avec laquelle tu sais magnifiquement jouer.

Merci Sylvain d'avoir magnifié mes plats en les accompagnant d'éléments savamment choisis, d'avoir fait jaillir le beau avec une judicieuse économie de choses.

Merci Fred d'avoir rôti comme un damné, d'avoir mitonné et interprété avec précision et attention (presque toujours) mes recettes… Merci pour cette joyeuse complicité et ces fous rires bien sentis.

Merci Éleveurs de volailles et Producteurs de veaux du Québec pour votre précieuse et généreuse collaboration. Merci pour ces denrées exceptionnelles produites par des artisans de chez nous, rigoureux et passionnés.

Merci équipe de rêve des Éditions de l'Homme de travailler dans l'ombre avec passion, précision, professionnalisme et rigueur sur la réalisation de mon livre, qui comme tout livre de cuisine, demande de considérables efforts, conjugués à beaucoup de talent.

Enfin, merci fidèles lectrices et lecteurs de me confirmer au hasard d'une rencontre, à coup de bons mots et de compliments, que je suis encore pertinent dans cet océan de propositions gourmandes.



Édition: Sophie Aumais
Design graphique: Christine Hébert
Infographie: Chantal Landry
Traitement des images: Johanne Lemay
Révision: Lucie Desaulniers
Correction: Sylvie Massariol

Toutes les photos sont de Ariel Tarr à l'exception de celles-ci:
Jean-François Plante: p.14, 20-21, 23.

Stylisme: Sylvain Riel

Nous reconnaissons la participation des Éleveurs de volailles du Québec à plusieurs recettes de cet ouvrage.

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec et Bibliothèque et Archives Canada

Titre: Rôtir: recettes savoureuses au four / Jean-François Plante.
Noms: Plante, Jean-François, 1963- auteur.
Description: Comprend un index.
Identifiants: Canadiana (livre imprimé) 2020008853X | Canadiana (livre numérique) 20200088548 | ISBN 9782761954914 | ISBN 9782761954921 (livre numérique)
Vedettes-matière: RVM: Rôtissage. | RVMGF: Livres de cuisine.
Classification: LCC TX690.P53 2020 | CDD 641.7/1—dc23

11-20

© 2020, Les Éditions de l’Homme,
division du Groupe Sogides inc., filiale de Québecor Média inc.
(Montréal, Québec)

Tous droits réservés

Dépôt légal: 2020
Bibliothèque et Archives nationales du Québec

ISBN (version papier) 978-2-7619-5491-4
ISBN (version numérique) 978-2-7619-5492-1

DISTRIBUTEURS EXCLUSIFS:

Pour le Canada et les États-Unis:
MESSAGERIES ADP inc.*
Téléphone: 450-640-1237
Internet: www.messageries-adp.com
* filiale du Groupe Sogides inc.,
filiale de Québecor Média inc.

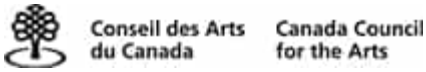
Pour la France et les autres pays:
INTERFORUM editis
Téléphone: 33 (0) 1 49 59 11 56/91
Service commandes France Métropolitaine
Téléphone: 33 (0) 2 38 32 71 00
Internet: www.interforum.fr
Service commandes Export – DOM-TOM
Internet: www.interforum.fr
Courriel: cdes-export@interforum.fr

Pour la Suisse:
INTERFORUM editis SUISSE
Téléphone: 41 (0) 26 460 80 60
Internet: www.interforumsuisse.ch
Courriel: office@interforumsuisse.ch
Distributeur: OLF S.A.
Commandes:
Téléphone: 41 (0) 26 467 53 33
Internet: www.olf.ch
Courriel: information@olf.ch

Pour la Belgique et le Luxembourg:
INTERFORUM BENELUX S.A.
Téléphone: 32 (0) 10 42 03 20
Internet: www.interforum.be
Courriel: info@interforum.be

Gouvernement du Québec – Programme de crédit d’impôt pour l’édition de livres – Gestion SODEC – www.sodec.gouv.qc.ca

L’Éditeur bénéficie du soutien de la Société de développement des entreprises culturelles du Québec pour son programme d’édition.



Nous remercions le Conseil des arts du Canada de l’aide accordée à notre programme de publication.



Nous reconnaissons l’aide financière du gouvernement du Canada par l’entremise du Fonds du livre du Canada pour nos activités d’édition.



Une rôtissoire, un four, de bons ingrédients: il n’en faut pas plus pour cuisiner des plats succulents!

Pour Jean-François Plante, rôtir les aliments est la meilleure façon de les sublimer et la méthode de cuisson la plus facile pour préparer des repas simples ou sophistiqués couronnés de succès. En suivant les conseils du chef, maîtrisez l’art du rôtissage à cuisson lente ou vive qui concentre les saveurs et confère des textures parfaites aux viandes, volailles, pois sons, mais aussi aux légumes!

Aubergines rôties, sauce vierge aux perles de bocconcini; tians de légumes au paillot de chèvre fondant; crevettes tigrées à la fricassée de tomates rôties et au vin blanc; saucisses italiennes, orzo aux tomates et aux courgettes; poulet ecrapaudine en saumure sèche, comme en Provence; rôti de côte de boeuf au jus plus-que-parfait… Jean-François vous propose plus de 100 recettes alléchantes dans un ouvrage haut en saveurs!

La réputation aux fourneaux de JEAN-FRANÇOIS PLANTE n’est plus à faire. Adepte de convivialité et de simplicité, le chef et communicateur-né

met le plaisir au coeur des plats qu'il élabore. Auteur prolifique de livres de recettes (Le meilleur du bistro a remporté l'or au gala Les Lauréats des Saveurs du Canada en 2019), il signe ici son huitième ouvrage aux Éditions de l'Homme.