

Menu de la St Valentin COMMENT FAIRE ??

1) Préliminaires: Ceviche de gambas nues et avocat

- Rien à faire, sortez les du frigo 5 minutes avant de les manger

2) Tartare de saumon au gingembre et graines de pavot aphrodisiaques, huile d'olive, sauce soja et oignon tige

OU Foie gras de canard fondant au porto rouge, brioche maison
Petit excitant d'ananas à la noix de muscade

- Tout est présenté dans l'assiette, versez l'assaisonnement sur le tartare et ajoutez juste un filet d'huile d'olive sur la salade!

Il est conseillé de réchauffer la brioche au four 4 min à 140°C en chaleur tournante!
Attention de ne pas l'oublier au four!

3) Filet de loup de mer à la peau bien bronzée, beurre blanc relevé au piment de Cayenne, mousseline de céleri pomme au safran, pois gourmands au beurre salé

- La sauce: versez la sauce dans une petite casserole et réchauffer tranquillement à feu doux en remuant

- La mousseline de céleri pomme se réchauffe 2 min au micro onde à puissance moyenne en ayant préalablement fait des petits trous dans le sac sous vide, sinon 5 minutes dans une petite casserole à feu doux, ne pas oublier de remuer.

- Le poisson et les pois gourmands sont à réchauffer au four traditionnel directement dans la barquette ouverte (chaleur tournante) 6 minutes environ à 140°C

Finition: Verser la sauce à l'aide d'une cuillère de manière artistique (disposez là en faisant des cercles avec votre cuillère par exemple) dans l'assiette. Ouvrir délicatement les sacs chauffés au micro-onde et sortir le plat du four sans se brûler, présenter leur contenu au centre des assiettes.

ne pas hésiter à ajouter une petite touche personnelle de décoration

4) Tournedos de coeur de filet de boeuf, son lit vin rouge et cacao, gratin de pommes de terre au manioc, haricots verts à la sarriette

- La sauce: Faire comme pour la sauce du bar

- tout le reste est à sortir du frigo 30 min à l'avance, puis à réchauffer dans la barquette ouverte au four traditionnel (chaleur tournante si possible) à 140°C pendant 6 min, si vous le voulez plus cuit, passez le à la poêle.

5) Tartelette chocolat au coeur fondant, glace gingembre
OU Charlotte passionnée au ginseng et palet breton

- La tartelette se réchauffe 8 min au four préchauffé à 180°C, disposer la glace dans l'assiette à côté de la tartelette, déguster de suite

- La charlotte est à sortir du réfrigérateur et à consommer de suite