



FOIE GRAS EN TERRINE AU FOUR

Nettoyer le foie gras : enlever les filaments et les veines sans trop le manipuler. Le faire tremper dans de l'eau fraîche ou du lait pendant 1h ou 2.

Puis le mettre dans un plat pouvant aller au bain marie au four, le saler, le poivrer (au poivre du moulin, si possible) mettre $\frac{1}{2}$ verre à liqueur de vin de Muscat et laisser au frais pendant une nuit.

Mettre à la sortie du frigo directement au bain marie dans un four préchauffé à 200° (Th 6) puis réduit aussitôt à 120°-100° (Th 4) (Selon les fours)

Laisser cuire pendant 30 à 40 mn selon si vous le désirez mi-cuit (Rose) ou cuit. A mi-cuisson, rectifier l'assaisonnement qui doit être assez relevé.

Laisser refroidir soit dans la terrine, soit dans un récipient d'une autre forme au minimum trois jours et au maximum 8 jours mais ôter la graisse en la mettant de côté, tasser le foie puis lorsqu'il a un peu refroidi, rajouter la graisse du foie. (Cette dernière peut être utilisée pour faire sauter des pommes de terre)

Servir avec du pain de campagne, des grains de gros sel ou de la fleur de sel, du confit de figues, du pain d'épices...

Maison Blandan

645 Avenue Léon Blum

01500 Ambleteuse en Brie

Tel 04 74 38 15 44 - Fax 04 74 46 85 52



ESCALOPES DE FOIE GRAS FRAIS

Ingédients pour 4 personnes :

- 1 foie gras de 600 à 700 g
- 2 pommes fruits (Ex : reine des reinettes)
- 2 poires (Ex Abate ou Pacam)
- 1 grappe de raisin (Ex Italia ou Muscat)

Nettoyer le foie gras en évitant de la déformer et découper des escalopes. (5 à 6 par foie)

Les saler et les poivrer et les mettre dans un film alimentaire une nuit.

Peler et découper les pommes et les poire en grandes tranches d'un cm environ. Peler les grains de raisin.

Prélever une « chute » d'escalope et la mettre à fondre dans une poêle anti-adhésive puis faire cuire successivement les fruits. (Ils doivent devenir tendres.) Les garder dans un plat au chaud. (Il peuvent se préparer un peu à l'avance)

Faire chauffer à blanc une poêle anti adhésive et mettre saisir les escalopes (qui devront être mises très froides sans quoi elles fondront beaucoup trop) une petite minute par face maximum.

Servir individuellement dans des assiettes chaudes.

Maison Blandan

645 Avenue Léon Blum

01500 Ambleteuse en Bugey

04 74 38 15 44 - Fax 04 74 46 85 52



CHAPON RÔTI

Ingédients pour 6 personnes :

Pour le bouillon :

- 1 carotte
- 1 échalote
- 1 bouquet garni
- Des os de volaille
- Sel – poivre

Pour le rôti :

- 1 chapon
- 1 échalote – 1 blanc de poireau
- 120 g de beurre
- Sel – Poivre
- 10 cl de vin blanc

Prendre un chapon de 3.500 kg à 4 kg. Le flamber et le vider puis le poivrer et le saler à l'intérieur, le brider et le faire pocher pendant 30 mn dans un bouillon de volailles sans le faire bouillir et après, bien l'égoutter.

Poser le chapon dans un plat à four graissé avec 60 g de beurre.

Conduire une cuisson plutôt vive : th 8 ou 240° au départ puis après 30 mn, baisser le four à Th 6 ou 180°.

Compter 1h30 à 2 h de cuisson en arrosant souvent avec la graisse rendue.

Après 1h de cuisson, ajouter 1 carotte, 1 blanc de poireau et 1 échalote, le tout découpé en tranches.

Lorsque le chapon est cuit, le sortir du plat et dégraisser le jus. Le faire réduire et le déglacer avec 10 cl de vin blanc et 20 cl de bouillon et faire à nouveau réduire. Au moment de servir, monter le jus avec 60 g de beurre et le servir à part de la volaille.

Le cardon (A la moëlle, par exemple) est un légume de choix pour cette volaille.

Maison Blandan

645 Avenue Léon Blum

07500 Ambérieu en Bugey

Tél 04 74 38 15 44 - Fax 04 74 46 85 52



POULET à la CRÈME et aux MORILLES

Ingédients pour 6 personnes :

1 poulet (2 kgs) fermier pour sa chair ferme	150 g de beurre
250 g de crème fraîche	4 échalotes
25 g de morilles séchées	1 verre de lait
1 grand verre de vin blanc sec	1 cuillère à soupe de farine
25 cl d'eau environ	
Sel - Poivre - 1 jaune d'oeuf	

La veille, faire tremper les morilles dans le lait après les avoir bien lavées à l'eau. NE PAS JETTER LE LAIT !

Faire revenir les morceaux de poulet dans le beurre avec la échalotes.
Lorsque tout est bien doré, saler et poivrer.

Ajouter la farine, bien remuer avec une cuillère en bois et laisser mijoter quelques instants puis mouiller avec le vin blanc, l'eau et le lait qui a servi au trempage des morilles.

Ajouter les morilles et laisser cuire environ une heure puis vérifier l'assaisonnement.

Au dernier moment, ajouter la crème fraîche dans laquelle aura été incorporé le jaune d'oeuf. Laisser frémir (Et non bouillir !)

Servir le poulet à la crème très chaud.

Maison Blandan

645 Avenue Léon Blum

01500 Anthéieu en Bugey

Tel 04 74 38 15 44 - Fax 04 74 46 85 52



POULET AUX ECREVISSES

Ingédients pour 6 personnes :

1 gros poulet	2 échalotes
1 kg d'écrevisses	1 gousse d'ail
15 cl de Cognac ou Whisky	
1 boîte de bisque de homard ou d'écrevisses	
Vin blanc	3 tomates
100 g de beurre	Sel - Poivre - Paprika

Si les écrevisses sont congelées, les plonger 5 mn (Pas plus) dans une casserole d'eau bouillante salée. Les rafraîchir et les utiliser normalement.

Couper le poulet et le faire rôtir avec 30 g de beurre et de l'huile dans une cocotte. Retirer les morceaux et jeter la graisse de cuisson.

Puis remettre 30 g de beurre frais dans la cocotte vide mais non lavée.

Ajouter les échalotes et les faire fondre 3 mn à feu doux. Remettre le poulet et le flamber avec la moitié de l'alcool. Couvrir puis laisser mijoter 30 mn.

Faire sauter les écrevisses à feu vif dans 40 g de beurre et les flamber.

Saler et poivrer, mettre le paprika et parfumer d'ail pressé.

Ajouter les morceaux de poulet et leur jus de cuisson.

Mettre la bisque allongée d'un peu de vin blanc. Couvrir et poursuivre la cuisson 5 mn en secouant la cocotte d'un mouvement de va et vient.

Ajouter la crème fraîche, bien mélanger et laisser cuire encore $\frac{3}{4}$ mn.

A accompagner d'un plat de riz blanc.

Annie et Gilles BLANDON

5, rue de la résistance

01500 AMBERIEU EN BUGEY

Tél. 04 74 38 15 44 - FAX 04 74 46 85 52



Maison Blanche

BRECHET DE POULET

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 1 kg de bréchets de poulet (pas trop gros)

- farine
- huile
- beurre persillé
- sel
- poivre

Préparation de la recette :

Passez les bréchets dans la farine, bien les secouer.

Les faire dorer dans un mélange de beurre et d'huile bien chaud 10 à 15 min.

Saler et poivrer.

Au dernier moment rajouter 200gr de beurre persillé.

Laisser cuire vivement encore 2/3 mn.

Servir. On les déguste comme les grenouilles avec les doigts.

