

Lwl

LABOURDONNAIS

WATERFRONT HOTEL



Recettes
des
Chefs

NIZAM PEEROO & KRISTEL FROGER



Nizam Peeroo
Group Executive Chef,
Ninety-Six Hotel Collection

Cœur de palmiste braisé

rilette de chair de crabe, émulsion crémeuse
à la mangasay

- 4 personnes -

Ingédients

Une bûche de palmiste pochée
100g de chair de crabe
3 jaunes d'œufs
200g de beurre sans sel

10cl de vin blanc
30g d'oignon ciselé
15cl de jus de « mangasay »
5g de jeunes pousses de pois mange-tout

Préparation

Cœur de palmiste

- Faites braiser le cœur de palmiste en le faisant cuire dans une poêle non-adhésive avec une noisette de beurre à feu doux jusqu'à obtenir une belle coloration.
- Découpez-le en rondelles de 3cm de hauteur.
- Réservez.
- Montez les jaunes d'œufs au bain-Marie.
- Salez et poivrez avec du poivre blanc.
- Rajoutez le reste de beurre en petites parcelles aux jaunes d'œufs montés. Pendant que les œufs sont toujours au bain-Marie, ajoutez-y le jus de mangasay et le beurre.

Rilette de chair de crabe

- Faites revenir les oignons et le beurre.
- Ajoutez la chair de crabe à ce mélange.
- Déglacez au vin blanc, montez au beurre sur feu doux.

Dressage

- Déposez le palmiste braisé dans une assiette à l'aide de deux cuillères à café.
- Faites des quenelles de chair de crabe que vous déposerez ensuite sur la rouelle de cœur de palmiste.
- Nappez l'ensemble de votre émulsion crémeuse. Décorez avec les pousses de pois mange-tout. Servez tiède.



Calamars grillés

aux épices créoles, riz aux amandes

- 4 personnes -

Ingredients

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 300g de calamars | 10 feuilles de « karipoulé » |
| 100g de pomme d'amour | 150g de beurre sans sel |
| 15g de thym | 10cl d'huile d'olive |
| 20g d'ail haché | 50g d'oignons frits émincés finement |
| 10g de gingembre | 100g de riz basmati |
| 10g de graines de « methi » | 20g de kotomili haché |
| 1 cuillère à soupe de concentré de tomate | 20cl de fumet de crustacés |
| 10g de curcuma (safran vert) | 3/4 de tasse d'amandes effilées |

Préparation

- Torréfiez les graines de methi.
 - Ecrasez-les et ajoutez l'huile d'olive puis une noisette de beurre.
 - Faites revenir les oignons et ajoutez le thym, l'ail et le gingembre et faites cuire à feu doux.
 - Ajoutez le curcuma, les feuilles de karipoulé, le concentré de tomate et mouillez l'ensemble au fumet de crustacés.
 - Laissez mijoter pendant 10 minutes.
 - Entre-temps, faites cuire les calamars dans une poêle antiadhésive.
 - Ajoutez l'huile d'olive et le beurre et faites cuire à feu vif jusqu'à la caramélisation des calamars.
 - Retirez du feu et réservez.
 - Une fois que la sauce a mijoté, ajoutez la pomme d'amour épépinée.
 - Emincez le kotomili. Montez l'ensemble avec le beurre et réservez.
 - Faites sauter le riz avec du beurre, oignons frits, les amandes effilées et le reste de kotomili.
- Dressage**
- Façonnez le riz en timbale (tasser et mouler le riz d'une manière spécifique).
 - Déposez-y les calamars et nappez l'ensemble de sauce.

Kari banann

chevrettes sèches

- 4 personnes -

Ingredients

- | | |
|--------------------------------|---|
| 4 bananes vertes | 20g d'ail |
| 40g de poudre à kari « Rajah » | 10g de gingembre |
| 10 feuilles de « karipoulé » | 15g de kotomili |
| 10 graines de « methi » | 80g de chevrettes préalablement trempées pendant 2 heures |
| 1 cuillère à café de moutarde | 15g de thym |
| 7cl d'huile d'olive | |
| 7cl d'huile de tournesol | |

Préparation

- Faites bouillir les bananes avec la peau dans de l'eau salée pendant 15 minutes.
- Rafraîchissez dans de l'eau glacée salée.
- Coupez les bananes sans peau en dés. Réservez.
- Dans une casserole à fond épais, faites revenir les bananes dans un mélange d'huile d'olive et d'huile de tournesol.
- Faites revenir les chevrettes avec l'ail et le gingembre jusqu'à obtenir une belle coloration. Ajoutez-y le thym, le safran, la moutarde, le methi, le karipoulé et les bananes taillées en dés.
- Laissez cuire à feu doux pendant 15 minutes.
- Après la cuisson, parsemez de kotomili. Accompagnez de riz blanc, de farata ou de toasts.



Soupe rustique de riz

aux légumes et lentilles vertes

- 4 personnes -

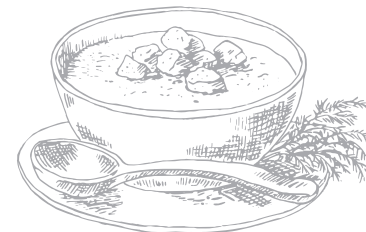
Ingédients

250g de poulet (de préférence une cuisse de poulet ou encore la carcasse d'un gros poulet)
4 gousses d'ail pressées
1 gros oignon haché
25g de beurre ou d'huile végétale de cuisson
500g de courge coupée en dés (ou giraumon, on peut ajouter 250g de calabasse en plus)
150g de carottes coupées en rondelles

10 branches de thym
10 branches de persil frisé hachées
200g de riz basmati
1 cube de bouillon de poulet
1 grosse pomme de terre coupée en dés
70g de lentilles vertes ou autres légumineuses
Sel & poivre

Préparation

- Dans une grosse marmite, faites revenir l'oignon, l'ail dans le beurre et le thym.
- Ajoutez le poulet.
- Salez et poivrez.
- Faites bien revenir avant d'ajouter le reste des ingrédients.
- Ajoutez les légumes, un peu de persil frisé (*en garder pour la fin*), le riz, les lentilles et recouvrez de 3L d'eau.
- Salez et poivrez.
- Laissez mijoter pendant encore 45 minutes.
- Récupérez le poulet (ou la carcasse) en fin de cuisson. Mettez-le dans un récipient, laissez-le un peu tiédir et effilochez le poulet.
- Remettez les morceaux de poulet dans la soupe.
- Salez et poivrez, si besoin.
- Parsemez de persil frais.



Kristel Froger
blogueuse culinaire de
l'Atelier de Kristel

Napolitaines

- 12 gâteaux -

Ingredients

250g de farine
175g de beurre mou
Confiture de goyave
1 blanc d'œuf

180g de sucre glace
1 trait de jus de citron
1 pincée de colorant alimentaire naturel rouge

Préparation

- Versez la farine et le beurre mou coupé en morceaux dans un grand récipient. Travaillez longuement la pâte du bout des doigts.
- Une fois la pâte bien travaillée, formez une boule. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie, aplatissez la pâte sur une épaisseur de 3mm ou plus (au choix).
- Découpez ensuite en petits cercles à l'aide d'un emporte-pièce et placez les biscuits sur une plaque recouverte de papier sulfurisé. Enfourez à 180° dans un four préalablement chauffé. Temps de cuisson : 20 à 30 minutes.
- Laissez refroidir les biscuits avant de les déplacer.
- Dans un bol, battez un blanc d'œuf, ajoutez le sucre glace jusqu'à ce que le mélange devienne bien épais.
- Ajoutez le jus de citron ainsi que le colorant alimentaire afin de teinter le glaçage.
- Étalez de la confiture sur un biscuit et refermez-le avec l'autre biscuit vierge.
- Recouvrez vos napolitaines de ce glaçage et laissez se figer au moins 40 minutes avant de le déguster.



L'ASTUCE DU CHEF

Il est essentiel de surveiller la cuisson car les biscuits doivent être plus ou moins blancs et surtout pas dorés.



Tartes à la banane

- 10 tartelettes -

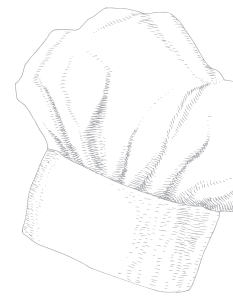
Ingredients

4 à 5 bananes bien mûres
10g de chocolat ou cacao en poudre
60g de sucre muscovado
1 bouchon de rhum
350g de farine
Noix de coco en poudre

Crème fraîche
200g de beurre mou
1 œuf battu
50g de sucre glace
Un peu de sucre roux

Préparation

- Ecrasez les bananes à l'aide d'une fourchette en intégrant le sucre, le chocolat en poudre ainsi que le rhum. Faites cuire l'ensemble dans une petite casserole.
- Une fois que les bananes ont bouilli, retirez du feu et réservez à l'air libre.
- Dans un saladier, mélangez la farine avec le sucre glace.
- Coupez le beurre en dés et mettez-le dans la farine en pétrissant du bout des doigts pour obtenir un effet sableux.
- Ajoutez la crème fraîche pour lier la pâte. Formez une boule.
- Enveloppez-la dans du papier étirable et laissez 20 minutes au réfrigérateur.
- Prenez un moule à tarte, beurrez-le et farinez-le. Saupoudrez le plan de travail de farine.
- Sortez la pâte à tarte et étalez-la à l'aide d'un rouleau puis appliquez au fond du plat à tarte et enlevez l'excédent.
- Étalez la pâte et piquez-la avec une fourchette puis enfourez pendant 10 à 15 minutes, à blanc (sans garniture.)
- Avec le reste de la pâte ; faites des bandes de pâte (environ 13 à 14) d'environ 1cm de large.
- Farinez bien le plan de travail pour éviter que vos bandes ne collent. Une fois le fond de tarte cuit, sortez-le du four et étalez-y la garniture de bananes.
- Saupoudrez de noix de coco et de sucre. Disposez par-dessus des bandes de pâtes en quadrillage. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez avec l'œuf battu pour faire une dorure.
- Enfourez pendant 30 à 40 minutes. Surveillez votre tarte pour qu'elle soit bien dorée et croustillante.



Macarons au karipoulé

- 10 macarons -



Ingredients

300g de poudre d'amande
300g de sucre glace
150g de sucre semoule
75cl d'eau

7 à 8 blancs d'œufs
20 feuilles de karipoulé
0,5g de colorant alimentaire naturel

Préparation

- Passez les feuilles de karipoulé au four à micro-ondes pendant une quinzaine de secondes. Pulvérisez-les en poudre et réservez.
- Dans un saladier, versez la poudre d'amande et le sucre glace. Ajoutez le colorant alimentaire naturel.
- En parallèle, faites cuire le sucre avec de l'eau pour élaborer un sucre cuit. À l'aide d'un thermomètre, contrôlez la température : elle ne doit pas dépasser 118 °C.
- Dans la cuve d'un robot pâtissier versez les blancs d'œufs et faites monter les blancs. Lorsque le sucre atteint 115°, incorporez le délicatement en filet, dans la cuve.
- Laissez refroidir à 60 °C. La meringue est prête. Essayez de toucher le bol : si c'est impossible, c'est que la température idéale n'est pas encore atteinte.
- Ajoutez les blancs crus au mélange poudre d'amande/sucre glace et karipoulé.
- Incorporez ensuite la meringue au saladier en deux temps. Mélangez à l'aide d'une spatule du centre en remontant sur les bords en faisant tourner votre plat. C'est la façon la plus efficace pour mélanger.
- Rabattez la pâte afin qu'elle s'assouplisse pour être plus liquide. Vous pouvez ensuite passer à l'étape la plus difficile de cette recette pour former les coques régulières de macarons.
- Garnissez la poche à douille de votre préparation au karipoulé.
- Recouvrez votre plaque de four de papier sulfurisé et formez des coques de macarons régulières en y déposant un peu du mélange. Tapez la plaque contre la table pour que le biscuit s'étale.
- Laissez le biscuit croûter pendant 45 minutes à 1h à température ambiante.
- Vérifiez s'ils sont prêts à cuire en posant votre doigt dessus. Si la pâte ne colle plus, c'est bon !
- Enfournez pendant 14 minutes à 170 °C.



L'ASTUCE DU CHEF

Laissez vos macarons reposer au frais pendant 24 heures. Vous obtiendrez ainsi une coque croustillante et un intérieur moelleux.



Lwl

LABOURDONNAIS
WATERFRONT HOTEL

AOÛT 2023