

# 1 Blanc de volaille étuvé et cèpes, petits pois et carottes.

## La volaille (4 personnes)

- ◆ 4 blancs de volaille avec peau
- ◆ 75g blancs de volaille
- ◆ 1 œuf
- ◆ 50 g crème
- ◆ 3 gros cèpes
- ◆ 1 petit oignon, 1 gousse d'ail
- ◆ Ciboulette, persil, origan

## sauce suprême

- ◆ Carcasse de poulet

- ◆ 1 oignon, 4 carottes, 1 petits navet, 1 poireau
- ◆ 1 branche de céleri, 1 gousse d'ail
- ◆ sel, poivre, clou de girofle, laurier et thym
- ◆ beurre, farine et crème UHT
- ◆ origan frais

## légumes

- ◆ carottes fanes
- ◆ petits pois frais
- ◆ oignons doux
- ◆ salade sauvage

## Progression.

### Sauce suprême

Trier tous les légumes comme pour un bouillon. Piquer l'oignon avec un clou de girofle et confectionner le bouquet garni avec un peu de vert de poireau, le thym, le laurier.

Rincer la carcasse de poulet à l'eau claire, égouter et concasser 5 ou 6 morceaux.

Réunir dans une cocotte tous ces ingrédients ; couvrir d'eau froide et cuire à petite ébullition pendant 1 heure en écumant de temps en temps. Chinoiser le bouillon et réduire pour concentrer le bouillon (50 cl).

Confectionner un roux avec 20 g de beurre et 20 g de farine, déglacer avec le bouillon, cuire 4 à 5 minutes et crémier légèrement. Ajouter l'origan et laisser infuser. Réserver au chaud.

### Suprême de volaille

Trier les cèpes, réserver les têtes et tailler les pieds en petits cubes. Piler l'ail, ciseler l'oignon. Rincer les herbes aromatiques et les ciseler. Cuire dans une poêle avec un peu de beurre les oignons, les cèpes et l'ail. Laisser refroidir et réserver. Mixer la chair de volaille la crème et l'œuf. Rectifier l'assaisonnement puis incorporer les cèpes.

Étaler les blancs de volaille, déposer un peu de farce aux

cèpes sur chaque blanc et rouler dans du papier film. Cuire à l'eau (68°C) jusqu'à 62 °C à cœur. Réserver dans l'eau (62°C) jusqu'au moment de servir.

### Les légumes

Purée de petit pois : cuire les petits pois 7 minutes à l'anglaise, refroidir, réserver quelques petits pois et passer au tamis automatique. Rectifier la purée avec un peu de crème et quelques gouttes d'huile de noisette.

Purée de carotte : Laver, éplucher les carottes et les tailler en rondelles. Dans une casserole mettre les carottes, un oignon doux, le beurre, une pincée de sel, poivre et 2 pincées de sucre. Couvrir d'eau et cuire à feu moyen. Quand les carottes sont cuites les mixer avec un peu de leur jus de cuisson. Réserver au chaud.

Éplucher les oignons et les cuire au four (200°C) à couvert 1 h.

Éplucher les petites carottes, les mettre dans une casserole avec du beurre, sel, sucre et eau et les glacer.

Dresser

Tailler les blancs en deux, napper de sauce suprême. confectionner des quenelles avec les purées et arranger les carottes et l'oignon. Décorer avec les herbes sauvages.