



tables en fête | avant-propos

STEVE HANOT DE L'ATELIER DES CHEFS

Des nuggets, même pour les fêtes, c'est possible !



Des nuggets glamour le jour où Grand-Maman s'invite à votre table. Pourquoi pas ? Car ce n'est pas que pour les enfants. La preuve avec Steve Hanot de l'Atelier des Chefs. Ingrédients, panures, sauces, la toque nous révèle ses astuces en trois étapes...

Première étape

On joue sur le croustillant... Comment ? En partant d'une base de panure « à l'anglaise », farine, œuf et chapelure, et en variant les saveurs.

- Avec les fruits secs : noisette, amande, pistache. Le plus : ils se torréfient à la cuisson pour une saveur grillée. Variante : graines de sésame, de lin, de pavot pour des accents gourmands.
- Les épices : pour fêter l'esprit de Noël, privilégiez le pain d'épices, le 5 épices, la cannelle, les baies roses. Pour plus de pep : le poivre de Penjab.
- Les agrumes : orange, clémentine, pamplemousse, combava, yuzu.
- Les herbes : persil, ail, coriande..., tout est permis. À marier avec des huiles parfumées : sésame, argan, noisette, noix.
- Le fromage sec : comté, vieille mimolette, parmesan, pour des saveurs corsées.

Deuxième étape

On varie les ingrédients avec des viandes originales et des ingrédients précieux.

- On opte pour le gibier ou le quasi de veau. Idée : un effiloché de canard compressé et pané avec du chèvre frais.



- On peut aussi faire des nuggets de poisson (dorade, lieu jaune, cabillaud) ou de crustacés (coquilles Saint-Jacques, gambas, homard). Attention ! Pas besoin de blanc d'œuf pour faire adhérer la panure car la chair contient de l'albumine, sorte de colle naturelle.
- Pour les végétariens, vive les boulettes de légumes, à base de pomme de terre, de farine de pois chiche comme sur la photo ci-dessus. On relève avec des épices, des herbes.

Troisième étape

Des nuggets sans sauce, c'est comme un Noël sans sapin. On mise à fond sur des sauces voluptueuses.

- Mariage aigre doux : mangue, oignon,

fruit de la Passion, datte, figue..., le chutney se conserve très bien grâce au mélange sucre et vinaigre. Parfait sur des nuggets de volaille dont il va compenser la douceur.

- Mayonnaise de luxe : sur une base d'huile neutre (tournesol, pépins de raisin), on ajoute de l'huile de homard (ou de truffe). Version musclée : du wazabi en plus de la moutarde. Variante douce : du jus d'agrumes.
- Ketchup maison : sur une base de purée de tomates confites du commerce, on ajoute du Tabasco et du cognac.

ASTUCES QUI SAUVENT

- Variez le liant : fromage de chèvre frais, blanc d'œuf, etc.
- Déclinez les panures : au lieu de la chapelure, utilisez des feuilles de brick, pâte filo, pâte à ravioles.
- Misez sur le contraste : si vos nuggets jouent la douceur, optez pour une sauce acide.
- Pour une chapelure qui bluffe, unissez les saveurs par couleur, dans l'esprit de Marc Veyrat qui assure que les ingrédients de même couleur se marient parfaitement : poudre de noix et orange, pistache et citron vert, etc.

TRUCS DE FÊTE...

- Fabriquez des sucettes de foie gras mi-cuit et farcissez-les avec de la poire. Pour le fun, trempez-les dans du pain d'épices toasté et émietté.
- Sur des nuggets de foie gras, pensez au sucre pétillant à la place de la chapelure. Vous pouvez le marier à du pain d'épices émietté ou à des épices « du trappeur » (sirop d'érable, ail, sucre).
- Pour lier en beauté, utilisez une béchamel refroidie additionnée d'un zeste de citron vert. On y incorpore du saumon fumé. Et le tour est joué avec des bouchées d'esprit tapas. Pour faire briller les yeux, on ajoute une goûte d'huile de truffe...
- Pour jouer la carte hivernale, on remplace la panure traditionnelle par de la noix de coco râpée. Astuce : on lie au blanc d'œuf seul, sans jaune, afin de garder cette belle couleur nacrée. Idéal avec des gambas hachées et reconstituées.

Nuggets de poulet briochés, sauce miel-citron

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION 15 MINUTES
CUISSON 15 MINUTES

POUR LA SAUCE • 3 citrons jaunes
• 50 g de beurre doux • 40 g de miel
• 6 tours de moulin à poivre

POUR LA VIANDE • 3 blancs de poulet
• 10 g de miel • 6 biscottes
• 3 cl d'huile d'olive
• 3 pincées de sel fin
• 3 tours de moulin à poivre

1. Pour la sauce, coupez le beurre en morceaux et conservez-le au frais. Zestez les citrons jaunes, puis pressez-les et récupérez le jus. Dans une casserole, mettez le miel à caraméliser, puis déglacez avec le jus de citron et laissez réduire d'un tiers. Hors du feu, ajoutez le beurre, le poivre et les zestes, puis réservez au frais.
2. Pour la viande, réduisez les biscottes en poudre afin d'obtenir de la chapelure. Coupez les blancs de poulet en bâtonnets puis piquez-les sur des brochettes afin qu'ils restent bien droits à la cuisson. Salez.
3. Dans une poêle, mettez un filet d'huile d'olive à chauffer, puis faites colorer les morceaux de poulet. Déglacez ensuite au miel et poivrez. Enrobez la volaille de sauce et poursuivez la cuisson à feu moyen pendant 6 à 8 minutes. Roulez les morceaux de poulet dans la poudre de biscotte.