

du chef Recette

Sandwich roulé végétarien
comme un "rouleaux de printemps"
dans un petit pain brioché

Sandwich roulé végétarien
comme un "rouleaux de printemps"
dans un petit pain brioché

Barre d'ananas caramélisée
à la coriandre en sandwich

INGRÉDIENTS

pour 6 sandwiches :

- 6 navettes en pain brioché
- 6 galettes de riz moyennes
- 2 carottes
- 1 pomme granny smith
- 1 betterave chiogga
- ¼ de botte de coriandre fraîche
- 2 cl d'huile d'olive
- 6 pincées de sel fin

Pour la sauce :

- 4 cl de crème liquide entière
- 2 cl de jus de citron
- 10 g de moutarde à l'ancienne

PRÉPARATION

Commencez par préparer la sauce • Mélangez pour cela la crème, la moutarde et le jus de citron, assaisonnez avec une pincée de sel • Épluchez et râpez les carottes, ciselez les feuilles de coriandre, assaisonnez les deux ensemble avec une pincée de sel et un filet d'huile d'olive • Épluchez et taillez en tranches très fines la betterave, conservez les tranches dans de l'eau froide salée • Coupez les extrémités de la pomme puis, à l'aide d'un vide pomme, réalisez 6 tubes • Roulez autour de chaque tube de pomme, des tranches de betterave • Humidifiez les galettes de riz, répartissez dessus les carottes râpées, puis posez un tube de pomme/betterave • Roulez serré et fermez comme un nem • Parez les extrémités • Ouvrez les pains en deux, tartinez les deux faces avec la sauce, puis posez un tube de légumes.

Le plus du chef :

N'assaisonnez pas trop les carottes pour qu'elles gardent leur croquant. Vous pouvez aussi remplacer la galette de riz par une grande feuille de laitue.

INGRÉDIENTS

Barre d'ananas caramélisée
à la coriandre en sandwich

pour 6 personnes :

- 6 pains au lait
- 2 ananas victoria
- 40 g de sucre semoule
- 1 gousse de vanille
- 6 branches de coriandre fraîche
- 6 tours de moulin à poivre
- 2 cl d'huile d'olive
- 20 g de sucre glace
- 3 cl de jus d'orange

Jean-Sébastien Bompoil a été chef de cuisine au Ritz avant de rejoindre l'atelier des chefs au moment de sa création, en 2004. L'atelier des chefs est implanté dans toute la France : il en existe 13 en France, dont 5 à Paris. Il est ouvert aussi bien aux particuliers qu'aux entreprises et même aux restaurateurs. Les responsables de points de vente de restauration rapide ne sont d'ailleurs pas rares à franchir les portes de ces ateliers. Plus de 40 chefs se démènent pour donner des astuces aux stagiaires, les aider à créer des recettes originales et à maîtriser les techniques de base de la bonne cuisine. Pour vous inscrire à ces cours, connectez-vous sur le site web de l'atelier des chefs.



PRÉPARATION

Épluchez l'ananas, coupez des tranches de 1,5 cm d'épaisseur puis parez-les en forme de rectangle • Ciselez finement la coriandre • Parez les pains au lait à la même taille, ouvrez-les en deux • Posez les pains, côté mie vers le haut, sur une plaque, saupoudrez-les de sucre glace, assaisonnez-les de poivre et de quelques gouttes d'huile d'olive • Faites cuire quelques minutes sous un grill chaud • Dans une poêle, caramélisez le sucre sans eau • Une fois que le caramel a bien brun, ajoutez les ananas et la vanille, puis déglacez avec le jus d'orange • Laissez réduire à consistance sirupeuse. Ajoutez alors la coriandre • Réalisez le montage en posant un rectangle d'ananas entre deux morceaux de pain au lait.

Le plus du chef :

Bien sûr, vous n'êtes pas obligé de parer l'ananas et le pain. Les ananas peuvent être cuits à l'avance. Vous pouvez déguster ce sandwich chaud ou froid.