



Ingrédients

Farine T55	295 g
Farine de pois chiche	90 g
Lait demi-écrémé	180 g
Levure de boulangerie	9 g
Œuf	1 g
Sel	7 g

Préparation

1. Mélanger les deux farines et la levure
2. Pétrir (à la main ou à la machine) en ajoutant très progressivement le lait demi-écrémé jusqu'à obtenir une pâte homogène
3. Ajouter l'œuf et le sel
4. Pétrir à nouveau de façon énergique jusqu'à obtenir une pâte à pain
5. Mettre la pâte à pain dans un bol et le recouvrir d'un torchon humide
6. Placer le bol vers une source chaude (25 – 30°C), par exemple vers un radiateur, pendant 2 h
7. Préchauffer le four à 100 ° C
8. Façonner avec délicatesse la pâte à pain en 4 boules, y ajouter éventuellement des inclusions
9. Cuire les boules au four sur une plaque avec papier sulfurisé à 100°C pendant 20 min

Autres informations :

Les kluski tels que proposés ici peuvent être agrémentés de marquants sucrés ou salés. Avec des pépites de chocolats et de la crème anglaise, ils constitueront un dessert cosmopolite. Avec des inclusions de fromage et de lardons, ils accompagneront une salade à merveille.



Objectif : introduire dans une mise en bouche une protéine animale et végétale.

➤ *Mousseline de pois chiche*



- *Pois chiche de Jonathan Lebeau producteur bio à Tréclun*
- *Recette pour 10 personnes*
- 200 g de pois chiche à faire gonfler une nuit. Cuire dans un bouillon de légumes jusqu'à une consistance de purée. Passer au cutter et réserver. Faire tremper deux feuilles de gélatine. Monter 20 cl de crème et incorporer à la purée de pois chiche.

➤ *Joue ou queue de boeuf façon gibier*



- *Viande de la Petite Louissette à Fenay*
- *Recette pour 10 personnes*
- Faire cuire 600 g de viande avec garniture aromatique (carotte, oignon, poireau, thym et laurier, sel, poivre). Mouiller vin rouge et cuire jusqu'à obtenir une compotée. Décanter la viande et réaliser une finition avec réduction et chocolat. Hacher grossièrement la viande et réserver.

➤ *Dressage et glaçage du kouglof*



Prendre des minis moules à kouglof. Faire une petite couche de mousseline de pois chiche, un étage de boeuf et finir de remplir les moules avec le reste mousseline. Bloquer au frais. Avec la cuisson de la viande la mettre à chauffer légèrement et coller la avec 2 feuilles de gélatine. Tremper les kouglofs et mettre un peu de cézam grillé par-dessus. Réserver au frais. Couper en deux pour le visuel et dresser. Bon appétit !



Ingrédients

Naan	Fourrage
Farine 55%	Jus pois chiche 31%
Yaourt 34%	Pois chiche 31%
Huile de tournesol 4%	Lard paysan 14,4%
Sucre 4%	Jus de citron 12%
Eau tiède 1,4%	Huile de tournesol 5%
Levure 1,4%	Tahini 2,3%
Sel 0,2%	Moutarde de Dijon 2,3%
	Sel et Ail 2%

Préparation

- 1) Préparation des naans : Pétrir la pâte avec l'ensemble des ingrédients, puis laisser reposer 4H à température ambiante. Former des petits disques puis les cuire à la poêle très chaude dans de l'huile, 1 min sur chaque face. Les ouvrir dans le sens de la longueur pour pouvoir y insérer le fourrage.
- 2) Préparation du houmous : mixer les lentilles, le pois chiche, l'ail, le tahini, le jus de citron et la moutarde de dijon à l'aide d'un mixeur plongeant. Réaliser une émulsion en ajoutant l'huile en filet, tout en continuant de mixer.
- 3) Faire griller le lard fumé à la poêle. Découper des carrés.
- 4) Montage : insérer le houmous dans le naans puis le lard grillé.

Contacts producteurs / éleveurs locaux

Farine/Pois Chiche/ Huile de tournesol : Ferme la Goutte d'or, Bastien GARNIER, Epernay sous Gevrey (Côte-d'Or)

Lard "paysan" : Boucherie-charcuterie Au Gourmet Luron, 68 av de la République, Lure (Haute-Saône)

Yaourt Nature fermier : Ferme des Marronniers, Origny sur Seine (Côte-d'Or)

Moutarde de Dijon : La moutarderie Fallot, 31 rue du Faubourg Bretonnière
Beaune (Côte d'Or)

<https://pixabay.com>



► Ingrédients

150g de lentilles bien cuites et non salées
300g de chocolat noir
100g de beurre
6 cuillères à soupe de sirop d'agave
3 œufs
Une cuillère à café d'extrait naturel de vanille

► Préparation

1. Préchauffez le four à 180°C
2. Faites fondre le beurre, le chocolat, le sirop d'agave et la vanille
3. Ajoutez les lentilles, transférez avec les jaunes d'œufs dans le bol d'un robot et mixer parfaitement jusqu'à obtention d'une consistance bien lisse
4. Battez les blancs en neige et incorporez les délicatement au mélange lentilles-chocolat
5. Versez dans un moule à manqué et enfournez 20 min
6. Laissez totalement refroidir au frais avant de servir



<https://pixabay.com>

► Ingrédients

150g de chocolat noir à pâtisser
150ml de jus de pois chiche (prenez les en bocal ou conserve, bio)
60g de sucre
Option 1 : sucre vanillé ou extrait de vanille
Option 2 : 1 cuillère à café de café lyophilisé

► Préparation

1. Prélevez 150 ml de jus de pois chiche, fouettez le au batteur dans un bol. Lorsque le mélange commence à être bien mousseux, ajoutez le sucre en filet pour "serrer" le jus de pois chiche.
2. Faites fondre le chocolat (bain marie ou micro-ondes), celui-ci doit être bien liquide mais pas trop chaud (laissez le refroidir à température ambiante).
3. Mélangez le chocolat et le jus de pois chiche monté, en mélangeant délicatement. Attention, le chocolat peut avoir tendance comme pour la mousse au chocolat classique à tomber dans le fond du bol, allez bien racler !
4. Ajoutez vanille et fleur de sel, réservez dans un grand bol ou des petits ramequins et réservez au frais 4 heures minimum, la mousse va figer et s'épaissir.