

Christophe BEAUFONT

L'Avant-Goût - 26 rue Bobillot 75013 Paris France
Tél : 01.53.80.24.00 / www.lavantgout.com

« menu 1 »

Velouté de patate douce à la cannelle et crème fouettée à la poudre de Shii-také

INGREDIENTS :(Pour deux litre de velouté)

- 500 grs de patate douce
- 1 oignon rouge
- 1 fenouil
- Graine de fenouil et graine de coriandre et de poivre
- 2 à 3 bâtons de cannelle
- Sel
- Consommé de volaille en poudre
- Huile d'olive
- 1 botte de ciboulette
- 1 carotte
- 1/2l de crème fleurette
- Poudre de shii-také



RECETTE :

1. Faire suer les légumes ensemble à l'huile d'olive
2. Ajouter la garniture aromatique et le consommé
3. Une fois cuit, mixer rectifier l'assaisonnement et ajouter un d'huile d'olive
4. Réserver la soupe au chaud
5. Monter la crème fouettée avec la poudre shii-také et ajouter le brunoise de carotte et la ciboulette ciselée

« menu 2 »

Filet de canard à la ficelle poché dans le thé vert et risotto au thé vert et à la pistache

INGREDIENTS :

- 4 filets de canard sauvageon
- Thé vert
- 500 grs de riz arborio pour le risotto
- 50 grs de carotte en brunoise
- 50 grs d'oignon rouge en brunoise
- 1 dl de vin blanc sec
- 1 citron non traité pour les zestes
- 50 grs de pistache haché
- 1/2l de fleurette
- 50 grs de parmesan râpé
- Graine de fenouil, de coriandre, sel et poivre



RECETTE :

1. Suer la garniture aromatique à l'huile d'olive
2. Puis nacer le riz
3. Déglacer avec le vin blanc et ajouter au fur et mesure le thé vert et les zestes de citron
4. En fin de cuisson ajouter la crème, le parmesan râpé et les pistaches hachées
5. Conserver le risotto au chaud, le temps de préparer les filets de canard
6. Les filets de canard sauvageon sont pochés 10 mns, au bout d'une ficelle, dans du thé vert