

PRODUITS DE SAISON

Par Bernard Fournier.
Fiche 3 – Janvier 2013



LA CLEMENTINE

Juteuse et délicatement parfumée, c'est une divine qui apporte un rayon de soleil sur nos tables d'hiver.

C'est à un religieux que l'on doit sa création, plutôt récente dans l'histoire des fruits : dans les années 1900, Clément Rodier moine et agronome de la région d'Oran croisa un mandarinier avec un bigaradier.

Depuis, le petit agrume a détrôné la mandarine dans le cœur des consommateurs : épluchage facile, peu ou pas de pépins.

Après la précose Bekria du Maroc, c'est au tour de la Corse de pointer ses rondeurs et ses petites feuilles vertes suivie par des Espagnols comme l'Hernandina. A côté de ces variétés à peau fine, on trouve aussi des fruits plus gros à peau rugueuse comme l'Oroval ou la Oules toutes deux originaires d'Espagne.

Bien les choisir :

Avec une peau ferme et pas boursouflée (signe de vieillissement), on peut trouver des pigments verts sur la peau. Ce n'est pas un manque de maturité mais une récolte avant les premiers froids. Les feuilles sont un indice de fraîcheur.

Recette : FOIE GRAS POELE AUX CLEMENTINES



Pour 4 personnes : Coupez 1 foie gras cru de 450g en huit belles escalopes ou acheter des escalopes crues surgelées (Picard). Salez et poivrez-les.

Saisissez-les quelques secondes dans une poêle chaude à sec. Retournez-les sans les piquer. Réservez au chaud.

Pressez le jus de 4 clementines, versez-le dans la poêle, faites réduire sur feu vif. Ajoutez les quartiers de 4 clementines pelées à vif, faites chauffer à feu moyen 2 mns, ajoutez 1 cuillère à soupe de vinaigre de Xérès. Retirez du feu.

Servez le foie gras chaud avec les clementines et leur jus.



LE SAUMON FUME

Achetez de préférence un saumon fumé Label Rouge. Pour le sérieux de sa confection, la précision de son salage et le charme boisé de son fumage. Il est tout d'abord élaboré à partir de saumon frais de qualité supérieure, contrôlé dans l'élevage et rigoureusement sélectionné.

Le saumon Label Rouge peut avoir diverses origines : Ecosse, Norvège ou Irlande. Il est élevé dans les eaux froides et limpides des Lochs écossais, des Fjords norvégiens ou encore dans des fermes aquacoles de la mer d'Irlande. Le produit est toujours travaillé et transformé frais.

Le saumon fumé Label Rouge ne subit aucune congélation. Le délai maximum entre la date de pêche et la date de fumage doit être inférieur à 6 jours et toutes deux sont obligatoirement imprimées sur l'emballage. Vérifier bien les étiquettes et mentions indiquées sur le boitage.

Le fumage est exclusivement réalisé aux essences nobles des bois (chêne, hêtre éventuellement additionnés d'aulne ou merisier) tous les résineux étant interdits.

Ne pas oublier non plus le saumon sauvage de la Baltique. Ce puissant nageur offre une chair presque blanche parce qu'il dévore des harengs et des sprats. Délicieux en bouche, il est d'une grande finesse.

Recette : BLINIS DE POMME DE TERRE AU SAUMON FUME

Pour 6 personnes :

- 650g de pomme de terre à chair ferme
- 18 petites tranches de saumon fumé
- 5 cl de lait – 3 cuillères à soupe de farine
- 2 cuillères à soupe de crème épaisse - 3 œufs – 100g de beurre
- 12 brins de ciboulette

Pour la sauce raifort : 50g de raifort râpé – 20cl de crème liquide – 20cl de crème épaisse – 1 cuillère à soupe de vinaigre de Xérès – 1 pincée de piment d'Espelette – sel

Préparation des blinis :

Pelez les pommes de terre et coupez les en cubes – Faites les cuire 25' à l'eau bouillante salée, départ à l'eau froide. Faites aussi durcir 1 œuf à l'eau bouillante 10'. Egouttez les pommes de terre, passez les au moulin à légumes. Ajoutez le lait froid, puis la farine et les 2 œufs battus en omelette. Mélangez bien et ajoutez la crème.

Ecaillez l'œuf dur, écrasez le à la fourchette pour le réduire en miettes.

Coupez la ciboulette en tronçons. Détaillez le saumon en lanières.

Faites fondre le beurre à feu doux pour préparer un beurre fondu chaud (clarifié) laissez le petit lait au fond.

Placez sur feu vif des petites poêles à blinis avec un peu de beurre clarifié.

Versez une petite louche de pâte et laissez cuire. Retournez les blinis à l'aide d'une spatule, les 2 faces doivent être dorées. Si vous n'avez pas de poêles à blinis, utilisez une plaque au four à 160°, faire des petits tas étalés 8' de chaque côté.

Préparation de la sauce raifort :

Mélangez les deux crèmes épaisse et légère avec le raifort râpé, le vinaigre de Xérès, sel et une pincée de piment d'Espelette. Réservez au frais.



Dressage :

Disposez sur les blinis de pomme de terre encore chauds les lanières de saumon fumé harmonieusement froissées, quelques tronçons de ciboulette et quelques miettes d'œuf dur.

Entourez les d'un cordon de sauce raifort bien froide.

Facultatif : Au centre, en petit dôme, on peut poser une cuillère à café d'œufs de saumon ou œufs de truite et même pourquoi pas d'œufs de caviar d'Aquitaine.

Vins conseillés : un Bourgogne Blanc sec et fruité (Chardonnay) Ou un rouge de la Vallée du Rhône Gigondas Rasteau.