

La recette de Lukas Hess

ALPSTEIN, JAPAN, TESSIN: UNE POULE EN VOYAGE



Lukas Hess
Park Hotel Vitznau, Vitznau



CONCOURS DE CUISINE 2019

La recette de Lukas Hess

Recette pour 4 personnes

Ballottine de poulet

- 4 steaks de cuisse de poulet suisse «Alpstein» avec la peau, désossés
- sel
- Activia
- 3 cs huile de colza
- 6 cs jus

Chips de peau de poulet

- 4 peaux de poulet suisse «Alpstein», prises des steaks de cuisse
- curry violet
- sel

Cœurs de poulet

- 12 cœurs de poulet suisse «Alpstein», parés
- sel
- 9 cs jus

Cœurs de laitue romaine chauds

- 2 mini-laitues romaines
- ½ cs huile de colza
- 1 citron vert (zeste)
- sel
- 2 cs ponzu

Cœurs de laitue romaine froids

- 2 mini-laitues romaines
- ½ cs huile de colza
- 1 citron vert (zeste)
- sel
- 2 cs ponzu

Oignons argentés marinés

- 8 oignons argentés
- 500 ml eau
- 150 g vinaigre de framboise
- 150 g sucre
- 3,5 g sel

Émulsion de livèche

- 120 g huile de livèche
- 80 g blanc d'œuf
- 24 g vinaigre
- 80 g huile de colza

Polenta du Tessin

- 180 g polenta
- 840 g lait
- 40 g beurre
- 6 g sel
- thym
- 40 g parmesan
- 60 g jaune d'œuf

Chips de feuilles de brick

- 1 feuille de brick
- 3 cs beurre (fondu)
- herbes en poudre au choix, p. ex. cendres de poireau

Céleri braisé

- 1 céleri-rave
- 100 g beurre
- sel
- poivre

Sauce ponzu

- ponzu
- 10 cs jus
- graines de moutarde marinées
- huile de livèche

Purée de céleri

- restes du céleri braisé
- beurre
- sel
- poivre

Herbes et autres

- 20 bleuets bleus
- 20 bleuets roses
- 20 feuilles de céleri-branche
- 4 cs brunoise de céleri-branche
- herbes en poudre ou cendres de poireau
- 12 cresson de jardin
- 8 brins de persil
- curry violet
- 4 cs crumble de panko ou croustillant similaire

La recette de Lukas Hess

Préparation

Ballottine de poulet

Détacher la peau des steaks de cuisse de poulet et la mettre de côté. Aplatir légèrement les steaks et les saler, les badigeonner d'un peu d'Activia et bien envelopper dans du film alimentaire (env. 10 cm de long et 4-5 cm de diamètre). Faire quelques trous pour l'air, puis envelopper le rouleau bien serré dans une feuille d'aluminium. Faire cuire la ballottine sous vide à 52° C pendant env. 45 minutes, puis à 150° C au four pendant env. 10-15 minutes pour obtenir une température à cœur de 62° C. Déballez la ballottine, saler, saisir soigneusement de tous les côtés et glacer avec le jus.

Chips de peau de poulet

Graisser légèrement les peaux des steaks de cuisse mises de côté et les saupoudrer de curry violet. Étaler les peaux entre du papier sulfurisé et des plaques lourdes (en fonte), et enfourner pendant env. 20 minutes à 170° C. Sortir les peaux croustillantes du four et les saler tout de suite légèrement. Faire dégraisser sur du papier et finir de sécher dans le Hold-o-mat ou sous la lampe chauffante.

Cœurs de poulet

Faire sauter les cœurs de poulet, saler légèrement et glacer avec le jus. Les cœurs doivent être bien cuits.

Cœurs de laitue romaine chaudes

Détacher et mettre de côté les feuilles de salade extérieures*, couper les feuilles intérieures à la taille souhaitée et les faire sauter/dorer brièvement à feu vif dans un peu d'huile de colza. Faire mariner les feuilles sautées dans un peu de zeste de citron vert, de sel et de ponzu.

* Les feuilles extérieures peuvent être utilisées dans une salade ou transformées en crème.

Cœurs de laitue romaine froides

Détacher et mettre de côté les feuilles de salade extérieures*, couper les feuilles intérieures à la taille souhaitée et faire mariner dans un peu de zeste de citron vert, de sel et de ponzu avant de dresser.

* Les feuilles extérieures peuvent être utilisées dans une salade ou transformées en crème.

Oignons argentés marinés

Faire chauffer un fond de marinade à base d'eau, de vinaigre de framboise, de sucre et de sel, puis laisser refroidir. Peler les oignons argentés, les mettre sous vide avec le fond de marinade et laisser reposer. Couper les oignons marinés à la taille souhaitée (en ¼ ou ⅓).

Émulsion de livèche

Mélanger le blanc d'œuf et le vinaigre, incorporer lentement les huiles et mixer jusqu'à obtention d'une émulsion (comme pour une mayonnaise), puis assaisonner.

Polenta du Tessin

Porter à ébullition le lait avec le beurre, le sel et le thym, verser la polenta et laisser gonfler. Incorporer le parmesan et le jaune d'œuf. Enlever le thym et assaisonner. Verser la préparation dans un moule en silicone (demi-sphère), mettre au congélateur, puis démouler.

Chips de feuilles de brick

Découper des rondelles (env. 4,5-5 cm de diamètre) dans la feuille de brick et les étaler entre des feuilles de papier sulfurisé beurré, puis celles-ci entre des plaques lourdes (en fonte). Enfourner à 170° C. Faire dégraisser les rondelles de brick cuites sur du papier absorbant et réserver au sec. Avant de les servir, saupoudrer les rondelles prêtes d'herbes en poudre ou p. ex. de cendres de poireau.

Céleri braisé

Faire cuire le céleri entier non pelé au four à 180° C, l'envelopper dans du film alimentaire et laisser au réfrigérateur pendant une journée. Couper le céleri en tranches de 2-3 cm d'épaisseur, découper des rondelles (env. 4,5-5 cm de diamètre) et fumer légèrement. Faire dorer les rondelles de céleri fumées en les arrosant de beurre.

* Mettre les restes de céleri de côté pour en faire une purée.

Sauce ponzu

Mélanger/aromatiser le ponzu et le jus à volonté selon les goûts, ajouter les graines de moutarde marinées et incorporer un peu d'huile de livèche dans la sauce avant de servir.

Purée de céleri

Préparer une purée avec les restes de céleri braisé et un peu de beurre, saler et poivrer.

Herbes et autres

Effeuillement, couper et préparer les herbes et autres éléments de décoration.