

*La recette gagnante d'Alexandra Knutti*

# LE PERSIL ET L'ABRICOT À SON SERVICE

*Une variation d'agneau suisse aux abricots secs et au persil*



*Alexandra Knutti,  
Stiftung für Betagte, Münsingen*

## Concours de cuisine 2017

**LA CUISINE  
DES JEUNES**

Partenaire officiel  
**JRE**  
JEUNES RESTAURATEURS

Partenaire média officiel  
**HÔTELLERIE  
GASTRONOMIE HEBDO**



**La différence est là.**

## La recette gagnante d'Alexandra Knutti

### Recette pour 4 personnes

#### Quantité Ingrédients

##### **Carré d'agneau de l'Emmental cuit sous-vide**

250 g	Carré d'agneau de l'Emmental
300 g	Eau
30 g	Sel
8 g	Moutarde en poudre
8	Baies de genièvre
1	Clou de girofle
1	Feuille de laurier
½	Citron
20 g	Huile de tournesol riche en acide oléique
	Sel
	Poivre noir

##### **Croustillant au persil et au beurre noisette**

20 g	Beurre
50 g	Pain de mie
10 g	Persil frais
4 g	Sel
2 g	Poivre
1 g	Zeste de citron

##### **Effiloché d'épaule d'agneau de l'Emmental aux jeunes oignons**

200 g	Épaule d'agneau de l'Emmental
30 g	Jeunes oignons/oignons de printemps
5 g	Sel
2 g	Poivre
20 g	Huile de tournesol riche en acide oléique
50 g	Oignons
50 g	Carottes
30 g	Purée de tomates
200 g	Vin rouge
600 g	Fond d'agneau
¼	Bâton de cannelle
1	Feuille de laurier
1	Clou de girofle
1	Cardamome
5	Grains de poivre noir
5	Graines de coriandre
5 g	Sucre
20 g	Vinaigre balsamique brun

##### **Morceaux d'oignons marinés**

8	Petits oignons blancs, pelés
50 g	Sucre
100 g	Vinaigre balsamique blanc
10 g	Graines de moutarde
1	Clou de girofle
1	Branche d'anis étoilé

##### **Petit pain aux abricots secs cuit à la vapeur**

30 g	Abricots secs
200 g	Farine blanche
6 g	Sucre
4 g	Sel
1 g	Levure chimique
6,5 g	Levure fraîche
35 g	Lait de brebis
65 g	Eau
20 g	Huile de tournesol riche en acide oléique

##### **Salade de langue aux abricots secs**

1	Langue d'agneau suisse
30 g	Abricots secs
20 g	Échalote
5 g	Ciboulette
1	Pâquerette blanche
1	Feuille de laurier
5	Baies de genièvre
1	Clou de girofle
3 g	Graines de moutarde
8	Graines de coriandre
1	Cardamome
5	Grains de poivre
5 g	Moutarde à l'ancienne
10 g	Sel
1500 g	Eau
5 g	Vinaigre balsamique blanc
10 g	Huile d'olive
20 g	Jus de cuisson
	Sel, poivre
12	Brins de persil

##### **Galette de pommes de terre**

150 g	Beurre
4	Grosses pommes de terre, fermes à la cuisson
5 g	Sel
1 g	Poivre
30 g	Cognac

##### **Racines de persil cuites**

1	Gousse d'ail
4	Petites racines de persil
10 g	Huile de tournesol riche en acide oléique
5 g	Sel
2 g	Poivre
1 branche	Romarin
1 branche	Thym
20 g	Beurre

##### **Purée de racines de persil**

150 g	Racines de persil
40 g	Oignons
100 g	Lait de brebis
100 g	Fond de légumes
5 g	Sel
2 g	Poivre
60 g	Crème
5 g	Jus de citron

##### **Coulis d'abricots secs saupoudré de feta**

100 g	Abricots secs
20 g	Feta
150 g	Jus d'orange
10 g	Jus de citron

##### **Sauce d'huile de persil**

80 g	Feuilles de persil plat, effeuillées
150 g	Huile de colza
100 g	Beurre
40 g	Crème
8 g	Jaune d'œuf
10 g	Jus de citron
1 g	Poivre de Cayenne
3 g	Sucre
1 g	Noix de muscade, râpée
5 g	Sel
2 g	Poivre

## La recette gagnante d'Alexandra Knutti

### Préparation et présentation

#### **Carré d'agneau de l'Emmental cuit sous-vide**

Parer le carré d'agneau. Faire bouillir l'eau avec du sel. Ajouter la moutarde en poudre, les baies de genièvre, le clou de girofle, le laurier et le citron émincé et laisser refroidir le tout. Plonger le carré d'agneau dans le bouillon épicé et laisser reposer à température ambiante durant 30 minutes. Retirer ensuite la viande du bouillon, l'enrouler dans un film transparent et mettre sous vide. Faire cuire au bainmarie à 58° C durant 40 minutes. Retirer le carré d'agneau du sachet et le sécher avec du papier de boucherie. Badigeonner la viande d'huile, saler, poivrer et la faire sauter quelques instants de chaque côté. La couper en morceaux et retourner ceux-ci dans le croustillant au persil et au beurre noisette.

#### **Croustillant au persil et au beurre noisette**

Faire chauffer le beurre jusqu'à obtenir un beurre noisette. Mixer le pain de mie avec le persil, ajouter le beurre noisette et mixer de nouveau le tout. Assaisonner avec le sel, le poivre et le zeste de citron et faire sécher à max. 55° C dans un chauffe-assiettes. Mixer à nouveau jusqu'à obtenir la finesse souhaitée.

#### **Effiloché d'épaule d'agneau de l'Emmental aux jeunes oignons**

Découper l'épaule d'agneau en quatre morceaux. Émincer finement la verdure des jeunes oignons. Saler et poivrer les morceaux d'épaule d'agneau et les faire revenir dans de l'huile chaude. Retirer la viande de la poêle et la réserver dans une cocotte. Ajouter les légumes au jus de cuisson dans la poêle et les faire revenir brièvement. Ajouter la purée de tomates et laisser cuire le tout. Déglacer avec le vin rouge, ajouter le fond d'agneau et porter à ébullition. Ajouter les épices, les graines de coriandre et le bouillon dans la cocotte, couvrir et laisser mijoter le tout au four à 180° C. Lorsque l'agneau est ramolli, le retirer de la cocotte et l'effiloche en fines lamelles. Réduire le fond de cuisson et ajouter le sucre et le vinaigre balsamique. Mélanger l'agneau effiloché avec le jus et incorporer les jeunes oignons. Servir dans un petit pain aux abricots secs cuit à la vapeur.

#### **Morceaux d'oignons marinés**

Couper en deux les petits oignons blancs: une moitié dans le sens de la longueur, l'autre moitié dans le sens de la largeur. Faire revenir brièvement les deux moitiés dans une poêle lyonnaise. Ajouter le sucre, le vinaigre balsamique et les épices et porter le tout à ébullition. Ajouter les petits oignons blancs et laisser mijoter deux minutes. Verser le tout dans un plat, couvrir et laisser reposer. Répartir les petits morceaux sur l'effiloché d'épaule d'agneau. Ajouter également sur l'assiette un jeune oignon coupé en deux dans le sens de la largeur.

#### **Petit pain aux abricots secs cuit à la vapeur**

Tailler les abricots secs en brunoise. Mélanger la farine, le sucre, le sel, la levure chimique et les abricots secs. Dissoudre la levure fraîche dans le lait de brebis et l'eau. Ajouter le liquide au reste et malaxer jusqu'à obtenir une pâte plate. Laisser lever la pâte dans un endroit chaud pendant environ une heure. Étaler ensuite la pâte finement et découper des rectangles de 10 x 5 cm. Badigeonner les rectangles d'huile et les plier en deux. Mettre la pâte dans un panier en bambou et la faire cuire à la vapeur durant dix minutes. Farcir avec l'effiloché d'agneau et dresser sur le bloc de bois créé par vos soins.

#### **Salade de langue aux abricots secs**

Bien laver la langue. Couper les abricots secs en petits dés et hacher finement les échalotes. Hacher finement la ciboulette et effeuiller les pétales de la pâquerette. Mettre le tout de côté pour la salade. Faire bouillir la langue, les épices, l'eau et le sel. Faire ramollir la langue dans l'eau frémissante et la retirer ensuite du bouillon. Enlever la peau, couper la viande en petits dés et mélanger avec les abricots secs, les échalotes, la ciboulette, le vinaigre balsamique, l'huile d'olive et un peu de jus de cuisson. Bien saler et poivrer. Servir sur la galette de pommes de terre et garnir avec les brins de persil et les pétales de pâquerette.

## La recette gagnante d'Alexandra Knutti

### **Galette de pommes de terre**

Faire fondre le beurre. Détailler les pommes de terre à l'aide d'un emporte-pièce spécial, bien saler et poivrer, mettre le tout dans un plat et recouvrir presque totalement avec le beurre liquide et le cognac. Couvrir et faire cuire au four à 180° C durant dix minutes. Découvrir et laisser cuire huit minutes supplémentaires. Laisser reposer dans le beurre, puis enlever et garnir avec la salade de langue.

### **Racines de persil cuites**

Couper la gousse d'ail en deux et l'écraser. Ne pas peler les racines de persil. Découper la pointe allongée des racines et mettre de côté l'autre extrémité plus large pour la purée. Faire mariner les pointes de racine dans un mélange d'huile, de sel et de poivre. Ajouter les herbes, l'ail et les dés de beurre. Couvrir le tout et faire cuire 40 minutes à 180° C. Découper proprement les extrémités des racines de persil et servir.

### **Purée de racines de persil**

Peler les racines de persil et les oignons, les couper en petits morceaux et les laisser mijoter dans le lait de brebis et le fond de légumes jusqu'à ce qu'ils se ramollissent. Ajouter la crème et mixer le tout en fine purée. Assaisonner avec le sel, le poivre et le jus de citron. Dresser sur l'assiette à l'aide d'une cuillère.

### **Coulis d'abricots secs saupoudré de feta**

Couper les abricots secs en petits morceaux et congeler la feta. Ramollir les abricots secs dans le jus d'orange et de citron et mixer le tout en purée dans le Moulinex. Passer ensuite au tamis fin, verser dans une pipette et répartir en petits points sur l'assiette. Râper la feta congelée sur les points de coulis au moyen d'une fine râpe Microplane.

### **Sauce d'huile de persil**

Faire blanchir le persil, le plonger un court instant dans de l'eau glacée, puis bien le presser. Le verser dans un bol Pacojet avec l'huile et congeler le tout. Pacosser à trois reprises et passer ensuite l'huile de persil au tamis fin. Faire fondre le beurre. Porter la crème à ébullition, incorporer le jaune d'œuf en mélangeant et ajouter ensuite lentement le beurre tout en continuant à mélanger. Assaisonner avec les autres ingrédients. Avant de servir, délayer un peu d'huile de persil, puis dresser sur l'assiette.



**La différence est là.**



**Suisse. Naturellement.**