

Burger de sanglier à la tomme des Pyrénées et confit d'échalote au miel de montagne



LES INGRÉDIENTS

Steaks de sanglier

- 400 g de viande de sanglier hachée
- 40 g d'échalotes
- 6 g de persil frais
- 4 g de moutarde douce
- 2 cl d'huile d'olive
- 4 g de sel
- 1 g de poivre moulu

Confit d'échalote au miel

- 6 échalotes
- 12 g de miel de montagne
- 1,5 cl de vinaigre balsamique
- 2,5 cl d'huile d'olive
- 1 pincée de sel

Montage des burgers

- 4 pains à burger artisanaux
- 4 tranches de tomme des Pyrénées
- 20 g de beurre pour griller les pains
- Quelques feuilles de roquette

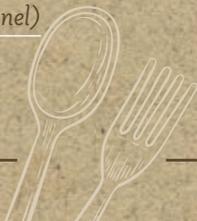
DIFFICULTÉ
moyen

TEMPS TOTAL
50 min

TEMPS DE PRÉPARATION
30 min

LES USTENSILES

- ✓ I couteau
- ✓ I poêle
- ✓ I saladier
- ✓ I spatule
- ✓ I petite cocotte
- ✓ I planche à découper
- ✓ I emporte-pièce (optionnel)



PRÉPARATION

On est Food'
Sanglier !

Préparer le confit d'échalotes au miel

- Éplucher puis émincer finement les échalotes
- Les faire revenir à feu doux dans une cocotte avec l'huile d'olive
- Lorsqu'elles deviennent translucides, ajoutez le miel de montagne et laissez légèrement caraméliser
- Déglacer avec le vinaigre balsamique, ajouter une pincée de sel et laisser compoter 10 à 15 minutes à feu doux
- Réserver

Préparer les steaks de sanglier

- Éplucher et ciseler finement les échalotes
- Laver et hacher le persil
- Dans un saladier, mélangez la viande hachée avec les échalotes, le persil, la moutarde douce, le sel, le poivre et l'huile d'olive
- Façonner 4 steaks de taille égale (environ 100 g chacun)
- Dans une poêle chaude avec un filet d'huile d'olive, cuire les steaks 3 à 4 minutes de chaque côté selon l'épaisseur
- En fin de cuisson, déposez une tranche de tomme des Pyrénées sur chaque steak et couvrez-la pour faire fondre le fromage

Préparer les pains

- Couper les pains à burger en deux
- Les beurrer légèrement à l'intérieur et les passer à la poêle jusqu'à légère coloration

Montage des burgers

- Sur la base du pain, déposer quelques feuilles de roquette
- Ajouter le steak de sanglier avec la tomme fondue, puis une cuillerée de confit d'échalotes
- Refermer avec le chapeau du pain
- Servir avec une salade croquante aux légumes de saison ou quelques chips maison
- Régalez-vous 😊



Réalisation graphique : Cassiopée graphisme - Photo Adobe Stock

Cuisse de sanglier confite au miel de lavande, polenta crémeuse et jus corsé



LES INGRÉDIENTS

Cuisse de sanglier confite

- 1 cuisse de sanglier (1,5 kg)
- 2 oignons
- 2 carottes
- 4 gousses d'ail
- 60 cl de fond de gibier ou fond brun
- 30 cl de vin rouge
- 12 cl d'huile d'olive
- 6 brins de thym
- 2 feuilles de laurier
- 60 g de miel de lavande
- 6 g de sel
- 2 g de poivre moulu

Polenta crémeuse

- 180 g de semoule de maïs (polenta)
- 90 cl de lait entier
- 30 cl d'eau
- 120 g de parmesan râpé
- 20 cl de crème
- 4 g de sel
- 1 pincée de poivre moulu

Pour le jus corsé

- Jus de cuisson réduit
- Herbes de Provence
- 1 noisette de beurre froid

DIFFICULTÉ
moyen

TEMPS TOTAL
4h

TEMPS DE PRÉPARATION
30 min

LES USTENSILES

- ✓ 1 casserole
- ✓ 1 fouet
- ✓ 1 planche à découper
- ✓ 1 couteau
- ✓ 1 cocotte en fonte
- ✓ 1 passoire fine ou chinois
- ✓ 1 grande cuillère



PRÉPARATION

On est Food'
Sanglier !

Cuisse de sanglier confite

- Préchauffer le four à 140°C
- Éplucher les oignons, les carottes et l'ail
- Émincer les oignons, couper les carottes en rondelles et écraser les gousses d'ail
- Dans une cocotte en fonte, faire chauffer l'huile d'olive et colorer la cuisse de sanglier sur toutes ses faces
- Retirer la viande et faire revenir les oignons, les carottes et l'ail dans la même cocotte
- Remettre la cuisse, ajouter le thym, le laurier, le vin rouge et le fond de gibier
- Saler, poivrer
- Couvrir et enfourner pendant 3 heures à 140°C
- Sortir la cuisse du four, filtrer le jus de cuisson pour le jus corsé
- Remettre la cuisse dans la cocotte ou sur une plaque
- Badigeonner généreusement de miel de lavande et remettre 10 minutes à 180°C

Préparer la polenta crémeuse

- Faire chauffer le lait et l'eau avec le sel dans une casserole
- À ébullition, verser la semoule en pluie en fouettant sans arrêt
- Cuire à feu doux 10 à 15 minutes jusqu'à épaississement
- Ajouter la crème, le parmesan râpé et poivrer
- Réserver au chaud

Préparer le jus corsé

- Faire réduire le jus de cuisson filtré avec les herbes de Provence dans une cocotte jusqu'à texture nappante
- Monter au dernier moment avec une noisette de beurre froid

Dressage

- Dans une assiette creuse, déposez un lit de polenta crémeuse
- Ajouter un morceau de cuisse de sanglier confite laquée au miel
- Napper avec un filet de jus corsé bien chaud
- Ajoutez quelques herbes fraîches si vous le souhaitez
- Régalez-vous 😊



Réalisation graphique : Cassiopée graphisme - Photo Adobe Stock



Fédération Nationale des Chasseurs

Suivez-nous sur :



www.chasseurdefrance.com



Filet mignon de cerf en croûte de cèpes et pommes de terre rôties à l'ail des ours



LES INGRÉDIENTS

Filet mignon de cerf

- 600 g de filet mignon de cerf
- 30 g de cèpes séchés
- 80 g de chapelure fine
- 20 g de moutarde
- 4 cl d'huile de tournesol
- 2 cl d'huile d'olive
- 1 branche de romarin
- 1 gousse d'ail
- Sel
- Poivre

Pommes de terre grenaille à l'ail des ours

- 600 g de pommes de terre grenaille
- 20 g d'ail des ours frais
- 3 cl d'huile d'olive
- 20 g de beurre
- Sel
- Poivre

DIFFICULTÉ
moyen

TEMPS TOTAL
55 min

TEMPS DE PRÉPARATION
30 min

LES USTENSILES

- ✓ 1 mixeur
- ✓ 1 poêle
- ✓ 1 saladier
- ✓ 1 pinceau
- ✓ 1 cocotte
- ✓ 1 plaque de cuisson
- ✓ Papier cuisson
- ✓ 1 plat à four



PRÉPARATION

On est Food' Cerf !

Croûte de cèpes

- Mixer les cèpes séchés jusqu'à obtenir une poudre fine
- Mélanger avec la chapelure, du sel et du poivre dans un saladier

Filet mignon

- Dans une poêle, faire chauffer l'huile de tournesol avec la gousse d'ail écrasée et le romarin
- Colorer le filet mignon de cerf sur toutes les faces à feu vif pendant 3 à 4 minutes
- Retirer et laisser tiédir légèrement

Paner le filet mignon

- Badigeonner le filet avec la moutarde à l'aide d'un pinceau
- Le rouler ensuite dans le mélange chapelure-cèpes pour bien l'enrober
- Le déposer sur une plaque recouverte de papier cuisson
- Arroser légèrement d'huile d'olive

Cuisson au four

- Préchauffer le four à 190°C
- Enfourner le filet mignon pendant 15 à 18 minutes selon l'épaisseur
- Sortir et laisser reposer 5 minutes sous papier aluminium

Pommes de terre grenaille à l'ail des ours

- Laver les pommes de terre, les couper en deux si besoin
- Les cuire dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 10 minutes, puis les égoutter
- Dans une poêle, faire fondre le beurre avec l'huile d'olive
- Ajoutez les pommes de terre et les faire rôtir 6 à 8 minutes jusqu'à belle coloration
- Ajouter l'ail des ours ciselé hors du feu et mélanger

Dressage

- Trancher le filet mignon en médaillons
- Dresser harmonieusement les pommes de terre rôties à l'ail des ours, puis déposer les tranches de filet de cerf par-dessus
- Finir avec un trait d'huile d'olive parfumée ou quelques pluches de romarin frais
- Régalez-vous 😊



Réalisation graphique : Cassiopée graphisme - Photo Adobe Stock



Fédération Nationale des Chasseurs

Suivez-nous sur :



www.chasseurdefrance.com



Maquereau mariné et flambé, tartare de cerf à la sarriette et pignons de pin



LES INGRÉDIENTS

Maquereau mariné et flambé

4 filets de maquereaux ultra-frais
(désarêtés)

8 cl d'huile d'olive

1 zeste de citron jaune

1 branche de sarriette

1 branche de thym citron

2 cl de pastis

Fleur de sel

Poivre du moulin

Tartare de cerf

300 g de filet ou noix de cerf
(viande maigre et tendre)

40 g de pignons de pin

3 cl d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de jus de citron
(env. 1 cl)

1 échalote

1 branche de sarriette fraîche

Fleur de sel

Poivre du moulin

DIFFICULTÉ
moyen

TEMPS TOTAL
1h30

TEMPS DE PRÉPARATION
30 min

LES USTENSILES

- ✓ 1 saladier
- ✓ 1 bol
- ✓ 1 couteau bien aiguisé
- ✓ 1 pinceau
- ✓ 1 chalumeau de cuisine
- ✓ 1 planche à découper
- ✓ 1 poêle (pour les pignons)
- ✓ 1 cercle de dressage (optionnel)



PRÉPARATION

On est Food' Cerf!

Mariner les maquereaux

- Désarêter soigneusement les filets de maquereaux
- Réaliser de fines incisions obliques dans la peau
- Dans un plat, déposez les filets côté peau vers le bas
- Parsemer de zeste de citron, de feuilles de sarriette effeuillées, de thym citron et de fleur de sel
- Badigeonner légèrement la peau d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau
- Couvrir et laisser mariner 1 heure au frais sans ajout de jus acide pour éviter toute cuisson

Tartare de cerf

- Faire torréfier les pignons de pin dans une poêle sèche et réserver
- Éplucher et ciseler finement l'échalote
- Ciseler la sarriette
- Couper le cerf au couteau en brunoise régulièrement
- Mélanger dans un saladier avec l'échalote, l'huile d'olive, le jus de citron, la sarriette, les pignons torréfiés, sel et poivre
- Réserver au frais

Finition des maquereaux

- Sortir les filets marinés
- À l'aide d'un pinceau, appliquez un voile de pastis très léger sur la peau
- Utiliser un chalumeau pour flamber délicatement la peau (en plusieurs passages rapides), uniquement sur le dessus, jusqu'à ce qu'elle colore et se rétracte légèrement (attention l'intérieur reste cru)

Dressage

- Remplir un cercle de tartare de cerf au centre de l'assiette
- Poser dessus un filet de maquereau flambé
- Ajoutez un filet d'huile d'olive, une pincée de fleur de sel et quelques pluches de sarriette fraîche
- Régalez-vous 😊



Réalisation graphique : Cassiopée graphisme - Photo Adobe Stock



Fédération Nationale des Chasseurs

Suivez-nous sur :



www.chasseurdefrance.com



Sauté de chevreuil aux asperges vertes et morilles



LES INGRÉDIENTS

Sauté de chevreuil

600 g sauté de chevreuil
20 g de morilles séchées
1 échalote
1 gousse d'ail
10 cl de vin blanc sec
15 cl de fond de veau
4 cl d'huile de tournesol
20 g de beurre
Sel
Poivre

Asperges vertes

500 g d'asperges vertes
20 g de beurre
2 cl d'huile d'olive
Sel
Poivre

DIFFICULTÉ
moyen

TEMPS TOTAL
1h

TEMPS DE PRÉPARATION
25 min

LES USTENSILES

- ✓ 1 cocotte
- ✓ 1 poêle
- ✓ 1 saladier
- ✓ 1 écumoire
- ✓ 1 chinois
- ✓ 1 planche
- ✓ 1 couteau



PRÉPARATION

On est Food' Chevreuil !

Réhydrater les morilles

- Placer les morilles dans un bol d'eau tiède pendant 30 minutes
- Égoutter et filtrer l'eau de trempage au chinois
- Réserver l'eau filtrée

Sauté de chevreuil

- Dans une poêle, faire chauffer l'huile de tournesol
- Saisir le sauté de chevreuil et décanter (sortir de la poêle)
- Éplucher et ciseler l'échalote, hacher l'ail
- Dans la même poêle, ajouter une noisette de beurre, faire suer l'échalote et l'ail sans coloration
- Ajouter les morilles égouttées et faites revenir quelques instants
- Remettre les morceaux de chevreuil, déglacer avec le vin blanc, puis laisser réduire de moitié
- Ajouter l'eau de trempage des morilles filtrées et le fond de veau
- Laisser mijoter à feu doux 25 minutes
- En fin de cuisson, ajoutez le reste du beurre pour lier la sauce
- Assaisonner en sel & poivre

Préparer les asperges

- Éplucher les files d'asperges si nécessaire, puis les couper en deux
- Blanchir 3 minutes dans une casserole d'eau bouillante salée
- Égoutter et rafraîchir (eau glacée pour stopper la cuisson et fixer la chlorophylle)
- Dans une poêle, faire fondre le beurre avec l'huile d'olive et faire revenir les asperges pour leur donner une légère coloration
- Assaisonner en sel & poivre

Dressage

- Dresser les morceaux de chevreuil en sauce dans une assiette creuse
- Disposer harmonieusement les asperges par-dessus
- Napper avec le jus réduit aux morilles
- Régalez-vous 😊



Réalisation graphique : Cassiopée graphisme - Photo Adobe Stock



Fédération Nationale des Chasseurs

Suivez-nous sur :



www.chasseurdefrance.com





Terrine de chevreuil au poivre vert et noisettes torréfiées



LES INGRÉDIENTS

Terrine de chevreuil

400 g d'épaule de chevreuil désossée

300 g de poitrine de porc fraîche

100 g de foie de volaille

1 œuf

5 cl de lait

50 g de noisettes entières

8 g de poivre vert en saumure

10 g de sel

3 g de poivre noir

1 pincée de quatre-épices

2 cl d'alcool de cognac

1 branche de thym

1 feuille de laurier

4 cl d'huile de tournesol

1 bardage de saindoux (facultatif)

DIFFICULTÉ
facile

TEMPS TOTAL
26h

TEMPS DE PRÉPARATION
30 min

LES USTENSILES

- ✓ I saladier
- ✓ I casserole
- ✓ I moule à terrine
- ✓ I spatule
- ✓ Papier aluminium
- ✓ I hachoir à viande (ou robot coupé)
- ✓ I plat creux allant au four



PRÉPARATION

On est Food' Chevreuil !

Préparer la garniture

- Torrifier les noisettes à sec dans une poêle jusqu'à légère coloration, puis les concasser grossièrement
- Égoutter le poivre vert en saumure
- Couper la viande de chevreuil, la poitrine de porc et les foies en morceaux

Hacher et assaisonner

- Passer au hachoir (grosse grille) la viande de chevreuil, la poitrine de porc et les foies
- Dans un saladier, mélangez la farce avec l'œuf, le lait, le cognac, le sel, le poivre noir, les quatre-épices
- Ajoutez les noisettes et le poivre vert
- Mélanger soigneusement à la main pour bien homogénéiser

Mouler la terrine

- Préchauffer le four à 160°C
- Tapiser éventuellement la terrine avec des tranches de saindoux (bardage)
- Verser la préparation dans le moule en tassant bien
- Ajouter la feuille de laurier et une branche de thym sur le dessus
- Couvrir avec un papier aluminium

Cuisson au bain-marie

- Placer la terrine dans un plat creux rempli d'eau chaude (bain-marie) et enfourner pour 1h30
- Vérifiez la cuisson à cœur (la température interne doit atteindre 68-70 °C)

Refroidissement et repos

- À la sortie du four, laisser tiédir à température ambiante puis réfrigérer au moins 24 h avant dégustation
- Cette étape est essentielle pour le développement des arômes

Dressage

- Servir en tranches épaisses, accompagnées de pain de campagne grillé, d'un confit d'oignon ou d'un chutney légèrement acidulé
- Régalez-vous 😊



Réalisation graphique : Cassiopée graphisme - Photo Adobe Stock



Fédération Nationale des Chasseurs

Suivez-nous sur :



www.chasseurdefrance.com

