



JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Nièvre

Velouté de butternut et huile à la truffe

Déroulé

- Épluchez la courge butternut, retirez les graines, puis découpez-la en cubes.
- Émincez les oignons.
- Dans une grande casserole, faites revenir les oignons avec un filet d'huile pendant 5 minutes.
- Ajoutez les cubes de butternut, le thym et le laurier. Faites revenir encore 5 minutes.
- Versez le vin blanc, portez à ébullition, puis ajoutez de l'eau à hauteur. Couvrez et laissez mijoter pendant 20 à 25 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient bien tendres.
- Mixez le tout à l'aide d'un mixeur plongeant (ou dans un blender) jusqu'à obtention d'une texture lisse et homogène.
- Ajoutez l'huile de truffe juste avant de servir.



Ingédients

- 1,8 kg de butternut
- 250 g d'oignons jaunes
- 1 L de vin blanc
- 10 cl d'huile de truffe (à ajouter au moment de servir)
- Sel et poivre
- Thym et laurier



JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Nièvre

Risotto aux petits légumes

Déroulé

- Rincez le riz plusieurs fois jusqu'à ce que l'eau soit claire, puis égouttez-le.

Préparez les légumes :

- Coupez les carottes et les navets en petits dés.
- Hachez finement l'oignon.
- Dans une grande casserole ou une marmite, faites revenir l'oignon dans l'huile chaude jusqu'à ce qu'il devienne translucide.
- Ajoutez les légumes coupés et faites-les revenir pendant 2 à 3 minutes.
- Incorporez le riz et mélangez bien pour qu'il s'imprègne des saveurs.
- Ajoutez le vin blanc, salez et poivrez selon votre goût.
- Versez le fond blanc bouillant (environ 1,5 fois le volume du riz), puis portez à ébullition.
- Réduisez le feu, couvrez partiellement et laissez mijoter à feu doux jusqu'à absorption du liquide (environ 12 à 15 minutes).
- Éteignez le feu, couvrez complètement et laissez reposer pendant 5 à 10 minutes avant de servir.



Ingédients

- 100 g brunoise de carottes
- 100 g brunoise navets longs blancs
- 800 g risotto
- 250 g oignons jaunes
- 25 cl vin blanc
- eau/sel/poivre
- 100 g fond blanc



JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Nièvre

Fond brun de volaille

Déroulé

- Préchauffez le four à 200 °C.

Faites rôtir la volaille :

- Placez l'émincé de volaille dans un grand plat à rôtir.
- Enfouez pour environ 20 minutes, jusqu'à ce que les morceaux soient bien dorés (sans les brûler).

Ajoutez les légumes :

- Incorporez les carottes, les oignons, le céleri et l'ail dans le plat avec la volaille.
- Poursuivez la cuisson au four pendant encore 20 minutes.

Ajoutez le concentré de tomate :

- Mélangez-le avec la volaille et les légumes, puis faites cuire 5 à 10 minutes supplémentaires pour légèrement caraméliser l'ensemble.

Déglacez :

- Sortez le plat du four.
- Versez un peu d'eau dans le fond du plat et grattez les sucs à l'aide d'une spatule.

Cuisson du fond :

- Transférez le tout dans une grande marmite.
- Ajoutez le bouquet garni, les grains de poivre, puis couvrez d'eau froide.
- Portez à ébullition, puis réduisez à feu doux.
- Laissez mijoter à découvert pendant 3 à 4 heures, en écumant régulièrement.

Filtrage :

- Passez le fond au chinois (ou à travers une passoire fine).



Ingédients

- 2 kg d'émincé de volaille
- 2 carottes, coupées en gros morceaux
- 2 oignons, coupés en quartiers
- 2 branches de céleri
- 2 gousses d'ail, écrasées
- 1 petite boîte de concentré de tomates (environ 1 c. à soupe)
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil, queues de céleri)
- Quelques grains de poivre noir
- Huile (quantité selon besoin pour rôtir)
- 3 L d'eau froide



JEUDI 9 OCTOBRE 2025



Nièvre

Panna cotta au praliné et son coulis de noisettes

Déroulé



Ingédients

Appareil

- 75 cl de crème 35 %
- 25 cl de lait
- 60 g de praliné
- 125 g de sucre
- 5 feuilles de gélatine (environ 10 g au total, selon le type utilisé)

Coulis

- 300 g de sucre
- 100 g d'eau (équivalent à 10 cl)
- 40 g de pâte de noisettes

Appareil :

- Chauffer la crème, le lait, le sucre et le praliné jusqu'à ébullition.
- Retirer du feu, puis incorporer les feuilles de gélatine préalablement ramollies dans l'eau froide.
- Verser dans des moules et laisser prendre au froid.

Coulis :

- Faire chauffer le sucre et l'eau jusqu'à obtention d'un sirop épais.
- Ajouter la pâte de noisette, bien mélanger.
- Laisser refroidir complètement, puis napper la panna cotta au moment du service.