

Liste de courses détachable

Quantités pour 4 personne(s)



Recette de Oeuf poché façon bédicetine

Crèmerie hors fromage

Oeuf(s) : 8 pièce(s)
Jaune(s) d'oeuf(s) : 3 pièce(s)
Beurre doux : 125 g

Boissons sans alcool

Jus de citron : 1 cl

Légumes

Echalote(s) : 0.5 pièce(s)

Charcuterie

Tranche(s) de Jambon blanc : 3 pièce(s)

Epicerie

Vinaigre alcool blanc : 5 cl
Fleur de sel : 6 pincée(s)

Boissons alcoolisées

Vin blanc sec : 15 cl

Herbes aromatiques

Arôme(s) ail, thym, laurier : 1 pièce(s)
Cerfeuil : 0.25 botte(s)

Boulangerie

Muffin(s) : 3 pièce(s)



Cours de cuisine sur internet !

A suivre en direct ou en replay

Votre dîner pour 4 prêt en 45 mn top chrono

Rendez-vous sur :
<http://www.atelierdeschefs.fr/fr/cadeau-cours-cuisine.php>



L'atelier des Chefs

Vous allez aimer cuisiner



Les ingrédients

quantités pour 4 personne(s)

Pour l'étape 1

Oeuf(s) : 8 pièce(s)
Vinaigre alcool blanc : 5 cl

Pour la sauce

Jaune(s) d'oeuf(s) : 3 pièce(s)
Vin blanc sec : 15 cl
Echalote(s) : 0.5 pièce(s)
Arôme(s) ail, thym, laurier : 1 pièce(s)
Beurre doux : 125 g
Jus de citron : 1 cl
Moulin à poivre : 4 tour(s)

Pour le dressage

Muffin(s) : 3 pièce(s)
Fleur de sel : 6 pincée(s)
Cerfeuil : 0.25 botte(s)
Tranche(s) de Jambon blanc : 3 pièce(s)



Le + du Chef

Remplacez les brioches individuelles par des tranches de pain de campagne. Traditionnellement, c'est de la langue écarlate qui remplace le jambon.

Recette de Oeuf poché façon bédicetine

Un œuf poché déposé sur une tranche de brioche grillée puis nappé de sauce hollandaise.

PREPARATION : 30mn

CUISSON : 10mn

REPOS : 0mn

Description de la recette

Ce que vous pouvez préparer avant le cours

- Réaliser les pesées.

Réaliser les oeufs pochés

Casser les oeufs dans des verrines résistant à la chaleur.

Porter un grand volume d'eau à ébullition dans une casserole de style cuiseur à pâtes. Ajouter le vinaigre puis déposer délicatement les oeufs 4 par 4 en laissant rentrer un peu d'eau dans la verrine avant. Attendre que l'ébullition reprenne et cuire alors les oeufs pendant 2 min. Les réserver ensuite dans un bol d'eau fraîche.

Ébarber les oeufs afin de leur donner une belle forme, puis les réserver dans un nouveau bol d'eau fraîche.

Conservé l'eau de cuisson sur le coin du fourneau, elle servira à réchauffer les oeufs quelques instants avant le service.

Réaliser la sauce

Éplucher l'échalote et l'émincer finement.

Dans une casserole, mettre l'échalote, les aromates et le poivre, puis verser le vin blanc. Porter à ébullition et laisser réduire de 3/4 avant de filtrer la préparation.

Faire fondre le beurre au micro-ondes puis le laisser reposer pendant 2 min.

Récupérer un maximum de matière grasse tout en laissant le petit-lait au fond. Réserver à température ambiante.

Préparer un bain-marie.

Mettre les jaunes dans un bol avec la réduction de vin. Fouetter jusqu'à ce que le mélange double de volume. Mettre ensuite le bol au bain-marie et continuer de fouetter jusqu'à ce que mélange prenne la texture d'un flan.

Hors de la casserole d'eau bouillante, continuer à fouetter pour tiédir le sabayon (il est à la bonne température lorsque l'on peut laisser la main sous le cul-de-poule).

Ajouter progressivement le beurre clarifié au sabayon, comme pour réaliser une mayonnaise. Verser quelques gouttes de jus de citron puis rectifier l'assaisonnement.

Réserver au chaud.

Pour le dressage

Tailler les muffins en 2, puis les passer au grille-pain.

Tailler des ronds dans le jambon.

Faire chauffer l'eau de cuisson des oeufs, puis les déposer dedans 2 par 2 pendant 15 sec. Les égoutter.

Déposer un oeuf poché sur chaque demi-muffin ainsi qu'un rond de jambon. Assaisonner de fleur de sel, puis napper de sauce. Décorer de pluches de cerfeuil et servir aussitôt.