



Partenariat entre l'Institut des Vins de
Porto & le Ministère de l'Éducation
Nationale



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR ET DE
LA RECHERCHE



Instituto dos Vinhos do Douro e do Porto

La cuisine Normande au Porto



Recettes élaborées à partir des recherches des élèves de Terminale Baccalauréat
Professionnel Cuisine et commercialisation et services en restauration.

Année scolaire 2015/2016



Terminales Bac Pro section Européenne Allemande





Terminales Bac Pro section Européenne anglaise



Les cocktails

Normandy Beauty :

4cl Calvados

2cl Vermouth Blanc (martini, cinzano)

2cl Jus d'orange

1 Trait de liqueur de menthe blanche (get31)

1cl Porto rouge



Long drink, servi dans un tumbler et réalisé au shaker avec des glaçons

Décoré de feuilles de menthe ou de rondelles / zestes d'orange

Normandy sour :

5cl de calvados

1cl de sucre de canne

1 zeste de citron

1cl de porto rouge



Glace pilée, short drink (7cl)

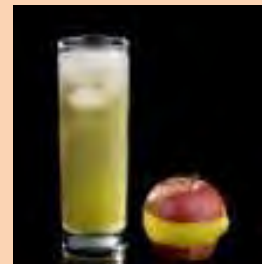
Directement au verre, peut être décoré avec des zestes de citron

Pomm's Atos :

3cl Pommeau

5cl Porto rouge

4cl Jus de pomme



Servi dans un tumbler, à réaliser au shaker avec des glaçons en rafraichissant tout d'abord le verre, Long Drink (12cl), pouvant être décoré avec des pommes.



ENGLISH BISCHOFF

Pour le sirop :

1 cuillère à potage de sucre semoule

2 cl porto rouge

Zestes de citron

1 clou de girofle

Noix de muscade

Pour compléter le verre :

5 cl porto rouge

Dans un premier temps, réaliser un sirop. Mettez le sucre, le porto, le clou de girofle, 4 zestes de citron ainsi qu'un soupçon de noix de muscade. Laisser frémir 2 minutes et infuser.

Selon votre goût, laissez tiédir ou non.

Verser le sirop dans un verre à old fashioned et compléter immédiatement de porto rouge à température et déguster.



PORTO à la LIQUEUR

1 cl sirop sucre de canne

1 cl mandarine Napoléon

2.5 cl Porto rouge

2.5 cl cointreau

Zestes de citron

TECHNIQUE :

Verser dans le shaker le sirop de sucre de canne, la mandarine Napoléon, le cointreau ainsi que le Porto rouge. Shakez puis versez dans un verre à cocktail. Ajouter 2 zestes de citron.

PUNCH NORMAND AU PORTO

Préparation de base

1 jaune d'œuf frais

2 cuillérées de sucre semoule

2 cl d'eau froide

Au shaker :

1 cl Calvados AOP

4 cl Porto rouge



Dans un premier temps, délayez dans une assiette creuse le jaune d'œuf, le sucre semoule puis verser 2 cl d'eau froide. Bien homogénéiser la préparation.

Verser cette préparation dans le bol du shaker et ajouter le Calvados AOP ainsi que le Porto rouge

Amuse bouches

Recettes pour 8 personnes



Rouleau de printemps Andouille et Porto

Ingrédients

Rouleaux

8 Feuilles de riz
100g d'Andouille de vire
40g de germes de soja
40g de Carotte
Coriandre
Feuilles de menthe
Graines de sésame

Sauce

5 cl de Porto
10 cl Sauce soja sucrée
2 cl d'huile de sésame

Verrine de Saint Jacques et Porto

Ingrédients

8 coquilles Saint Jacques
5 cl d'Huile d'olive
80g de poireau
40g d'échalote
5 cl de Porto blanc
1 gousse d'ail
50 cl d'eau
10 cl de crème fraîche

Technique

Pour les rouleaux

Préparer la garniture :

Emincer l'andouille de vire, et les carottes en fine julienne. Torréfier les graines de sésame. Rincer et égoutter la Coriandre et les germes de soja et les feuilles de menthe

Garnir les feuilles de riz

Tremper la feuille de riz dans l'eau pour qu'elle devienne souple bien l'égoutter et l'étaler sur le plan de travail.

Diviser tous les éléments de la garniture, sur la partie inférieure de la feuille. Refermer la partie inférieure, replier les cotés et rouler la feuille sur elle même pour bien envelopper la farce

Réaliser la sauce

Réduire le Porto au 2/3, ajouter la sauce soja, émulsionner à l'huile de sésame

Dresser et décorer avec une feuille de menthe

Technique

Ouvrir les coquilles Saint Jacques. Rincer et réserver les noix. Détacher les barbes et les laver sous l'eau froide.

Préparer le fumet

Tailler finement les légumes. Les suer à l'huile d'olive sans coloration, ajouter les barbes et laisser cuire 5 minutes. Déglacer au porto, réduire et mouiller à l'eau. Ajouter l'ail écrasé. Laisser frémir environ 20 minutes. Passer le fumet au chinois, crémér, réduire à nouveau et vérifier l'assaisonnement. Emulsionner au dernier moment

Sauter les Saint Jacques

Faire chauffer l'huile d'olive, assaisonner les Saint Jacques et les sauter rapidement

Dresser en verrines



Samossas pomme camembert, confiture d'oignons au porto

Ingrédients

4 feuilles de brick
20 g de beurre
1 oignon
25 cl de Porto
100g de sucre
½ Pomme
¼ Camembert

Technique

Suer au beurre les oignons finement émincés. Mouiller au Porto. Ajouter le sucre. Laisser réduire et confire doucement. Refroidir

Laver et couper la pomme en morceaux

Couper le camembert en 8 morceaux

Beurre les feuilles de brick, les couper en 2 et former les samossas. Mettre au four à 200°C 5 minutes avant de dresser.

Tartelettes andouille, pomme, camembert et sa réduction de porto

Pâte brisée

250 g de farine
125 g de beurre
1 jaune d'œuf
5 cl d'eau
1 pincée de sel
100g d'olives

Garniture

200 g d'Andouille
1 Pomme granny smith
3 Pommes golden
½ Camembert
Réduction de Porto
25 cl de Porto rouge

Technique

Réaliser la pâte brisée aux olives

Abaisser la pâte et foncer les moules

Cuire la pâte à blanc à 190°C pendant 10 minutes

Tailler le camembert, l'andouille et la granny smith en fines tranches

Réaliser une compote avec les pommes golden

Garnir les fonds de pâte avec la compote

Déposer harmonieusement en alternant les tranches de pommes, andouille et camembert

Terminer la cuisson au four pendant 10 minutes

Réaliser la réduction de porto : Faire réduire dans une casserole sur feu doux ¼ de litre de porto rouge jusqu'à obtenir une consistance sirupeuse

Dresser l'assiette : Déposer les tartelettes dans les assiettes. Avec la réduction de Porto napper les tartes et faire quelques points dans l'assiette pour décorer.

Entrées

Recettes pour 8 personnes



Tarte fine boudin noir et pommes caramélisées au Porto

Ingrédients

250g de Pâte feuilletée

600 g de pommes reinette

600g de boudin noir

25 cl de Porto

100g de sucre

50g de miel

400g de Mesclun

Vinaigrette au porto

30g de miel

5 cl de vinaigre balsamique

5 cl de Porto

3 dl d'huile de noix

Sel, poivre

Graines de lin

Graines de sésame torréfiées

Technique

Abaisser finement la pâte feuilletée, la piquer et détailler à l'emporte pièce 8 fonds de tartelettes. Déposer les fonds sur une plaque à pâtisserie. Précuire la pâte 10 min. à 210°C.

Laver et émincer les pommes en tranches d'environ 3 mm d'épaisseur.

Réaliser un caramel avec le sucre et le miel. Déglacer au porto et laisser réduire jusqu'à obtenir une consistance sirupeuse. Ajouter les pommes, les laisser cuire environ 5 min. Les débarrasser.

Détailler le boudin en fine tranches.

Déposer sur les fonds de pâtes les tranches de pommes et de boudin en les alternants.

Terminer la cuisson au four à 200°C pendant 5 min.

Préparer la vinaigrette : Mettre dans un bol le miel, le sel et le poivre. Ajouter le porto et le vinaigre balsamique. Mélanger. Verser l'huile de noix. Bien mélanger.

Dresser les tartelettes dans les assiettes. Napper le boudin et les pommes avec le reste de caramel de Porto. Servir avec le mesclun parsemé de graines torréfiées.



St-Jacques sur fondue de poireaux et légumes croquants Vinaigrette pommes et Porto, poudre de Chorizo

Ingrédients

24 noix de St-Jacques :

400g de carottes -

400g de poireaux

250g de radis noir

150g de chorizo

1 botte de Radis

5 cl d'huile d'olive

10 cl de Porto -

Crème : 0,30 L

Vinaigrette Pommes et Porto

15 cl Porto

5 cl de vinaigre de cidre

2 dl d'huile de noisette

Sel, poivre

Technique :

Réaliser une fondue de poireaux Emincer finement le poireau en julienne. L'étuver doucement à l'huile d'olive, saler et poivrer. Le garder légèrement croquant. Refroidir

Tailler les carottes, le radis noir en julienne.

Emincer les radis roses en fines rondelles.

Réaliser une poudre de chorizo Emincer finement le chorizo, le faire sécher au four à 120°C sur une plaque munie de papier sulfurisé pendant environ 30 min. Laisser refroidir et mixer.

Sauter les Saint Jacques Faire sauter les St-Jacques à l'huile d'olive de chaque côté, assaisonner et réserver. Déglacer la poêle au porto, réduire et ajouter la crème. Réduire à nouveau.

Réaliser une vinaigrette de pommes et Porto

Faire réduire de moitié 15 cl de porto avec l'échalote ciselée. Refroidir et déglacer au vinaigre de cidre.

Dresser Déposer la fondue de poireaux au fond de l'assiette. Ajouter les noix de saint jacques et la julienne de légumes. Arroser de vinaigrette pommes et Porto. Saupoudrer de poudre de chorizo. Décorer avec les rondelles de radis roses.

Plats Principaux

Recettes pour 8 personnes



Poulet farci vallées D'auge et de Douro

Ingrédients

Poulet

2.4 kg de poulet
5 cl d'huile d'olive

Farce au chorizo

200g de Chorizo
100g de pignons de pin
100g de pruneaux dénoyautés

Sauce Vallée d'Auge

30 g d'échalotes
4 pommes Reinettes
2.5 cl de Calvados
1dl de cidre
2.5 dl de fond blanc de volaille
2dl de crème fraîche

Sauce Vallée de Douro

1 dl de Porto
2.5 dl de fond brun de volaille
2 dl de crème fraîche
150g de Chorizo
Sel, Poivre

Pommes Duchesse au livarot

8 Pommes Golden
1.2kg de Pommes de terre
100g de beurre

Technique

Farce au chorizo

Griller légèrement les pignons de pin sous la salamandre. Hacher le chorizo et les pruneaux, mélanger aux pignons

Poulet farci sauté

Habiller et découper le poulet en 4. Assaisonner et farcir les suprêmes et les cuisses.

Sauter le poulet à l'huile d'olive dans un sautoir. Couvrir et terminer la cuisson au four à 200°C pendant environ 20 min. Débarrasser et maintenir au chaud.

Sauce Vallée d'Auge

Ciseler les échalotes et en faire suer la moitié dans le sautoir avec la brunoise de pommes. Flamber au calvados et déglacer au cidre. Laisser réduire. Mouiller fond blanc et réduire à nouveau. Crémier et assaisonner

Sauce Vallée de Douro

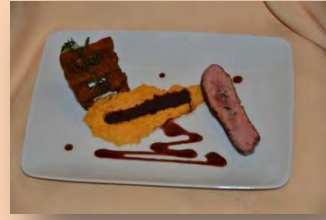
Réduire le porto rouge avec le reste d'échalotes ciselées, mouiller au fond brun et réduire à nouveau. Crémier. Ajouter le chorizo taillé en finement.

Pommes Duchesse au Livarot

Eplucher, laver et cuire les pommes de terre à l'anglaise. Egoutter et écraser en purée. Mettre la pulpe obtenue dans une casserole et la dessécher quelques minutes sur la plaque. Ajouter le beurre en morceaux et les jaunes d'œufs. Remettre sur la plaque et bien mélanger. Couper le livarot en petits morceaux, l'ajouter à la purée. Faire fondre sur la plaque en remuant. Assaisonner.

Laver et canneler les pommes. Couper le chapeau et évider le centre. Garnir avec la pomme Duchesse au Livarot. Cuire au four à 170°C pendant environ 25 min. La pomme doit rester bien ferme.

Dresser Déposer le morceau de poulet sur un côté de l'assiette. Mettre des cordons de sauce. Disposer la pomme à l'autre extrémité



Magret de canard sauce Porto, Carottes de Créances sous deux textures

Ingrédients

1.6 Kg de magrets de canard

Purée de carottes

1 kg de carottes de Créances

50g de beurre

1 dl de crème fraîche

Sel, poivre

Graines de cumin

Frites de Carottes

1 kg de carottes de Créances

200g de chapelure

100g de farine

3 œufs

2 cl d'huile

Sauce

2 dl de Porto

5 dl de fond de veau lié

3 dl de crème liquide

Sel, poivre

Technique

Parer légèrement les magrets de canard et quadriller le gras. Assaisonner de sel et de poivre et réserver au frais.

Éplucher toutes les carottes, couper la moitié en petits dés et l'autre moitié en bâtonnets.

Purée de carottes

Cuire les carottes en dés au four vapeur. Ecraser les en purée y incorporer le beurre frais et la crème. Assaisonner avec le sel, poivre et quelques graines de cumin.

Frites de carottes

Étuvier légèrement les bâtonnets de carottes en les mettant dans une casserole avec 1 dl d'eau, 20g de beurre, du sel et du poivre. Les laisser très croquants. Refroidir.

Préparer la panure. Mettre la farine dans une plaque, les œufs battus en omelette avec 2 cl d'huile sel et poivre dans une autre et dans la dernière plaque mettre la chapelure.

Passer les bâtonnets d'abord dans la farine puis les œufs et pour finir dans la chapelure. Cuire les frites de carottes à la friteuse à 180°C. Egoutter sur du papier absorbant.

Sauter le magret

Cuire le magret de canard coté gras en premier environ 7 à 8 minutes puis coté chair quelques minutes. Les maintenir rosés.

Réaliser la sauce : Dégraisser le sautoir de cuisson du magret, pincer les sucs, déglacer au porto, laisser réduire au $\frac{3}{4}$ puis ajoutez le fond de veau. Réduire à nouveau.

Dresser

Desserts

Recettes pour 8 personnes



Biscuit moelleux aux poires, cœur coulant de Porto, crème anglaise au cidre

Ingrédients

Biscuit

110 g de beurre
110 g de sucre
2 œufs
110 g de farine
3 g de levure chimique

Poires caramélisées

700g de Poires
2dl de Porto
100g de sucre
50 g de beurre

Cœur coulant Porto

100 g de sucre
25 cl de Porto
2 dl de crème liquide
6 g de gélatine.

Crème anglaise au cidre

25 cl de crème liquide
25 cl de cidre
6 jaunes d'œufs
80g de sucre

Technique

Biscuit

Travailler le beurre en pommade, ajouter le sucre et crémer l'ensemble. Ajouter les œufs, mélanger. Ajouter la farine et la levure chimique.

Poires caramélisées

Éplucher et détailler les poires en tranches assez épaisses. Réaliser un caramel, déglacer au porto, réduire et ajouter le beurre. Caraméliser rapidement les morceaux de poires. Réserver.

Cœur coulant Porto

Faire tremper les feuilles de gélatine dans l'eau froide. Réaliser un caramel, déglacer au porto, réduire et ajouter la crème. Faire bouillir jusqu'à l'obtention d'une consistance sirupeuse. Ajouter la gélatine exprimée. Verser dans des moules individuels. Refroidir et mettre au congélateur.

Cuire le biscuit

Beurrer des cercles individuels. Les garnir au 2/3 avec la pâte. Déposer les morceaux de poires sur le dessus. Cuire au four à 180°C pendant 10 minutes environ. Déposer le cœur coulant congelé au centre du biscuit mi-cuit. Terminer la cuisson pendant environ 10 minutes.

Crème anglaise au cidre

Faire bouillir la crème avec le cidre. Blanchir les jaunes d'œufs et le sucre. Verser le mélange crème et cidre. Cuire à la nappe. Refroidir.



Millefeuille de pain d'épices et pommes caramélisées, sorbet au Porto

Ingrédients

24 tranches de Pain d'épices :
6 Pommes golden
200 g de Sucre
150g de Beurre

Sorbet au Porto

50 cl de porto
60 cl d'eau
2 citrons
1 cac de stabilisateur
400 g de sucre

Nid de pommes :

3 Pommes Granny Smith

Décor

50 g de Sucre glace

Technique

Réunir l'eau, le sucre, le citron et le stabilisateur ; porter à ébullition y ajouter le Porto puis passer à la sorbetière.

Préchauffer le four à 160°C. Sur une plaque du four, disposer une feuille de papier sulfurisé puis disposer les tranches de pain d'épices préalablement parées, les beurrer légèrement avec du beurre fondu. Remettre une feuille de papier sulfurisé puis remettre une plaque à four.

Enfourner durant une vingtaine de minutes jusqu'à ce que le pain d'épices soit sec et croustillant.

Éplucher les pommes, les couper en dès. Réaliser un caramel à sec c'est-à-dire en mettant le sucre dans une poêle et dès qu'il bruni y ajouter le beurre, mettre les pommes dedans puis les faire caraméliser.

Monter les mille feuilles en alternant tranches de pain d'épices et pommes caramélisées.

Tailler des lanières de 0,5 cm de pommes Granny Smith.

Disposer en diagonale des lanières de pommes Granny Smith sur les tranches visibles du mille-feuille puis saupoudrer de sucre glace.



Mignardises

Mousse au chocolat et nems figes et noisettes.

Mousse au chocolat

270g de Chocolat

60g de Beurre

30g de Sucre

8 Blancs d'œuf

Gelée de porto

3 dl de porto

8 g de gélatine

Nems aux figes et aux noisettes

150g de Figes sèches

2dl de Porto

100g de Noisettes

50g de Sucre

4 Feuilles de brique

50g de Beurre

Technique.

Faire fondre le chocolat avec le beurre au bain-marie. Pendant ce temps, battre les blancs en neige puis ajouter le sucre. Laisser tourner pendant quelques instants pour bien dissoudre le sucre.

Mélanger le chocolat et le beurre. Détendre le chocolat avec une partie des blancs en neige et mélanger au fouet. Lors de cette première étape, le but est plutôt de détendre le chocolat que de donner du volume.

Verser le chocolat sur le reste de blancs en neige. Arrêter de mélanger dès que les blancs sont bien incorporés au chocolat. Transférer alors la mousse au chocolat dans un récipient et la laisser reposer au frais pendant au moins 1 h.

Gelée de porto

Porter le Porto à ébullition et ajouter la gélatine trempée au préalable dans l'eau froide et exprimée

Nems de figes et noisettes

Tremper les figes dans le porto, caraméliser les noisettes.

Prendre les feuilles de brique les beurrer puis mettre de la figue et les noisettes caramélisées. Les rouler en nems. Mettre au four à 200°C. environ 5 min. Dresser.