

Recette réalisée et proposée par la classe  
De Mention complémentaire Employé Traiteur  
De l'UFA Saint Luc de Cambrai

Recette réalisée et proposée par la classe  
De Mention complémentaire Employé Traiteur  
De l'UFA Saint Luc de Cambrai

## Les recettes **45 min.** Difficulté ●○○

### Rillettes de Saumon et épices, légumes croquants

**4 pers.**

300 Gr Saumon  
100 Gr Pousses épinard  
100 Gr Saumon fumé  
2 Citrons  
100 Gr Carottes  
100 Gr Courgettes  
1 Œuf  
PM Moutarde  
50 Gr Beurre  
1 Yaourt nature  
30 Gr Crème  
100 Gr Tomate  
PM Cerfeuil  
PM Sel, poivre, 5 épices  
PM Huile d'olives, sucre

- 1 → Lever le filet de saumon, retirer la peau, le désarêter, puis couper la chair en morceaux. Trier, laver et essorer la salade, réserver.
- 2 → Couper le saumon fumé en dés, réserver. Peler les citrons à vif, les couper en dés, puis les confire. Tailler une brunoise de carottes et de courgettes et les cuire à l'anglaise » al dente » séparément.
- 3 → Assaisonner la chair de saumon avec sel, poivre et 5 épices, cuire à la vapeur, la tenir moelleuse et l'émietter. Réaliser une mayonnaise, ajouter le beurre et le yaourt.
- 4 → Lier la chair de saumon avec la sauce, rectifier l'assaisonnement, réserver.
- 5 → Assaisonner la salade avec sel, poivre et huile d'olives ; procéder de même avec la brunoise de légumes. Monter la crème fouettée, puis ajouter la compote de citron confit.
- 6 → Dans le fond d'un cercle en inox, déposer une couche de brunoise de légumes croquants, ajouter les rillettes de saumon, puis recouvrir de dés de saumon fumé, réserver au froid.
- 7 → Dans une assiette, décercler les rillettes de saumon, poser dessus une quenelle de crème fouettée au citron, disposer la salade, parsemer les dés de tomate, décorer avec une pluche de cerfeuil.
- 8 →
- 9 →

## Les recettes **60 min.** Difficulté ●○○

### Duo de Saumon et sa crème de Lentilles à l'orange 4 pers.

150 G Saumon frais  
200 G Saumon fumé  
2 Œufs  
150 G Crème fraîche  
50 G Beurre  
100 G Carottes  
100 G Poireaux  
100 G Céleri-rave  
3 Oranges  
40 G Lentilles  
16 Feuilles de pâte à ravioles chinoises  
PM sel, poivre  
PM thym, laurier, girofle  
PM Cerfeuil

- 1 → Eplucher et laver tous les légumes et les tailler en julienne. Cuire les lentilles dans un bouillon de légumes.
- 2 → Confectionner une farce mousseline avec le saumon frais. Réserver. Confectionner 8 ravioles avec la pâte à ravioles chinoises, en soudant les bords à l'aide d'une dorure et découper à l'emporte pièce cannelé.
- 3 → Etuver la julienne de légumes, avec un peu de beurre et réserver au chaud. S'assurer que les lentilles soient cuites, les égoutter et les mixer avec un peu de jus de cuisson.
- 4 → Ajouter le jus d'oranges, la crème fraîche et remettre en cuisson quelques minutes, mixer à nouveau et rectifier l'assaisonnement.
- 5 → Trancher finement le Saumon fumé, réserver. Frire les ravioles de saumon dans un bain de friture à 180°C, éponger sur du papier absorbant, saler.
- 6 → Dans une assiette creuse, dresser un peu de julienne de légumes, puis une raviole, recouvrir de julienne et de saumon fumé, poser une seconde raviole sur la julienne de légumes.
- 7 →
- 8 → Verser la crème de Lentilles à l'orange autour du montage et décorer avec une pluche de cerfeuil.
- 9 →

Recette réalisée et proposée par la classe  
De Mention complémentaire Employé Traiteur  
De l'UFA Saint Luc de Cambrai

Recette réalisée et proposée par la classe  
De Mention complémentaire Employé Traiteur  
De l'UFA Saint Luc de Cambrai

## Les recettes **45 min.** Difficulté ●○○

### Corolles de Sole à la brandade de Saumon, petits légumes confits

**4 pers.**

2 Soles « filet »  
150 Gr filet de saumon  
150 Gr pommes de terre  
100 Gr carotte  
100 Gr navet  
100 Gr courgette  
2 gousses d'ail  
4 Tomates cerisettes  
15 Cl huile olives  
PM basilic  
PM Aneth  
PM Sel, poivre

- 1 → Laver et cuire les Pommes de terre avec la peau dans un four à 200°C sur du gros sel.
- 2 → Eplucher les carottes et les navets les couper ainsi que les courgettes en brunoise. Confire la brunoise dans l'huile d'olives. Pocher le filet de saumon dans un court bouillon, égoutter et émietter.
- 3 → Eplucher les pommes de terre, les passer au tamis, ajouter l'ail, l'aneth haché, l'huile d'olives et le saumon émietté. Assaisonner et travailler à la spatule, réserver la brandade au bain marie.
- 4 → Habiller et lever les soles, aplatir les filets entre deux feuilles de film alimentaire, les assaisonner.
- 5 → Recouvrir les filets de sole de brandade de saumon, les former en roulades et les maintenir avec un pic en bois. Les rouler dans la farine sur toutes les faces, puis les saisir dans une poêle anti adhésive et finir la cuisson au four à 180°C.
- 6 → Dresser dans une assiette, les légumes confits, poser dessus deux filets de sole coupés en deux, et décorer avec tomate cerisette et pluches de basilic et d'aneth.
- 7 →
- 8 →
- 9 →

## Les recettes **30 min.** Difficulté ●○○

### Filet de Saumon à la crème de Noisettes

**4 pers.**

400 Gr filet de saumon  
1 brocoli  
1 botte de persil  
50 Gr Noisettes  
20 Cl crème fraîche  
25 Gr Beurre  
20 Cl Huile Noisettes  
25 Cl Fumet poissons  
PM Sel, poivre  
PM Fleur de sel  
PM Aneth

- 1 → Laver et équeuter le persil, le blanchir, le refroidir, l'égoutter et le réserver.
- 2 → Détacher la tête des brocolis en sommités, les cuire à l'anglaise, les rafraîchir, les égoutter et réserver au frais.
- 3 → Cuire les noisettes dans la crème additionnée de fumet de poissons, pendant une dizaine de minutes, mixer, passer au chinois, ajouter de l'huile de noisettes et réserver.
- 4 → Beurrer légèrement le filet de Saumon, puis le rôtir à four doux 110°C pendant 12 à 15 minutes, assaisonner.
- 5 → Réchauffer les brocolis avec du beurre et les dresser sur une assiette. Verser la sauce noisette au centre et disposer au centre le filet de saumon, l'assaisonner avec la fleur de sel..
- 6 → Décorer avec l'aneth, et la purée de persil montée à l'huile d'olives.
- 7 →
- 8 →
- 9 →