



LE PARMENTIER NORMAND 1/2

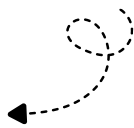


Toujours pour ce menu de fête Normand, je vous propose un parmentier réalisé avec un effiloché de viande incroyable ! j'ai réalisé cet effiloché avec du bœuf et du canard. Le bœuf est plus Normand mais le canard est peut-être plus gourmand. A vous de voir ;) La viande va cuire entre 1 et 2h avec un oignon préalablement haché et rissolé dans un peu de gras. Le tout cuit avec du cidre BRUT à 110° (comme pour les rillettes de poulet). Le temps de cuisson dépendra de la viande et de la quantité. En fin de cuisson la viande est tendre et légèrement caramélisée (la cuisson se termine à sec)

L'effiloché pour 2 personnes :

1 oignon
1 magret de canard ou 300g de viande de bœuf
(demander conseil à votre boucher)
300g de cidre brut et fermier pour 1h de cuisson
(ou plus dans le cas d'une cuisson de 2h pour le boeuf)
5g de bouillon en poudre
(Bouillon de légume et de volaille en poudre (bio))

Suivez la recette pas à pas sur votre TM6 et +
en scannant le QR code avec votre smartphone



La purée pour 2 personnes :

300g (compter 150g de panais par personne)
30g (10% de crème)
sel aux herbes

VARIEZ LES PLAISIRS

Vous pouvez bien sûr faire varier les légumes mais n'ayant pas tous la même chaire, ils ne donneront pas forcément la même texture de purée. Pour le céleri-rave par exemple, ajoutez de la pomme de terre et ne mixez pas trop longtemps

ATTENTION : La pomme de terre contenant de l'amidon peut rendre une purée collante. Pour ne pas rencontrer ce phénomène, il faut choisir des pommes de terre à chaire farineuse, (spéciale purée), les cuire suffisamment et écraser la purée par 500g environ, environ 10 sec vitesse 4 (pas trop longtemps et pas trop vite). Avec la pomme de terre, préférez le beurre à la crème pour conserver une texture ferme de la purée.



LE PARMENTIER NORMAND 2/2



A FAIRE POSSIBLEMENT LA VEILLE :

- Retirer la peau du canard et en réserver 40g par magret (coupés en morceaux)
- Mettre la peau de canard dans le bol et **Hacher 5 sec vit 8**
(si la peau du canard est molle, placez la 30mn au congélateur pour la raidir et faciliter son hachage)
- Ajouter l'**oignon** et **hacher 5sec vit 5**
- Faire **suer 4mn à 100° en mijotage**
- Ajouter la viande en cubes, le cidre, le bouillon en poudre et **régler 1h à 110° en mijotage.**
(Comptez 1h30/2h pour la viande de bœuf)

Pendant ce temps ...

- Éplucher les panais, les couper en gros morceaux et les disposer dans le varoma.
- Mettre le varoma en place sur la cuisson de la viande et profiter de l'évaporation pour cuire les panais 30 à 35mn (réglez un minuteur à part). Vérifier la cuisson des légumes qui doivent être fondants avant de retirer le varoma

A l'arrêt de la minuterie des panais,

- Réservez les panais et **continuez la cuisson de la viande avec le Gobelet doseur**

A l'arrêt de la cuisson de la viande :

- Effiloche la viande **environ 20 sec vit 3 et réserver, Rincer le bol de TM**
 - Réchauffer les panais au micro-onde
 - Peser les panais dans le bol et ajouter 10% de crème
 - Saler/poivron et **mixer 10 à 15 sec vit 4**
- (Ajuster le temps à la quantité de légumes, et pas plus d'1/2 bol à la fois c'est mieux :))

LE JOUR J :

- Réchauffer la viande au micro-onde de préférence ou au Thermomix en remouillant avec un peu de cidre.
- Réchauffer la purée au micro-onde

DRESSAGE EN CERCLE (idéalement dans une assiette sombre)

- A l'aide d'un cercle de montage, disposer une couche d'effiloché (sans trop tasser)
- Disposer ensuite une couche de purée (toujours sans trop tasser pour faciliter le démoulage idéalement sans pousoir.
- Ajouter une virgule de **sauce camembert**, quelques petits dés de **nougat de camembert** et quelques **feuilles de roquettes ou de mâche**

Vous pouvez aussi compléter l'assiette de quelques champignons poêlés ou de petits légumes.