



... faire naître l'inspiration  
... essayer de nouvelles recettes  
... goûter la différence

**DÉMONSTRATION HOUNÖ**  
**MERCREDI 9 MARS 2016**

Nicolas Bergeat

MEINEN  
C·U·I·S·I·N·E·S

Meinen Cuisines Professionnelles SA

*Nous entretenons vos cuisines comme nos cuisines*

Eric Pesier  
Directeur Commercial

Téléphone : +41 22 753 11 22

Fax : +41 22 753 22 81

Mobile : +41 79 949 75 54

[meinencuisines.com](http://meinencuisines.com)



Adhérent Suisse Romande



# RECETTES POUR MÉMOIRE

## TARTE TATIN

20g sucre  
8gr beurre  
cannelle  
1 pomme  
pâte feuilletée

Préchauffer le four à 220°C pendant 1mn

Enfourner les tartes

Cuisson air chaud 195°C - 100% ventilation - houra ouvert - 20  
secondes vapeur- 12mn

Air chaud 210°C - 100% ventilation - houra ouvert - 3mn

**Le truc du chef:** après cuisson, laisser refroidir les tartes, le caramel durcit. Pour les démouler, passer les plaques en four chaud 200°C - 2mn- sortez les en placer une autre plaque au dessus - maintenir les deux plaques et retourner les deux plaques en même temps - attention au caramel chaud !

## TOMATES SOUS VIDE

500g tomates cerise  
2 gousses d'ail  
10 branches de thym  
1/2dl de vinaigre balsamique  
1 cuillère à soupe de miel d'acacia  
10 grains de poivre rose  
1 feuille de laurier  
2 cuillères a café de sel

Nettoyer les tomates

Mettre tous les ingrédients dans un sac sous vide et faire le vide

Préchauffer le four a 90°C vapeur.

Cuire pendant 8mn à 90°C.

Les tomates sont prêtes à être servies.

### **Le truc du chef**

si vous ne servez pas les tomates immédiatement après la cuisson, elles peuvent être refroidies dans un bain de glace, puis servies froides plus tard ou remises en température.

Les tomates étant sous vide, elles peuvent être conserver au frais jusqu'à une semaine sans détérioration.

## CHAMPIGNONS EN PICKLES

2kg de champignons

### Marinade

4 citrons verts  
2 gousses d'ail  
4 cuillères à soupe d'épices BBQ  
10 à 14 tranches de gingembre mariné  
2 cuillères à soupe de poivre moulu  
1/2 cuillères à soupe de cumin  
10 branches de romarin  
3dl d'huile d'olive

Nettoyer et égoutter les champignons

Presser le citron

Finement émincer les zestes

Finement émincer l'ail, le gingembre et le romarin

Mélanger tous les ingrédients de la marinade

Mélanger les champignons à la marinade

Préchauffer le four à 225°C

Rôtir les champignons à 200C pendant 15mn avec le couvercle ouvert

Servir avec une volaille, du poisson ou de la viande

## GÂTEAU DE RIZ ET SAUCE AUX CERISES

### Gâteau de riz

220g riz rond  
1l lait entier  
200g sucre  
2 gousses de vanille

Mixer tous les ingrédients et cuire vapeur en plaque de 65mm 30 à 35mn jusqu'à ce que le riz soit tendre

Laisser refroidir et détendre avec une crème fouettée et des amandes effilées - assaisonner si nécessaire avec du sucre glace.

### Sauce cerises

2,5kg de cerises congelées  
750 g de sucre  
100g de sucre vanillé  
le jus de 2 oranges

Mixer tous les ingrédients

Cuire vapeur la sauce au four 7mn

Sortir du four et remuer à la marise

Cuire à nouveau à la vapeur 7mn, remuer à nouveau et servir chaud ou froid.

## SAUCE BÉARNAISE

500ml de vinaigre de vin blanc  
250ml de vin blanc  
3 échalotes  
4 feuilles d'estragon  
1 cuillère à café de poivre

Mélanger tous les ingrédients et faire réduire au four - Air chaud 230°C pendant 20-25mn (réduction de 50%)  
Refroidir et garder au frais.

### Faire la sauce

35g de réduction  
35g d'eau  
4 g de sel  
65g de jaune d'oeufs (pasteurisés)  
125g de beurre en dés  
3 feuilles d'estragon

Mélanger réduction, eau, sel et jaunes d'oeufs  
Mettre en sachet sous vide  
Ajouter le beurre  
Faire le vide et fermer le sachet

Préchauffer le four 65°C vapeur, insérer le sac et cuire au moins 25mn - sortir du four et vider le contenu dans un mixer - mixer et finir en ajoutant l'estragon et les échalotes.

**Le truc du chef :** ne pas utiliser de blender/mixer trop agressif sous peine de voir trancher la sauce.

## RATATOUILLE CORSÉE

3 poivrons rouges  
3 poivrons jaunes  
2 courgettes  
1 aubergine  
2 gousses d'ail  
15 brins de thym  
3 cuillères à soupe d'huile d'olive  
sel & poivre

Nettoyer les légumes et les couper en larges cubes de taille régulière  
Couper finement ail et thym ou mixer avec l'huile d'olive  
Mélanger les légumes au mélange mixé

### FOURS CPE/KPE

Préchauffer le four à 180°C pendant 2 mn - charger le four quand l'alarme sonne  
Utiliser ClimaOptima avec 35% d'humidité pendant 15mn et terminer à 180°C Air chaud pendant 3mn avec l'houra ouvert.

Il peut être pratique de programmer la séquence pour rendre le travail plus fluide.

### FOURS C/K

Préchauffer le four à 180°C pendant 2mn - charger quand l'alarme sonne  
Utiliser Combi vapeur 1 à 165°C pendant 15mn et finir avec Air chaud à 180 °C pendant 3mn avec l'houra ouvert.

## ROAST BEEF (AVEC DELTA-T)

Cette recette est particulièrement recommandée pour les fours combi CPE & KPE, équipés de la fonction delta T qui assure l'extrême tendreté et le juteux de la viande.

Si vous possédez un four C ou K, vous devez rôtir le boeuf au four ou en sauteuse, puis effectuer la cuisson à 75°C jusqu'à une température à coeur de 57°C.

### CPE/KPE

Préchauffer à 240°C pendant 2mn

Mettre le rôti sur grille et mettre les grilles dans les racks comme suit: le premier au milieu, le second au dessus du 1er, le 3e en dessous du 1er, le 4e au dessus du 2e, etc.

Insérer le thermomètre au coeur de la viande

Faire brunir la viande à 210°C air chaud pendant 8mn avec l'houra ouvert.

Refroidir à 45°C et activer le mode réchauffer (Cook & Regen / reheating)

Mettre la température thermostat delta T et 57°C

Réduire la ventilation à 30%

### Les trucs du chef

En programmant toutes les étapes, vous vous garantissez un résultat constant à chaque cuisson.

Le programme:

- Préchauffe 240°C - 2mn
- stop - charger les plaques
- Air chaud 210 °c - 8mn- houra ouvert
- refroidir 45°C
- remettre en température, Delta T 57°C, ventilation 30%

toujours charger le four rapidement pour minimiser les déperdition de chaleur.

## OEUF AU PLAT

utiliser les plaques Hounö dans votre four combi

graisser les plaques

casser les oeufs dans chaque emplacement

préchauffer le four à 230°C pendant 2mn

enfournier

cuire à Air chaud 210°C - houra ouvert - 4mn - ventilation 60%

### Le truc du chef

Laisser les oeufs sur plaque pendant 1/2 mn à 1mn avant de servir.

Pour les CPE & KPE, vous pouvez tirer avantage du Rack timer qui vous aidera à gérer la préparation de chaque plaque, et avoir ainsi des oeufs au plats prêts au fur et à mesure en continu plutôt que d'avoir une large quantité prête en même temps.