

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)



SUPRÊME DE VOLAILLE EN CROÛTE SAUCE FOYOT

ACCOMPAGNÉ DE SON BARON D'ARDEUIL BUZET

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)
et la suggestion d'accompagnement de votre caviste Nicolas

NICOLAS



Préparation : 30min
Temps de cuisson : 20min

Niveau : Facile
Budget : Moyen

POUR 8 PERSONNES

- Suprêmes de volaille (sans la peau) : 4
- Estragon : 0.5 botte
- Vin blanc sec : 6.5 cl
- Vinaigre alcool blanc : 6.5 cl
- Poivre blanc : 3.5 g
- Échalotes : 1.5 pièces
- Beurre doux : 200 g
- Sel fin : 4 pincées
- Cerfeuil : 0.5 botte
- Jaunes d'œufs : 2.5 pièces
- Demi glace de viande : 3.5 cl

Base et déroulé de la Sauce Foyot (base béarnaise additionnée d'un fond de viande)

- Mettre le beurre à fondre dans un récipient. Clarifier le beurre. Enlever l'écume, puis continuer en conservant la matière grasse et en laissant le bas-beurre.
- Éplucher les échalotes, puis les couper en petits dés.
- Effeuillement des herbes, puis les hacher finement.
- Dans une casserole d'eau, insérer le vinaigre, le vin blanc, les échalotes, le poivre, les tiges et la moitié des herbes hachées.
- Porter ensuite à ébullition puis laisser le tout réduire jusqu'à obtenir l'équivalent de 4 cuillères à soupe de liquide. Une fois la réduction obtenue, laisser refroidir et ôter les tiges.
- Ajouter ensuite les jaunes d'œufs et une pincée de sel.
- Fouetter énergiquement sur feu doux. Cuire doucement le sabayon, qui doit être moussueux, onctueux et aérien.
- Saler et ajouter progressivement le beurre chaud et remuer.
- Ajouter le reste des herbes fraîches et la demi-glace de viande. Tenir au bain-marie jusqu'à utilisation.

Base et déroulé pour les suprêmes de volaille

- Saler les suprêmes avant cuisson. Dans une poêle, faire chauffer un filet d'huile, y déposer les suprêmes (côté bombé en premier), puis faire cuire 3 ou 4 minutes de chaque côté.
- Pour finir placer le suprême sur une assiette avec la garniture de votre choix. Servir la sauce à part dans une saucière.



Imprimé sur papier FERC, issu des forêts gérées durablement

LA SUGGESTION DU CAVISTE

BARON D'ARDEUIL

AOP BUZET

Robe grenat aux reflets briques soutenus, nez fruité, puis de notes de fruits confits et de pruneaux cuits.

Pourquoi cette alliance ?

La structure riche de ce vin, ublimera le goût suave de la volaille.

Retrouvez toutes les recettes de Nicolas sur recettes.nicolas.com



Le petit plus de...

Christian Célestin apprenti en terminal Bac professionnel Cuisine (EPMT).

« Au moment de verser le beurre fondu pour monter la sauce, si celle-ci tombe (détachement du gras), verser du bout des doigts quelques gouttes d'eau et fouetter énergiquement. L'action de l'eau froide permet de rattraper sa sauce ».