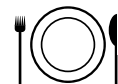




Asperges du Valais au pesto d'ail d'ours et jambon cru du pays

Asperges du Valais accompagnées d'un pesto d'ail des ours parfumé et de jambon cru finement tranché, une alliance élégante de fraîcheur, de saveur et de caractère régional.



Pour
4 personnes



Durée
00 minutes



Effort
xxxxxxx

PRÉPARATION

01. **Asperges**
Cuire les asperges à l'eau salée et les rafraîchir à l'eau glacée.
02. **Pesto d'ail d'ours**
Mixer dans un blender l'ail d'ours et l'huile d'olive. Ajouter au fur et à mesure le parmesan et les pignons de pin. Rectifier l'assaisonnement.
03. **jambon cru du pays**
Présenter les fines tranches de jambon cru du pays en forme de roses et les servir accompagnées d'asperges et de pesto d'ail d'ours.

«Rêves Gourmands»
Hôtellerie & Gastronomie
Cécile & Bob Jacq
Rue des Sondzons 22
1904 Vernayaz
info@revesgourmands.ch
revesgourmands.ch



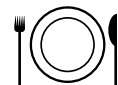
INGRÉDIENTS

- Asperges vertes ou blanches du Valais
- Huile d'olive
- Parmesan
- Pignons de pin
- Ail d'ours
- Sel, poivre, piment d'Espelette



INGRÉDIENTS

- 500g de jus de mandarine
- 150g de sucre
- 350g de crème
- 3 feuilles de gélatine



Pour
4 personnes



Durée
00 minutes



Effort
xxxxxxx

PRÉPARATION

01. Mélanger le jus de mandarine avec le sucre. Réserver une petite quantité de jus de mandarine. Ramollir les feuilles de gélatine dans de l'eau froide.
02. Monter la crème au batteur. Chauffer le jus de mandarine réservé et y incorporer la gélatine ramollie, puis verser dans le mélange de jus de mandarine et de sucre.
03. Incorporer la crème montée. Mouler et réserver au frais.

«Rêves Gourmands»
Hôtellerie & Gastronomie
Cécile & Bob Jacq
Rue des Sondzons 22
1904 Vernayaz
info@revesgourmands.ch
revesgourmands.ch



Délice de mandarine

Mousse à la mandarine légère et aérienne, aux notes d'agrumes fraîches, à la douceur subtile et à la texture crémeuse. Parfaite comme dessert léger!

Filets de perche et crème de persil, julienne de pois mange-tout

Filets de perche délicats accompagnés d'une crème de persil fine et de pois mangetout croquants, relevés d'une tuile légère au basilic. Un plat qui séduit autant le palais que les yeux par ses arômes élégants et sa fraîcheur végétale.



Pour
4 personnes



Durée
00 minutes



Effort
xxxxxxx

PRÉPARATION

- 01. Les filets de Perche**
Retirer la peau des filets de perche, assaisonner et rouler les filets, les piquer avec un cure-dent. Badigeonner d'huile d'olive, saler, poivrer et cuire au four à 200° pendant 3 minutes.
- 02. Crème de persil**
Blanchir le persil dans de l'eau bouillante salée. Le sortir puis le mettre dans un bac d'eau glacée. Mixer le persil, ajouter du bouillon de légumes, de l'huile d'olive et de la crème. Saler et poivrer.
- 03. Les pois mange-tout**
Cuire les pois mange-tout à l'eau salée, puis les couper en fine julienne. Assaisonner.
- 04. Tuile de basilic**
Mélanger tous les ingrédients et étaler finement sur un moule en silicone. Cuire au four à 160° pendant 4 à 7 minutes. La tuile doit rester verte.

INGRÉDIENTS

- xx g Filets de Perche
- xx g Persil
- xx g Pois mange-tout
- xx g Basilic
- 50g de blanc d'œuf
- 50g de farine
- 50g de beurre fondu
- Basilic mixé
- Sel, poivre

«Rêves Gourmands»
Hôtellerie & Gastronomie
Cécile & Bob Jacq
Rue des Sondzons 22
1904 Vernayaz
info@revesgourmands.ch
revesgourmands.ch





Pour
4 personnes



Durée
00 minutes



Effort
xxxxxxx

INGRÉDIENTS

- 400 g de riz Carnaroli
- 2 cuillères à soupe de pesto d'ail des ours
- 100 g de beurre
- 300 g de guanciale
- 1 échalote
- 1 dl de vin blanc
- 300 g de pecorino romano
- 1 l de bouillon de poulet
- Sel

Hôtel Restaurant
Le Mont-Vully
Catherine Mao,
Martin Angst Mao
Route du Mont 50
1789 Lugnorre

info@hotelmontvully.ch
www.hotelmontvully.ch



*Un conseil
de la cuisine*

Laver l'ail des ours fraîchement récolté et le mélanger avec de l'huile de colza. Conserver dans des bocaux stérilisés.

PRÉPARATION

01. Hacher finement l'échalote et la faire revenir dans une casserole avec un peu d'huile d'olive. Ajouter le riz et le faire suer légèrement pendant quelques minutes. Déglacer avec le vin blanc et laisser évaporer l'alcool. Ajouter progressivement le bouillon chaud en mélangeant régulièrement jusqu'à la cuisson complète du riz.
02. Couper le guanciale en petits cubes et le faire dorer dans une poêle jusqu'à ce qu'il devienne croustillant. Ajouter le pesto d'ail des ours dans le risotto, puis incorporer le beurre et le pecorino romano râpé. Goûter et assaisonner.
03. Dresser le risotto dans une assiette creuse et ajouter le guanciale par-dessus pour apporter une note croquante.



Risotto au pesto d'ail des ours et guanciale

Risotto crémeux au pesto d'ail des ours aromatique et au guanciale croustillant. Pour apporter beaucoup de fraîcheur et de caractère à l'assiette!



Ravioli au vacherin Mont d'Or

Un plat élégant aux accents alpins : des raviolis faits maison garnis de fromage fondant et accompagnés de chou frisé délicat.



Pour
4 personnes



Durée
00 minutes



Effort
xxxxxxx

Restaurant du Lac
Roberto Biaggi,
Sylviane Biaggi-Martin
Sur les Quais 47
1342 Le Pont

rest.lac.pont@bluewin.ch
restaurantdulaclepont.ch



PRÉPARATION

01. Pâte à ravioli

Former une fontaine avec la farine. Battre les œufs avec sel, poivre et 1 cs d'huile, verser au centre et pétrir env. 5 minutes jusqu'à obtention d'une pâte lisse. Emballer et laisser reposer 30 minutes au frais.

02. Légumes

Émincer 150 g de feuilles de chou sans les côtes et hacher finement l'oignon. Faire revenir l'oignon 3 minutes dans 2 cs d'huile sans coloration. Ajouter le chou, laisser tomber quelques minutes, saler et réserver.

03. Farce au fromage

Retirer les vacherins de leur boîte et enlever la sangle d'épicéa. Ôter la croûte inférieure, récupérer le fromage et le travailler au moins 10 minutes à la spatule jusqu'à obtention d'une masse parfaitement lisse. Poivrer et transférer dans une poche à pâtisserie.

04. Façonnage

Diviser la pâte en 4 et l'abaisser finement. Déposer des noix de farce sur une bande, humidifier les bords avec eau et blanc d'œuf, recouvrir d'une seconde bande, chasser l'air et découper les ravioli. On obtient env. 24 pièces. Réserver 30 minutes au frais.

05. Cuisson

Pocher les ravioli 2 à 3 minutes dans une eau salée frémissante. Les transférer avec une écumoire dans la poêle de légumes avec un peu d'eau de cuisson pour lier la sauce. Ajouter la ciboulette, mélanger brièvement et servir aussitôt, lorsque le fromage est bien coulant.

INGRÉDIENTS

- 2 vacherins Mont d'Or moyens (env. 500 g chacun)
- 200 g de farine
- 2 gros œufs
- 1 petit chou frisé
- 1 oignon
- 1 bouquet de ciboulette
- Sel, poivre blanc
- Huile d'olive ou de colza

Sortir les vacherins du réfrigérateur 3 heures avant la préparation.

*Un conseil
de la cuisine*

Ces ravioli se congelant parfaitement, on peut les faire sans problème à l'avance. Ensuite, il suffit de les sortir du congélateur et de les plonger directement dans l'eau frémissante salée pour les cuire.



Pour
4 personnes



Durée
00 minutes



Effort
xxxxxxx

INGRÉDIENTS

- Un petit filet de veau
- Mélange de trois zestes d'agrumes
- 1 petite boîte de thon rose
- Ail et assaisonnement

PRÉPARATION

- 01. Filet de veau**
Assaisonner la viande et la marquer vivement à la plancha. Cuire au thermoplongeur avec les condiments et le thon dans un sachet, pendant 3 heures à 60 °C. Laisser ensuite refroidir une nuit au réfrigérateur. Couper de fines tranches à l'aide d'une trancheuse.
- 02. Crème de thon**
Récupérer le jus et le thon du sac de cuisson. Mixer vivement, puis monter avec un jaune d'œuf et de l'huile d'olive. Réserver au frais dans une bouteille, prête à dresser.
- 03. Servir**
Dresser les tranches de filet de veau sur des assiettes froides. Répartir finement la crème de thon par-dessus et garnir de câpres et d'herbes fraîches. Terminer avec un filet d'huile d'olive et du poivre fraîchement moulu.

**Hôtel Restaurant
Lacotel**

Route de Salavaux 2
1580 Avenches
lacotel@lacotel.ch
www.lacotel.ch



Filet de veau «Vitello Tonnato»

Un classique de la cuisine estivale, interprété avec élégance: Vitello Tonnato avec filet de veau tendre et crème de thon onctueuse.



Pour
10 personnes



Durée
00 minutes



Effort
xxxxxxx

Tartare de féra

De délicats corégones rencontrent des notes d'agrumes fraîches et une touche fruitée. Qu'il s'agisse d'une entrée élégante ou d'un plat principal léger, ce plat séduit par son équilibre aromatique et sa subtile combinaison de saveurs.

PRÉPARATION

- 01. Mise en place**
Couper les filets de féra en petits dés. Hacher finement les échalotes. Couper la pomme en brunoise.
- 02. Tartar**
Mélanger le poisson coupé en petits dés avec l'huile d'olive. Ajouter les échalotes, la pomme, la ciboulette, le persil, le jus de citron et le grapefruit. Assaisonner avec le sel, le poivre et une râpée de fève de Tonka.

INGRÉDIENTS

- 1 kg de filets de féra fumé à froid (désarêtées sans peau)
- Sel
- Poivre blanc du moulin
- 100 g de jus de citron
- 1 grapefruit rose ou blanc en filet
- 100 g d'huile d'olive
- 100 g d'échalotes pelées
- 10 g de ciboulette fraîche ciselée
- 10 g de persil plat
- 1 pomme en brunoise (une pomme avec acide)
- Fève de Tonka râpée

Restaurant du Lac
Roberto Biaggi,
Sylviane Biaggi-Martin
Sur les Quais 47
1342 Le Pont
rest.lac.pont@bluewin.ch
restaurantdulaclepont.ch

*Un conseil
de la cuisine*

Le poisson doit être fumé ou, s'il est frais, passé au congélateur pendant 24 heures afin d'être apte à la consommation.



Pour
4 personnes



Durée
00 minutes



Effort
xxxxxxx

Apple Ginger Spritz du Mont-Vully

Un Spritz sans alcool à base de jus de pomme régional et une note épicée de gingembre. Léger, aromatique et idéal comme apéritif moderne.

PRÉPARATION

- 01.** Verser les ingrédients dans un joli verre à cocktail à pied. Mélanger, ajouter 1 ou 2 glaçons ainsi qu'une fine tranche de pomme.



INGRÉDIENTS

- 12 cl de jus de pomme
- 6 cl de ginger beer
- 1 trait de citron vert pressé
- Glaçons
- 1 fine tranche de pomme



**Hôtel Restaurant
Le Mont-Vully**
Catherine Mao,
Martin Angst Mao
Route du Mont 50
1789 Lugnorre
info@hotelmontvully.ch
www.hotelmontvully.ch



Pour
4 personnes



Durée
40 minutes



Effort
xxxxxxx

Crème brûlée à la fleur de sureau

Une interprétation élégante du classique: cette crème brûlée à la fleur de sureau associe de délicates notes florales à une texture onctueuse et à une surface délicieusement caramélisée.

PRÉPARATION

01. Mélangez le sirop de fleurs de sureau, le sucre et les jaunes d'œufs jusqu'à ce que le sucre soit dissous.
02. Portez la crème à ébullition et ajoutez-la au mélange, puis remuez. Versez dans des ramequins.
03. Faites cuire au four à 120 °C (chaleur tournante) pendant 28 à 30 minutes. Laissez refroidir, puis saupoudrez de sucre de canne et caramélisez à l'aide d'un chalumeau de cuisine avant de servir.

Sirop de fleurs de sureau

Laissez macérer le tout pendant 24 heures, puis filtrez et mettez en bouteilles.



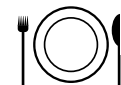
INGRÉDIENTS

- 4 dl crème entière
- 1 dl sirop de fleurs de sureau
- 50 g sucre
- 7 jaunes d'œufs
- 20 g sucre de canne pour saupoudrer

Sirop de fleurs de sureau

- 1 litre d'eau
- 1 kg sucre
- 1 citron coupé en rondelles
- 1 orange coupée en rondelles
- 30 g d'acide citrique
- 10 fleurs de sureau

Restaurant du Port
Pantillon Philippe & Gilles
Route du Lac 127
1787 Môtier (Vully)
info@restaurantduport.ch
www.restaurant-du-port.ch



Pour
4 personnes



Durée
00 minutes



Effort
xxxxxxx

Soupe au vin blanc (Chasselas)

Soupe raffinée au Chasselas: élégante, aromatique et équilibrée. Une entrée subtile pour des menus exigeants!

PRÉPARATION

01. Hacher finement les échalotes et l'ail, puis les faire revenir légèrement. Déglacer avec le vin blanc et laisser réduire légèrement.
02. Ajouter le fond de légumes et laisser épaissir légèrement. Incorporer la crème, puis assaisonner avec le sel, le poivre et le poivre de Cayenne.
03. Juste avant de servir, ajouter la garniture de brunoise de légumes.



INGRÉDIENTS

- 5 dl Chasselas de Vully
- 5 dl fond de légumes
- 1 dl crème entière
- 20 g d'échalotes
- 1 gousse d'ail
- Liant pour sauce
- Poivre du moulin, sel, poivre de Cayenne
- Garniture: brunoise de légumes

