

MON LIVRET DE *Recettes*

13
RECETTES
créatives

NAVET SALÉ D'ALSACE SÜRI RUEWE

NOVETS

BLANCS CONFITS

prêts à cuisiner

École d'Hôtellerie et de Tourisme



Alexandre Dumas

Lycée des métiers de
l'hôtellerie et du tourisme
Alexandre Dumas

Livret réalisé par l'**Interprofession**
des Fruits et Légumes d'Alsace.

Recettes proposées par **les élèves** et
leur professeur de la **Mention Complémentaire**
« **Employé Traiteur** » du lycée **Hôtelier**
Alexandre Dumas d'Illkirch-Graffenstaden.

www.fruits-legumes-alsace.fr

FRUITS ET LÉGUMES
D'ALSACE



Produit et transformé
en Alsace



PETITE HISTOIRE DU NAVET BLANC CONFIT

Si le navet blanc sous sa forme confite était déjà consommé par les hommes de la préhistoire, les « gastronomes » de la Renaissance lui reconnaissent des vertus de santé comme le précise Roland Oberlé dans son ouvrage « La vie quotidienne en Alsace au temps de la Renaissance ». On apprendra bien plus tard que c'est la fermentation qui permet au navet de se charger en micro organismes vivants, les probiotiques, particulièrement bénéfiques pour la digestion.

Les premières descriptions de fabrication des navets salés en Alsace sont présentes dans le « Kreuterbuch » de

Bock dès 1539. Ce dernier nous assure que « presque tous les livres de cuisine alsaciens, parus depuis le XVI^e siècle, indiquent la manière de préparer les conserves de navet ». On parle alors de Süri Ruewe, de Keller nûddle ou encore de Keller Staffle.

Trois siècles plus tard à la fin du XIX^e, Schlienger et Braun relèvent que les Sauerüben, des navets confits, faisaient encore l'ordinaire des dimanches bourgeois de Colmar. Voegeling ajoute qu'on servait traditionnellement des navets tous les mardis entre Pâques et la Pentecôte.

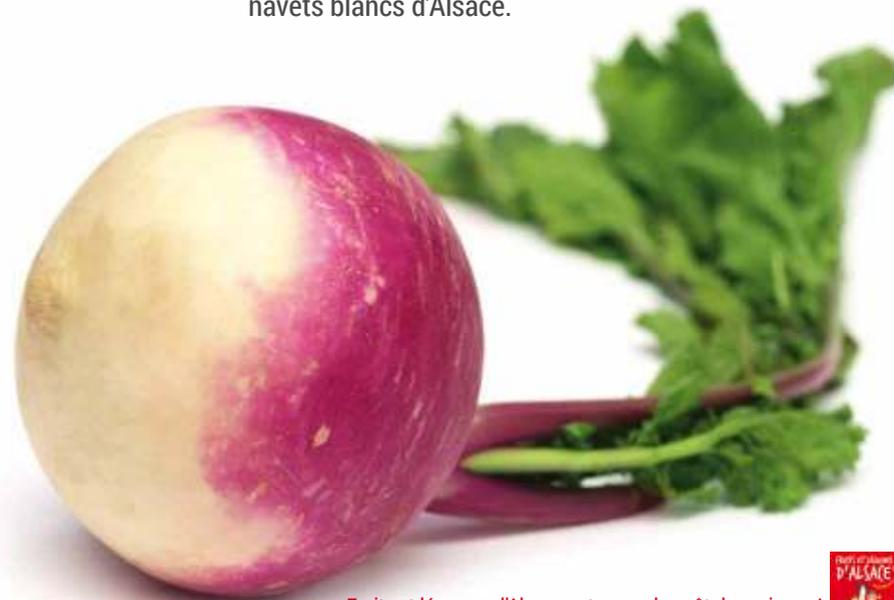
UNE SPÉCIALITÉ ALSACIENNE

Si le navet est une spécialité alsacienne, il est des communes où sa production est particulièrement présente. Ainsi, de mémoire d'agriculteur, on a toujours cultivé des navets à Plobsheim. Les terrains sableux, la présence d'eau facile à exploiter à travers l'affleurement de la nappe phréatique y sont pour beaucoup. On parle encore aujourd'hui de la souche de Plobsheim, blanche à collet blanc.

Dans le Sundgau à Gommersdorf, est un autre lieu emblématique du navet. On y cultive le « Stupfelruewe » le navet blanc globe à collet violet.

Ces souches locales sont le fruit d'un savoir-faire qui se transmet de génération en génération. Si vous aussi vous envisagez de vous lancer dans la production de navet blanc, voici un mode d'emploi qui a fait ses preuves :

1. Sélectionnez 50 très beaux navets.
2. Repiquez-les dans une petite parcelle en les recouvrant de fumier de porc.
3. Dès le mois de mars, une hampe florale apparaît. La floraison s'étend sur un mois entre mai et juin.
4. Fin juin, coupez l'appareil foliaire (fleurs et feuilles), formez une botte et mettez-la à sécher jusqu'au battage.
5. Le battage est réalisé sur une bâche et la semence est récoltée puis nettoyée par soufflage et tamisage. Le tour est joué, vous disposez de votre semence pour produire de magnifiques navets blancs d'Alsace.





AUSSITÔT RECOLTÉ, AUSSITÔT TRANSFORMÉ

Les navets blancs d'Alsace sont récoltés au mois d'octobre. Fraîchement cueillis, ils sont livrés au transformateur qui les réceptionne dans un silo. Dans la foulée, ils sont lavés, épluchés, et découpés en longues lanières parfaitement blanches à l'aide d'un « peigne ».

Ces lanières organisées en couches successives sont mise en saumure dans un silo à l'abri de l'air. Après fermentation anaérobie, les navets salés sont prêts à être conditionnés et commercialisés.

Le navet blanc confit d'Alsace est prêt à être cuisiné et présent en rayon et chez les bouchers de fin septembre à fin mars. Petit conseil, pensez à dessaler vos navets par un ou deux lavages avant de mettre votre recette en oeuvre.



LES TROIS DERNIERS TRANSFORMATEURS ALSACIENS



Si l'histoire des « Süri Ruewe » alsaciens remonte à la nuit des temps, elles ne sont plus aujourd'hui que trois, trois entreprises familiales à en garantir l'héritage en Alsace. Elles sont les tenants d'un savoir-faire transmis de génération en génération.

Jean-Michel Ades et ses fils producteurs de choucroute et navets salés à Krautergersheim, Constant Speisser et ses fils, à l'enseigne de la « Choucroute de Hattisheim » à Geispolsheim et à l'autre bout de la région la choucrouterie Claude à Chavannes sur l'étang dans le Sundgau, perpétuent chacun à leur manière la tradition.

Vous trouverez leurs coordonnées précises en dernière page de ce livret.

4 personnes
 Temps de préparation : 40 minutes
 Temps de cuisson : 2 heures
 Niveau A

NAVETS SALÉS CONFITS

« RECETTE TRADITIONNELLE »

SÛRI RÜEWE



Recette : Jean-Marc STURNY, professeur de cuisine

Recette

NAVET SALÉ

- Rincez les navets salés à l'eau tiède afin d'éliminer l'excès de sel.
- Egouttez-les.
- Tailler finement les oignons et les faire blondir dans une cocotte ou une terrine en terre cuite de Soufflenheim au saindoux ou à la graisse d'oie (ou au beurre), évitez la coloration.
- Disposez une moitié des navets sur les oignons.
- Versez le vin blanc et complétez avec un bouillon ou de l'eau à hauteur.

GARNITURE

- Placez la palette fumée, les jambonneaux et le lard.
- Parsemez l'ail en lamelles les baies de genièvre, les clous de girofles et les feuilles de laurier, sur la viande.
- Couvrir et faire cuire au four (180°-200°C), th. 4-5 pendant 1h30 à 2h (ne pas saler la préparation durant la cuisson selon la teneur en sel de la viandes vous ferez l'appoint en fin de cuisson).
- Cuire les pommes de terre en les disposant entières ou en quartiers durant 25 minutes avant la fin de la cuisson sur les navets afin de les cuire à la vapeur de navets et de viande fumée.
- Pour servir, retirer en fin de cuisson les viandes délicatement, tranchez la viande et dressez les navets dans un grand plat creux, disposez les pommes de terres cuites à la vapeur autour et servir fumant.

Conseil en vins :

Un vin blanc d'Alsace frais et sec (Riesling, Sylvaner ou Pinot blanc) s'impose.

Ingrédients

NAVET SALÉ

- 1 200g de navets salés
- 200g d'oignons
- 80g de Saindoux ou graisse d'oie (ou beurre)
- 0.40 L de vin blanc (Riesling)

GARNITURE

- 800g de jard frais (Grener Spack)
- 3 pièces de jambonneau (Waedele)
- 400g de palette fumée (Schieffelle)
- 3 feuilles de laurier
- 1 pincée de coriandre en grain
- 2 clous de girofle
- 2 gousses d'ail
- Poivre du moulin
- 600g de pommes de terre à chair ferme

Il est possible d'agrémenter cette préparation avec d'autres morceaux de viande tels que du lard fumé du carré de porc salé fumé (Kassler), des coties ½ (Raepple), de l'échine de porc ½ sel, divers charcuteries alsacienne comme des véritables knack de Strasbourg, le gendarme, saucisse paysanne à griller...

4 personnes
 Temps de préparation : 60 minutes
 Temps de cuisson : 30 minutes
 Niveau AA

TAPAS DE NAVETS SALÉS : TRUITE FUMÉE ET TOMATES CONFITES SUR LIT DE PAIN D'ÉPICES

CUILLÈRE DE NAVETS SALÉS, FOIE GRAS, MAGRET FUMÉ ET ASPERGES



Recette : Thomas BELLANGER

Recette

TRUITE FUMÉE

- Plonger les tomates dans de l'eau bouillante 30 secondes et les refroidir dans de l'eau glacée, puis enlever les pépins et tailler les tomates en quatre.
- Les enduire d'huile d'olive et de sel puis les sécher au four à 160°C.
- Tailler de la truite fumée en carrés de 3 cm sur 3 cm puis trancher finement le pain d'épice en morceaux de 3 cm sur 3 cm.
- Dorer le pain d'épices au four avec un peu de beurre.
- Faire revenir le navet salé en y ajoutant du Nuoc Mam et des feuilles de menthe hachées.
- Dresser le navet sur la bande de pain d'épices, puis disposer les lanières de truites fumées en y ajoutant un pétale de tomate séchée et une pointe de menthe en finition.

CUILLÈRE DE NAVET

- Éplucher les asperges puis les couper en deux en gardant les têtes.
- Cuire le navet salé au beurre.
- Cuire dans de l'eau salée les asperges pendant 2 minutes.
- Eplucher et tailler en petits dés la pomme et la poire.
- Tailler le foie gras en cube d'1 cm puis tailler le magret fumé en fins filaments.
- Couper en fines tranches les queues d'asperges et les mélanger au navet salé.
- Cuire dans un peu d'eau et de sucre les brunoises de pomme et poire jusqu'à obtenir une petite coloration et les ajouter au mélange d'asperges et de navet.
- Faire une vinaigrette et l'incorporer au navet salé.
- Dresser en cuillère le mélange de navet salé avec les lamelles de magret et les cubes de foie gras. Disposer dessus une tête d'asperges coupée en deux dans le sens de la longueur.

Ingrédients

TRUITE FUMÉE

- 200g de navet salé
- 10cl de Nuoc Mam
- ½ botte de feuilles de menthe
- 200g de truite fumée
- 2 tomates
- 3 cl d'huile d'olive
- 15g de beurre
- 4 tranches de pain d'épices

CUILLÈRE DE NAVET

- 200g de navet salé
- 25g de foie gras mi-cuit
- 25g de magret de canard fumé
- 4 asperges vertes
- 1 pomme
- 1 poire
- 20g de beurre
- 15 cl d'huile d'olive
- 10 cl de vinaigre balsamique

4 personnes
 Temps de préparation : 40 minutes
 Temps de cuisson : 10 minutes
 Niveau A

RAVIOLES DE NAVETS SALÉS AU FOIE GRAS POÊLÉ, CRÈME DE RAIFORT ET CHIPS DE PAIN D'ÉPICES



Recette : Caroline KARTNER

Recette

RAVIOLES

- Couper le foie frais en petits dés de 1cm, l'assaisonner, le poêler dans une poêle bien chaude avec une noisette de beurre (récupérer la graisse de cuisson).
- Couper finement un oignon, le faire suer, y ajouter les navets puis verser 3 cuillères à soupe de graisse de cuisson des foies gras poêlés.
- Garnir les ravioles de foie gras poêlé et de navets salés préalablement coupés en morceaux, refermer les ravioles en humidifiant les bords.
- Les cuire au moment de servir 4 minutes dans de l'eau bouillante salée.

CRÈME DE RAIFORT

- Faire infuser le raifort, le bouillon de légumes, 1 oignon coupé finement, le bouquet de cerfeuil, les baies de genièvre et le laurier dans la crème.
- Au moment du service, émulsionner la crème avec un mixeur plongeant.

FINITIONS

- Trancher le plus finement possible le pain d'épices.
- Dans une poêle bien chaude huilée, cuire les tranches 20 secondes de chaque côté.
- Cuire le foie assaisonné dans une poêle bien chaude avec une noisette de beurre.
- Au moment de servir cuire les ravioles, réchauffer la crème de raifort.
- Déposer dans une assiette creuse les navets salés, puis la raviole sur le dessus, la crème de raifort émulsionnée, la tranche de foie gras poêlé, ainsi que la chips de pain d'épices.

Ingrédients

RAVIOLES

- 8 carrés de pâte à ravioles
- 500g de navet salé cuit
- 4 belles tranches de foie gras frais ou surgelé
- Beurre
- 1 oignon

CRÈME DE RAIFORT

- 25g raifort
- 450g crème liquide
- 1 bouillon de légume
- 1 oignon
- bouquet de cerfeuil
- 5 baies de genièvre
- 2 feuilles de laurier

FINITIONS

- 4 tranches fines de pain d'épices
- 200g foie frais
- beurre

4 personnes
 Temps de préparation : 60 minutes
 Temps de cuisson : 90 minutes
 Niveau AA

MILLEFEUILLE DE NAVETS SALÉS ET LARD FUMÉ À LA CRÈME DE RAIFORT



Recette : Eymeric VUARAND

Recette

TUILES AUX GRAINES

- Mélanger les blancs d'œufs avec la farine, assaisonner avec le sel et le poivre.
- Déposer l'appareil en forme de rectangle de 10 sur 5cm à l'aide d'un pinceau sur une plaque avec papier cuisson.
- Parsemer de graines et de cumin les tuiles, puis cuire au four à 150°C pendant quelques minutes.
- Une fois cuit, conserver au sec à température ambiante.

CRÈME DE RAIFORT

- Monter à l'aide d'un fouet la crème liquide en chantilly (pas trop ferme), puis incorporer le raifort selon votre goût et assaisonner.
- Terminer de battre le tout afin d'obtenir un « bec » sur le fouet.
- Réserver au frais jusqu'au dressage.

CHIPS DE LARD

- Faire bouillir de l'eau puis mettre le lard à cuire pendant environ 1h30 à frémissement.
- Egoutter le lard puis le détailler de manière à avoir des rectangles de 1 sur 10 cm puis réserver au frais.
- Avant le dressage, sauter dans une poêle huilée et dresser chaud les tronçons de lard.

NAVET SALÉ

- Couper finement l'oignon puis le faire colorer.
- Ajouter les navets salés et mouiller avec le vin blanc.
- Après cuisson, bien égoutter le navet puis le sauter dans une poêle beurrée.
- Colorer et assaisonner le navet avant de dresser.

Ingrédients

TUILES AUX GRAINES

- 100g de blanc d'œufs
- 100g de farine
- Sel, poivre, cumin
- Assortiment de graines (Tournesol, pavot, lin, etc.)

CRÈME DE RAIFORT

- 250g de crème liquide
- Un petit pot de raifort.

CHIPS DE LARD

- 500g de lard fumé

NAVET SALÉ

- 500g de navets salés
- 15cl de vin blanc
- 100g de beurre
- 1 oignon

4 personnes
 Temps de préparation : 40 minutes
 Temps de cuisson : 8 minutes
 Niveau AAA

CANNELLONI DE NAVETS SALÉS EN CHAUD-FROID



Recette : Eymeric VUARAND

Recette

FARCE

- Rincer et égoutter les navets.
- Les mettre à infuser dans la crème et porter le mélange à ébullition et incorporer l'agar-agar.
- Mixer le tout, passer le mélange dans un chinois et mettre au frais.
- Faire rissoler les aiguillettes de canard à la poêle et les couper en deux dans le sens de la longueur.
- Assaisonner et réserver au frais
- Confectionner une crème fouettée et l'incorporer au navet salé.

SAUCE CHAUD-FROID

- Préparer la sauce avec le fond déshydraté et un peu d'eau, puis porter à ébullition.
- Mettre les feuilles de gélatine dans de l'eau froide et les ajouter à la sauce encore chaude.

PÂTES

- Cuire les cannellonis dans l'eau bouillante salée.
- Les refroidir et remplir les cannellonis de farce et d'aiguillette.
- Coucher les pâtes sur une grille et les napper avec la sauce poivre et laisser gélifier au frais.
- Pour le décor, utilisez la crème de melfor et dessiner au gré de fantaisie.

Ingrédients

FARCE

- 400g de navets salés
- 100g de crème + 100g pour la chantilly
- 8g d'agar-agar
- 4 aiguillettes de canard

SAUCE CHAUD-FROID

- 150g de sauce poivre
- 8g de gélatine

PÂTES

- 8 gros cannellonis
- Crème de Melfor

4 personnes
 Temps de préparation : 60 minutes
 Temps de cuisson : 20 minutes
 Niveau AAA

NEMS DE NAVETS SALÉS ET SAUMON FUMÉ, SALADE DE NAVETS SALÉS MI-CUITS ET KNACKS DE POISSON BLANC



Recette : Clément SACCO

Recette

NEMS

- Eplucher puis tailler la pomme en bâtonnets.
- Découper des lanières de saumon fumé et hacher grossièrement les crevettes.
- Tremper dans l'eau les galettes de riz, puis les garnir avec les bâtonnets de pommes, navet, saumon.
- Rouler les nems et souder les galettes à l'eau.
- Cuire les nems dans une poêle huilée et finir la coloration dans un four très chaud pendant 5 minutes.

KNACKS DE POISSON BLANC

- Dans un robot, mixer la chair de poisson et de crabe.
- Incorporer les 3 blancs d'œuf un par un puis la crème.
- Assaisonner avec le sel et poivre, ajouter le beurre pommade et mixer le tout pour mélanger.
- Placer au réfrigérateur pendant 3 heures environ.
- Former les knacks en incorporant la mousseline dans les boyaux. Pour y parvenir, mettre la mousseline dans une poche avec une douille de taille 10.
- Placer le bout du boyau sur la douille et pousser la garniture à l'intérieur du boyau. Ensuite, proportionner la taille de knacks (8 cm environ par knacks).
- Cuire une première fois les knacks à l'eau frémissante 8 minutes, puis les colorer à la poêle.

SAUCE MOUTARDE

- Mélanger la crème épaisse à la moutarde avec un peu de persil finement haché, saler et poivrer.

SALADE MI-CUITE DE NAVET SALÉ

- Tailler des bâtonnets de pommes et de carottes et nettoyer la salade.
- Cuire le navet salé dans l'eau bouillante 2 minutes, l'égoutter et le refroidir à l'eau froide.
- Réaliser une vinaigrette moutardée pour assaisonner la salade et le navet à part avant de dresser.
- Dresser le navet salé en forme de nid et disposer la frisée au centre du nid.
- Planter les bâtonnets de pommes et de carottes pour donner du volume et de la couleur.

Ingrédients

NEM

- 150g de crevettes
- 150g de saumon fumé
- 200g de navets salés cuits
- 1 pomme acide (Granny Smith)
- 4 galettes de riz
- Sel/Poivre/Piment de Cayenne

KNACKS DE POISSON BLANC

- 150g de poisson blanc (merlan)
- 100g de chair de crabe émietté
- 200g de crème liquide
- 3 blancs d'œuf
- 125g de beurre ramolli
- Sel/Poivre
- Boyaux de porc (boyaux en tube)

SAUCE MOUTARDE

- 300g de crème épaisse
- 100g de moutarde Dijon
- 1 cuillère à café de moutarde à l'ancienne

SALADE MI-CUITE DE NAVET SALÉ

- 250g de navet salé cru
- 1 pomme rouge
- 1 carotte
- 1 salade frisée

4 personnes
 Temps de préparation : 40 minutes
 Temps de cuisson : 30 minutes
 Niveau AA

LANGOUSTINE AU BOUILLON THAÏ ET MAKI AU NAVET SALÉ



Recette : Elora MARCHETTI

Recette

BOUILLON THAÏ

- Laver, éplucher les légumes et les couper finement.
- Faire frémir l'eau, ajouter le bouillon en cube et les légumes.
- Laisser cuire 15 min et infuser 15 min supplémentaires.
- Filtrer le bouillon et réserver au frais.

MAKI

- Rincer à l'eau claire le navet salé.
- Bien l'égoutter et le cuire dans une poêle beurrée.
- Ajouter l'eau et laisser cuire jusqu'à complète évaporation.
- Ajouter le miel, la sauce aigre douce et le poivre.
- Étaler le film plastique et y disposer les 3 feuilles d'algues.
- Répartir sur les feuilles le navet salé au milieu et bien l'étaler sur un rectangle de 10-15 cm de largeur et sur toute la longueur de la feuille.
- Aligner au milieu du rectangle sur toute la longueur des quartiers d'oranges sans leur peau.
- Ajouter une ligne de pistaches entières.
- Rouler le maki de manière à ce que le navet recouvre les oranges et les pistaches pour qu'ils se retrouvent au milieu.
- Rouler une seconde fois dans le film en serrant bien et mettre au frais.

LANGOUSTINES

- Décortiquer les langoustines.
- Les couper en deux dans le sens de la longueur et enlever le filament noir au centre qui correspond au tube digestif et réserver au frais.
- Laver la roquette.
- Au moment du service, couper les makis en rondelles de 3 cm d'épaisseur, disposer les langoustines sur des bâtonnets de citronnelle au fond de la verrine.
- Ajouter la roquette et une fleur, porter à ébullition le bouillon et le verser sur les langoustines.

Ingrédients

BOUILLON THAÏ

- ½ L d'eau
- Un bouillon cube de bœuf
- 50g de navet
- 90g de carotte
- 60g de céleri branche
- 40g de cébette
- 20g de coriandre
- 15g de citronnelle
- 1 pincée de piment d'Espelette

MAKI

- 500g de navet salé
- 150 ml d'eau
- 4 cuillères à soupe de miel de fleurs
- 2 cuillères à soupe de sauce aigre douce
- 2 pincés de poivre
- 3 feuilles d'algues
- Beurre
- 30g de pistaches
- 2 oranges

LANGOUSTINES

- 4 grosses langoustines
- 1 bâton de citronnelle
- Quelques feuilles de roquette
- Fleurs comestibles (facultatif)

4 personnes
 Temps de préparation : 60 minutes
 Temps de cuisson : 10 minutes
 Niveau A

PAVÉ DE CABILLAUD LARDÉ AU GENDARME SUR LIT DE NAVETS, COTILLE CARAMÉLISÉE ET JUS DE VOLAILLE CORSÉ



Recette : Nathalie STIRMEL

Recette

PAVÉS DE CABILLAUD

- Cuire les navets salés selon la méthode traditionnelle. Tailler des tranches de 2mm d'épaisseur dans la longueur du gendarme.
- Tailler des pavés de cabillaud d'environ 125g chacun. Inciser dans la longueur et y glisser une tranche de gendarme et assaisonner.
- Cuire les pavés dans une poêle antiadhésive avec un peu de matière grasse, 5 minutes de chaque côté, la chair du poisson doit à peine se détacher.

JUS DE VOLAILLE CORSÉ

- Ciseler l'échalote. Faire suer dans un peu de beurre, ajouter le bouillon et faire infuser le gendarme pendant 30 minutes. Filtrer la préparation et réduire si nécessaire.

COTILLES CARAMÉLISÉE

- Mélanger les ingrédients pour obtenir une marinade. Récupérer des morceaux de viande qui ont servi à parfumer le navet ou acheter 4 rib's chez votre boucher.
- Mettre à cuire au four à 180° C la viande et la marinade. Mélanger de temps en temps pour que la viande se nappe de la marinade qui va réduire petit à petit.

Ingrédients

PAVÉS DE CABILLAUD

- 500g de dos de cabillaud
- 1 gendarme
- 300g de navets salés

JUS DE VOLAILLE CORSÉ

- 1 échalote
- 1 gendarme
- 10g de fond de volaille
- 20 cl d'eau

COTILLES CARAMÉLISÉE

- 4 cotilles ou 4 rib's
- 15 cl de melfort
- 5 cl de madère
- 5 cl de sauce soja
- 5 cl de miel
- 5g de poivre en grain

4 personnes
 Temps de préparation :
 45 min. et 24 h de repos
 Temps de cuisson :
 15 minutes
 Niveau AA

ESCABÈCHE DE MAQUEREAU ET NAVETS SALÉS PARFUMÉS AUX ÉPICES ANISÉES



Recette : Henri WAGNER

Recette

ESCABÈCHE

- Faire chauffer dans une casserole les épices avec un peu d'huile d'olive (sans les brûler).
- Ajouter le vin blanc, le fumet de poisson, le sucre, la gousse d'ail dégermée et écrasée, le jus du citron et quelques zestes. Cuire 15 minutes à feu moyen.

MAQUEREAU

- Couper la nageoire dorsale, inciser derrière les ouïes sur toute la hauteur, lever les filets en incisant le long du dos jusqu'à l'arête centrale puis en coupant perpendiculairement à l'arête centrale, de la queue à la tête. Retirer les arêtes délicatement à l'aide d'une pince. Prenez soin de retirer la fine pellicule transparente écailleuse qui se trouve sur la peau du maquereau toujours en vous aidant de la pince.
- Assaisonner les filets puis, dans une poêle antiadhésive, saisissez les filets du côté chair, dans un peu d'huile d'olive bien chaude pendant 30 secondes.
- Disposez les filets dans un plat et verser les $\frac{3}{4}$ de l'escabèche encore chaude dessus et laisser reposer 24h au frais.

SALADE DE NAVET

- Tailler en rondelles les carottes et les cuire dans de l'eau bouillante salée.
- Cuire les navets selon la recette traditionnelle.
- Couper finement l'échalote.
- Mélanger les ingrédients refroidis avec $\frac{1}{4}$ de marinade froide et laisser reposer 24h au frais.

CONDIMENT

- Retirer la croute et tailler le pain de mie en croutons, les faire sauter à l'huile d'olive puis ajouter le sel et le cumin quand ils sont encore chauds et les faire refroidir sur un papier absorbant.
- Emincer l'oignon nouveau et mélanger les deux éléments.
- Dans une assiette creuse, disposer un petit nid de salade de navet au centre, ajouter le filet de maquereau tranché sur le dessus, le petit condiment autour. Verser un peu de jus au dernier moment dans le fond de l'assiette.

Ingrédients

ESCABÈCHE

- 40 cl de vin blanc
- 5g de fumet de poisson en poudre
- 15g de sucre
- 1 citron jaune
- 1 gousse d'ail
- 5g de graine de nigelle
- 5g de graine de fenouil moulue
- 5g de fenugrec
- 5g de graine de moutarde
- 5g de cumin moulu

MAQUEREAU

- 2 gros maquereaux frais
- 4cl d'huile d'olive

SALADE DE NAVET

- 200g de navet salé cuit
- 100g de carotte
- 1 échalote

CONDIMENT

- 4 tranches de pain de mie
- 5g de sel
- 5g de cumin moulu
- 2 oignons nouveaux
- 10 cl d'huile d'olive

4 personnes
 Temps de préparation :
 50 minutes
 Temps de cuisson :
 60 minutes
 Niveau AA

PAVÉ DE SAUMON À L'UNILATÉRALE, NAVETS SALÉS FAÇON AIGRE-DOUX, PETITS LÉGUMES GLACÉS ET SAUCE À L'OSEILLE



Recette : Pierre-André ROESCH

Recette

LEGUMES GLACÉS

- Mettre les radis dans une petite casserole avec un peu d'eau, de sucre canne et une noix de beurre.
- Les cuire avec un couvercle, puis lorsqu'ils sont cuits les réserver puis réduire le jus de cuisson jusqu'à ce que la texture soit sirupeuse.
- Tremper les radis dans le sirop ainsi obtenu.
- Couper les pommes de terre à l'emporte-pièce pour qu'elles soient toutes de la même taille, puis les sauter au beurre pour les colorer légèrement.
- Ajouter le fond de volaille et le curcuma, le thym et le laurier.

SAUCE À L'OSEILLE

- Faire revenir les échalotes avec le vermouth et ajouter la crème.
- Réduire jusqu'à ce que le mélange soit nappant.
- Au dernier moment ajouter de l'oseille coupée finement et laisser infuser la sauce.

NAVETS SALÉS AIGRE-DOUX

- Réaliser un caramel avec le sucre et un peu d'eau, puis ajouter la sauce soja avec les échalotes et l'ail hachés.
- Réduire jusqu'à ce que la sauce soit sirupeuse (garder 2 cuillères de cette réduction de côté).
- Ajouter dans la réduction le navet salé pour l'enrober délicatement.

SAUMON ET GAMBAS

- Détailler les pavés de saumon de plus ou moins 150 g.
- Prendre soin d'enlever les parties noires et de laisser la peau, puis les replacer au frais.
- Ouvrir les gambas par le dos en les incisant légèrement puis retirer les boyaux.
- Mariner les gambas avec la réduction au soja du navet salé préalablement mise de côté.
- Sauter les pavés de saumon dans une poêle antiadhésive avec de l'huile d'olive du côté peau environ 5 minutes puis l'enfourner 5 minutes à 180 °C.
- Faire revenir les gambas 2 minute dans l'huile d'olive.

Ingrédients

LEGUMES GLACÉS

- 4 pommes de terre (bintje)
- 8 radis boules
- 20g de sucre de canne
- 50g de beurre
- 20 cl fond blanc de volaille
- 5g de curcuma
- 2 feuilles de lauriers
- 2 branches de thym

SAUCE À L'OSEILLE

- 15 cl de vermouth
- 1/4 botte d'oseille
- 100g d'échalotes
- 25 cl de crème liquide

NAVETS SALÉS AIGRE-DOUX

- 400g de navets salés
- 50g de sucre semoule
- 20 cl de sauce soja
- 1 gousse d'ail
- 100g d'échalotes

SAUMON ET GAMBAS

- 600g de saumon
- 4 gambas
- Huile d'olive

4 personnes
 Temps de préparation : 40 minutes
 Temps de cuisson : 40 minutes
 Niveau AA

SAMOUSSAS DE NAVETS ET CHUTNEY DE POMMES



Recette : Louisa VINCK

Recette

CHUTNEY DE POMMES

- Couper l'oignon finement, tailler les pommes en petits dés et les citronner légèrement.
- Cuire les oignons dans l'huile.
- Une fois les oignons sués, ajouter les pommes et laisser un peu cuire, puis ajouter le miel, le vinaigre de cidre, les épices et le jus de pommes.
- Laissez cuire sur feu doux et cuire jusqu'à ce que cela deviennent une « compotée » (un peu plus d'une heure).

NOIX CARAMELISÉES

- Couper des noix en petits morceaux.
- Réaliser un caramel avec le sucre et un peu d'eau. Une fois qu'il y a une légère coloration, ajouter un peu de jus de citron pour ne pas que le caramel brûle, puis ajouter le vinaigre de cidre, les morceaux de noix et laisser colorer jusqu'à obtenir une jolie couleur.
- Débarrasser le caramel aux noix sur une plaque légèrement huilée.
- Une fois le caramel refroidi, le hacher le finement.

SAMOUSSAS DE NAVETS

- Hacher grossièrement les noix.
- Couper les pommes en petits dés et citronner légèrement. Dans un saladier, mélanger tous les ingrédients ensemble : les noix, la brunoise de pommes, les navets et les épices. Couper les feuilles de brick en deux, et couper une nouvelle fois en deux pour former une bande, et badigeonner de beurre fondu à l'aide d'un pinceau.
- Déposer une cuillère à soupe du mélange de navets sur la feuille de brick.
- Effectuer le pliage en samoussa et les badigeonner de beurre fondu.
- Cuire les samoussas au four pendant 8 minutes à 170°C. Prendre un quartier de pomme (laisser la peau), enlever les pépins, et tailler des fines tranches.
- Disposer les samoussas, 2 fines tranches de pommes en éventail entre les samoussas, le chutney en petite bande et parsemer de noix caramélisées.

Ingrédients

CHUTNEY DE POMMES

- Huile de tournesol
- ½ oignon
- 2 pommes Granny smith
- 1 filet de jus de citron
- 70g de miel
- 150 cl de vinaigre de cidre
- 300 cl de jus de pommes
- 1 petite pincée de quatre épices
- 1 petite pincée de poivre noir
- 1 petite pincée de piment doux

NOIX CARAMELISÉES

- 20g de sucre
- 5g un peu d'eau
- 5g de noix
- 20 cl de vinaigre de cidre

SAMOUSSAS DE NAVETS

- 7 feuilles de brick
- 55g de beurre fondu
- 200g de navets salés cuits
- 40g de cerneaux de noix
- 70g de brunoise de pommes + un peu de jus de citron
- 1 petite pincée de poivre
- 1 petite pincée de quatre épices
- 1 petite pincée piment doux

4 personnes
 Temps de préparation : 30 minutes
 Temps de cuisson : 25 minutes
 Niveau AA

TARTE AUX NAVETS SALÉS, PETITS LÉGUMES AU BEURRE ET MUNSTER AU CUMIN



Recette : Louisa VINCK

Recette

GARNITURE

- Fendre le demi-poireau en deux dans le sens de la longueur et le couper en fines lamelles.
- Couper les carottes en fines tranches biseautées.
- Tailler les filaments de navets salés pour qu'ils soient plus courts et les assaisonner.
- Poêler les navets avec un peu de beurre.
- Cuire les carottes et le poireau séparément dans un fond d'eau salé avec une parcelle de beurre puis les laisser refroidir.
- Couper deux tranches de munster qui serviront à gratiner
- légèrement la tarte.

APPAREIL À CRÈME PRISE SALÉE

- Dans un saladier mélanger tous les ingrédients nécessaires à sa réalisation en finissant par le munster en cubes.

PÂTE BRISÉE

- Travailler le beurre en parcelles avec la farine puis ajouter le sel, le jaune d'œuf et l'eau.
- Etaler la pâte et la disposer dans un moule
- Déposer une couche de poireau au fond de la tarte, les biseaux de carottes puis le navet salé.
- Ajouter l'appareil au munster et au cumin.
- Faire cuire la tarte pendant 15 minutes, la sortir et ajouter les tranches de munster, puis laisser gratiner 5 min.

Ingrédients

GARNITURE

- 1/2 poireau
- 1 à 2 carottes
- 120g de navets salés cuits
- 2 tranches de munster pour gratiner
- Beurre pour la cuisson des légumes

APPAREIL À CRÈME PRISE SALÉE

- 2 œufs entiers
- 2 jaunes d'œufs
- 40g de crème
- 30g de munster taillé en cube (sans la croûte)
- Sel, poivre et cumin

PÂTE BRISÉE

- 200g de farine
- 100g de beurre
- 4g de sel
- 4 cl d'eau
- 1 jaune d'œuf

4 personnes
 Temps de préparation : 20 minutes
 Temps de cuisson : 45 minutes
 Niveau A

CHEESE-CAKE AU NAVET, TONNELET D'ANANAS RÔTI



Recette : Arthur MULLER

Recette

PÂTE AU SPECULOS

- Broyer finement les spéculos et mélanger avec le beurre fondu pour obtenir une pâte homogène.
- Tapisser un moule à gâteau avec la pâte obtenue.

APPAREIL AU FROMAGE BLANC

- Battre les jaunes d'œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux et clair.
- Ajouter le fromage blanc et le navet salé préalablement mixé.
- Mettre la farine dans la préparation et la mélanger pour obtenir un appareil homogène.
- Monter les blancs en neige bien fermes et les incorporer délicatement à la préparation.
- Verser délicatement dans le moule tapissé de spéculos.
- Mettre au four pendant 45 min à 1 h à 150°C.

DÉCOR

- Coupez des bâtonnets d'ananas à l'aide d'un vide-pomme d'un couteau.
- Les faire sauter au beurre et ajouter une cuillère à soupe de sucre.
- Puis flamber au rhum.
- Mettre le navet dans une casserole, verser de l'eau à mi-hauteur et ajouter les 3 cuillères de sucre.
- Cuire jusqu'à obtenir une couleur ambrée foncée.

Ingrédients

PÂTE AU SPECULOS

- 175g de spéculos
- 100g de beurre

APPAREIL AU FROMAGE BLANC

- 125g de fromage blanc
- 125g de navet salé cuit
- 75g sucre
- 30g de farine
- 1 œuf
- 12cl de crème fraîche
- 1 citron jaune
- muscade

DÉCOR

- 1 ananas frais
- 4 cuillères à soupe de sucre
- Une noix de beurre
- Rhum pour le flambage
- 50g de navet salé

Ce livret de recettes a été réalisé par l'Interprofession des Fruits et Légumes d'Alsace, avec l'aide des élèves de la mention complémentaire employé traiteur du Lycée Hôtelier Alexandre Dumas d'Illkirch-Graffenstaden, et le soutien des producteurs de navets d'Alsace.

LA CLASSE « MENTION EMPLOYÉ TRAITEUR » EN CUISINE DU LYCÉE HÔTELIER ALEXANDRE DUMAS D'ILLKIRCH-GRAFFENSTADEN



Un éventail de types de postes s'offre à eux. L'employé traiteur peut exercer son activité chez un traiteur (en magasin), un traiteur organisateur de réceptions en production et en distribution ou encore dans un restaurant ou une pâtisserie traiteur.

En fabrication, ils cuisinent les produits, réalisent des assemblages. Ils préparent les appareils, les fonds et les sauces, confectionnent des pièces et cocktails en pâtisseries salées ou sucrées pour buffet. Ils décorent les plats puis les conditionnent pour le stockage avant la vente. Ils doivent être à même d'organiser leur travail de manière à assurer la bonne conservation des produits, d'appliquer les règles d'hygiène et de gérer les stocks.

En vente, ils conseillent les clients sur les mets, les proportions, la remise en température et la conservation. Ils enregistrent les commandes et les préparent.

Cette classe de 12 élèves se compose de filles et de garçons issus de parcours de formation très différents du cycle CAP/Baccalauréat Professionnel « cuisinier » / Baccalauréat technologique hôtelier/BTS hôtellerie Option A ou B.

Ils préparent le diplôme du CAP « Employé traiteur » en 1 an (incluant deux périodes de stage). Les employés traiteurs réalisent des repas destinés à la vente en magasin, à la livraison à domicile ou sur site. Ils exercent à la fois des fonctions de fabrication et de distribution. Ils approfondissent les maîtrises techniques culinaires spécifiques ainsi que les procédés de fabrications et d'organisations innovants. Ils développent le sens de la créativité et du raffinement.



Lycée des métiers de l'hôtellerie et du tourisme Alexandre Dumas

Jean-Marc Sturny, professeur principal de la « Mention Employé Traiteur » en cuisine Lycée Alexandre Dumas Illkirch Graffenstaden

Les producteurs

CHOUCROUTE & NAVETS SALÉS

Jean-Michel Ades & Fils
8, route d'Obernai
67880 KRAUTERGERSHEIM
Tél. 03 88 95 76 71
choucrouades@yahoo.fr
*Maison fondée en 1936
4ème génération de savoir-faire*

CHOUCROUTERIE CLAUDE SARL

1, rue d'Alsace
68210 CHAVANNES-SUR-L'ETANG
Tél. 03 89 25 21 96
Fax. 03 89 25 22 76
pascal.chouclaude@gmail.com

CHOUCROUTE & NAVETS SALÉS

Constant SPEISSER et Fils
Choucroute de Hattisheim Earl
Rue de la Chapelle
67118 GEISPOLSHEIM
Tél. 03 88 68 89 22
chouc.speisser@wanadoo.fr
*Son savoir-faire et sa passion se transmettent
de génération en génération*

NAVET SALÉ D'ALSACE SÛRI RUEWE

NAVETS
BLANCS CONFITS
prêts à cuisiner



Avec la participation
de la Région Alsace et de la
Chambre d'Agriculture Région Alsace



Produit et transformé
en Alsace

Toutes les recettes et + d'infos sur :
www.fruits-legumes-alsace.fr

