

INGRÉDIENTS POUR 4 PERS.

PAIN BAO

- Farine T45 : 500 g
- Sucre : 60 g
- Lait entier : 260 g
- Huile neutre : 40 g
- Levure boulangère sèche : 7 g
- Levure chimique : 5 g
- Sel fin : 5 g

CANARD CONFIT

- Cuisses de canard : 4 pièces (≈ 1,2 kg)
- Graisse de canard : 1,2 à 1,5 kg
- Ail : 20 g
- Thym frais : 5 g
- Laurier : 2 feuilles
- Gros sel : 20 g
- Poivre noir en grains : 5 g

LAQUE MISO

- Miso blanc : 60 g
- Miel : 40 g
- Vinaigre de cidre : 25 g
- Beurre doux : 40 g
- Poivre noir en grains : 5 g

OIGNONS MISO

- Oignons jaunes émincés : 400 g
- Huile neutre : 20 g
- Miso blanc : 25 g
- Vinaigre de cidre : 20 g
- Sucre : 10 g
- Eau : 30 g

PICKLES

- Pomme Granny ou chou blanc : 300 g
- Vinaigre de riz : 120 g
- Sucre : 45 g
- Sel : 6 g

MONTAGE

- Tomme de brebis râpée fin : 200 g



BAO CANARD CONFIT, TOMME DE BREBIS, OIGNONS MISO

PAIN BAO

Mélanger la farine, le sucre, le sel, les levures dans la cuve du batteur. Ajouter le lait tiède et l'huile, puis pétrir pendant 8 à 10 minutes jusqu'à obtenir une pâte lisse, souple et légèrement élastique. Couvrir et laisser pointer à température ambiante jusqu'à ce que la pâte double de volume. Dégazer la pâte, puis la diviser en pâtons de 60 g. Bouler chaque pâton, les étaler en forme ovale, badigeonner très légèrement d'huile et replier en deux en intercalant un papier cuisson. Laisser pousser une seconde fois jusqu'à ce que les baos soient gonflés mais encore toniques. Cuire à la vapeur, eau déjà bouillante, pendant 8 à 10 minutes sans jamais ouvrir le couvercle. À la fin de la cuisson, laisser reposer 2 à 3 minutes hors feu, couvercle fermé, afin d'éviter l'affaissement. Réserver chaud ou refroidir pour stockage.

Recette réalisée par
RAPHAEL MARQUES

Chef au Tiger Club

376 Avenue du Touring Club
40150 Soorts-Hossegor

CANARD CONFIT

Assaisonner les cuisses avec le sel, le poivre, l'ail et les aromates. Les placer dans un récipient et les couvrir entièrement de graisse de canard. Cuire au four à 130 °C pendant 2 h 30 à 3 h, jusqu'à ce que la chair soit fondante et se détache facilement de l'os. Laisser refroidir dans la graisse, puis effiloche le canard à froid. Retirer les os, la peau et l'excès de gras. Conserver filmé au frais.

LAQUE MISO

Mettre le miso, le miel et le vinaigre de cidre dans une petite casserole. Chauffer doucement en mélangeant afin d'obtenir une base homogène, sans jamais faire bouillir pour éviter l'amertume. Hors du feu, incorporer le beurre coupé en morceaux en fouettant, jusqu'à obtenir une laque brillante et nappante. Réserver tiède.

OIGNONS MISO

Faire suer les oignons doucement dans l'huile jusqu'à obtenir une compotée fondante et légèrement colorée. Ajouter le sucre et laisser caraméliser légèrement. Déglacer avec le vinaigre et l'eau, puis retirer du feu.

Incorporer le miso hors cuisson afin de préserver son umami et éviter toute amertume. Réserver.

PICKLES

Porter à ébullition le vinaigre de riz, le sucre et le sel. Verser chaud sur la pomme ou le chou finement taillé. Laisser refroidir puis réserver au frais au minimum 30 minutes, idéalement plusieurs heures, afin de développer l'acidité.

MONTAGE

Faire chauffer une poêle avec un peu de graisse de canard et y snacker l'effiloché afin de créer du croustillant. Lorsque le canard est bien chaud, baisser le feu et ajouter la laque miso. Mélanger rapidement pour enrober sans cuire la laque. Hors du feu, ajouter immédiatement la tomme de brebis râpée afin qu'elle fonde par la chaleur résiduelle. Réchauffer les baos à la vapeur. Garnir chaque bao d'oignons miso, de canard laqué au fromage de brebis râpé fin, puis terminer par les pickles et les herbes fraîches. Servir immédiatement.





TRANS GourMET

INGRÉDIENTS POUR 4 PERS.

- 2 homards 450 g - 600 g
- 1 seiche
- 1 l. de bouillon de homard
- 160 g riz carnaroli
- 1 oignons
- 3 gousses d'ail
- 1 tomate ronde
- 1 l. d'huile de tournesol
- 3 œufs
- 30 g de moutarde forte de Dijon
- 1 botte de ciboulette
- PM encre de seiche
- PM Paprika fumé
- PM huile olive
- PM sel



ARROZ NEGRO

MAYO CIBOULETTE

Faire chauffer 200 g d'huile de tournesol et mixer avec la ciboulette. Filtrer et réserver en pipette. Monter une mayonnaise avec l'huile de ciboulette refroidie.

AIOLI

Monter une mayonnaise et ajouter une gousse d'ail râpée dedans.

MAYO PAPRIKA

Monter une mayonnaise et ajouter du paprika fumé.

HOMARDS & SEICHE

Cuire les homards au court-bouillon et les décortiquer. Tailler les pinces et les coudees en cubes, réserver les queues. Nettoyer les seiches et tailler le blanc en petits cubes.

ARROZ

Dans un plat à paëlla, faire revenir la seiche dans de l'huile d'olive. Ajouter l'oignon ciselé, l'ail haché et la tomate râpée. Faire nacrer le riz et ajouter l'encre de seiche. Rajouter les morceaux de seiche taillés. Mouiller avec le bouillon de homard chaud. Laisser cuire à feu doux jusqu'à totale évaporation du liquide et augmenter le feu durant les deux dernières minutes. Pendant la cuisson du riz, griller les queues de homards et les tailler en fins tronçons.

DRESSAGE

Dans le plat de cuisson du riz, disposer les morceaux de homards et réaliser des points de sauce avec les différentes mayonnaises.

Recette réalisée par
PAUL BIDABÉ

Chef à Monsieur Mouette

Quai du Bourret
Avenue Notre Dame
40130 Capbreton-Hossegor



Commandez en ligne 24h/24, 7 jours/7
d'où vous voulez avec l'appli mobile Transgourmet

www.transgourmet.fr



TRANSFOURMET

INGRÉDIENTS POUR 4 PERS.

- 4 tentacules de poulpe précuit
- 10 tranches de ventrèche de porc séché
- 1 litre d'huile d'olive
- 250 g d'orzo
- 100 g d'échalote
- 15 cl de bouillon de légumes
- 40 g de thym
- 40 g de laurier
- 6 gousses d'ail
- 300 g de crème liquide
- 10 cl vin blanc
- 4 cl cognac
- 30 gr corail d'oursins



TENTACULES DE POULPE CONFIT ET LARDÉ, ORZO, CRÈME D'OURSINS.

POULPE CONFIT

Déposer les tentacules de poulpe dans un plat allant au four, ajouter le thym, le romarin, l'ail et l'huile d'olive à hauteur.

Couvrir le plat et le placer au four à 80° pendant 8 heures.

Une fois cuit, égoutter le poulpe puis l'enrouler de moitié avec une tranche de ventrèche. Vous pouvez piquer chaque extrémité de la tranche avec un cure dents pour maintenir la ventrèche et réserver au frais.

CRÈME D'OURSINS

Ciseler l'échalote et la faire suer au beurre, flamber au cognac et mouiller au vin blanc. Crêmer, ajouter le corail d'oursin. Réduire, mixer et passer au chinois étamine. Rectifier l'assaisonnement.

ORZO

Pré cuire l'orzo dans une chauffante, égoutter et refroidir de suite à l'eau froide. Tailler les 6 tranches de lard restantes en fines allumettes. Faire chauffer le bouillon de légumes. Dans une sauteuse, faire revenir la ventrèche légèrement, ajouter l'orzo et mouiller au bouillon de légumes, laisser cuire doucement jusqu'à l'absorption complète du bouillon. Poivrer.

DRESSAGE

Faire griller la ventrèche du tentacule à la poêle sur chaque face à feu doux. Dans une assiette, dresser l'orzo au milieu, ajouter le tentacule de poulpe grillé au milieu et servir la crème dans une saucière.

Recette réalisée par
ANTOINE BAHAUD

Chef chez Monsieur Mouette

Quai du Bourret
Avenue Notre Dame
40130 Capbreton-Hossegor



Commandez en ligne 24h/24, 7 jours/7
d'où vous voulez avec l'appli mobile Transgourmet

www.transgourmet.fr



TRANSGOURMET

INGRÉDIENTS POUR 4 PERS.

- 400 g de pâtes fraîches
- 500 g de palourdes
- 500 g de coques
- 500 g couteaux
- 14 cl de vin blanc sec
- 1/2 botte de persil
- 3 gousses d'ail
- Huile d'olive
- Sel et poivre



FRUTTI DI MARE

Faire chauffer l'huile dans une poêle à feu moyen, quand elle est chaude, faire revenir l'ail. Faire sauter les coquillages (coques, couteaux, palourdes), déglacer au vin blanc, jusqu'à ce qu'ils soient ouverts. Ajouter un peu de persil haché et laisser réduire le jus. Rectifier la liaison du jus avec du roux blanc. Cuire les pâtes selon les instructions du fabricant, les égoutter et les incorporer dans la poêle. Bien mélanger. Déposer quelques tomates confites et des feuilles de persil pour le topping.

Recette réalisée par
ELLIOT FOUQUET

Chef au Gigio

579 boulevard de la Dune
40150 Soorts-Hossegor



Commandez en ligne 24h/24, 7 jours/7
d'où vous voulez avec l'appli mobile Transgourmet

www.transgourmet.fr



TRANSFOURMET

INGRÉDIENTS POUR 4 PERS.

ÉPAULES D'AGNEAU

- 2 épaules d'agneau de lait des Pyrénées
- 2 branches de thym
- 4 gousses d'ail
- 200 ml de jus d'agneau lié

FRITES DE POLENTA

- 175 g de polenta de maïs Grand Roux + 150 g pour la panure
- 250 g de lait
- 250 g de crème
- 500 g de fond blanc
- 500 g d'Ossau-Iraty râpé
- 6 œufs
- 200 g de farine

KETCHUP DE PIQUILLOS

- 100 g d'oignons blancs
- 4 de gousses d'ail
- 300 g de piquillos
- 10 cl de vinaigre de Xérès
- PM d'huile d'olive

VIERGE PIQUILLOS / AIL FRIT/ GUINDILLAS / CÉBETTE :

- 100 g de piquillos
- 50 g de guindillas
- 4 tiges de cébette
- 6 gousses d'ail
- 50cl huile de colza



ÉPAULE D'AGNEAU DE LAIT CONFITE, VIERGE D'AIL FRIT, PIQUILLOS ET GUINDILLAS, POLENTA À L'OSSAU IRATY, KETCHUP DE PIQUILLOS

ÉPAULES D'AGNEAU

Dans une poêle, assaisonner et marquer les épaules d'agneau jusqu'à avoir une belle coloration. Mettre les épaules à cuire au four à couvert avec le thym, l'ail et un peu d'eau pendant 3h à 130°. En fin de cuisson, laquer les épaules avec le jus d'agneau.

FRITES DE POLENTA

Dans une casserole, faire bouillir les liquides et ajouter la polenta. Laisser gonfler et ajouter le fromage. Couler dans une plaque sur un papier sulfurisé et bien lisser. Faire prendre au froid. Détailler des frites et paner à l'anglaise en remplaçant la chapelure par la polenta. Frire les frites de polenta.

KETCHUP DE PIQUILLOS

Faire suer les oignons et l'ail dans l'huile d'olive. Déglacer avec le vinaigre. Ajouter les piquillos et laisser compoter. Mixer, passer au chinois, assaisonner et réserver au frais en pipette.

VIERGE PIQUILLOS /AIL FRIT/ GUINDILLAS / CÉBETTE :

Émincer l'ail et le faire frire dans l'huile. Tailler les piquillos et les guindillas en brunoise. Émincer la cébette. Mélanger tous les ingrédients dans un cul de poule. Ajouter un peu d'huile d'ail et de vinaigre des guindillas.

DRESSAGE

Dans un plat, disposer les épaules d'agneau laquées et napper avec le jus qui reste. Disposer la vierge par-dessus les épaules.

Dans une autre assiette, disposer les frites de polenta, zébrer avec le ketchup de piquillos et râper un peu d'Ossau-Iraty par-dessus.

Recette réalisée par
PAUL BIDABÉ

Chef à Monsieur Mouette

Quai du Bourret
Avenue Notre Dame
40130 Capbreton-Hossegor



Commandez en ligne 24h/24, 7 jours/7
d'où vous voulez avec l'appli mobile Transgourmet

www.transgourmet.fr



TRANSGOURMET

INGRÉDIENTS POUR 4 PERS.

- 1 longe de thon rouge
- 1 paquet de feuille de brick
- 6 tranches de jambon de Bayonne
- 100 g de breuilh de brebis
- 500 g de tomates rondes
- 100g d'oignons blancs
- 10 gousses d'ail
- 200 g de piments doux verts
- 50 g de piments rouges
- 50 g de sucre
- 100 g de vinaigre blanc
- PM d'huile d'olive
- PM de piment d'Espelette



CROUSTILLANT DE THON AU JAMBON DE BAYONNE, BREUILH ET CONDIMENT PIPERADE

CONDIMENT PIPERADE :

Faire revenir les oignons, l'ail, les piments doux émincés dans de l'huile d'olive. Ajouter les tomates taillées en 6 et laisser compoter. Assaisonner et ajouter le piment d'Espelette. Mixer et passer au chinois. Réserver au frais.

PICKLES DE PIMENT

Tailler le piment en fine julienne. Faire bouillir le vinaigre et le sucre. Verser sur le piment taillé.

CROUSTILLANT DE THON

Détailler la longe de thon et faire 5 gros bâtonnets de 2 cm d'épaisseur et 6 cm de long. Rouler les morceaux de thon dans le jambon de Bayonne puis dans la feuille de Brick en collant l'extrémité au jaune d'œuf. Faire frire les rouleaux pendant 1min30 à 180°. Les tailler en 4.

DRESSAGE

Dans le fond de l'assiette, étaler une cuillère de condiment piperade, disposer 5 morceaux de thon par assiette. Ajouter quelques points de breuilh et finir avec des pickles sur les rouleaux.

Recette réalisée par
PAUL BIDABÉ

Chef à Monsieur Mouette

Quai du Bourret
Avenue Notre Dame
40130 Capbreton-Hossegor



Commandez en ligne 24h/24, 7 jours/7
d'où vous voulez avec l'appli mobile Transgourmet

www.transgourmet.fr