

ALPES DE HAUTE-PROVENCE



Concours de cuisine
pour cuisiniers amateurs

1^{er} PRIX



Promenade bas-alpine

Frédéric ALBANESE

Argumentaire

J'ai décidé de la nommer "promenade bas-alpine" car j'ai essayé de représenter les produits des 4 coins de notre beau département pour réaliser cette recette. En réalité il s'agit d'un petit gigotin d'agneau de Sisteron farci à la poitrine roulée d'Annot, Banon accompagné d'un risotto de petit épeautre de Forcalquier au vin de Pierrevert.

En ce qui concerne le goût, cela est très marqué car le Banon ne passe JAMAIS inaperçu ! J'ai donc décliné cette recette avec du fromage de chèvre de Barras. Pour le concours je maintiens le Banon car il est un des produits phares de notre département.

Ingrédients

- 2 belles tranches de gigot d'agneau de Sisteron sans l'os
- 1 Banon AOP
- 8 petites tranches fines de poitrine roulée d'Annot (Rigault)
- 350 g de tome de l'Ubaye La Carline
- 300 g de petit épeautre de Forcalquier
- 50 cl de vin rouge de Pierrevert (pour la recette château de Rousset)
- 4 tomates cerise
- 1 échalote
- 1 oignon
- 1 bouillon cube
- 4 cuillères à soupe de sucre en poudre
- un peu de vinaigre balsamique
- beurre Alpelait
- Huile d'olive des Mées
- Thym, romarin du jardin
- Herbes de Provence
- Sel et poivre
- Ficelle alimentaire

Recette

Cuisson 45 min, préparation 30 min

Avant tout, mettre à tremper dans de l'eau froide le petit épeautre 24 heures à l'avance pour le faire un peu gonfler.

PREPARER LES TOMATES CONFITES :

Mettre dans un plat allant au four de l'huile d'olive, disposer les tomates cerises, les saupoudrer de sucre en poudre, de vinaigre balsamique, huile d'olive, sel poivre et les laisser environ 45 min four à 180 degrés.

METTRE EN ROUTE LE RISOTTO DE PETIT EPEAUTRE :

Dans une cocotte mettre environ 1,2 litres d'eau à chauffer avec le cube.

Emincer l'oignon et l'échalote et les faire suer dans du beurre et de l'huile d'olive. Une fois translucides, incorporer le petit épeautre, faire cuire quelques min en remuant puis ajouter 40 cl de vin rouge de Pierrevert et laisser le petit épeautre absorber le liquide. Compter 45 min pour la cuisson. Pendant ces 45 min vous veillerez à verser régulièrement du bouillon et à remuer de temps à temps.

ALPES DE HAUTE-PROVENCE



Concours de cuisine pour cuisiniers amateurs

PREPARER LES GIGOTINS :

Couper en deux parties égales les tranches de gigot d'agneau puis disposer dessus deux tranches de poitrine roulée d'Annot. Couper un ou deux petits cubes de fromage de Banon (ou autre moins fort), huile d'olive, herbes de Provence, puis rouler et ficeler pour obtenir un petit gigotin. Renouveler l'opération encore 3 fois.

Mettre du beurre à fondre dans une cocotte à fond épais, dorer les petits gigotins sur chaque face et les disposer dans un plat allant au four avec du thym, du romarin et de l'huile d'olive.

Déglacer le jus de cuisson avec les 10 cl de vin de Pierrevert restant pour obtenir un jus sirupeux puis l'ajouter dans le plat des gigotins.

PREPARATION DES TUILES :

Rapper la totalité de notre tome de l'Ubaye, puis faire chauffer une grande poêle, une fois bien chaude disposer le fromage rapé et le travailler de sorte à obtenir une petite crêpe. Réserver sur une plaque avec du papier cuisson et tailler la forme désirée (pour la recette des petits demi cercles), renouveler l'opération jusqu'à obtenir 12 petites tuiles en demi-cercle.

CUISSON DES GIGOTINS :

15 min avant la fin de la cuisson de notre risotto et des tomates cerises, mettre les petits gigotins au four pendant environ 12 min.

FIN DE CUISSON DU RISOTTO :

Au bout d'environ 45 min de cuisson le risotto est quasiment terminé ; il doit rester un peu craquant (il ne reste normalement plus de bouillon). Il ne reste plus qu'à lier le tout avec le restant de tome râpée et un peu de beurre en remuant. Ajuster l'assaisonnement et couper le feu. Sortir les gigotins du four.

DRESSAGE :

Prendre un petit cercle de cuisine et le disposer à l'extrémité de l'assiette, remplir de petit épeautre en tassant bien avec une cuillère à soupe puis démouler. Disposer une petite tomate cerise confite au centre de ce petit gâteau avec un peu de romarin pour ajouter un peu de couleur.

Couper en quatre tranches égales les gigotins et incorporer entre chacune d'entre elles une tuile puis disposer dans la diagonale du risotto.

Servir aussitôt.