

JEAN-FRANÇOIS PLANTE



# TABLÉES

.....  
*Le plaisir de se retrouver*



**BRUNCH**

## SANDWICHS AUX ŒUFS MIMOSA

Portions **12 mini-sandwichs**

Préparation **20 min**

Cuisson **12 min**

6 petits œufs ou œufs de caille, cuits durs  
80 g ( $\frac{1}{3}$  tasse) de mayonnaise  
2 c. à soupe de fromage de chèvre aux fines herbes,  
à température ambiante  
1 c. à soupe de moutarde de Dijon  
2 c. à café d'herbes salées  
2 c. à café d'origan séché  
1 petite gousse d'ail, pressée  
6 tranches de pain blanc à sandwich, sans la croûte  
Beurre

1. Couper les œufs durs en deux et séparer les blancs des jaunes. Réserver.
2. Dans un bol, fouetter la mayonnaise, le fromage, la moutarde, les herbes salées, l'origan et l'ail. Prélever 60 ml ( $\frac{1}{4}$  tasse) de la préparation et réserver dans un bol.
3. Incorporer les jaunes d'œufs dans le mélange de mayonnaise restant et piler à la fourchette jusqu'à l'obtention d'une crème souple et homogène. Farcir généreusement la cavité des blancs d'œufs de ce mélange.
4. Griller légèrement les tranches de pain et les beurrer. Couper chaque toast en quatre pour obtenir 24 carrés.
5. Disposer 12 carrés de pain grillé dans une grande assiette de service. Garnir le centre de chacun de  $\frac{1}{2}$  c. à café de mayonnaise réservée. Déposer un œuf mimosa au centre de chaque sandwich et couvrir des carrés de pain grillé restants, sans écraser. Servir aussitôt.

## POPS DE SAUCISSES DE TOULOUSE COMME DES GRILLADES

Portions **Environ 30 pops**

Préparation **30 min**

Cuisson **10 min**

La chair de 6 saucisses de Toulouse  
2 c. à soupe de mélange cinq poivres, concassé  
1 c. à soupe d'épices à steak  
1 c. à soupe d'herbes de Provence  
 $\frac{1}{2}$  c. à café de chili broyé  
80 ml ( $\frac{1}{3}$  tasse) de sirop d'érable

1. Préchauffer le four à 230 °C (450 °F). Chemiser une plaque de cuisson de papier parchemin.
2. Prélever 2 c. à soupe de chair de saucisse à la fois pour façonner des boulettes bien fermes en les roulant entre les mains de façon à obtenir une trentaine de boulettes. Réserver.
3. Dans un petit bol, mélanger les poivres, les épices à steak, les herbes de Provence et le chili. Réserver.
4. Verser la moitié du sirop d'érable dans un bol et y tremper les boulettes, une à la fois, puis les rouler dans le mélange d'épices pour les couvrir d'une croûte fine. Déposer les boulettes sur la plaque de cuisson. Cuire au four 10 minutes.
5. Retirer la plaque du four et piquer les boulettes au bout de petites brochettes de bambou pour en faire des lolipops. Arroser du sirop d'érable restant et servir.



BRUNCH

DE NOTRE  
MER

The image shows a rustic dining table with a weathered wooden surface. In the center is a glass vase with a red braided rim containing green leafy plants and white flowers. Surrounding the vase are several dishes: two white plates with scallops and mussels in a cream sauce, a silver tray with four small glass bowls of scallops on ice, and a glass of white wine. Silverware and red napkins are also visible.



# CÔTES LEVÉES CONFITES AU BACON, CAMEL DE CASSONADE RELEVÉ

Portions **4** ◦ Préparation **25 min** ◦ Cuisson **3 h** ◦ Repos **5 min**

16 tranches de bacon bien gras  
115 g (½ tasse) de cassonade  
2 c. à café d'herbes de Provence  
1 c. à soupe de moutarde sèche  
2 c. à café de sel fin  
Le jus de 1 citron  
60 ml (¼ tasse) de ketchup  
3 c. à soupe de sauce au piment fort  
(de type Red Hot)  
4 gousses d'ail, finement hachées  
Poivre du moulin  
4 sections de côtes levées de dos de  
porc d'environ 450 g (1 lb) chacune

1. Dans une grande poêle à frire, à feu moyen, cuire les tranches de bacon 5 minutes ou jusqu'à ce qu'elles fondent un peu et deviennent translucides, qu'elles libèrent leur gras, mais qu'elles demeurent souples. Laisser tiédir 5 minutes dans la poêle.
2. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
3. Dans un bol, mélanger la cassonade, les herbes de Provence, la moutarde sèche et le sel. Ajouter le jus de citron, le ketchup, la sauce au piment fort et l'ail, et mélanger jusqu'à l'obtention d'un mélange souple. Poivrer généreusement.
4. Préparer quatre feuilles de papier d'aluminium assez grandes pour envelopper chaque section de côtes levées. Sur une feuille, déposer 2 tranches de bacon côte à côte. Badigeonner très généreusement, des deux côtés, une section de côtes levées du gras de bacon, puis de la sauce à la cassonade. Déposer les côtes levées, côté bombé dessous, sur les tranches de bacon, puis couvrir de 2 autres tranches de bacon. Envelopper les côtes levées de façon hermétique et suffisamment serrée pour que le bacon adhère bien à la viande. Répéter l'opération pour les trois autres sections de côtes levées.
5. Déposer sur une plaque de cuisson et cuire au four 3 heures. Libérer les côtes levées du papier d'aluminium et servir aussitôt.



**COCHON**



# FONDANT AU DUO DE CHOCOLATS ET AU CARAMEL À LA FLEUR DE SEL

Portions **4** ◦ Préparation **15 min** ◦ Cuisson **10-12 min**

75 g (½ tasse) de chocolat de  
couverture\* noir mi-amer  
75 g (½ tasse) de chocolat de couverture  
au lait  
120 g (½ tasse) de beurre  
4 œufs  
100 g (½ tasse) de sucre  
2 c. à soupe de farine tout usage  
4 truffes au chocolat et caramel à la fleur  
de sel du commerce (de type Lindt)

- 1.** Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
- 2.** Beurrer et fariner quatre ramequins de 125 ml (½ tasse).
- 3.** Au bain-marie, à feu doux, faire fondre les chocolats avec le beurre.
- 4.** Pendant ce temps, dans un cul-de-poule, fouetter les œufs, le sucre et la farine. Ajouter le chocolat fondu et mélanger.
- 5.** Répartir la préparation dans les ramequins et farcir chacun d'une truffe au caramel à la fleur de sel. Déposer sur une plaque de cuisson et cuire au centre du four de 10 à 12 minutes. Déguster.

\* Chocolat à forte teneur en beurre de cacao, qui offre croquant et brillance en refroidissant.

## *Pour nourrir encore plus le thème*

Quartiers d'oignons caramélisés à l'érable, à l'ail et au thym, page 174

Riz pilaf aux petits légumes, page 175

Gros strudel de pommes et de noix comme une tatin, page 27



**DERNIÈRE  
MINUTE**

MÉDITER-  
RANÉE



# TENDRES CALMARS, FAÇON SHISH TAOUK

Portions **4** ◦ Préparation **20 min** ◦ Macération **8 h ou toute la nuit** ◦ Cuisson **4 min**

6 calmars moyens avec les tentacules,  
parés

Un filet d'huile d'olive

Fleur de sel

Quelques feuilles de basilic frais  
(pour garnir)

Quelques quartiers de citron

## Marinade citron et herbes fraîches

250 g (1 tasse) de yogourt nature

2 c. à soupe de tahini

2 gousses d'ail, finement hachées

60 ml (¼ tasse) d'huile d'olive  
extra-vierge

Le jus et le zeste de 1 citron bio  
ou blanchi

1 c. à soupe de miel

1 c. à soupe de sel fin

2 c. à soupe de basilic frais,  
finement ciselé

2 c. à café de thym

1. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, séparer les tentacules des calmars. Ouvrir le corps des calmars pour obtenir une surface plate. En évitant de transpercer la chair, faire de fines entailles diagonales dans la chair afin de quadriller la surface. Réserver.
2. Dans un bol, fouetter les ingrédients de la marinade. Verser dans un sac en plastique et ajouter les calmars et les tentacules. Refermer et laisser mariner toute la nuit au réfrigérateur.
3. Préchauffer les grilles du barbecue, ou une poêle à fond strié huilée, à intensité moyenne-élevée. Griller les tentacules et les calmars 3 minutes. Laisser tiédir.
4. Disposer dans un plat de service. Arroser d'un filet d'huile d'olive et saupoudrer de fleur de sel. Garnir de basilic et de quartiers de citron. Servir.

## LISTE DES RECETTES

### A

Aïoli – 73

### B

Brie grillé au caramel d'érable et aux noix épicées – 82

Brochettes de mignon de porc, sauce froide au paprika fumé – 86

### C

Carpaccio de fraises à la menthe, caramel de porto et poivres – 129

Carpaccio de saumon, garniture de tartare classique – 136

Carrés gourmands au café, au caramel et aux noix – 164

Ceviche de pétoncles au gin, au jus de concombre et au citron vert – 124

Ceviche de pétoncles au bacon – 46

Champignons vinaigrés à l'ail et aux herbes – 198

Chaudrée de moules poulette aux grelots – 44

Chaudrée de palourdes aux lardons – 71

Côtelettes de porc panko-cheddar – 199

Côtes levées confites au bacon, caramel de cassonade relevé – 56

Courgettes marinées aux herbes – 187

Crème brûlée au foie gras – 97

Crémeuse de laitue aux oignons verts – 170

Crémeuse de poireau et de pommes de terre au saumon fumé – 146

Crostinis du bistro – 197

Cuisses de poulet braisées, sauce rosée – 173

### D

Des brownies comme des s'mores – 90

Dill Chicken – 60

### E

Effiloché d'aile de raie confite au beurre de câpres – 33

## F

- Feuilles de Boston verdurette – **36**
- Fleur de Boston et crème de persil au pesto de fleur d'ail et au citron vert – **149**
- Focaccia moelleuse – **161**
- Fondant au duo de chocolats et au caramel à la fleur de sel – **76**
- Fondue au dulce de leche, à l'érable et au brandy – **152**
- Frites de courgettes rôties à l'aneth et aux câpres – **174**

## G

- Gaspacho de légumes rôtis, coulis de chèvre doux – **182**
- Gâteau moelleux au chocolat, au rhum et à l'espresso – **202**
- Gnocchis façon raclette – **148**
- Grelots à l'ail rôti, aux herbes fines et au cheddar en grains – **57**
- Grelots rôtis aux fines herbes – **73**
- Gros strudel de pommes et de noix comme une tatin – **27**

## H

- Houmous au chèvre frais – **112**
- Huîtres gratinées au poireau, aux lardons et à la crème de brie – **96**

## J

- Jarrets d'agneau braisés au jus corsé et au vin rouge, crémeuse de champignons – **100**

## L

- L'époustouflant Reine-Élisabeth – **105**
- La tarte au chocolat et au Grand Marnier de Julie – **39**
- Lonzo épicé – **136**

## M

- Ma fattouche relevée – **113**
- Ma sauce César – **61**
- Ma sauce tartare – **60**
- Magret de canard séché – **134**

## O

- Olives infusées aux herbes et au vinaigre balsamique – **141**

## P

- Paillardes de volaille à la provençale – **186**
- Pavé de saumon grillé, salsa verde à l'aneth – **36**
- Pavés de morue confits à l'huile de ratatouille – **51**
- Pavlova aux fruits des champs et à la crème de cassis – **191**
- Pizza froide aux tomates étuvées et à la burrata coulante – **183**
- Pommes de terre grenailles – **101**
- Pops de saucisses de Toulouse comme des grillades – **20**
- Pouding chômeur au whisky, à l'érable et aux pacanes – **65**
- Poulet en crapaudine aux herbes fraîches et à la féta – **117**

Purée de chou-fleur au beurre – **198**

Purée de courge musquée à l'ail,  
au gingembre et à l'érable – **101**

## Q

Quartiers d'oignons caramélisés à l'érable,  
à l'ail et au thym – **174**

## R

Rillettes de canard confit aux agrumes  
– **134**

Rillettes de duo de saumons au chèvre doux  
– **160**

Risotto à la carbonara – **22**

Riz pilaf aux petits légumes – **175**

Romaine de homard comme  
une guédille – **47**

## S

Salade César aux lardons de poitrine de  
canard – **61**

Salade de chou frisé traditionnelle... ou  
presque – **122**

Salade de jeune roquette à l'aneth, copeaux  
de parmesan – **72**

Salade de lentilles comme un taboulé – **114**

Salade de melon d'eau grillé et d'épinards  
– **83**

Salade de pâtes courtes, de petit pois et de  
roquette, crème aux fines herbes – **161**

Salade de riz sauvage à la salicorne et aux  
crevettes nordiques – **47**

Salade romaine garnie comme un bagel au  
saumon fumé – **23**

Sandwichs aux œufs mimosa – **20**

Soupe d'avocat comme un guacamole  
– **122**

Soupe froide aux tomates rôties – **159**

Steak de chou-fleur grillé à la persillade – **87**

## T

Tartare de poitrine de canard au confit  
croustillant – **32**

Tartare de thon aux olives et au citron  
confit – **72**

Tartares de thon rouge et de saumon à  
l'orange, guacamole relevé – **125**

Tartinade de tomates séchées au vin blanc et  
aux aromates – **137**

Tendres calmars, façon shish taouk – **111**

Terrine de fromage triple crème – **197**

## V

Vieux cheddar et sa julienne d'abricots au  
porto et au miel – **141**

Vin rouge épicé à l'orange sanguine, à l'anis  
étoilé et à la cardamome – **146**

# TABLE DES MATIÈRES

## AVANT DE PASSER À TABLE..... 9 POUR DES TABLES RÉUSSIES ..... 11

## BRUNCH..... 16

Sandwichs aux œufs mimosa .....	20
Pops de saucisses de Toulouse comme des grillades .....	20
Risotto à la carbonara .....	22
Salade romaine garnie comme un bagel au saumon fumé .....	23
Gros strudel de pommes et de noix comme une tatin .....	27

## BISTRO ..... 28

Tartare de poitrine de canard au confit croustillant .....	32
Effiloché d'aile de raie confite au beurre de câpres .....	33
Pavé de saumon grillé, salsa verde à l'aneth .....	36
Feuilles de Boston verdurette .....	36
La torte au chocolat et au Grand Marnier de Julie .....	39

## DE NOTRE MER..... 40

Chaudrée de moules poulette aux grelots .....	44
Ceviche de pétoncles au bacon .....	46
Salade de riz sauvage à la salicorne et aux crevettes nordiques .....	47
Romaine de homard comme une guédille .....	47
Pavés de morue confits à l'huile de ratatouille .....	51

## COCHON..... 52

Côtes levées confites au bacon, caramel de cassonade relevé .....	56
Grelots à l'ail rôti, aux fines herbes et au cheddar en grains .....	57
Dill Chicken .....	60
Ma sauce tartare .....	60
Salade César aux lardons de poitrine de canard .....	61
Ma sauce César .....	61
Pouding chômeur au whisky, à l'érable et aux pacanes .....	65



## **DERNIÈRE MINUTE** ..... 66

Chaudrée de palourdes aux lardons. ....	71
Salade de jeune roquette à l'aneth, copeaux de parmesan. ....	72
Tartare de thon aux olives et au citron confit. ....	72
Grelots rôtis aux fines herbes. ....	73
Aïoli. ....	73
Fondant au duo de chocolats et au caramel à la fleur de sel. ....	76

## **AUTOUR DE LA BRAISE** ..... 78

Brie grillé au caramel d'érable et aux noix épicées. ....	82
Salade de melon d'eau grillé et d'épinards. ....	83
Brochettes de mignon de porc, sauce froide au paprika fumé. ....	86
Steak de chou-fleur grillé à la persillade. .	87
Des brownies comme des s'mores. ....	90

## **EN GRAND** ..... 92

Huîtres gratinées au poireau, aux lardons et à la crème de brie. ....	96
Crème brûlée au foie gras. ....	97
Jarrets d'agneau braisés au jus corsé et au vin rouge, crémeuse de champignons. ...	100
Pommes de terre grenailles. ....	101
Purée de courge musquée à l'ail, au gingembre et à l'érable. ....	101
L'époustouflant Reine-Élisabeth. ....	105

## **MÉDITERRANÉE** ..... 106

Tendres calmars, façon shish taouk. ....	111
Houmous au chèvre frais. ....	112
Ma fattouche relevée. ....	113
Salade de lentilles comme un taboulé. ....	114
Poulet en crapaudine aux herbes fraîches et à la féta. ....	117

## **CRU** ..... 118

Soupe d'avocat comme un guacamole. ...	122
Salade de chou frisé traditionnelle... ou presque. ....	122
Ceviche de pétoncles au gin, au jus de concombre et au citron vert. ....	124
Tartares de thon rouge et de saumon à l'orange, guacamole relevé. ....	125
Carpaccio de fraises à la menthe, caramel de porto et poivres. ....	129

## **PLANCHE** ..... 130

Rillettes de canard confit aux agrumes. ...	134
Magret de canard séché. ....	134
Lonzo épicé. ....	136
Carpaccio de saumon, garniture de tartare classique. ....	136
Tartinade de tomates séchées au vin blanc et aux aromates. ....	137
Vieux cheddar et sa julienne d'abricots au porto et au miel. ....	141
Olives infusées aux herbes et au vinaigre balsamique. ....	141

## **AU CHALET** ..... 142

- Vin rouge épicé à l'orange sanguine,  
à l'anis étoilé et à la cardamome ..... 146
- Crémeuse de poireau et de pommes  
de terre au saumon fumé ..... 146
- Gnocchis façon raclette ..... 148
- Fleur de Boston et crème de persil au  
pesto de fleur d'ail et au citron vert .... 149
- Fondue au dulce de leche, à l'érable  
et au brandy ..... 152

## **PIQUE-NIQUE** ..... 154

- Soupe froide aux tomates rôties ..... 159
- Rillettes de duo de saumons  
au chèvre doux ..... 160
- Focaccia moelleuse. .... 161
- Salade de pâtes courtes, de petits pois et  
de roquette, crème aux fines herbes ... 161
- Carrés gourmands au café, au caramel  
et aux noix ..... 164

## **HUMBLEMENT** ..... 166

- Crémeuse de laitue aux oignons verts .... 170
- Cuisses de poulet braisées, sauce rosée... 173
- Quartiers d'oignons caramélisés  
à l'érable, à l'ail et au thym ..... 174
- Frites de courgettes rôties à l'aneth  
et aux câpres. .... 174
- Riz pilaf aux petits légumes ..... 175

## **SUR LA TERRASSE** ..... 178

- Gaspacho de légumes rôtis, coulis  
de chèvre doux ..... 182
- Pizza froide aux tomates étuvées et  
à la burrata coulante. .... 183
- Paillardes de volaille à la provençale .... 186
- Courgettes marinées aux herbes. .... 187
- Pavlova aux fruits des champs et  
à la crème de cassis ..... 191

## **AVEC UN VERRE DE ROUGE** ..... 192

- Terrine de fromage triple crème ..... 197
- Crostinis du bistro ..... 197
- Champignons vinaigrés à l'ail et  
aux herbes ..... 198
- Purée de chou-fleur au beurre ..... 198
- Côtelettes de porc panko-cheddar. .... 199
- Gâteau moelleux au chocolat, au rhum  
et à l'espresso ..... 202

## **MENUS VARIÉS** ..... 204

## **LISTE DES RECETTES** ..... 211

## **REMERCIEMENTS** ..... 217