

La Cabane à sucre en ville
Recettes du chef Jean Vachon - Fondation Serge-Bruyère



Date : 28 Mars 2010

Horaire des ateliers :

12h00 à 12h45 = atelier # 2

13h00 à 13h45 = atelier # 3

14h00 à 14h45 = atelier # 1

Atelier # 1 :

En formule démonstration avec dégustation à la fin.

Recette de tartelettes à l'érable et pomme

- **Tarte au sirop d'érable et aux pommes**

Rendement : 1 tarte (6 gourmands) ou 12 minis tartelettes

Matériel nécessaire : tasse et cuillère à mesurer – casserole – fouet – maryse – cul de poule – couteau d'office – économe – planche à découper – vide-pomme

Ingrédients :

375 g de sirop d'érable

180 de crème 35% à cuisson

60 g de sucre

60 g de glucose ou miel

60 g de beurre non salé

1 pomme en petit dès

Noix (facultatif)

1 fond de tarte de 23cm (9'') ou 12 minis tartelettes de 7,5cm(7,5'')

Méthode :

Couper les pommes en petit dès

Éplucher les pommes puis retirer le cœur à l'aide d'un vide-pomme. Couper les pommes en deux, puis les couper en petits dès.

Appareille a l'érable

Mettre le sirop, la crème, le sucre et le glucose dans une casserole.

A l'aide d'un thermomètre cuire à 112C.

Décuire en ajoutant le beurre en remuant.

Mélanger les pommes au mélange de sirop d'érable.

Finition et cuisson

Garnir le fond de tarte ou les minis tartelettes avec l'appareil, décorer de noix. Réserver au froid pendant 30 minutes, déguster.

Atelier # 2 :

En formule démonstration avec dégustation à la fin.

Recette de tartelettes à l'érable et pomme (recette tirée de l'émission «Les Marmitons»)

- **Crème de carottes au sirop d'érable, tartines gratinées au jambon et épinard**

Rendement : 6 gourmands

Matériel nécessaire : couteau d'office – planche à découper – casserole – cuillère de bois – girafe – tasse à mesurer – mélangeur – plaque à pâtisserie.

Ingrédients :

Crème de carottes

1 l carottes (8 à 10)

500 ml pommes de terre (3 à 5)

30 ml beurre

60 ml de sirop d'érable

1 l eau

15 ml bouillon de poulet déshydraté (facultatif)

250 ml fromage à la crème

300 ml lait

au goût sel, poivre

Tartines gratinées

1/2 sac épinards frais (en format de 284 gr / 10 oz)

6 tranches jambon fumé à l'érable

1 pain baguette

125 ml cheddar râpé

au goût sel, poivre

Crème de carottes :

Couper finement les carottes et les pommes de terre.

Suer les carottes au beurre, ajouter le sirop d'érable et laisser caraméliser.

Mouiller avec l'eau et porter à ébullition. Ajouter les pommes de terre et le bouillon de poulet.

Laisser mijoter à feu doux pendant 30 minutes.

Ajouter le fromage et le lait, cuire encore 5 minutes sans faire bouillir.

Passer le potage au mélangeur, assaisonner.

Tartines gratinées :

Laver et équeuter les épinards. Les déposer dans une assiette, parsemer de noisettes de beurre, assaisonner. Couvrir de pellicule plastique et cuire au micro-onde pendant 2 minutes à forte intensité. Réserver.

Hacher le jambon fumé. Couper en diagonale 18 tranches de pain.

Déposer les tranches de pain sur une plaque à pâtisserie, les garnir de jambon haché, ajouter les épinards et parsemer de cheddar râpé.

Gratiner au four à 200°C pendant 5 minutes et servir aussitôt.

Servir la crème de carottes accompagnée des tartines gratinées.

Atelier # 3 :

En formule participation active et dégustation, réservé aux enfants seulement.
Prévoir des tables avec une chaise, un set de table, on installe l'enfant, on lui fait découvrir des fruits exotique puis il compose sa brochette avec 5 morceaux de fruits de son choix (on l'incite à déguster au moins un fruit qu'il ne connaît pas).
Recettes de brochette de fruits frais et trempette à l'érable

- **Trempette à l'érable**

Rendement : 6 gourmands

Matériel nécessaire : tasse et cuillères à mesurer – 2 bol pour micro-onde – fouet – couteau d'office – planche à découper

Ingrédients :

| | |
|----------------------|-----------------------|
| 30 ml | de fécule de maïs |
| 125 ml | de crème 15% |
| 125 ml | de fromage à la crème |
| 250 ml | de sirop d'érable |
| des fruits exotiques | |

Méthode :

Lier la crème

Verser la crème 15% dans un bol, ajouter la fécule puis mélanger au fouet, déposer le bol dans le micro-onde puis cuire pendant 2 minutes, en mélangeant de temps en temps.

Bouillir le sirop

Verser le sirop dans un autre bol et chauffer au micro-onde pendant 3 minutes.

Incorporer les 2 préparations

Verser le sirop d'érable sur la crème et mélanger tout en ajoutant le fromage à la crème.
Déguster avec vos fruits préférés coupés.