

N° 57 JANVIER FÉVRIER 2014  
TOUS LES PLAISIRS DE LA TABLE

# Régal

**70**  
RECETTES  
CHALEUREUSES

## UN HIVER PUR SUCRE

CAKES, GÂTEAUX,  
MARBRÉS ET CHOCOLAT

## PARIS TERROIR

NOS MEILLEURS PLANS  
POUR MANGER SAIN,  
BIO ET LOCAL

## RECETTES D'ENFANCE

6 GRANDS CHEFS

LES RÉINVENTENT

POUR NOUS



## Légumes secs

DES ASSIETTES  
PLEINES DE VITALITÉ

BEL. 4,40 € / LUX. 4,60 € / CH. 7,80 CHF / ESP. 5,50 € / GR. 5,20 € / IT. 5,20 €  
PORT. CONT. 5,20 € / MAR. 45 MAD / DOM. SURF. 4,80 € / TOM. SURF. 680 CFP  
CANADA 7,99 \$ CA / ETATS-UNIS 6,95 USD / D. 6,90 € / TUN. 7,50 TND  
AND. 4,50 €

M 01664 - 57 - F: 3,90 € - RD



uni  
éditions.



*Gratinée à l'oignon*

**POUR 4 PERSONNES**  
**PRÉPARATION 15 MIN**  
**CUISSON 35 MIN**

3 oignons moyens • 30 g de beurre  
 • 150 g de baguette de la veille • 1,5 l de bouillon de bœuf maison ou 4 sachets de bouillon Ariaké • 5 c. à soupe de porto  
 • 170 g d'emmental râpé • Poivre.

- Préchauffez le grill du four. Pelez et émincez les oignons pas trop finement. Faites-les fondre 10 min dans une poêle avec le beurre.
- Coupez la baguette en rondelles de 2 cm d'épaisseur environ et placez-les sur une plaque, bien étalées, dans le bas du four. Retournez-les puis retirez-les quand elles sont bien sèches et dorées.
- Portez le bouillon à ébullition. Versez sur les oignons, ajoutez le porto et laissez cuire encore 15 min à feu moyen. Ajoutez 20 tours de moulin à poivre. Dans une sauteuse ou une cocotte large, versez un tiers de la soupe. Ajoutez un tiers des rondelles de baguette, puis saupoudrez 50 g de fromage. Recommencez 2 fois en terminant par le pain et le reste du fromage. Enfournez 5 min sous le grill en surveillant la cuisson. La soupe doit être gratinée mais pas brûlée ■

**Conseil**

Les rondelles de baguette disposées sur le dessus ne doivent pas être totalement immergées pour rester un peu croquantes. C'est ce qui donne du relief à cette soupe. La recette de Bernard Noël, chef de Chez Denise, un des derniers vrais bistrot des Halles, est tirée du livre Les Carnets de Julie.

Julie Andrieu part à la découverte des terroirs de France. Elle fait le plein de produits et de recettes régionales au fil de rencontres pittoresques. Un prolongement très réussi de son émission sur France 5. Édition Alain Ducasse, 29 €.



© JEAN-FRANÇOIS MALLET

*La laitue poêlée Choisy-le-Roi à l'œuf*

**POUR 6 PERSONNES**  
**PRÉPARATION 15 MIN CUISSON 10 MIN**

3 gros cœurs de laitue • 100 g de jambon sec (type Bayonne) • 250 g de carottes  
 • 200 g de céleri-rave • 60 g de beurre  
 • 50 cl de jus de veau • ½ botte de ciboulette • Sel fin • Poivre noir de Sarawak.

- Ciselez la ciboulette, taillez le jambon sec en brunoise.
- Épluchez les carottes et le céleri et taillez-les en brunoise. Faites-les cuire 5 min à l'étuvée avec une noix de beurre, salez et réservez.
- Coupez les laitues en deux et faites-les suer avec une noix de beurre. Déglacez avec le jus de veau et laissez cuire 4 min.
- Déposez les demi-cœurs de laitue au centre des assiettes. Chauffez la brunoise dans le jus de viande.
- Faites cuire les œufs à la coque.

● Écalez les œufs et prélevez les jaunes. Disposez-les au centre des cœurs de laitue. Salez, poivrez. Ajoutez la brunoise de légumes, la ciboulette et le jambon sec. Nappez de jus de viande réduit.

● Servez avec du pain toasté ■

Recette de Yannick Alléno

**LA LAITUE DE CHOISY-LE-ROI**

Datant probablement de l'époque où Jean-Baptiste de la Quintinie était l'agronome du jardin de Mademoiselle de Montpensier, au XVII<sup>e</sup> siècle, les recettes Choisy (sole, potage, omelette...) comportent toutes de la laitue, souvent braisée.

**LE LAPIN DU GÂTINAIS**

Il ne s'agit pas d'une race particulière, mais d'un plat de fête dans la région du Gâtinais, au sud de Paris, où le lapin est toujours « de garenne », par opposition aux lapins de clapier, moins tendres et plus forts en goût. À choisir de préférence labellisé, rosé et délicatement nacré.



LAPIN DU GÂTINAIS

RECETTE PAGE 64