



# LES RECETTES DES GAGNANTS DU CONCOURS : LES ARDOISES DE NORMANDIE

EDITION 2023-2024

---

**THEMATIQUE :**  
**CUISINES DU MONDE**

# CUISINE DU MONDE ET BIÈRE



Préparation pour 4 personnes



Temps de préparation : 60min

## Suggestion d'accompagnement :

*Cette planche est destinée aux amateurs de bières et sera donc à servir dans un lieu servant plusieurs variétés de bières.*

*Il est possible de rajouter des classiques des planches de brasserie avec du fromage et de la charcuterie.*



## PRESENTATION DE L'EQUIPE GAGNANTE !

Leopold LESSARD et Cedric FRAUCOURT  
CFAIE de Val-de-Reuil (27)

« La planche se compose de 4 bouchées, dont les recettes sont tirées de la cuisine du monde ! On débute en Europe avec le « Belgian stick », puis on dérive vers l'est et la Turquie avec des brochettes Kefta. On poursuit notre voyage vers l'Asie centrale et un tartare de veau pour enfin atteindre la Chine avec une brochette de cœur de veau. Toute la planche est en plus de ça centrée sur la bière, présente dans chaque recette, qui ajoute des notes très différentes selon la recette. »



## 1. BELGIAN STICKS

### INGRÉDIENTS

- 80g d'haché de veau
- 15g de moutarde
- 20g de beurre
- 10g de pain d'épice
- 5g de cassonade
- 20g d'oignon
- 50cl de bière brune
- 2g de feuille de gélatine
- Sel et poivre
- 100g de farine
- 1 oeuf
- 100cl d'eau

La **première étape** consiste à préparer notre gelée aux saveurs de carbonade flamande. Pour cela il faut :

1. Ciseler l'oignon et le faire rissoler dans une petite casserole après y avoir fait fondre le beurre.
2. Déglacer avec la bière et laisser frémir à feu doux.
3. Tartiner de la moutarde sur 2 tranches de pain d'épice, puis les ajouter à la préparation. Ajouter une cuillère à café de cassonade, un peu de sel et de poivre.
4. Laisser réduire à feu doux. Après 40 minutes, faire tremper 2 feuilles de gélatine dans de l'eau et les ajouter à la préparation et remuer jusqu'à leur dissolution.
5. Disposer la préparation dans des moules pour pouvoir couper des bâtonnets plus tard.

Laisser prendre au frais ou au congélateur.

6. Couper en petits cubes pour vos sticks et les réserver au frais ou au congélateur.

La **seconde étape** consiste à l'assemblage :

7. Mélanger la viande hachée avec de la gelée, assaisonner avec du sel et du poivre.
8. Former 4 bâtonnets et les réserver au congélateur pour faire figer l'ensemble.
9. Préparer 3 récipients, avec respectivement de la farine, de l'œuf mélangé et de la chapelure. Paner les bâtonnets en les passant dans la farine, puis l'œuf et enfin la chapelure.
10. Les conserver au congélateur jusqu'au service. Pour les réchauffer il suffira de les frire.



## 2. KEFTA D'AGNEAU A LA BIERE

### INGRÉDIENTS

#### Pour la kefta :

- 380g d'épaule d'agneau
- 15g de maïzena
- 45g de pain de mie
- 30g d'oignon
- 3g d'ail deshydraté
- 10g de persil
- 10g de coriande
- 2g de menthe
- 20cl de bière IPA
- 10cl d'huile d'olive
- 1 oeuf
- Sel, poivre et piment
- 4cl de jus de citron
- 2g de cumin
- 1g de paprika
- 4g de coriandre

#### Pour la sauce :

- 100g de yaourt grec
- 20cl d'huile d'olive
- 15cl de jus de citron
- 10g d'ail
- 8g de cumin
- 25g de menthe
- 5g de moutarde
- Sel et poivre

1. Couper l'agneau en morceaux d'environ 4cm, éplucher l'oignon et l'émincer finement ajouter les épices et herbes ainsi que l'ail. Mélanger puis ajouter ensuite l'huile, le jus de citron, la bière et laisser mariner une nuit.
2. Pour l'étape du hachage, ajouter le pain de mie, une fois la préparation hachée, incorporer l'œuf la Maïzena ainsi que le sel et le poivre. Tremper les mains dans un bol rempli d'eau tiède et façonner des boulettes d'environ 3 cm puis les paner dans l'œuf et la chapelure avec un peu de maïzena.
3. Précuire les boulettes au four pendant 5 minutes à 220° puis au moment du service les saisir dans une friteuse, puis servir accompagné de sa sauce au yaourt et à la menthe.
4. **Pour la sauce menthe :** Hacher finement la menthe et l'ail, déposer les dans un bol moyen et ajouter le yaourt grec et le cumin. Poirver généreusement et ajouter une pincée de sel. Mélanger bien.

### 3. TARTARE ROSE A LA BIERE

#### INGRÉDIENTS

- 100g d'escalope de veau
- 15cl de bière pomme
- 30cl d'huile d'olive
- 3g de persil plat
- 20g de moutarde
- 80g de pomme
- 3cl de jus de citron
- 45g d'échalotte
- 8g d'ail
- Sel et poivre

1. Emincer très finement l'échalotte et le persil plat puis hacher la gousse d'ail.
2. Dans un bol, mélanger la moutarde avec une cuillère à soupe de bière et une cuillère à café de jus de citron.
3. Ajouter une cuillère à soupe d'huile et mélanger comme si vous montiez une mayonnaise.
4. Ajouter une seconde cuillère à soupe d'huile et de bière, une pincée de sel et de poivre, le persil et l'échalotte ciselée.
5. Mélanger à nouveau.
6. Couper le veau en petits dés de 3 à 5mm puis la pomme en rondelle.
7. Utiliser les parties centrales, autour du trognon pour tailler une brunoise fine, et ajouter cette dernière à la vinaigrette.
8. Assaisonner le veau avec la vinaigrette, 4 cuillères à soupe maximum.
9. Bien mélanger, puis monter les bouchées sur les rondelles de pomme.





## 4. BROCHETTE DE COEUR LAQUEE

### INGRÉDIENTS

#### Pour la brochette :

- 160g de coeur de veau
- 10cl de sauce soja
- 5cl d'huile d'olive
- 5cl de vinaigre de riz
- 5g d'ail
- Piment
- 3g de gingembre

#### Pour la laque :

- 100cl de bière noire
- 15cl de sauce soja
- 10cl de vinaigre de riz
- 50g de cassonade
- 5g d'ail en poudre
- 3g de gingembre en poudre

- Pour la laque :**

Dans une petite casserole à feu moyen, porter à ébullition la bière, la sauce soja, le vinaigre et la cassonade ainsi que les épices. Laisser réduire 15 minutes ou jusqu'à ce que la laque soit sirupeuse. Retirer du feu et transvider dans un bol, couvrir et réfrigérer.
- Pour les brochettes :**

Couper le cœur en fines lanières assez longues, dans un grand sac à fermeture hermétique, mélanger tous les ingrédients et fermer le sac.
- Réfrigérer 24 heures. Egoutter la viande et jeter la marinade. Enfiler les lanières de cœur sur les brochettes.
- Préchauffer le barbecue électrique à puissance élevée.
- Au micro-ondes, réchauffer légèrement la laque.
- Griller les brochettes et laquer régulièrement, 3 minutes de chaque côté. Appliquer à nouveau de la laque et finir la cuisson pendant environ 2 minutes, puis déposer sur une assiette de service. Badigeonner de laque et servir.



## LE CONCOURS : LES ARDOISES DE NORMANDIE !

Le concours « **Les Ardoises de Normandie** » a été lancé pour la première fois en 2023. Ce concours est ouvert aux apprentis inscrits en Brevet Professionnel 1ère et 2ème année ou en CAP 2ème année des CFA de préparation aux métiers de boucher situés en Normandie. En effet, **les futurs bouchers seront les interlocuteurs des consommateurs de demain** pour relayer les messages de l'ensemble de la filière. Ils devront également s'efforcer de répondre aux attentes de consommation par l'adaptation de leur offre de produits et de services. C'est pourquoi INTERBEV Normandie souhaite accompagner les futurs professionnels de la filière via **l'organisation d'un concours pour les aider à appréhender les nouvelles attentes sociétales**. Chaque équipe travaille sur la **confection d'une ardoise flexitarienne pour 4 personnes** composée d'une préparation de viande bovine, viande ovine, viande de veau et produits tripiers accompagnés de fruits et légumes de saison. A chaque édition un nouveau thème, alors **n'hésitez pas à nous contacter pour participer à l'édition de l'année scolaire 2024-2025 !**

### CONTACT

Marie Lamarre - [marie.lamarre@interbevnormandie.fr](mailto:marie.lamarre@interbevnormandie.fr) - 06 32 06 00 04

# AIMEZ LA VIANDE, MANGEZ-EN MIEUX.



[www.naturellement-flexitariens.fr](http://www.naturellement-flexitariens.fr)