

**Direction des Jurys de l'enseignement secondaire**

Rue Adolphe Lavallée, 1

1080 Bruxelles

[enseignement.be/jurys](http://enseignement.be/jurys)

[jurys@cfwb.be](mailto:jurys@cfwb.be)

## Jurys de la Communauté française de l'enseignement secondaire ordinaire

### Consignes d'examens

Cycle	2020-2021/2
Titre	CESS Professionnel
Option	Cuisinier de collectivité
Matières	Connaissance du matériel Connaissance des matières Economat-gestion des stocks Hygiène-sécurité du travail- législation T.P.M. cuisine de collectivité T.P.M. service

## Informations générales

### ●●● Identification de la matière

Nom de l'option de base groupée (OBG) : Cuisinier de collectivité

Liste des matières (grille-horaire) + équivalent horaire :

DEGRE	3	PROFESSIONNEL		
SECTEUR	4	HOTELLERIE ALIMENTATION		
GROUPE	41	HOTELLERIE		
<b>OPTION 4128 CUISINIER/CUISINIÈRE DE COLLECTIVITÉ</b>				<b>R</b>
	Code	5P	6P	ACCROCHE
CONNAISSANCE DU MATERIEL	2996	1	1	CT Cuisine de collectivités DS
CONNAISSANCE DES MATIERES	1169	1	1	CT Cuisine de collectivités DS
ECONOMAT-GESTION DES STOCKS	2992	1	1	CT Cuisine de collectivités DS
HYGIENE – SECURITE DU TRAVAIL - LEGISLATION	1699	2	2	CT Cuisine de collectivités DS
<b>TRAVAUX PRATIQUES ET STAGES</b>				
T.P.M. CUISINE DE COLLECTIVITE	3418	15	15	PP Cuisine de collectivités DS
T.P.M. SERVICE	3409	1	1	PP Service en salle DS
TOTAL		21	21	

### ●●● Programme

Selon la réglementation, les questions d'examens porteront sur les programmes de la Fédération Wallonie-Bruxelles<sup>1</sup>. Ces programmes sont téléchargeables sur le site <http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/programmes>. Numéro du programme : Le numéro du programme :

117/2008/249 <https://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/progr/PF-117-2008-249.pdf>

**Rappel : ces consignes ne se substituent pas au programme de la Fédération Wallonie-Bruxelles. Elles complètent le programme et précisent notamment les modalités d'évaluation.**

### ●●● Titre visé, type d'enseignement

Titre :

Certificat d'enseignement secondaire supérieur pour l'enseignement secondaire professionnel (CESS)

### ●●● Condition(s) pour présenter l'examen

Le candidat doit avoir assisté à la **rencontre obligatoire**

**Adresse : Athénée Royal d'Ouffet**

**Implantation : Rue Mognée, 21 - 4590 Ouffet**

---

<sup>1</sup> Article 10 du Décret du 27/10/2016 portant organisation des jurys de la Communauté française de l'enseignement secondaire ordinaire

I. Condition pour présenter l'examen

- Être présent à l'heure prévue à l'examen.
- Se présenter avec le **matériel requis** suivant : une tenue de cuisine qui respecte les conditions d'hygiène et de sécurité ainsi qu'une hygiène personnelle irréprochable (pas de maquillage, piercing et bijoux aux mains et aux oreilles).
- La charlotte et les gants peuvent être fournis sur place.
- Être, le cas échéant, muni de son matériel personnel (par exemple de quoi allumer le fourneau, ses couteaux, paire de ciseaux, etc.)

II. Menus

Le candidat doit être capable de réaliser les menus se trouvant à la suite de ce fichier de consignes. Il lui sera demandé de réaliser l'un d'entre eux, le jour de l'épreuve.

Le candidat doit également être en mesure d'assurer le service en salle.

Durant l'épreuve, le candidat devra être capable de commenter chaque étape du service et de la confection de son menu, en utilisant le vocabulaire adéquat.

III. Le candidat sera également interrogé oralement sur les autres matières de l'option

CUISINIER DE COLLECTIVITE
MATIERE
Connaissance du matériel
Connaissance des matières
Economat-gestion des stocks
Hygiène-sécurité du travail-législation
T.P.M. cuisine de collectivité
T.P.M. service

IV. Consignes pratiques

Examen pratique.

L'épreuve débute à 8h40. **Veillez donc à vous présenter pour 8h30 au plus tard sur place.**

L'examen durera une grande partie de la journée et au minimum jusque 16h.

Prévoir votre repas, collations et boissons pour la journée.

Adresse : **Athénée Royal d'Ouffet**  
**Rue Mognée, 21 - 4590 Ouffet**

## Menus

### Groupe 1 : mardi 11 mai

- Apéritif
- Mouseline de poulet aux petits légumes
- Magret de canard à l'orange et au poivre vert
- Gratin dauphinois
- Gaufres de Bruxelles

#### Mouseline de poulet aux petits légumes

<p><u>Ingrédients pour 16/20 pers.</u> 800 gr / 1 kg d'escalopes de poulet 200 gr/250 gr de jambon fumé 8 dl / 1 l de crème fraîche 200 gr / 250 gr de céleri rave 200 gr / 250 gr de carottes 200 gr / 250 gr de poireaux 200 gr / 250 gr de champignons</p> <p><u>Sauce</u> 6 dl / 7,5 dl de Noilly Prat 8 dl / 1 l de bouillon de volaille 8 dl / 1 l de crème fraîche Sel/poivre 300 gr / 375 gr de beurre Cerfeuil Haché</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mixer le poulet et le jambon</li><li>2. Ajouter le blanc d'œuf non battu, la crème, le sel et le poivre</li><li>3. Verser la préparation dans des ramequins beurrés et cuire au bain marie 30' à 220°C</li><li>4. Laver les légumes et les couper en fine julienne Faire revenir dans la matière grasse</li><li>5. Mélanger le bouillon, la crème et le Noilly Prat. Laisser réduire aux <math>\frac{3}{4}</math> à feu vif Assaisonner et ajouter le beurre</li><li>6. Dresser un nid de légumes Démouler les ramequins Dresser sur les légumes Napper de sauce</li></ol>
---	---

#### Magret de canard à l'orange et au poivre vert

<p><u>Ingrédients pour 16/20 pers.</u> 8 / 10 magrets de canard 48 cl / 60 cl de vin blanc sec 16 cl / 20 cl d'armagnac 80 gr / 100 gr de poivre vert 32 cl / 40 cl de bouillon de volaille 120 cl / 200 cl de crème épaisse 16 cl / 20 cl de porto 8/10 càs de vinaigre de vin 4 / 5 oranges 8/10 càc de sucre semoule</p> <p><u>garniture</u> 160 gr/200 gr de beurre 16 / 20 pommes reinette</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Préparer la sauce à l'orange : * peler <math>\frac{1}{4}</math> de l'orange * détailler la peau en bâtonnets de 1 mm * les plonger dans l'eau bouillante 5' * les égoutter et les réserver</li><li>2. Presser l'autre <math>\frac{1}{4}</math> d'orange et garder le jus</li><li>3. Faire bouillir le vinaigre et le sucre 30 secondes</li><li>4. Lorsque le caramel est sirupeux et marron, ajouter le jus d'orange, le porto, les zestes, le poivre vert</li><li>5. Dans une casserole, verser le vin, l'armagnac Porter à ébullition jusqu'à ce qu'il réduise de <math>\frac{2}{3}</math></li><li>6. Ajouter le bouillon de volaille et faire bouillir 5'</li><li>7. Incorporer la crème + un peu de sel</li><li>8. Laisser cuire 15' à feu doux</li><li>9. Verser le caramel dans la sauce réduite et rectifier l'assaisonnement</li><li>10. Couper les pommes en 8 quartiers Les faire colorer à la poêle à feu doux dans 20 gr de beurre, 10' sur chaque face</li><li>11. Inciser le côté peau du magret en losanges, assaisonner de poivre et de sel Faire cuire dans une cocotte sans matière grasse côté peau pendant 10' Retourner et laisser cuire 3 à 4' ; tenir au chaud</li><li>12. Servir le magret découpé en fines tranches, entouré de pommes</li></ol>
---	--

Gratin dauphinois

<p><u>Ingrédients pour 16/20 pers.</u>          3 kg / 3,750 kg de pommes de terre          1l / 1,250 l de crème          1 dl / 1,25 dl de lait          100 gr / 125 gr de beurre          2 / 2,5 éclats d'ail          Sel / poivre          300 gr / 375 gr de gruyère</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Éplucher et laver les pommes de terre.</li> <li>2. Frotter un plat à gratin avec de l'ail</li> <li>3. Beurre le plat.</li> <li>4. Préchauffer le four.</li> <li>5. Couper les pommes de terre en rondelles.</li> <li>6. Mettre les pommes de terre dans une terrine Saler et poivrer.</li> <li>7. Mettre les pommes de terre dans un plat en couches.</li> <li>8. Couvrir les pommes de terre avec la crème et le lait.</li> <li>9. Parsemer de fromage et de noisettes de beurre.</li> <li>10. Cuire 1h15'à Th 5.</li> </ol>
--	---

Gaufres de Bruxelles

<p><u>Ingrédients pour 16 / 20 pers</u>          1 kg / 1,250 kg de farine          400 gr / 500 gr de beurre ramolli          63 gr / 78 gr de levure de boulanger          12 / 15 œufs          1,5 l / 1,850 l de lait  <u>Garniture</u>          400 gr / 500 gr de sucre impalpable          2 l / 2,5 l de crème 40%          2 kg / 2,5 kg de fraises</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Délayer la levure dans un peu de lait tiède et 1 càs de sucre et laisser bourgeonner pendant la réalisation de la pâte</li> <li>2. Mettre la farine en fontaine dans un plat Verser le lait tiède et bien battre en ajoutant les jaunes d'œufs</li> <li>3. Verser le beurre ramolli dans la pâte et battre.</li> <li>4. Ajouter la levure et pétrir</li> <li>5. Battre les blancs en neige et les incorporer à la pâte</li> <li>6. Laisser lever ¾ H</li> <li>7. Préchauffer le fer</li> <li>8. Couvrir bien à fond tout le moule et retourner le fer La pâte doit être coulante comme les crêpes</li> <li>9. Après la cuisson, recouvrir les gaufres de sucre, de chantilly et de fraises</li> </ol>
---	---

Groupe 2 : Mardi 18 mai 2021

- Apéritif
- Filet de sole et flan de poireaux aux petits légumes
- Poulet au pineau
- Pommes dauphine
- Tulipes à la mousse aux fraises

Filet de sole et flan de poireaux aux petits légumes

<p><u>Ingrédients pour 16/20 pers.</u>          16/20 filets de sole          16/20 cure dents          2,5/3,5 infusions « court-bouillon »          2,5/3,5 cubes de poisson          2/3 oignons          2/3 carottes          Persil, thym, laurier          1 citron, sel, poivre, eau (couvrir)  <u>Flan de poireaux</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nettoyer tous les légumes comme suit :              ☉ persil (½ bouquet) : hacher finement              ☉ petits légumes :                  céleri (garder 1 branche) en fine brunoise                  1 kg de carottes en fine brunoise              ☉ poireaux : blancs + 5 cm de vert clair : en fine brunoise              ☉ court bouillon :                  oignons : en gros cubes                  3 carottes : idem                  persil : ½ bouquet entier</li> </ol>
---	--

<p>2/3 bottes de poireaux  35 gr/40 gr de margarine  0,6 dl / 0,8 dl de court-bouillon  8/10 œufs  2,5 dl / 3,5 dl de crème  5 dl / 7 dl de lait  Sel, poivre  <u>Petits légumes</u>  650 gr / 850 gr de carottes  1 céleri vert  2 / 3 càs de poireaux émincés  35 gr / 45 gr de margarine  1,3 dl / 1,6 dl de court-bouillon  6,5 dl / 8,5 dl de crème fraîche, sel,  poivre</p>	<p>céleri : une branche entière  citron : en rondelles</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Préparer le court- bouillon et laisser frémir</li> <li>3. Etuver les poireaux (- 2 càs) dans la M.G. et 1 dl de court- bouillon</li> <li>4. Mélanger les œufs, le sel, le poivre, le lait, la crème et les poireaux étuvés</li> <li>5. Placer le mélange dans les ramequins huilés (remplis aux 2/3) et faire cuire au bain-marie pendant 25'</li> <li>6. Enrouler les filets de soles et les piquer avec un cure-dents</li> <li>7. Plonger les filets de soles dans le court-bouillon pendant ± 10'</li> <li>8. Etuver les carottes, le céleri et les 2 càs de poireaux dans la M.G. pendant ± 10'</li> <li>9. Ajouter le court-bouillon et la crème et laisser mijoter  → sauce onctueuse</li> <li>10. Egoutter les filets de soles</li> <li>11. Placer 1 filet de sole sur chaque assiette</li> <li>12. Napper de sauce aux petits légumes</li> <li>13. Démouler 1 flan de poireaux et parsemer de persil haché</li> </ol>
--	--

### Poulet au pineau

<p><u>Ingrédients pour 16/20 pers.</u>  8/10 doubles blancs de poulet  1,3 kg / 1,6 kg sachet 4 légumes  2,5 / 3,5 cubes de volaille  1,3/ 1,6 bouteille de pineau  5,3/6,6 dl de crème culinaire</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Couper les légumes en fine julienne.</li> <li>2. Faire revenir le poulet dans la matière grasse.</li> <li>3. Ajouter les légumes, saler et poivrer.</li> <li>4. Faire cuire 5'.</li> <li>5. Ajouter la ½ du pineau et le cube.</li> <li>6. Laisser cuire ¾ h.</li> <li>7. Ajouter le reste du pineau 5' avant la fin de cuisson.</li> <li>8. Lier avec la crème fraîche.</li> </ol>
---	---

### Pommes dauphine

<p><u>Ingrédients pour 16/20 pers. (96 à 120 pommes dauphine)</u>  1,2 kg / 1,5 kg pommes de terre épluchées  4/5 jaunes d'œufs  Sel, poivre, muscade  <u>pâte à choux</u>  0,5 l/0,625 l d'eau  200 gr/250 gr de margarine  260 gr/325 gr de farine  8 / 10 œufs  Sel</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Eplucher et cuire les pommes de terre.</li> <li>2. Réaliser une pâte à choux.</li> <li>3. Ecraser les pommes de terre et ajouter la noix de muscade et le poivre</li> <li>4. Incorporer la pâte à choux aux pommes de terre en battant énergiquement</li> <li>5. Faire chauffer à friteuse à 180°C</li> <li>6. Déposer dans la friture des petites boules de pâte façonnées avec 2 càc</li> <li>7. Laisser cuire quelques minutes, les retourner à l'aide d'une écumoire afin qu'elles colorent uniformément.</li> <li>8. Sortir du bain de friture et faire égoutter sur du papier absorbant.</li> </ol>
--	---

## Tulipes à la mousse aux fraises

<p><u>Ingrédients pour 16/20 pers.</u> 150 gr / 200 gr de beurre 180 gr / 220 gr de sucre 5/6 blancs d'œufs 180 gr / 220 gr de farine 3 dl / 4 dl de crème</p> <p><u>Mousse aux fraises</u> 1 kg / 1,250 kg de fraises 0,8 l / 1 l de lait concentré sucré 16/20 petits suisses 2 / 2,5 citrons</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ramollir le beurre en pommade et ajouter le sucre et le sucre vanillé</li><li>2. Incorporer les blancs d'œufs non battus à la préparation</li><li>3. Ajouter ensuite la farine tamisée</li><li>4. Préchauffer le four à 170°C</li><li>5. Poser 1 càs de pâte sur la plaque à pâtisserie et étaler avec une palette. Recommencer l'opération 1 fois</li><li>6. Cuire 10' à 170°C ; le centre doit être clair et le bord plus coloré</li><li>7. Préparer 2 bols retournés sur la table</li><li>8. Dès la sortie du four avec la palette, décoller un disque de pâte et retourner sur le bol ; donner la forme</li></ol> <ol style="list-style-type: none"><li>9. Garnir de mousse aux fraises<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Presser le citron</li><li>➤ Mixer les fraises</li><li>➤ Arroser les fraises de jus de citron</li><li>➤ Mélanger le lait et les petits suisses et les fraises</li><li>➤ Tenir au frais</li><li>➤ Répartir dans des tuiles et garnir avec un peu de crème + 1 fraise</li></ul></li></ol>
---	---

## Groupe 3 : vendredi 28 mai 2021

- Apéritif
- Coquille Saint Jacques
- Magret de canard aux poires et miel
- Pommes de terre persillées
- Couronnes de fraises

## Coquilles Saint Jacques aux crevettes

<p><u>Ingrédients pour 16/20 pers.</u> 64 / 80 coquilles saint Jacques 100 gr/125 gr de margarine 700 gr/875 gr de crevettes 16/20 carottes 16/20 échalotes 1 kg /1,250 kg de champignons 1 jus de citron 4/5 gousses d'ail</p> <p><u>Sauce</u> 160 gr/200 gr de margarine 160 gr/ 200 gr de farine 1,6l/2 l de lait 1 jus de citron 6,4 dl/ 8 dl de crème fraîche 16/20 càs de concentré Sel – poivre – paprika - Cayenne</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Rincer les crevettes à l'eau froide</li><li>2. Emincer très finement les carottes, l'ail et les échalotes</li><li>3. Faire revenir le tout dans la matière grasse pendant 2'</li><li>4. Ajouter les crevettes</li><li>5. Réaliser une sauce aurore et ajouter les épices</li><li>6. Laver et émincer les champignons et enlever les pieds</li><li>7. Les faire blanchir 5'</li><li>8. Ajouter les champignons et les crevettes à la sauce</li><li>8. saler, poivrer les coquilles saint Jacques et les poêler quelques minutes</li><li>9. Placer la sauce sur l'assiette et déposer par-dessus les coquilles</li><li>10. Décorer de persil</li></ol>
--	---

## Magret de canard aux poires et au miel

<p><u>Ingrédients pour 16/20 pers.</u>        8 / 10 magrets de canard        4 / 5 càs de fond de veau en poudre        6 / 8 poires        1,25 l / 1,60 l de vin blanc sec        8 / 10 càs de miel        2 / 3 bâtons de cannelle        4 / 5 clous de girofle        1 bouquet de persil plat        poivre</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Préchauffer le four à 100°C</li> <li>2. Faire cuire les magrets de canard 2 à 3' côté peau, dans une poêle, à feu vif          Les retourner et prolonger la cuisson 4'</li> <li>3. Les disposer dans un plat côte à côte          Saupoudrer de fond de veau, poivrer et faire cuire 1h au four</li> <li>4. Éplucher les poires en conservant la queue</li> <li>5. Porter le vin blanc à ébullition dans une casserole, avec le miel, la cannelle, les clous de girofle          Laisser frémir, 5', en mélangeant de temps en temps          Faire cuire les poires 10 à 15'          Oter du feu et laisser refroidir dans le sirop</li> <li>6. Nettoyer le persil, en réserver quelques pluches pour la décoration          Ciseler finement le reste</li> <li>7. Égoutter les poires et les couper en lamelles</li> <li>8. Oter les magrets de canard du four, les couvrir et laisser reposer 5'</li> <li>9. Filtrer le sirop, ajouter le persil ciselé et laisser réduire de 1/3</li> <li>10. Couper les magrets en tranches, disposer sur les assiettes, ajouter les lamelles de poires</li> <li>11. Napper de sirop, décorer de pluches de persil et servir</li> </ol>
---	--

Pommes de terre persillées

<p><u>Ingrédients pour 16/20 personnes</u>        1,5 kg / 1,875 kg de pommes de terre        120 gr / 150 gr de beurre        Persil        Sel</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mettre à cuire les pommes de terre à l'eau afin qu'elles soient tendres mais fermes, 6' environ.</li> <li>2. Égoutter et faire sauter les pommes de terre avec le beurre, le persil haché et le sel.</li> <li>3. Servir chaud.</li> </ol>
--	---

Couronnes de fraises

<p><u>Pâte à choux 16/20 pers</u>        33 cl / 40 cl de lait        33 cl / 40 cl d'eau        345 gr / 435 gr de farine        10 / 13 œufs        240 gr / 300 gr de beurre        160 gr / 200 gr d'amandes effilées        3 jaunes d'œufs pour dorer        5/6 càs de sucre        sel</p> <p><u>Garniture</u>        800 gr / 1 kg de fraises        500 gr / 650 gr de framboises        80 cl / 100 cl de crème        80 gr / 100 gr de sucre impalpable        5 / 6 càs d'essence d'amandes</p> <p><u>Coulis</u>        800 gr / 1 kg de fraises ou de framboises        5/6 càs de sucre impalpable</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Recouvrir la plaque à pâtisserie de papier sulfurisé</li> <li>2. Préchauffer le four à 210°C</li> <li>3. Réaliser une pâte à choux</li> <li>4. Mettre la pâte dans une poche à douille cannelée de 1,5cm de Ø</li> <li>5. Former une 1<sup>è</sup> couronne de pâte de 2 à 3 cm de large sur un cercle de 15cm de Ø et façonner une 2<sup>è</sup> couche à l'intérieur de la 1<sup>è</sup> et les surmonter d'une 3<sup>è</sup> couche posée à cheval sur les deux autres</li> <li>6. Badigeonner au jaune d'œuf et mettre les amandes sur la pâte</li> <li>7. Enfourner 40'</li> <li>8. Réaliser le coulis en mixant les fruits et en ajoutant le sucre impalpable et le jus de citron</li> <li>9. Passer au tamis et mettre au frigo</li> <li>10. Couper les fraises restantes en lamelles</li> <li>11. Couper les choux en 2 aux 2/3 de la hauteur</li> <li>12. Battre la crème avec le sucre et l'essence d'amandes</li> <li>13. Garnir à la poche à douille avec la ½ de la crème fraîche</li> </ol>
--	---

5/6 càs de jus de citron	14. Garnir de lamelles de fraises et ajouter le reste de crème fraîche 15. Remettre le couvercle et saupoudrer de sucre impalpable 16. Verser le coulis
--------------------------	---

### Apéritifs

#### Groupes 1 et 3

<p><u>Billes de melon et jambon Bayonne (24 pers)</u>  2 melons  300 gr de jambon de Bayonne  Ciboulette  Sel / poivre</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Couper le melon en deux, retirer les graines et faire de petites billes à l'aide d'une cuillère parisienne</li> <li>2. Compter 2 billes par cuillère</li> <li>3. Découper le jambon de Bayonne en fines tranches assez longues. Poivrer.</li> <li>4. Monter les cuillères et sur chaque pique de bambou, enfiler une tranche de jambon pliée en deux ou trois et les deux billes de melon.</li> <li>5. Hacher la ciboulette fraîche et décorer chaque cuillère</li> </ol>
<p><u>Mousse de crevettes et crème d'avocat (24)</u>  1,5 kg de crevettes roses  6 avocats  3 citrons  750 gr de crème 40%  Paprika  Tabasco  Aneth, sel</p> 	<p><u>Préparation (20 min)</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Préparez la crème d'avocat : mixez la chair des avocats avec le jus d'un citron et quelques gouttes de Tabasco jusqu'à obtenir une crème lisse et homogène. Salez et réservez au frais.</li> <li>2. Préparez ensuite la mousse de crevettes : mixez ensemble les queues de crevettes roses décortiquées (en garder 8 pour la décoration) avec la crème fraîche, le sel et le paprika. Réservez au frais.</li> </ol> <p><u>Présentation</u></p> <p>Répartissez la crème d'avocat dans des verrines, ajoutez la mousse de crevettes et décorez avec une crevette entière et un brin d'aneth.  Servez aussitôt.</p>

Barquettes de chicons au magret fumé et au fromage bleu (16)

24 tranches de magret fumé  
9 chicons  
150 gr de roquefort  
3 petites pommes vertes  
6 càs d'huile  
3 càs de vinaigre de noix



1. Laver, couper les bouts de chicons et détacher les feuilles.
2. Les rincer et les poser dans un plat
3. Couper le fromage en petits dés
4. Peler, épépiner et couper la pomme en fins bâtonnets
5. Enlever le gras des magrets et les tailler en 2 dans la longueur.
6. Disposer les lamelles de pommes et les magrets sur les chicons.
7. Ajouter les cubes de fromage.
8. Dans un bol, mélanger l'huile, le vinaigre, le sel et le poivre.
9. Verser quelques gouttes sur chaque barquette
10. Réserver au frais jusqu'au service

Groupe 2

Cocktail d'avocat, crabe et pamplemousse (24 p)

4 avocats  
2 boîtes de crabe  
2 pamplemousses roses  
4 càs de mayonnaise  
1 citron  
2 pincées de piment d'Espelette  
1 bouquet de ciboulette  
Sel, poivre



1. Ouvrez les avocats et retirez le noyau. Prélevez la chair, mettez-la dans un saladier et écrasez-la à la fourchette.
2. Ciselez la ciboulette. Arrosez la chair d'avocat de 2 càs de jus de citron et saupoudrez-la d'un peu de ciboulette, de sel et poivre.
3. Mélanger et réservez au frais.
4. Egouttez la chair de crabe. Si elle contient de gros morceaux, coupez-les en petits dés et mettez-les dans un saladier.  
Ajoutez la mayonnaise, 1 càs de jus de citron, le reste de ciboulette, le piment, du sel et du poivre.  
Mélangez et réservez au frais.
5. Sur une planche, pelez le pamplemousse à vif et coupez en petits cubes.
6. Dressez les cuillères en commençant par l'avocat, suivi de la préparation au crabe.  
Posez quelques morceaux de pamplemousse par-dessus. Réservez au frais.

Canard et poire surprise (30)

180 gr de magret de canard fumé  
2 poires  
4 càs de vinaigre balsamique  
30 feuilles de basilic



Au préalable (moins de 30 min.)

1. Enlevez le trognon de la poire, découpez la chair en ± 15 morceaux et arrosez de 2 c. à café de vinaigre balsamique.

Préparation (10 min)

1. Couvrez chaque morceau de poire d'une feuille de basilic, enveloppez d'une tranche de magret de canard fumé et piquez-y un bâtonnet cocktail.

Courgette et fromage frais (20)

2 courgettes

2 tomates

2 boîtes de mascarpone

1 citron

ciboulette

Sel, poivre



Laver soigneusement les courgettes. Couper les courgettes en petits dés

Laver la tomate et la couper en très petits morceaux, Dans un saladier, mélanger le mascarpone, la tomate en morceaux et le jus d'½ citron. Saler, poivrer.

Monter les verrines en plaçant les dés de courgette, puis la préparation au fromage

Décorer avec quelques brins de ciboulette sur chaque cuillère.