

 **BORA**

**SPEINLE
WITZIG
MANN
LAFER
SENN**

Haute
gastronomie au
four à vapeur

Recettes
pour le
BORA X BO

**GRÄFE
UND
UNZER**

Contenu

PRÉAMBULE

- 7 Réunissez quatre chefs étoilés autour d'un four à vapeur

CUISINEZ COMME UN CHEF

- 11 La gastronomie allemande dans les étoiles

UNE CUISSON DOUCE

- 14 Cuisson à la vapeur : Pour le meilleur du goût
- 16 Chaleur pulsée : Air chaud et plus encore.
- 17 Vapeur combinée : Chaleur pulsée et vapeur.
- 18 Cuisson sous vide : Pour la préservation des arômes.
- 20 BORA X BO : Au plus près des étoiles.
- 22 Four à vapeur classique ? Pas de problème.
- 24 Réglages et modes de cuisson

RECETTES

- 28 JOHANN LAFER
- 30 Portrait : Johann Lafer : l'art gastronomique dans la simplicité

96	ANDREAS SENN
98	Portrait : Andreas Senn : Chef étoilé de proximité
158	CORNELIUS SPEINLE
160	Cornelius Speinle : L'art culinaire pour réunir
232	ECKART WITZIGMANN
234	Portrait : Eckart Witzigmann : Cuisinier du siècle
296	Index
306	Impressum

INFORMATIONS IMPORTANTES

À PROPOS DE LA TOQUE



Certaines recettes et étapes de cuisson sont marquées d'une toque. Celle-ci indique l'un des nombreux programmes spéciaux ou automatiques proposés par BORA X BO pour vous faciliter la tâche. Dans les programmes automatiques, les valeurs idéales de température et d'humidité sont prédéfinies pour l'intégralité d'une séquence d'étapes de cuisson. Les programmes spéciaux tels que « Laisser reposer une pâte » ou « Déshydratation », quant à eux, régulent les processus longs afin de vous laisser vaquer à d'autres occupations.

AU QUOTIDIEN

Dans la gastronomie, une grande attention est portée au dressage des plats. Les illustrations proposées dans cet ouvrage en sont l'exemple. Dans les recettes, cependant, les quantités ont été revues à la hausse afin de répondre à un quotidien dont les repas ne sont pas communément fait de menus à six plats.



Réunissez quatre chefs étoilés autour d'un four à vapeur ...

... et vous avez tous les ingrédients pour une histoire savoureuse. Mais aussi, comme l'a choisi BORA, pour un livre de cuisine hors du commun. Et de fait, le résultat se trouve entre vos mains : un recueil de recettes complet, élaboré par quatre maîtres de la gastronomie. Une source d'inspiration exceptionnelle et la plus belle preuve que vous pouvez, vous aussi, accéder à une cuisine digne des plus grands. Parce qu'avec BORA, tout est plus facile !

Tout a commencé avec une idée de Willi Bruckbauer, fondateur et directeur de BORA : « Et si nous demandions à des chefs étoilés d'élaborer des créations culinaires pour le nouveau four à vapeur BORA X BO ? Il s'agirait de recettes que tout le monde peut faire chez soi ! » Aussitôt dit, aussitôt fait : quatre grands noms de la gastronomie se sont laissés séduire par l'idée. Johann Lafer et Eckart Witzigmann, chefs étoilés de premier ordre, revisitent pour BORA X BO les classiques de leurs plus grandes années. Leurs comparses Cornelius Speinle et Andreas Senn, plus jeunes et déjà étoilés, leur donneront la réplique par des créations dont l'inventivité contrastera délicieusement avec ces classiques.

Chez BORA, observer les chefs à l'œuvre s'est avéré être une source d'inspiration inégalable, indissociablement liée, bien entendu, à la fascination de les voir manipuler BORA X BO. De plus, nous l'admettons sans détour, les éloges des chefs à l'égard de notre four multifonction nous ont pour le moins flattés.

À votre tour, rejoignez-nous dans l'excursion gastronomique que nous vous proposons au gré de ces pages. Laissez-vous inspirer par les maîtres pour proposer votre propre gastronomie. Les éloges de vos convives vaudront alors toutes les étoiles Michelin au monde.

Nous vous souhaitons bien du plaisir à la lecture, à la découverte, à la préparation et à la dégustation de ces créations.

Cuisson à la vapeur :

Pour le meilleur du goût

Particulièrement douce, la cuisson à la vapeur préserve les vertus des aliments. N'étant pas plongés dans l'eau, ceux-ci conservent en effet tout leur goût et leurs nutriments, vitamines et minéraux, et même jusqu'à leur aspect et leur consistance. Ce processus de cuisson permet de s'affranchir de la graisse, pour une cuisine plus saine et consciente.

Les aliments sont placés dans un large plat de cuisson perforé et enveloppés d'un flux de vapeur d'eau. La température de cuisson ne dépasse pas 100°. Ce mode de préparation permet aux légumes de conserver leur forme et leurs couleurs appétissantes, tout en accentuant leurs arômes. De plus, la vapeur ne permettant pas la carbonisation ou la surcuisson, vous pouvez librement préparer le reste du repas ou vous consacrer à vous invités.

De l'eau à la vapeur

Avec la cuisson à la vapeur, une seule règle s'applique : tout ce qui cuit à la casserole cuit à la vapeur. Des asperges aux épinards, tous les légumes sont donc concernés, mais aussi le riz, les pommes de terre et de nombreux poissons et viandes. Pour un résultat parfait, le four à vapeur doit toujours être préchauffé et, si une étape s'est déroulée à une température supérieure à celle qui la suit, il sera crucial de le laisser refroidir. Les durées de cuisson sont généralement similaires à une cuisson à la casserole. Pour les légumes et produits à base de pâte que vous envisagez de régénérer ou de réchauffer, prévoyez une cuisson al dente.

Assaisonner avec mesure

La cuisson à la vapeur d'eau permet de modérer l'assaisonnement en sel et en épices, les saveurs des aliments eux-mêmes étant plus intenses et nécessitant moins de relever le plat. L'ajout d'épices comme de beurre se fait idéalement après la cuisson. Pour aromatiser des plats, il est également possible de placer des légumes, épices

et herbes dans un récipient perforé au-dessus des aliments à cuire. Les arômes extraits par la vapeur retombent ainsi sur les aliments pour leur conférer une intensité supplémentaire.

Cuisson sur plusieurs niveaux

La vapeur permet de faire cuire différents plats simultanément sur les trois niveaux du four sans risquer de transfert des saveurs entre les aliments. Il est également possible, pendant la cuisson, d'ajouter ou de retirer des plats ou ingrédients en fonction de leur durée de cuisson, pour un dîner plus que parfait.

Pour la conservation

De nombreux légumes se congèlent très bien s'ils ont été blanchis au préalable. Pour cela, faire cuire les légumes quelques minutes à 100° et 100 % d'humidité, puis les refroidir dans l'eau glacée. Après égouttage, ils peuvent ensuite être répartis dans des récipients individuels et congelés. Vous pourrez ainsi les conserver plusieurs mois.



Four à vapeur classique ? Pas de problème.

Vous disposez d'un four à vapeur conventionnel et non d'un four BORA X BO ? Aucun souci : les recettes de ce livre s'y adaptent sans difficulté. Si elles ont été élaborées par nos chefs étoilés avec et pour le four BORA X BO, vous pourrez néanmoins les réussir en observant les quelques conseils suivants.

La température idéale

BORA X BO tend à proposer une température de cuisson réduite par rapport aux fours à vapeur classiques. La chaleur y est notamment pulsée à vitesse plus élevée, et ainsi plus rapidement transférée aux aliments. Vous connaissez peut-être cet effet dans les saunas : lorsque l'on agite sa serviette, la circulation de l'air est accélérée et la température ressentie augmente.

Pour les recettes de cet ouvrage, nous avons calculé la différence de température : sur un four à vapeur classique, utilisez une température 10 à 20° supérieure à la valeur indiquée. Notez que cette augmentation n'est pas requise pour les températures inférieures à 100° et la cuisson à la vapeur. Dans de tels cas, il vous suffit de suivre les indications de la recette.

Le taux d'humidité parfait

Les indications d'humidité, quant à elles, peuvent être simplement conservées sur les fours à vapeur classiques. Tous les appareils ne disposant pas du même volume d'eau, vérifiez de temps à autres qu'il vous reste suffisamment d'eau dans le bac ou le réservoir. Cela s'applique en particulier pour les cuissons longues de plus d'une heure, ou pour les grandes quantités à cuire.

Pour les valeurs d'humidité indiquées en valeurs négatives dans les recettes X BO, utilisez votre four à vapeur classique en fonctionnement à simple chaleur tournante (0 % d'humidité) et ouvrez régu-

lièrement la porte du four pour laisser s'échapper l'humidité qui s'y accumule.

Pour les plats à gratiner à -100 % d'humidité, activez le mode gril en fin de cuisson sur votre four à vapeur classique. Dans un tel cas, utilisez simplement la température indiquée dans la recette.

La durée de cuisson optimale

Vous constaterez que les recettes de ce livre indiquent des durées généralement plus courtes que les temps de cuisson des fours à vapeur classiques. Le transfert de la chaleur se montre en effet plus rapide sur BORA X BO. Sur votre appareil, prévoyez un peu plus de temps de cuisson. Le mieux peut être de partir de la durée indiquée pour approcher par tâtonnement le résultat de cuisson souhaité. Avec un peu d'expérience, vous y arriverez de plus en plus rapidement. Bon à savoir : nos indications de durée n'incluent pas le temps de préchauffage. Faites préchauffer votre appareil à la température souhaitée avant de régler la minuterie. Si différents réglages sont requis pour différentes étapes de cuisson, le four X BO doit être refroidi entre deux étapes.

Programmes spéciaux et automatiques

Comment faire pour les nombreux programmes spéciaux et automatiques ? BORA X BO a été conçu avec ces programmes pour vous faciliter considérablement la tâche. Rien ne vous empêche, cependant, d'opter pour un procédé de cuisson conventionnel.

Quelques exemples :

Stériliser de la vaisselle : Faites chauffer la vaisselle quelques minutes dans un récipient pour les stériliser.

Faire fondre du chocolat : Cette opération peut aussi avoir lieu dans un bain-marie. Veillez cependant à éviter toute projection d'eau dans le chocolat.

Laisser reposer une pâte : Couvrez la pâte et placez-la au chaud, en lui laissant davantage de temps pour lever si nécessaire.

Déshydrater des aliments : Réglez la température sur 40° (chaleur tournante) et laissez la porte du four entrouverte afin de laisser s'échapper l'humidité. La déshydratation prend cependant du temps.

Un tableau vous est fourni en page suivante pour davantage d'informations sur les modes de cuisson et réglages de température et d'humidité.



Aéré et aérien

Dorés et moelleux : avec les programmes automatiques de BORA X BO, vos soufflés au fromage et pomme de terre (voir p. 250) seront immanquablement réussis.

Préparation : 55 min
Repos : 3 jours
Cuisson : 2 h 30 min
4 personnes

Rôti de gibier aux croquettes de pomme de terre

Pour le rôti

100 g de carottes
200 g de céleri
60 g de poireau
2 gousses d'ail
4 branches de thym
1 orange bio
1 c. à s. de baies de genévrier
1 c. à s. de poivre noir en grains
750 g de vin rouge
250 g de vinaigre de vin rouge
3 feuilles de laurier
100 g sucre de canne brut
1 cuissot de chevreuil de 1,2 - 1,5 kg (désossé)
3 c. à s. de beurre clarifié
sel naturel ou marin
poivre fraîchement moulu
2 c. à s. de concentré de tomates
2 c. à s. d'ailles rouges (consERVE)

Pour les croquettes

1 kg de gros sel de mer
900 g de pommes de terre à chair farineuse
50 g de beurre
3 jaunes d'œufs (taille M)
75 g de fécule de maïs
sel naturel ou marin
noix de muscade
farine, pour le plan de travail

Ingrédients supplémentaires
en page suivante →

RÔTI

1. Éplucher les carottes et le céleri, laver soigneusement le poireau et découper le tout en larges morceaux. Peler l'ail et le hacher grossièrement. Laver le thym et l'essorer. Laver l'orange à l'eau chaude et la sécher. Enlever le zeste à la râpe. Écraser les baies de genévrier au mortier et concasser le poivre en grains.

2. Verser le vin, le vinaigre et 250 g d'eau dans une casserole adaptée. Ajouter les ingrédients préparés avec le laurier et le sucre. Porter le tout à ébullition et laisser refroidir. Éponger la viande à l'essuie-tout et la déposer dans la marinade refroidie. La laisser mariner 2-3 jours au réfrigérateur en la retournant 2-3 fois pendant cette durée.

3. Le jour de la préparation, sortir la viande et la laisser bien égoutter. Filtrer la marinade à la passoire et en récupérer le fond. Dans une braisière de taille adéquate, faire chauffer le beurre clarifié, y faire rissoler la viande sur toutes les faces et assaisonner de sel et de poivre. Puis, la retirer et la réserver.

4. Placer les légumes marinés dans la braisière et les faire cuire 8-10 min. Incorporer le concentré de tomates et laisser cuire en remuant. Verser le fond récupéré et disposer la viande sur les légumes. Braiser le tout 2-2,5 h dans le four X BO (150°/0 % d'humidité) jusqu'à atteindre 90° à cœur. Extraire la viande et la placer sur le récipient de cuisson, puis laisser refroidir le four X BO à 50°. Y réintroduire ensuite le rôti et le maintenir au chaud jusqu'au service.

5. Verser la sauce du braisé dans un faitout à travers une passoire. Laisser cuire à feu moyen pendant 5-8 min, jusqu'à obtenir une consistance onctueuse. Compléter la sauce avec les ailles rouges et assaisonner de sel et de poivre.

CROQUETTES DE POMME DE TERRE

6. Placer un tapis de cuisson sur le récipient de cuisson et y disperser le gros sel de mer. Laver les pommes de terre à l'eau en utilisant une brosse à légumes si nécessaire. Les placer non épluchées sur le sel. Environ 45 min avant la fin de la cuisson du rôti, introduire la plaque dans le four BORA X BO et y laisser cuire les pommes de terre jusqu'à les attendrir. Les sortir et les laisser refroidir.





7. Couper les pommes de terre cuites en deux, les placer dans le presse-purée face coupée vers le bas, les presser, puis retirer la peau. Après la première passe, écraser une seconde fois les pommes de terre dans le presse-purée et les récupérer dans un récipient. Vous obtenez ainsi une purée onctueuse.

8. Faire fondre le beurre dans un petit récipient. Battre les jaunes et les incorporer dans les pommes de terre. Ajouter la fécule de maïs, puis le beurre fondu. Bien mélanger le tout et assaisonner de 1 c. à c. de sel et de noix de muscade fraîchement râpée. Placer la pâte obtenue sur un plan de travail fariné, la rouler en un boudin d'environ 5 cm d'épaisseur, puis la découper en 10 à 12 morceaux réguliers. Avec les mains humidifiées, rouler les morceaux en croquettes.

9. Dans un large récipient plat, porter une bonne quantité d'eau salée à ébullition. Y placer les croquettes et réduire le feu. Laisser cuire les croquettes pendant 10-12 min. Lorsqu'elles remontent à la surface, les extraire à l'aide d'une écumoire.

POMMES GLACÉES

10. Laver les pommes, les couper en quartiers et les épépiner. Presser le jus du citron. Découper les quartiers de pomme non épépinés en fines tranches et les arroser de jus de citron.

11. Dans une poêle, faire chauffer le beurre, y déposer les tranches de pommes. Les laisser blondir et les caraméliser avec le sucre et 1 pincée de sel. Verser le jus et y laisser cuire les pommes environ 5 min, jusqu'à les ramollir. Les retirer de la plaque de cuisson.

PRÉSENTATION

12. Couper le rôti en tranches et en dresser les assiettes avec les croquettes de pomme de terre. Agrémenter d'un peu de sauce aux airelles rouges et garnir la viande avec les tranches de pommes glacées. Servir immédiatement.



Cuisiner aussi bien n'a jamais été aussi facile : avec sa **répartition optimale de la chaleur**, BORA X BO assure une cuisson particulièrement homogène, même lorsque les trois niveaux sont remplis. Vous pouvez contrôler précisément l'humidité dans la chambre de cuisson, y compris pour la réduire et ajouter du croquant à vos plats. Le thermomètre à quatre points, quant à lui, vous assiste pour une cuisson irréprochable. Dès qu'il mesure la température souhaitée, la cuisson est automatiquement arrêtée.

Pour les pommes glacées

3 pommes

1 citron

1 c. à s. de beurre

1 c. à s. de sucre de canne brut
sel naturel ou marin

70 g de jus de pomme

L'ASTUCE DES PROS

Incorporer rapidement les jaunes d'œufs, la fécule et le beurre dans la purée de pommes de terre afin de profiter de la chaleur pour assurer un bon mélange.