Mes recettes AMPHORA

par F.PUTELAT

Édition 2024

- Nouvelles habitudes de consommation -

AMPHORA

• LE SPÉCIALISTE DES HUILES PROFESSIONNELLES •

Mes recettes

AMPHORA

par Franck PUTELAT

AMPHORA

• LE SPÉCIALISTE DES HUILES PROFESSIONNELLES •

Franck PUTELAT

Le Chef Franck PUTELAT fait partie du patrimoine de la Gastronomie Française.

MOF 2019 Cuisine-Gastronomie, Propriétaire et Chef du Restaurant 2** La Table de Franck Putelat à Carcassonne, il a su au fil des années et de ses diverses expériences développer une cuisine qui lui est propre.

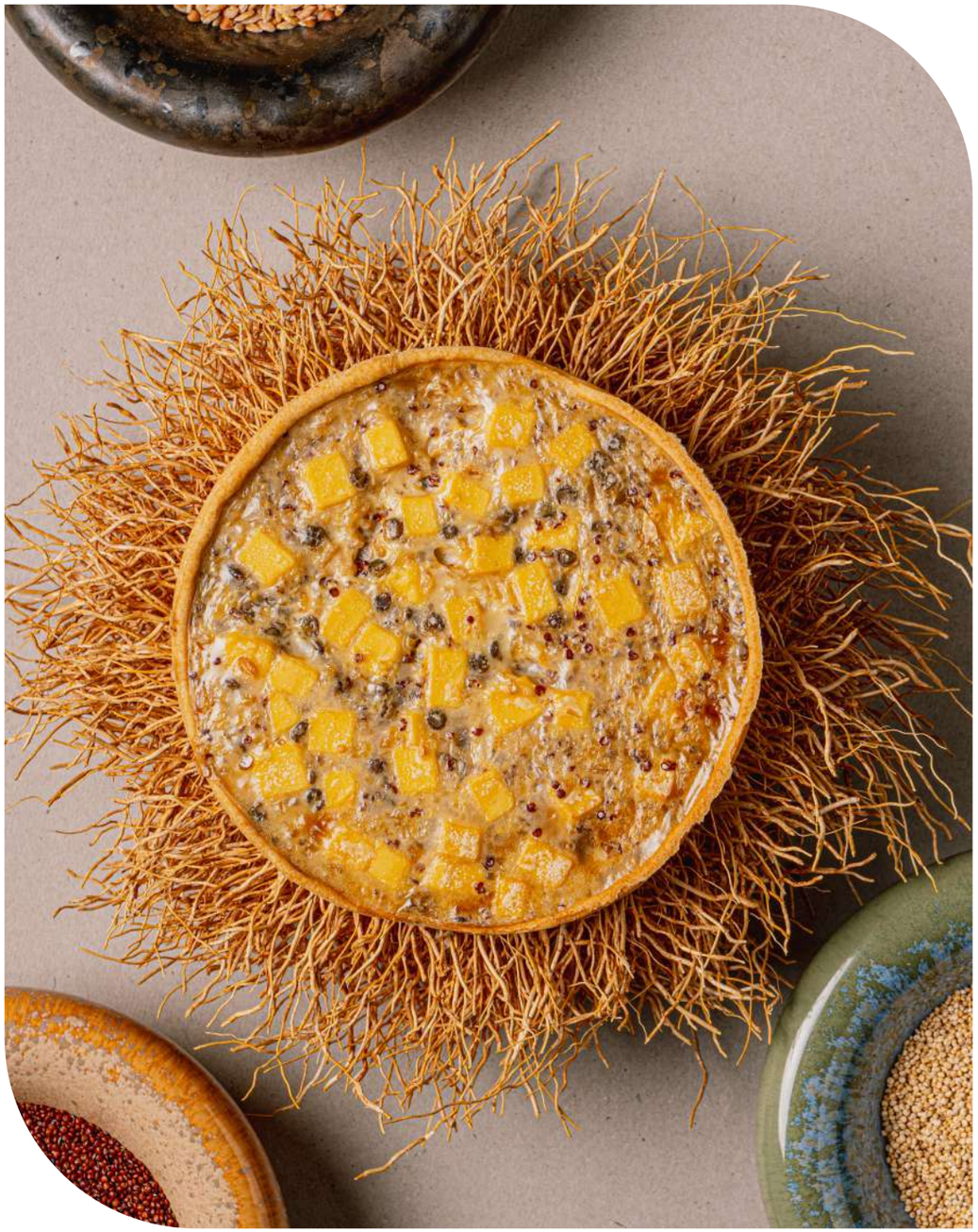
Comme il le dit lui-même «je mets tous mes efforts et tout mon cœur à rechercher l'essence du produit, sa nature, son identité, pour le sublimer. Un peu comme une mélodie qu'il faudrait améliorer sans cesse en quête de l'harmonie la plus parfaite. J'ai choisi de tendre vers l'émotion par la cuisine afin d'offrir à mes convives un véritable voyage sensoriel, en m'appuyant sur la technique pour générer de nouveaux équilibres, mais sans esbroufe. »

Le Chef au col bleu blanc rouge qualifie lui-même sa cuisine de « classique fiction », qui consiste en une revisite de classiques de la gastronomie avec la touche personnelle du Chef, afin de « créer une nouvelle histoire « palpable », chargée de sens et d'émotions ».

Le mot du Chef

Vivre dans son temps est important, faire attention à l'évolution de la société est essentielle. En tant que Chef je me dois de suivre les nouvelles tendances de consommation. Ces créations culinaires m'ont permis d'explorer de nouvelles saveurs et de réinventer des classiques pour répondre aux attentes actuelles. Chaque recette a été pensée pour mettre en valeur les saveurs de nos huiles, tout en respectant les principes d'une alimentation saine, équilibrée et durable.

Bon appétit, la cuisine est belle, l'aventure continue.



MA QUICHE
CÉRÉALIÈRE

1. Fondre la margarine végétale au micro-onde pendant 15 secondes, puis ajouter de l'huile Restauration et une pincée de sel. Mixer et laisser reposer pendant 3 heures.
2. Incorporer la farine et l'eau. Étendre la pâte et la cuire à blanc pendant 25 minutes à 160°C au four.
3. Dans un bol, mélanger la fécule de maïs, le fromage de soja et le lait végétal, puis ajouter les assaisonnements de votre choix. Réserver l'appareil au frais.
4. Cuire chaque céréale dans une petite quantité d'eau, assaisonner, égoutter, puis disposer dans la quiche. Ajouter le mélange réservé sur le dessus et cuire pendant 15 minutes à 160°C. Tomber les feuilles d'épinards à l'huile Gourmet. Égoutter.
5. Sécher le quinoa au four pendant 20 minutes à 80°C. Puis, égoutter, assaisonner et disposer sur la quiche avec les feuilles de pourpier.

LE PLUS DU CHEF

Servir une salade de céréales à part pour un plat plus complet.

BIOLOGIQUE

PORTIONS : 4

HUILE : RESTAURATION

• INGRÉDIENTS •

Farine de blé 250g
Margarine végétale 100g
Amphora Restauration PM
Eau 10cl

Fécules de maïs 80g
Fromage de soja 25cl
Lait végétal (avoine) 25cl
Sel poivre PM

Quinoa 20g
Épeautre 30g
Lentille beluga 30g

DÉCOR
Décor Quinoa 10g
Amphora Restauration PM
Pourpier Feuille 20g
Sel poivre PM

GAUFRE DE LENTILLES
YAOURT FUMÉ

1. Cuire les lentilles corail dans une casserole avec un peu d'eau légèrement salée. Une fois cuites, laisser refroidir, mixer, puis ajouter les autres ingrédients et mixer à nouveau pour obtenir une texture homogène.
2. Préchauffer le moule à gaufres, puis graisser légèrement avec de l'huile Gourmet. Cuire les gaufres pendant 2 à 3 minutes de chaque côté.
3. Dans une plaque creuse, déposer une petite quantité de sciure de hêtre, puis fumer à l'aide d'un chalumeau. Ajouter le yaourt dans un bol, filmer l'assiette et laisser fumer pendant 3 minutes.
4. Réserver au frais. Passer la queue de saumon fumé au microplane et utiliser quelques graines de lentilles pour décorer.

LE PLUS DU CHEF

Pour innover, changer la forme des moules.
À l'apéritif, à partager, c'est bluffant.

GLYCÉMIE BASSE

PORTIONS : 4

HUILE : GOURMET

• INGRÉDIENTS •

Lentilles corail 250g
Œuf 1 pièce
Farine de petit épeautre 80g
Yaourt de coco 80g
Feta 80g
Levure chimique ½ cuillère
Amphora Gourmet PM

DÉCOR
Queue de saumon fumé sèche
Yaourt 0% MG
Sciure d'hêtre PM
Graines de lentilles

BŒUF BOURGUIGNON

MILLÉSIME 2024, POMME SOUFFLÉE

1. Mélanger les liquides et réduire jusqu'à obtention d'une consistance laqueuse, puis, ajouter le beurre et l'huile Gourmet. Réserver.
2. Dans une poêle avec un peu d'huile Line, cuire les légumes en ajoutant un peu de jus de légumes, et les laisser légèrement croquants.
3. Couper très finement le faux-filet en lanières, puis cuire à feu très vif à l'huile Gourmet. Saler, poivrer.
4. Enrober avec le mélange de sauce réduite. Disposer harmonieusement les légumes poêlés. Servir avec quelques pommes soufflées frits à l'huile Elite (voir book recette – édition 2021) à part.

LE PLUS DU CHEF

On peut très facilement remplacer le bœuf par du veau, de la volaille, etc.

SANS GLUTEN

PORTIONS : 4

HUILES : GOURMET/ LINE/ELITE

• INGRÉDIENTS •

Vin rouge 2 L
Vinaigre balsamique ½ L
Porto rouge ¼ L
Beurre 30g
Amphora Gourmet 30g
Carottes bâtonnets 2 pièces
Oignons quartiers 2 pièces
Ail en lamelles 4 gousses
Champignons de Paris en quartiers 4 pièces
Oignons grelots taillés en deux 8 pièces
Amphora Line PM
Jus de légumes PM
Faux-filet de bœuf 500g
Amphora Gourmet PM
Sel fin PM
Poivre PM
Pommes de terre Agria 400g
Amphora Elite PM
Amphora Line PM

PRODUITS FERMENTÉS

PORTIONS : 4

HUILES : GOURMET/LINE

• INGRÉDIENTS •

Pain au levain 4 tranches
Amphora Line PM
Gousse d'ail 1 pièce
Légumes lacto fermentés
Carottes en cubes 2 pièces
Chou-fleur en bouquet 1 pièce
Céleri en triangle 1 pièce
Cœur de céleri branche
en bâtonnets 1 pièce
Betteraves en palet 4 pièces
Gros sel PM
Eau minérale PM
Yaourt 1 pièce
Poudre de lait PM
Tofu PM
Régilait 50g
Amphora Gourmet PM

TARTINE DE LÉGUMES

LACTO FERMENTÉS, YAOURT FUMÉ, TOFU, POUDRE DE LAIT

1. Préparer les légumes fermentés en amont : confectionner une saumure avec 1 litre d'eau pour 30 grammes de sel, porter à ébullition, refroidir, puis découper les légumes. Placer dans des bocaux, recouvrir de saumure et laisser fermenter 1 journée à température ambiante puis 1-2 semaines dans une enceinte réfrigérée à 10°C.
2. Revenir les tranches de pain dans de l'huile Line, égoutter, puis frotter à l'ail.
3. Fumer le yaourt dans un récipient, puis réserver. Découper les légumes en dés réguliers. Dorer la poudre Régilait dans une poêle avec de l'huile Gourmet, égoutter et le sécher.
4. Pour le dressage, étaler le yaourt fumé sur les tranches de pain. Disposer les légumes et le tofu, puis saupoudrer de poudre de lait.

LE PLUS DU CHEF

Plus la fermentation sera faite longtemps à l'avance, mieux les légumes seront vraiment intéressant la dégustation (3 à 4 semaines).

ASPERGE BLANCHE, ASPERGE VERTE,

SAUCE CONDIMENTÉE, FRITURE DE SALICORNE

1. Éplucher les asperges blanches et vertes. Les cuire à l'anglaise séparément en bottes. Puis, tailler en morceaux d'1 cm d'épaisseur et disposer en cercle.
2. Rassembler les ingrédients dans l'ordre indiqué, pour confectionner la sauce condimentée.
3. Préparer la pâte à frire.
4. Tremper les salicornes. Ensuite, frire dans de l'huile Elite chauffée à 170°C. Déposer sur le montage d'asperges.

LE PLUS DU CHEF

La méthode de cuisson à l'anglaise, préserve la couleur des légumes verts.

VÉGÉTALIEN

PORTIONS : 4

HUILE : ELITE

• INGRÉDIENTS •

Amphora ELITE PM
Asperges vertes 250g
Asperges blanches 250g
Gros sel PM

SAUCE
Crème de soja 20cl
Moutarde 1 cuillère à café
Vinaigre de Timut 1 cuillère à café
Ketchup 2 cuillères à café
Poudre d'ail 1 cuillère à café
Ciboulette ciselé 1 cuillère
Sel fin PM
Poivre du moulin PM

PÂTE À FRIRE
Jaune d'œuf 1 pièce
Fécule de maïs 30gr
Farine 110g
Eau gazeuse 15cl
Salicornes 80g

PROTÉINES ALTERNATIVES

PORTIONS : 4

HUILES : PERFORMANCE/ GOURMET/LINE

• INGRÉDIENTS •

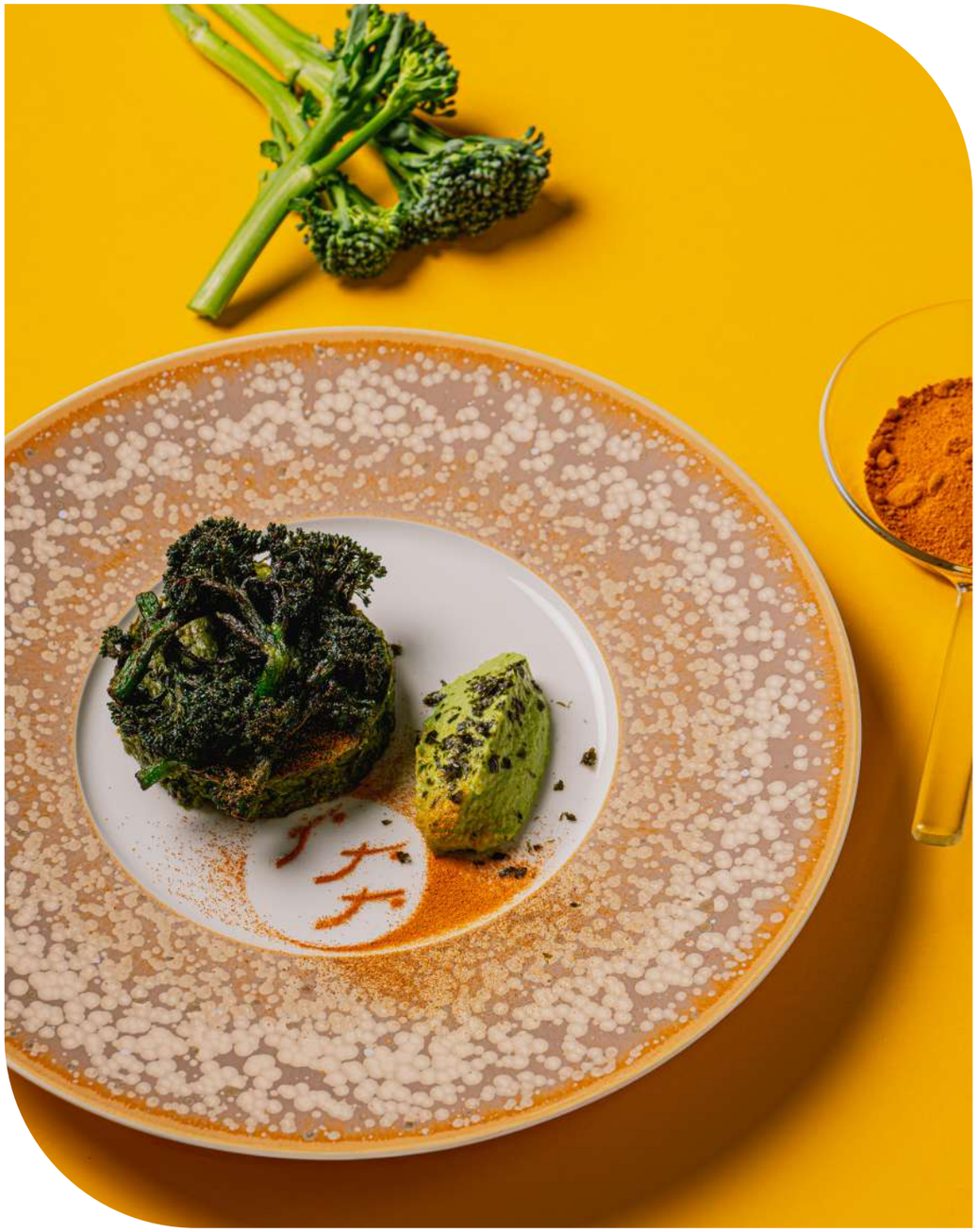
Haricots rouges 200g
Haricots blancs 200g
Oignon tendre 1 pièce
Botte persil plat ½
Botte cerfeuil ½
Botte aneth ½
Œufs 1 ou 2 pièces
Sel PM
Poivre PM
Amphora Gourmet PM
Avocats mûrs 2 pièces
PM Amphora Line
Échalotes 3 pièces
PM Amphora Gourmet
Vin rouge 1/2 L
Amphora Performance PM
Pommes de terre Agria 500g

STEAK DE HARICOTS
ROUGES ET BLANCS, AVOCAT SNACKÉ, FRITE FRAICHE

1. Cuire les haricots dans de l'eau minérale. Ajouter du sel lorsque ces derniers sont aux trois quarts de cuisson. Une fois cuits, égoutter et mélanger avec de l'oignon ciselé, des herbes grossièrement hachées et des œufs. Mélanger le tout et façonner une forme de steak haché. Faire revenir les steaks dans de l'huile Gourmet et réserver au chaud.
2. Éplucher les pommes de terre, les tailler en quartiers, puis les faire revenir légèrement dans de l'huile Gourmet. Réserver.
3. Éplucher, tailler en quartiers les avocats puis les snacker à l'huile Gourmet. Saler, poivrer et réserver.
4. Émincer les échalotes et dorer dans l'huile Line sans trop les colorer. Déglacer au vin rouge, réduire à sec, puis monter à l'huile Gourmet. Assaisonner avec du sel et du poivre.
5. Pour les frites, éplucher les pommes de terre et les tailler en bâtonnets, laver, sécher, puis blanchir à 130°C dans l'huile Performance. Au dernier moment, dorer les frites à 170°C, saler, poivrer puis servir bien chaudes.

LE PLUS DU CHEF

Cuire dans de l'eau minérale permet d'éviter le dépôt de calcaire.



GALETTE FONDANTE
DE BROCOLETTI AU CURCUMA

1. Cuire les brocoletti dans de l'eau salée, refroidir, égoutter, sécher et passer au Thermomix. Ajouter les œufs, le fromage blanc, la maïzena, le parmesan et le curcuma. Réserver.
2. Cuire dans une poêle avec de l'huile Chef ou au four à 180°C pendant 10 minutes.
3. Cuire les queues de brocoletti dans de la crème végétale, assaisonner, jusqu'à obtenir une purée très lisse.
4. Blanchir les têtes de brocoletti, puis frire à l'huile Chef et assaisonner.

LE PLUS DU CHEF

Si vous n'avez pas de brocoletti, le brocoli ou même le chou-fleur vont aussi très bien pour cette recette.

VÉGÉTARIEN

PORTIONS : 4

HUILE : CHEF

• INGRÉDIENTS •

Brocolettis 1KG
Œufs 2 pièces
Fromage blanc 100g
Maïzena 2 cuillères
Parmesan 2 cuillères
Curcuma ½ cuillère à café
Gros sel PM
Queues de brocoletti 600g
Crème végétale 15cl
Sel PM
Poivre PM
Têtes de brocoletti 180g
PM gros sel
Amphora CHEF

DÉCOR
Curcuma PM
Poudre d'algues PM

ZÉRO DÉCHET

PORTIONS : 4

HUILES : PERFORMANCE/ GOURMET/LINE

• INGRÉDIENTS •

Cosses de petits pois 1KG
Œufs 4 pièces
Crème liquide 20cl
Sel fin PM
Gros sel PM
Poivre du moulin PM
Pain de seigle 140g
Amphora Chef PM
Lard de Colonnata 100g
Coques 1kg
Jus de citron PM
Amphora Line PM
Petits pois 400g

DÉCOR
Echalotes 2 pièces
Amphora Performance

FLAN DE COSSE DE PETITS POIS

AUX ÉCHALOTES, VIERGE DE CŒUR DE PETITS POIS AUX COQUES

1. Cuire à l'anglaise les cosses bien salées. Égoutter, mixer au Thermomix. Ajouter ensuite les œufs, la crème et mixer. Assaisonner de sel et de poivre, puis passer la préparation au chinois.
2. Verser le mélange dans un plat et cuire au bain-marie à 140°C pendant 20 minutes. Ensuite, réserver au frais.
3. Tailler le pain de seigle en dés, puis cuire dans de l'huile Gourmet. Égoutter et réserver sur un tapis absorbant.
4. Découper le lard en dés, blanchir, puis cuire dans une poêle. Égoutter et réserver.
5. Cuire les coques à couvert, puis décoquiller. Cuire également les petits pois à l'anglaise et couper en deux. Dans un saladier, mélanger les coques, le lard, le jus de citron, un peu d'huile Line et les moitiés de petits pois.
6. Tailler les échalotes en rondelles régulières, laver, sécher puis frire avec de l'huile Performance à 160°C en remuant constamment. Égoutter et assaisonner.

LE PLUS DU CHEF

Le mélange de feuilles et d'huile Gourmet pour parfumer vos recettes.

PAPILLOTE DE ROUGET
DE ROCHE AUX AGRUMES GINGEMBRE CITRONNELLE

1. Écailler les rougets, lever les filets, désarêter et retirer la peau, en conservant les foies à part.
2. Torréfier les arêtes, déglacer au vin blanc, réduire, puis mouiller à l'eau et réduire de moitié. Filtrer le tout (environ 8 cuillères) et réserver.
3. Cuire les légumes séparément avec un peu d'huile Line dans un plat en sabot et un peu d'eau salée et poivrée.
4. Lier le jus d'arêtes avec le foie de rouget ainsi qu'un trait d'huile Gourmet. Saler, poivrer.
5. Pour chaque feuille Carta Farta, disposer une rondelle de pomme de terre, 2 pétales de tomates crues, 1 pistil de safran, une râpée de gingembre frais, 1 bâton de citronnelle, 2 quartiers d'oignon tendre, 1/2 gousse d'ail cuite, 1 bâtonnet de fenouil et 2 cuillères à soupe de jus de rouget avec la julienne d'agrumes. Ajouter 2 filets de rouget, une pincée de sel et de poivre. Fermer le sac hermétiquement pour obtenir une petite bourse. Cuire sur le bord de la plancha pendant 3 minutes, puis servir en coupant le sac dans une assiette.
6. Chauffer l'huile Performance à 140°C, frire les peaux égouttées et servir à part.

LE PLUS DU CHEF

Si vous n'avez pas le papier Carta Farta, ce plat peut également se faire avec du papier sulfurisé.

SANS LACTOSE

PORTIONS : 4

HUILES : PERFORMANCE / LINE

• INGRÉDIENTS •

Rouget 4 pièces (200 à 300g)
Branche de fenouil (en 4 batônnets) 1 pièce
Oignons tendre (en 4) 2 pièces
Gousses d'ail (en 2) 2 pièces
Bâton de citronnelle (en 4) 1 pièce
Pointe de gingembre frais 1 pièce
Pistils de safran 4 pièces
Pommes de terre ratte 4 pièces
Tomate en pétales 2 pièces
Écorce d'orange en julienne 1 pièce
Écorce de citron vert en julienne 1 pièce
Vin blanc ½ L
Carta Fata (papier papilotte) 4 morceaux
Ficelle 4 morceaux
Peau de rouget PM
Amphora Performance PM

SANS SUCRE AJOUTÉ

PORTIONS : 4

HUILES : PERFORMANCE/ GOURMET

• INGRÉDIENTS •

Fraises garriguette 250g
Branche de thym frais 1 pièce
Zeste de citron jaune PM

Tranches de brioche 4 pièces
Œuf 1 pièce
Lait entier ¼ L
Jus de fraise (¼ appareil + ¼ imbiber) ½ L
Amphora Gourmet

Jaunes d'œufs 7 pièces
Vin blanc 15 cl
Jus de fraises 200g
Pincée de sucre 1
Feuilles gélatine 2 pièces

BEIGNET
Eau 140g
Lait 30g
Œufs 2 pièces
Farine 510g
Levure 18g
Beurre 70g
Performance PM

DÉCOR
Orange 1 pièce
Citron vert 1 pièce
Fraise congelée 1 pièce

FRAIS-AMISU...

1. Tailler les fraises en deux, puis les rouler dans un mélange d'huile Gourmet, de zeste de citron et de thym frais avant de les cuire légèrement à la salamandre.
2. Dans un mélange de lait, d'œuf et de jus de fraise, tremper les tranches de brioche, puis colorer dans une poêle. Réserver.
3. Imbiber les tranches avec un jus de fraise.
4. Blanchir le jaune d'œuf avec une pincée de sucre, puis ajouter du vin blanc et du jus de fraise, en montant au maximum la température. Coller le mélange avec de la gélatine, puis refroidir. Mettre dans un siphon avec 3 cartouches de gaz.
5. Pour la pâte à beignet (pet de nonne), mélanger l'huile Gourmet au batteur avec le crochet mélangeur, en ajoutant tous les ingrédients sauf le beurre. Une fois homogène, ajoutez le beurre en petites parcelles, puis réserver.
6. Frire les beignets dans l'huile Performance pendant 2-3 minutes à 170°C. Réserver.
7. Déposer la brioche façon pain perdu dans l'assiette. Ajouter les quartiers de fraises le siphon et à l'aide d'un microplane, râper les agrumes et les fraises surgelées par-dessus.

LE PLUS DU CHEF

Cette recette peut être réalisé avec des fruits de saisons, des agrumes ou encore des fruits rouges.

Retrouvez toutes les recettes sur l'application

Amphochef®

Télécharger dans l'App Store

DISPONIBLE SUR Google Play

AMPHORA

Toutes les recettes de ce livre ont été réalisées avec les huiles Amphora. Vous pouvez retrouver tous les produits sur www.amphora-restauration.fr

Remerciements

La société évolue, les attentes des convivent changent, aussi il est devenu essentiel que les Chefs s'adaptent.

Plutôt que de subir ces changements il faut les nourrir, les accompagner, se les approprier.

Encore un beau challenge que notre Chef Ambassadeur Franck PUTELAT a relevé avec l'excellence qui le caractérise.

10 nouvelles habitudes de consommation avaient été identifiées mais nous n'avions aucune idée des recettes qu'allait nous proposer le Chef Putelat... et nous n'avons pas été déçu ! Quel résultat splendide !

Cette année encore le Chef nous a surpris par sa créativité et son talent, merci Chef !

Un grand merci à toute l'équipe du Chef Putelat pour la qualité de leur travail et leur gentillesse, aux agences Verri & Phenix Studio pour leur complémentarité professionnelle et à Emma pour son dynamisme et son implication !

Bonne lecture et surtout bon appétit !

Alexandre ETIENNE,
Chef de produits AMPHORA

Conception : Phenix Studio *phenix-studio.fr* / Photographies : © Agence Verri

AMPHORA

• LE SPÉCIALISTE DES HUILES PROFESSIONNELLES •