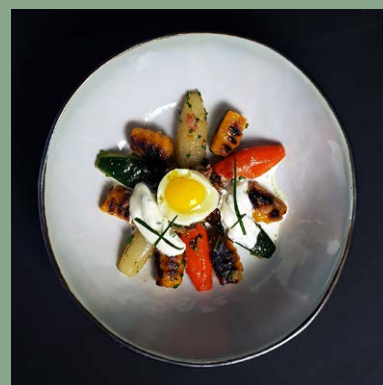


GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Programme 3-mois Cuisine

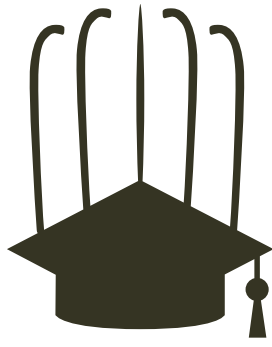
Exemples de plats réalisés



GASTRONOMICOM INTERNATIONAL CULINARY ACADEMY
8, RUE DES MOULINS À HUILE | 34300 AGDE | FRANCE
T : +33 4 67 32 15 07 | CONTACT@GASTRONOMICOM.FR

GASTRONOMICOM.FR





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 1 : entrées froides



> Tarte au confit d'oignon et tapenade, légumes croquants

Techniques utilisées

Pâte brisée, «fraisier», foncer une pâte dans un cercle, émincer un oignon, julienne de légume, faire une tuile croustillante a la poêle

> Jardin de légumes en différentes textures

Techniques utilisées

Tourner un artichaut, tuile dentelle, taillage de légumes, pistou, chlorophylle de roquette





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 2 : entrées chaudes



> Gnocchi de pomme de terre et patates douce au romarin, petits légumes tournés et champignon au lard

Techniques utilisées

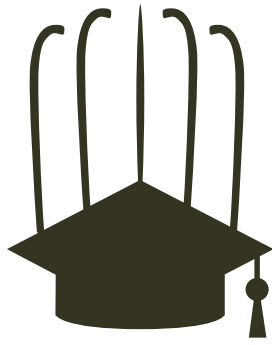
Appareil à gnocchi, pomme de terre et patate douce, tourner des légumes et les glacer, quenelle de crème fouettée

> Tarte soufflée parmesan, consommée à l'oignon

Techniques utilisées

Sauce béchamel, sauce Mornay, appareil à soufflé, pâte à foncer, bouillon clair





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 3 : poissons et leurs sauces



> Filet de daurade, fregola sarda, avocat rôti, réduction du fumet crémé au citron corsé. Mornay, appareil à soufflé, pâte à foncer, bouillon clair

Techniques utilisées

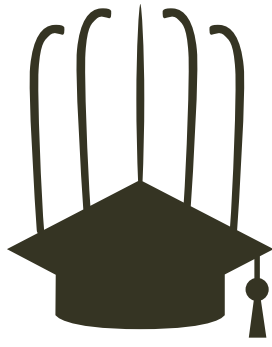
Habiller et fileter une daurade, fumet de poisson, liaison par réduction et citron corsé

> Saint Jacques poêlées, mini ratatouille, sauce au vin rouge, polenta croustillante parmesan et romarin

Techniques utilisées

Ouvrir des saint Jacques et conserver les bardes pour faire une sauce au vin rouge, mini ratatouille, polenta croustillante





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 5 : viandes et leurs sauces



> Filet de canette laquer, croûte de pistache et carottes en croûte de sel, gel d'orange

Techniques utilisées

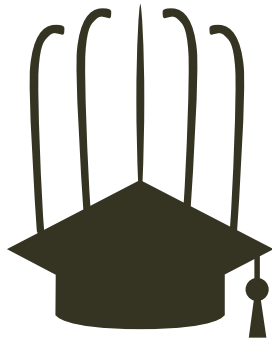
Préparer un filet de canette, cuisson d'un légume en croûte de sel, gel d'orange, croûte de pistache, simple jus salé

> Ballottine de poulet, carotte et coriandre, champignon, riz vénéré et jus de volaille et espuma d'herbes

Techniques utilisées

Désosser une cuisse de poulet, farce fine de poulet, cuisson de riz vénéré, espuma d'herbes





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 5 : entrées froides



> Poulpe grillé aux épices, fenouil en différente texture, vinaigrette fruit de la passion

Techniques utilisées

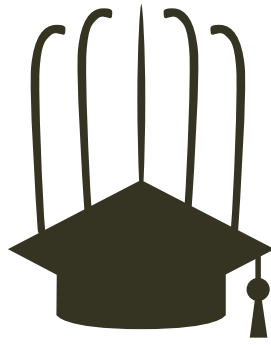
Cuisson du poulpe, utiliser un fenouil en plusieurs textures, vinaigrette de fruits

> Pressée de foie gras chocolat noir et céleri doré, salade de pommes et céleri branche

Techniques utilisées

Déveiner et cuire un foie gras cuisson en terrine, mariage du chocolat et du céleri gel de céleri branche





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 6 : entrées chaudes



> Berlingots de saumon , crème de cresson et tuile sésame au paprika

Techniques utilisées

Confectionner une pâte à ravioli à plusieurs couleurs et faire des berlingots, crème de cresson, tuile feuille croustillante

> Croustis d'escargot, crème de persil, purée de choux fleurs, poireau confit

Techniques utilisées

Dégorger et cuire des escargots, croustis coulant, utilisation d'un poireau en totalité





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 7 : poissons et leurs sauces



> Pavé de cabillaud, radis rose au shiso, Frégola sarda et oignon croquant.

Techniques utilisées

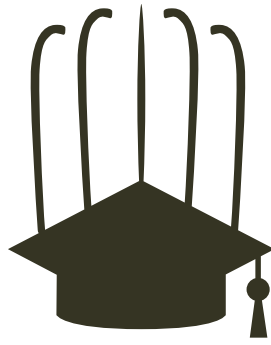
Lever les filets de cabillaud, utilisation de shiso cuisson de frégolat sarda et oignon croquant

> Filet de maquereau cuit à la flamme, taboulé de choux fleurs, moule, et chou fleur rôti, vinaigrette pamplemousse

Techniques utilisées

Préparer des filets d'un maquereau, faire un taboulé de choux fleurs, faire une sauce vierge (instable) à base de fruits





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 8 : viandes et leurs sauces



> Filet de canette laquer, croûte de pistache et carottes en croûte de sel, gel d'orange

Techniques utilisées

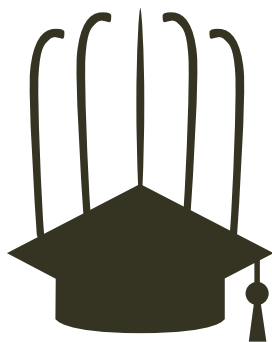
Désosser un carré d'agneau, réalisation d'un jus de romarin, réalisation d'une croûte multicolore, cuisson d'une cuisson d'artichaut barigoule

> Épaule d'agneau confite, confiture de tomates épicées, artichaut barigoule, huile de coriandre

Techniques utilisées

Désosser une épaule d'agneau, réalisation d'un rôti et d'une sauce avec beaucoup d'épices, confiture de tomates, huile d'herbe, cuisson d'un artichaut barigoule





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 9 : entrées froides



> Huîtres en différentes textures

Techniques utilisées

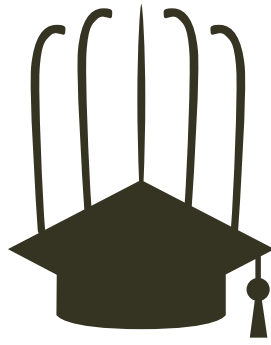
Réaliser différentes recettes à base d'huîtres crues et cuites avec différentes textures

> Damier d'asperges vertes à la chair de crabe, œuf de hareng, sabayon d'anis vert

Techniques utilisées

Réalisation d'un damier d'asperge, d'un flan d'asperge, d'un gel de basilique bien vert et d'un sabayon





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 10 : entrées chaudes



> Mousse de homard au foie gras et concombres sur un sablé pistaches aux pépins de courge

Techniques utilisées

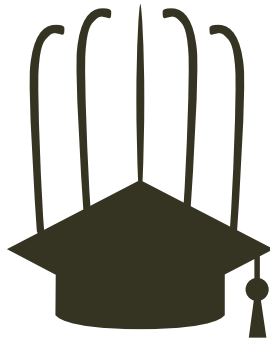
Découpe et cuisson d'un homard, fumet de homard. Mariage terre et mer de homard et foie gras à la façon d'un entremet individuel

> Carbonara d'encornet, salade de wakamé, crème d'oignon brûlé confit et huile de vin rouge

Techniques utilisées

Faire une tartelette à base de pâte très fine et d'algue, travailler un encornet en carbonara confire un oignon brûlé au vin rouge et faire une sauce a deux couleur.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 11 : poissons et leurs sauces



> Pavé de maigre aux anchois, palourde, béarnaise au beurre noisette, petit pois à la française et pommes de terres croustillante

Techniques utilisées

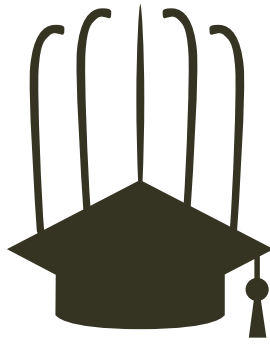
Fileter un maigre à cru, nettoyer et cuire des palourdes, émulsion chaude au beurre noisette, petit pois à la française

> Seiche poêlée au tandoori, purée de carotte et pousse d'épinards, petit épeautre, émulsion carotte orange, meringue au piment d'Espelette

Techniques utilisées

Taillage des seiches façon hérisson, cuisson d'épeautre, émulsion de carotte, réalisation d'une meringue salée





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 12 : viandes et leurs sauces



> Préparation d'un cocktail salé

Techniques utilisées

Confection d'une douzaine de canapés

> Filet de bœuf Wellington, pressé de céleri rave

Techniques utilisées

Nettoyer un filet de bœuf pour la réalisation d'un bœuf Wellington, pâte à crêpe, duxelles de champignon, sauce madère, et d'un presser de céleri rave

