

Zeitschrift: Défis / proJURA
Herausgeber: proJURA
Band: - (2018)
Heft: 8

Register: Recette exclusive pour Défis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 03.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Recette exclusive pour *Défis*

Le dos de saumon de fontaine rôti, chanterelles, copeaux de Tête de Moine. Le potimarron, la damassine.

Nombre de personnes : 4 / Temps de préparation : 30 minutes.

Ingrédients

2 pièces beau filet de saumon de fontaine
(pisciculture Choulât) désarêtés
250 g chanterelles
500 g potimarron

Pâte à croustillant

40 g eau froide
1 pièce œuf
1 pièce jaune d'œuf

100 g farine
PM sel fin

Éléments de finition

100 g beurre
2 CS huile d'olive
2 CS damassine
2 CS crème battue
PM sel fin, poivre blanc, muscade, fleur de sel

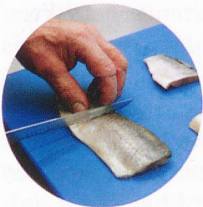
Préparation :

Mélanger sans excès les éléments de la pâte à croustillant avec une cuillère à soupe. Remplir un petit cornet en papier sulfurisé. Préparer une plaque pour le four avec une natte de cuisson. Réaliser dessus les quadrilages. Cuire dans un four à air chaud, chaleur tournante, jusqu'à coloration. Couper en gros cubes le potimarron, cuire à la vapeur, ainsi que les parures. Préparer les chanterelles, les laver soigneusement, les éponger, les cuire « croquant », à l'huile d'olive, réserver.



Procédé :

Faire fondre, avec la moitié du beurre, les parures de potimarron, saler légèrement, ajouter une cuillère à café de maïzena délayée dans de l'eau froide, cuire quelque peu, mixer. Réserver au chaud. Couper en deux chaque filet de saumon de fontaine, assaisonner, fleur de sel, poivre blanc.



Finitions :

Réchauffer les chanterelles avec un tout petit peu de beurre, assaisonner. Ajouter la crème battue au coulis de potimarron, parfumer avec la damassine et la muscade. Donner un petit coup de chaud aux dés de potimarron (vapeur ou eau frémissante). Mettre dans une poêle anti-adhésive le restant de beurre, un peu d'huile d'olive, colorer côté peau les filets de saumon de fontaine, retourner au bout de deux minutes, finir la cuisson rapidement.



Dressage :

Mettre en premier, dans les assiettes creuses, les dés de potimarron, le coulis, le croustillant. Disposer, ensuite, le demi-filet de saumon. Décorer avec les chanterelles et les copeaux de Tête de Moine.





CHÂTEAU DE PLEUJOUSE

Catherine Praud-Prongué
Gérard Praud

Artisans cuisiniers
Passion et convivialité

