

La randonnée à travers La Gruyères



Sommaire

1. *L'histoire*
2. *Paulova aux mûres et sa touche de sauge*
3. *Douceurs aux pomme nashi et marron*
4. *Entremet aux fruits des bois et sa mascarpone à la mélisse*
5. *Les pralinés*
6. *Branche aux cointreaux*

L'histoire

J'ai choisi ce thème car La Gruyère est la région dans laquelle je travaille et qui me tient particulièrement à cœur. Elle se distingue par ses paysages, son authenticité et la richesse de ses traditions.

Le but de ce thème est de vous inviter à une véritable randonnée gourmande, où chaque étape évoque un lien fort avec la nature, les saisons ou encore les coutumes locales.

Les herbes aromatiques y jouent un rôle essentiel : elles apportent fraîcheur, légèreté et intensifient la sensation d'avoir la nature directement en bouche.

Ainsi, au fil du parcours, la gourmandise se transforme en voyage sensoriel, reliant patrimoine culinaire et environnement naturel.

« Plus qu'une région, la Gruyère est une tradition vivante. Et c'est cette tradition que j'ai voulu partager avec vous. »

Paulova mûre et sauge

Coque paulova :

150 g blancs d'œufs

300 g sucre

Mousser ensemble puis dresser sur des demis-sphères et cuire 2h à 100°C

Insert mûre :

250 g purée de mûres

50 g sucre

2 g pectine

5 g jus de citron

Cuire le tout ensemble afin que sa épaissit

Crème à la mélisse :

250 g crème liquide entière (30-35 % MG)

25 g sucre glace

12-15 feuilles de mélisse fraîche

Monter la crème avec le sucre glace et ajouter les feuilles ciselées

Décor de fleurs séchées



Pomme nashi et marron

Mousse au marron :

550g purée marron

400gr crème montée

8g gélatine

100 g lait

*Détendre avec le lait la purée marron ajouter la gélatine dans la purée et faire fondre.
Laisser refroidir et ajouter 400gr de crème monter.*

Insert marron :

150 g purée de marron

30 g crème de marron

2 g gélatine

Mélanger le tout ensemble et faire fondre la gélatine et ajouter

Compotée de pomme nashi

300gr pomme nashi en dés

60gr sucre

3gr pectine

Cuire le tout ensemble afin d'avoir une texture plutôt épaisse

Glaçage neutre

Entremet fruits des bois avec sa crème mascarpone verveine

Insert fruits rouge 16cm :

300 g purée fruits rouges

60 g sucre

6 g gélatine (3 feuilles)

3-4 feuille de verveine

Chauffer la purée et le sucre et la verveine, ajouter la gélatine hydrater, couler dans l'insert et congeler.

Crème mascarpone verveine :

280 g mascarpone

280 g crème double

70 g sucre glace

8-10 feuilles fraîches verveine

6 g gélatine (3 feuilles)

Mélanger ensemble la mascarpone et crème double, fondre dans un peu de crème double la gélatine. Ajouter au tout et mettre le sucre glace et les feuilles de verveines

Fond crumble aux noix 18cm :

100 g cerneaux de noix

80 g farine

80 g beurre doux froid en cubes

60 g sucre roux (ou cassonade)

1 pincée de sel

Mélanger le tout ensemble abaisser à 2mm et cuire à 200°C pendant 8-10min

Spécialité au cointreau

Gelée orange sanguine et sa ganache au cointreau

Gelée orange sanguine :

250gr purée orange sanguine

50gr sucre

3gr pectine

Cuire la purée avec le sucre et la pectine, puis laisser refroidir

Ganache au cointreau

340gr creme

400gr grenada 65%

60gr cointreau

1gr acide citrique

Chauffer la crème à 55°C, verser sur le chocolat et mixer. Une fois refroidi ajouter le cointreau.



Pointe au miel et son croquant au sésame

Croquant au sésame :

25gr glucose

200gr sucre

100gr sésame

Ganache au beurre miel :

150gr beurre

200gr miel

300gr couverture tempérée



Pâte de fruit aux pruneaux et son praliné au noisette

Pâte de fruit aux pruneaux :

350gr purée de pruneaux

280gr sucre

70gr glucose

10gr pectine jaune

3.5gr acide citrique

Chauffer la purée à 40°C, ajouter le sucre et la pectine mélanger jusqu'à ébullition et cuire jusqu'à 103°C. Ajouter l'acide citrique, puis couler dans le cadre.

Praliné noisette :

400gr praliné noisette

200gr couverture sao tomé

Mélanger ensemble et couler sur la pâte de fruit, laisser tirer



Praliné aux noix avec ganache sauge

Praliné noix :

400gr praliné aux noix

200gr couverture São tomé tempérée

Mélanger ensemble puis couler dans le cadre

Ganache à la sauge et double crème :

200gr crème double

300gr couverture blanche

20gr miel

3-4 feuille de sauge

*Chauffer la crème double et le miel à 55°C,
verser sur la couverture et mixer avec les feuilles
de sauge*



Ganache São tomé et son amarrant souffler

Ganache sao tomé

620gr sao tomé

530gr double crème

50gr sorbitol

50gr glucose

200gr amarrant souffler

1gr acide sorbique

50gr sao tomé pour le fond

Chauffer la crème, le sorbitol, le glucose à 55°C puis verser sur la couverture. Mixer et ajouter l'amarrant souffler, puis couler dans le cadre



*Praliné moulé gelée au safran accompagner de sa ganache
au vin cuit*

Gelée safran :

200gr purée abricot

40gr sucre

2gr pectine

1gr safran

Ganache au vin cuit

100gr creme double

200gr vin cuit

200gr criolait

30gr sao tomé

1gr acide sorbique

