

70^e édition du concours

Concours National

Le Meilleur Apprenti Cuisinier de France

Sélection Régionale Session 2024



Le Meilleur Apprenti Cuisinier de France
par Les Maîtres Cuisiniers de France

*Ce concours, c'est construire ton Avenir !
Prouver ton savoir-faire, ta détermination, ta passion pour l'Art culinaire Français.
Deviens le nouveau Meilleur Apprenti Cuisinier de France 2024*

Durée du thème : 04h00

Petits farcis tout en végétal.

Recette pour 6 personnes

Ingrédients

- 6 aubergines de taille 40/50
- 1 grosse aubergine
- 1 tête d'ail
- 6 courgettes rondes de taille 40/50
- 6 tomates rouges de tailles 40/50
- 1 feuille de laurier, 1 bouquet de thym
- Huile d'olive, sel, poivre
- 200g de champignons de Paris
- 200g de petit-pois extra fins
- 2 échalotes
- 1 brin de persil plat
- 1 botte de ciboulette
- Herbes de Provence séchées
- Herbes fines (capucines, sarriette, fleur de thym...)

Progression

Aubergine

- Dans un plat à rôtir avec couvercle disposer la grosse aubergine taillée en deux avec deux gousses d'ail, ainsi que l'huile d'olive, sel, poivre et aromates. Mettre au four pendant 30min à 170°.
- Tailler les petites aubergines en deux et effectuer la même opération.
- Une fois cuites, laisser refroidir, récupérer la chair de la grosse aubergine et faire un caviar avec le persil haché et l'ail cuit. Rectifier l'assaisonnement et réserver.

Courgette

- Tailler les courgettes en deux à 2/3, 1/3 de la hauteur
- Creuser le corps de la courgette.
- Garder la chair et les chapeaux avec la base de la tige.
- Cuire à l'anglaise en gardant la couleur bien verte et une belle cuisson.
- Refroidir.
- Confectionner un caviar de courgette avec la chair et la ciboulette ciselée, huile d'olive, sel et poivre.

Champignons

- Réaliser une duxelles avec les têtes, rectifier l'assaisonnement et finir avec du persil haché.

Tomates

- Monder les tomates en gardant la peau du chapeau de chaque tomate.
- Les couper en 1/3, 2/3 de la hauteur
- Vider la chair des tomates, puis hacher la chair pour la mettre dans la duxelles de champignons.

Petits pois

- Cuire les petit-pois à l'anglaise, puis les mixer et les passer.
- Assaisonner.

Dressage

Dans une **assiette plate**, mettre la duxelles de champignon et tomates dans les courgettes.

Mettre le caviar de courgette dans les aubergines.

Mettre le caviar d'aubergine dans les tomates.

Mettre la mousseline de petit-pois sous les petits farcis.

Soigner le dressage et la propreté des assiettes.

Attention à l'assaisonnement !



Saumon en croûte de raifort, vermicelles croquants à l'œuf poché, béarnaise au siphon.

Recette pour 6 personnes

Ingrédients

Le Saumon

- Un cœur de saumon de 1 kg

La Croûte de Raifort

- 100g beurre pommade
- 70g chapelure de pain de mie
- 35g raifort

Œufs Poché

- 6 œufs extra-frais (prévoir un œuf en plus en cas de soucis)
- pm vinaigre
- Sel

Béarnaise

- 10cl vinaigre de vin

- 10g échalote
- Pm poivre mignonette
- ¼ botte estragon
- ¼ botte cerfeuil
- 4 jaunes d'œuf
- 250g beurre
- Lait pm

Les Vermicelles Croquants

- 100g de vermicelles
- 20g de beurre clarifié
- 10 cl de bouillon de volaille
- 1 gousse d'ail
- 1 échalote hachée
- 10g persil plat
- 20g beurre frais

Progression

- Désarêter et retirer la peau du saumon. Détailler 6 pavés d'environ 140grs pièce. Réserver au frais.
- Mélanger le beurre pommade avec la chapelure de pain de mie, rajouter le raifort puis rectifier l'assaisonnement avec le sel. Étaler finement entre 2 feuilles de papier sulfurisé. Laisser prendre au frais puis tailler des bandes de la largeur de vos pavés de saumon.
- Pocher les œufs, les refroidir et retirer l'excédent de blanc.
- Réaliser une béarnaise classique. Passer au chinois étamine et détendre avec un peu de lait avant de la verser dans un siphon. Gazéifier et réserver au chaud.
- Dorer uniformément les vermicelles au beurre clarifié. Déglacer avec un peu de bouillon de volaille en veillant à ce qu'ils restent croquants. Lier avec une noix de beurre, l'ail, l'échalote, le persil plat concassé. Rectifier l'assaisonnement.
- Saler et saisir les pavés de saumon puis déposer une bande de beurre de raifort coté peau. Placer les sous la salamandre de façon à obtenir une belle croûte dorée. Réchauffer les œufs.

Dressage

Dans **une assiette**, disposer l'œuf assaisonné sur un nid de vermicelles croquants. Dresser le saumon et rajouter la béarnaise au siphon.



Parfaits glacés "Calisson", suprêmes d'orange et tuiles croustillantes.

Recette pour 6 personnes

Ingrédients

Glaçage Crème Fouettée pour Parfait

- 300g de crème liquide
- 20g de sucre semoule
- 30g de Grand Marnier rouge
- Le zeste d'1/2 orange râpé à la micro plane

Parfait Glacé Calisson

- 3 pommes golden
- 100g pâte d'amande 70%
- 30g Grand Marnier rouge
- Le zeste d'une orange râpé à la micro plane
- 80g jaunes frais
- 80g de sucre

- 25g d'eau
- 500g de crème 30% montée

Tuiles Dentelles

- 100g de beurre mou
- 100g de sucre
- 100g de sucre cassonade
- 50g de jus d'orange
- 40g de farine

Suprêmes d'Agrumes

- 3 oranges

Progression

- Mélanger la crème et le sucre en texture semi-liquide, ajouter les zestes et le grand Marnier préalablement mélangé.
- Monter la crème, réserver au frais.
- Réaliser le sirop cuire à 125°, verser sur les jaunes monter le sabayon et ajouter la pâte d'amandes détendu avec le Grand Marnier et le zeste d'orange.
- Mélanger la crème fouettée et le sabayon aromatisé.
- Mouler en demi-sphère flexiplan Ø 4cm (à fournir par vos soins)
- Passer en cellule de refroidissement.
- Assembler les demi-sphères en les collants avec un peu d'appareil à parfait, pour former 12 sphères entières.
- Glacer bien froid avec le glaçage.

Dressage

Dans une **assiette plate**, dresser 2 fois 4 suprêmes d'orange en carré.
Déposer les sphères au centre des suprêmes et les tuiles dentelle dessus.





Ce concours, c'est construire ton Avenir !
Prouver ton savoir-faire, ta détermination, ta passion pour l'Art culinaire Français.
Deviens le nouveau Meilleur Apprenti Cuisinier de France 2024