



Pavlova à la mangue et aux kiwis

Préparation: 20 minutes Cuisson: 3 heures
Coût: environ 3 fr. 50 par personne

Pour 4 personnes

- 150 g de double crème de Gruyère

Pour la meringue

- 5 blancs d'œufs • 330 g de sucre blanc fin
- 1 pincée de sel

Pour les fruits

- 1 mangue bien mûre • 1 petit bouquet de menthe
- 4 kiwis • 1 c. c. de cardamome en poudre

- // Monter les blancs en neige avec le tiers du sucre. Ajouter tout doucement le deuxième tiers du

sucre et poursuivre de la même façon avec le troisième tiers.

- // A l'aide d'une poche, dresser la meringue en cercle sur une plaque recouverte d'un tapis de silicone.
- // Cuire au four à 120°C pendant 1 heure, puis à 100°C durant 2 heures. Laisser refroidir.
- // Mixer la mangue avec 1 c. c. de cardamome en poudre et les feuilles de menthe.
- // Eplucher et débiter les kiwis, la moitié en rondelles, l'autre moitié en triangles.
- // Quand la meringue est cuite et froide, dresser d'abord la crème, puis la mangue. Terminer par le kiwi et quelques feuilles de menthe.
- // Servir en portions.

EN ACCORD

Noëllis Neuchâtel AOC 2014



C'est un vin de fête qui devrait être sur toutes les tables lors de repas d'exception. Le Noëllis de la Cave des Lauriers Jungo & Fellmann, à Cressier, est un nectar primé chaque année. Issu de Pinot Noir flétri sur souche récolté en décembre, il est pressé en blanc sur un ancien pressoir vertical et fermenté tout en douceur durant l'hiver. Sa teinte légèrement dorée rappelle son cépage d'origine. Ce vin développe un bouquet complexe avec des notes confites évoquant les fruits secs, le coing, la figue. Son divin parfum et sa belle longueur en bouche en feront un compagnon de rêve pour cette pavlova fruitée. Il se marie aussi à la perfection avec du foie gras, du Bleuchâtel des Ponts-de-Martel, une tarte Tatin ou un truffé au chocolat. La Cave des Lauriers Jungo & Fellmann a vu le jour à Cressier en 1879. Sa devise? Concevoir des vins haut de gamme et travailler en harmonie avec la nature en suivant les normes écologiques les plus pointues.

Prix: 26 fr. 50
la bouteille de 37,5 cl
sur www.75cl.ch



L'ASTUCE

Pour un dessert pascal express, remplacez la meringue maison par des meringues de la Gruyère!



Trifle passion

Préparation: 15 minutes Cuisson: 10 minutes
Coût: environ 4 fr. 50 par personne

Pour 4 personnes

- 8 spéculos concassés

Pour le passion curd

- 1,2 dl de jus de fruits de la passion • 75 g de beurre • 175 g de sucre • 2 œufs

Pour la masse au fromage blanc

- 150 g de St Môret • 40 g de sucre en poudre • 1 dl de crème entière

// Chauffer le jus de fruits de la passion dans une casserole avec 1 dl d'eau. Passer pour ôter

les grains. Faire fondre le beurre dans le jus et intégrer le sucre. Bien mélanger. Laisser tiédir. Batta les œufs au fouet et les ajouter à la préparation jus-beurre. Mélanger et remettre sur le feu. Cuire à feu doux jusqu'à ce que le mélange épaississe et nappe la cuillère en bois. Laisser refroidir et réserver au frigidaire 2 heures.

// Mettre le St Môret dans une jatte. Ajouter le sucre, et mélanger au batteur. Monter la crème en chantilly. L'intégrer à la masse au St Môret.

// Disposer les spéculos concassés au fond des verrines. Dresser le passion curd sur les spéculos. Poursuivre avec une couche de spéculos et de crème au St Môret. Terminer avec du passion curd et décorer selon votre envie. Laisser prendre au réfrigérateur plusieurs heures.

SAVEURS

Des nouilles de légumineuses

Pas toujours facile de se nourrir lorsque l'on est intolérant au gluten. Il y a bien sûr les légumineuses. Mais, mis à part les lentilles, elles demandent souvent

un temps de préparation ou de trempage relativement long. La parade? Les spaghettis de légumineuses qui ornent les rayons des échoppes bios de Suisse romande. Ils se déclinent en plusieurs versions: spaghettis de lentilles noires, d'edamame ou encore de soja. On peut les accommoder à toutes les sauces, avec une simple concassée de tomates et un peu de parmesan, en salade

exotique avec une ribambelle de légumes ou, pourquoi pas, en soupe. Ces pâtes exemptes de gluten et issues de l'agriculture biologique cuisent en à peine 5 minutes et ne collent pas. Prix: 4 fr. 90 le paquet de 200 g dans les épicerie bios. Distribué en Suisse par Ethical Foods SA à Tannay (VD).



EN EXCLUSIVITÉ

Gault & Millau

Par Knut Schwander

Fraîcheur et bonheur

13/20 La maison de Karin et Serge Betteto est un vrai coin de bonheur. La bâtisse historique se prolonge d'un jardin-terrace idyllique d'où la vue embrasse les prairies environnantes. Le patron privilégie une cuisine classique et met l'accent sur les produits frais et saisonniers. Pour débiter, la terrine de canard et la salade printanière aux fruits de mer décortiqués font une belle entrée en matière, tout comme la fricassée de morilles et asperges vertes. Pas de grands effets de manche, mais une fraîcheur en résonance avec le style de la maison. Le chef maîtrise les cuissons: le filet de porc et sa joue confite tout simplement phénoménale se révèle aussi convaincants que le filet de bœuf en onctueuse sauce au vin rouge. La boudroie aussi bénéficie d'une cuisson précise. Le café gourmand offre un joli tour d'horizon de la carte des desserts. Et le vacherin glacé à la rhubarbe est une merveille. Petite carte de vins centrée sur le Vully tout proche.

// LA MAISON SALVAGNY

Maedergässli 2
1794 Salvagny
www.maison-salvagny.ch
Tél. 026 323 23 10

Fermé samedi midi, dimanche et lundi

Menu de midi: de 19 fr. 50 à 78 fr.

Menus du soir: de 44 à 78 fr.

PHOTOS!

Retrouvez photos, menus et infos des établissements sur www.illustre.ch