



Livre de recettes

Sommaire

Edito	P.3
La Belle de Pontoise	P.4
Le Chou de Pontoise	P.5
Comme une belle pièce de viande	P.6
Le Chou farci de la Confrérie du Chou de Pontoise	P.8
Club sandwich Pontoisien	P.10
Paupiette de chou farcì aux pommes du Vexin	P.12
Tartelette Choupipomme	P.14

Édito



Chères Pontoisiennes, chers Pontoisiens,

Pontoise seule ville d'art et d'histoire du département peut s'enorgueillir d'un patrimoine architectural et historique indéniable. Mais le saviez-vous, notre belle cité est également connue pour 2 produits du terroir d'exception. Le chou et la Belle de Pontoise (variété de pomme acidulée) figurent en effet en bonne place depuis des siècles, sur les plus grandes tables de l'Hexagone. Il nous a donc semblé important de valoriser ce pan plus méconnu du patrimoine pontoisien.

L'idée ? Organiser un concours de recettes ouvert à tous et donner ainsi la possibilité aux cuisiniers amateurs de laisser parler leur imagination culinaire. Vous retrouverez dans ce livret les 5 recettes qui ont été sélectionnées par les restaurateurs pontoisiens puis cuisinées par les élèves du lycée hôtelier Escoffier d'Eragny pour enfin être goûtées, évaluées et classées par un jury de professionnels présidé par Naoëlle d'Hainault la cheffe étoilée du restaurant L'or Q'idée. Une belle découverte de saveurs en perspectives.

Je tenais à remercier tous ceux qui ont participé à ce concours et à féliciter Mylène Charon pour son premier prix attribué à l'unanimité par le jury.

Je vous donne d'ores et déjà rendez-vous l'année prochaine pour une deuxième édition du concours "la Belle & le Chou" et d'ici là : à vos pianos, un, deux, trois, cuisinez !

Stéphanie Von Euw
Maire

La Belle de Pontoise



Son nom pourrait être celui d'une fleur. D'une rose à l'odeur suave et à la couleur franche. Pourtant, la Belle de Pontoise est une pomme née vers 1860, descendante de la variété russe "Grand Alexandre", l'une des préférées des amateurs de pommes en France notamment pour sa taille, plutôt exceptionnelle. Elle sera l'œuvre d'un certain Monsieur Rémy et sera commercialisée dès 1878.

Cette pomme à couteau dont la peau lisse jaune marbrée de rouge propose une chair fine et tendre, blanchâtre, juteuse, sucrée et acidulée. Une poésie à elle seule dans une glorieuse époque durant laquelle Pontoise et ses environs étaient l'un des vergers du tout Paris.

Son goût mais aussi ses caractéristiques, dont celles de bien supporter le transport et de plutôt bien se conserver, font de la Belle un succès commercial. Aujourd'hui pourtant, il est presque impossible d'en trouver sur les étals des marchés.

De rares pépiniéristes français cultivent et vendent encore ce pommier. On le trouve dans quelques vergers et jardins pédagogiques ou encore dans des conservatoires. En 2000, la Ville de Pontoise en a replanté sur son territoire dans ses parcs et jardins et il en existe aussi quelques spécimens dans les jardins de particuliers.

Le Chou de Pontoise



De l'avis des spécialistes, à l'instar de la Pontoisienne Naoëlle d'Hainaut, cheffe étoilée du restaurant L'or Q'idée, son goût est singulier et "inimitable" ! Comme pour la Belle, Pontoise a donné vie à une variété de chou connue dans toute la France.

Si l'origine exacte de cette création potagère s'est perdue au fil des décennies, on se souvient en revanche très bien de l'époque où cette culture couvrait près de la moitié de la plaine de Cergy-Pontoise. Quand les caisses de choux étaient transportées par centaines en direction du ventre de Paris et cela jusque dans les années 1980. De ce patrimoine gastronomique, la ville de Pontoise a gardé quelques traces dont bien sûr le nom d'un quartier : "le Chou" sur les bords de l'Oise, en direction d'Auvers-sur-Oise.

Après être tombée un peu en désuétude, cette magnifique variété violacée est de nouveau très demandée, en vogue de par ses qualités énergétiques (il est gorgé de vitamines C, E, de potassium et d'antioxydants), mais surtout par la passion d'un homme : Laurent Berrurier qui en cultive pas moins de 10 000 par an pour de grands chefs comme Yannick Alléno, 3 étoiles au Michelin. "Il suffit de goûter", rappelle-t-il aux nombreux journalistes qui viennent à sa rencontre pour promouvoir cette espèce qui fait partie de la grande famille des choux de Milan.



Mylène CHARON

vous présente son plat

Comme une belle pièce de viande



Ingrédients

- un chou entier
- 6 échalotes pelées et coupées en deux
- 1 tête d'ail
- plusieurs branches de thym
- huile d'olive
- 750 ml de bouillon de légumes
- 1 fromage de chèvre frais
- 70 grammes de beurre
- 1 oignon haché en très petits morceaux
- 1 pomme hachée en très petits morceaux
- une cuillère à soupe de farine
- 3 cuillères à soupe de vinaigre balsamique blanc
- 3 cuillères à soupe de miel, de préférence du Vexin
- sel et poivre

TEMPS DE PRÉPARATION :

40 MINUTES

TEMPS DE CUISSON :

3H30 À 4 H

**CHOU DE PONTOISE
RÔTI ENTIER GLACÉ AU MIEL
DU VEXIN ET SON JUS À LA
POMME, SURMONTÉ D'UNE
QUENELLE DE CHÈVRE FRAIS**

**1^{er}
prix**

Recette

1.

PRÉCHAUFFER LE FOUR À 170°C ET PRÉPARER LE GLAÇAGE POUR LE CHOU

- Faire fondre 50 grammes de beurre, le mélanger avec 2 cuillères à soupe rases de miel, 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique blanc et une demi-cuillère à café de sel.

2.

PRÉPARER LE RÔTI DE CHOU

- Dans un grand plat allant au four, disposer les échalotes pelées et coupées en deux, les gousses d'ail pelées et le thym. Arroser d'huile d'olive, saler et poivrer.
- Couper un peu la base du chou pour qu'il puisse se tenir droit et le poser sur le lit d'échalote-ail-thym.
- Verser sur le chou la moitié du glaçage en le répartissant bien, si besoin à l'aide d'un pinceau.

3.

RÔTIR LE CHOU

- Verser 300 ml de bouillon au fond du plat et le couvrir d'aluminium, pour qu'il cuise lentement à l'étouffée. Laisser cuire pendant 3h à 3h30.
- Vérifier la cuisson en piquant à l'aide d'un couteau : elle doit s'insérer facilement. Si besoin, laisser dans le four jusqu'à 30 minutes supplémentaires couvert d'aluminium.
- Lorsque le chou est cuit, le sortir et retirer la feuille d'aluminium.
- Augmenter la température du four à 200 degrés. Verser l'autre moitié du glaçage sur le chou et 250 ml de bouillon au fond du plat.
- Remettre le plat au four pour environ 30 minutes, sans l'aluminium, pour que les feuilles extérieures du chou deviennent croustillantes.

4.

PRÉPARER PENDANT CE TEMPS LE JUS

- Dans une casserole, faire fondre 20 grammes de beurre avec un peu d'huile d'olive et ajouter l'oignon et la pomme, tous deux hachés en très petits morceaux.
- Faire rissoler pendant une quinzaine de minutes.
- Préparer un roux en ajoutant une cuillère à soupe rase de farine, mélanger pendant quelques secondes à une minute. Puis déglacer avec 200 ml de bouillon, 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique blanc et 1 cuillère à soupe de miel.
- Mélanger et laisser réduire jusqu'à obtention d'une sauce crémeuse.
- Enlever du feu, saler et poivrer.

5.

DRESSAGE

- Sortir le chou du four et le présenter en entier dans un plat de service
- Surmonter d'une quenelle de chèvre frais, décorer d'une branche de thym et accompagner de son jus à la pomme dans une saucière.



Étienne DOUMENC

vous présente son plat

Le Chou farci de la Confrérie du Chou de Pontoise

Ingrédients

- 1 gros chou de Pontoise
- 800 g de joue de bœuf
- 400 g d'échine de porc
- 300 g de crêpine de porc
- 100 g de poitrine fumée en petits dés
- 100 g de riz rond
- 4 oignons
- 2 gousses d'ail
- 2 carottes taillées en petits dés
- 1/2 botte de persil
- 10 cl de vin blanc sec
- 2 l de fond blanc
- 50 g de beurre
- thym
- laurier
- sel
- poivre

**POUR
6 PERSONNES**



Recette

1.

PRÉPARATION DU CHOU

- La veille, mettre la crépine à tremper dans l'eau glacée (changer l'eau régulièrement).
- Retirer les feuilles abîmées du chou, réserver 6 grandes feuilles vertes et les blanchir 30 secondes dans l'eau bouillante salée, passer dans l'eau glacée et égoutter en aplattissant les côtes avec le plat du couteau.
- Conserver l'intérieur pour le chou braisé.
- Dans une cocotte, faire dorer la joue de bœuf, mouiller de fond blanc et laisser mijoter à feu doux pendant 3 h. Laisser refroidir et hacher grossièrement.
- Pour faire la farce, hacher l'échine, l'oignon, l'ail et le persil, assaisonner.
- Pour faire le risotto, faire blondir les oignons dans 50g de beurre, y faire revenir le riz puis déglacer au vin blanc. Mouiller avec 50cl de fond, ajouter du thym, saler et poivrer.
- Laisser cuire à feu doux jusqu'à ce que le riz soit moelleux et le liquide absorbé.
- Pour faire le chou braisé, colorer les oignons, les carottes et la poitrine dans 50g de beurre.
- Ajouter les feuilles de l'intérieur du chou émincées puis 50 cl de fond blanc, les aromates et assaisonner. Le chou doit être brillant et translucide.

2.

MONTAGE

- Mélanger les 3 préparations (farce, chou braisé et risotto) et les joues, ajuster l'assaisonnement.
- Remplir une louche de farce et confectionner ainsi six belles boules.
- Les entourer de feuilles de chou puis les enrouler bien serrées dans la crépine.

3.

CUISSON

- Serrer les choux dans un plat à bord haut, ajouter le fond blanc et quelques noisettes de beurre.
- Couvrir les choux d'un papier sulfurisé et les braiser 45 min au four à 160°C.
- Les arroser régulièrement : ils doivent être brillants et le jus sirupeux.
- Poivrer et servir.



Élisée WONG

vous présente son plat

Club sandwich Pontoisien



Ingrédients

Pain :

- 2 tranches de brioche d'un centimètre et demi d'épaisseur.

Viande :

- 1 tranche de noix de veau de Pontoise, d'un centimètre d'épaisseur faisant la taille d'une tranche de brioche.

Panure de la viande :

- Farine ou fécule de maïs
- 1 œuf battu
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- Chapelure ou pétales de maïs broyées pour plus de croustillant

Chou braisé aux pommes :

- 1/16 d'un chou de Pontoise.
À défaut : un chou rouge.
- 1/4 d'une pomme Belle de Pontoise. À défaut : une pomme Gala
- 1/4 d'oignon
- 3 cl de ginglet.
À défaut, 3cl de cidre brut + 1 cuillère à café de vinaigre de vin.

Sauce :

sauce mayonnaise maison (facultatif)

Éléments de rectification d'assaisonnement :

- beurre salé
- compote de pomme (facultatif)
- sucre (facultatif)

Recette

1. PRÉPARATION DU CHOU

- Couper le chou en 2, puis en 4, puis en 8, puis en 16.
- Réserver au réfrigérateur les 15/16 du chou.
- Jeter la partie dure du chou de couleur blanche.
- Couper des lanières de chou de 0.5cm maximum.
- Réserver

2. PRÉPARATION DE L'OIGNON

- Eplucher et couper l'oignon en 4.
- Réserver les ¾ au réfrigérateur.
- Hacher le quart d'oignon.
- Réserver

3. PRÉPARATION DE LA POMME BELLE DE PONTOISE

- Eplucher, épépiner, laver la pomme.
- Prendre ¼ de la pomme sans trognon et réserver le reste au réfrigérateur dans de l'eau citronnée pour une utilisation ultérieure.
- Découper le quart de pomme en fine tranche de 2 min puis en carré de 1 cm.
- Réserver

4. CUISSON DU CHOU BRAISÉ AUX POMMES

- Dans une cocotte bien chaude, faire fondre 1 noix de beurre salé pour obtenir un beurre blond.
- Ajouter le haché d'oignon, les morceaux de pomme et le chou, le ginglet ou le mélange cidre + vinaigre de vin) et 10cl d'eau
- Mélanger bien
- Couvrir
- Cuire le tout pendant 30 mins – 1h. L'objectif est d'avoir le chou al dente.
- A mi-cuisson lorsque le chou est presque al dente, vérifier l'assaisonnement. Pas assez acide ? Ajouter un peu de ginglet. Pas assez de saveur de pomme ? Ajouter une petite cuillère de compote. Trop acide ? Adoucir le tout avec une petite noix de beurre, un peu de fond de veau ou encore un peu de compote. L'objectif est d'avoir un chou braisé un peu acide pour relever le veau pané.
- Lorsque le chou est prêt, baisser le feu, juste de quoi le maintenir au chaud.

PENDANT LA CUISSON DU CHOU

5. PRÉPARATION DE LA PANURE DU VEAU

- Disposer devant soi dans cet ordre dans des récipients adaptés : la farine, l'œuf battu avec une pincée de sel et de poivre, ainsi que la chapelure.
- Fariner l'escalope de veau et enlever le surplus. N'hésitez pas à utiliser un pinceau alimentaire pour enlever le surplus.
- Plonger l'escalope dans l'anglaise.
- Egoutter bien.
- La disposer dans la chapelure recto-verso en appuyant légèrement dessus pour faire adhérer la chapelure.
- Réserver

6. CUISSON DU VEAU

- Dans une poêle bien chaude avec du beurre salé fondu : faire dorer l'escalope panée pendant 1 min pour chaque face.
- A feu moyen, cuire en douceur l'escalope de veau, 3 min pour chaque face, afin d'obtenir une escalope légèrement rosée.
- Couper le feu.
- Réserver sur du papier absorbant.

7. PRÉPARATION DE LA BRIOCHE

- 2 min avant la fin de cuisson de veau, toaster les 2 tranches de brioche, juste de quoi avoir un extérieur croustillant et un intérieur moelleux.

8. DRESSAGE

- Tartiner légèrement les deux tranches de brioches toastées de mayonnaise maison.
- Disposer 1 tranche de brioche toastée crousti moelleux dans une assiette.
- Mettre du chou braisé aux pommes sur la tranche de brioche.
- Disposer l'escalope panée sur le lit de chou.
- Refermer le club sandwich avec la tranche de brioche toastée, tartinée de mayonnaise.



Thomas SKORUPSKI

vous présente son

Paupiette de chou farci aux pommes du Vexin

Ingrédients

- 1 chou vert (Cueillette de Cergy)
- 150 g de boeuf haché
- 100 g de porc haché
- 100 g de chair à saucisse
- 2 Pommes Reine (Verger d'Osny)
- 1 brin de romarin
- 1 gousse d'ail
- 3 cuillères à soupe de miel
- Huile d'olive
- Sel de Camargue aux herbes de Provence



Recette

1.

LE CHOU

- Séparer 8 feuilles de chou.
- A l'ébullition de votre casserole, mettre au-dessus un panier vapeur et disposer les feuilles de chou pendant 3 min
- Préchauffer votre four à 180°C.
- Egoutter ensuite les feuilles de chou puis les essorer sur du papier essuie-tout
- Réserver

2.

LES POMMES DE REINE

- Eplucher une pomme dans le sens de la longueur de façon circulaire, couper ensuite le dessous de la pomme afin qu'elle tienne debout.
- Ensuite éplucher la deuxième pomme et découper de façon régulière des morceaux en petit carré
- Réserver

3.

LA FARCE

- Mettre dans un bol les trois viandes et saleret poivrez légèrement,
- Incorporer les petits morceaux de pommes, l'ail finement haché puis bien mélanger jusqu'à obtenir une farce bien homogène.

4.

LA MISE EN PLAT

- Assembler 2 feuilles de chou.
- Garnir le centre de farce puis refermez de façon à former une paupiette.
- Répéter ces opérations pour les autres paupiettes.
- Déposer quelques feuilles de choux à plat dans le fond de votre plat, déposer vos paupiettes de chou farci, placer la pomme au centre de votre plat et napper la de 3 cuillères à soupe de miel.
- Couvrir d'une feuille de papier d'aluminium.
- Enfourner à 180°C pendant 45 min.
- Arroser d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau de cuisine, les paupiettes et les retourner à la moitié de la cuisson.



Marie POUSTOLY

vous présente son plat

Tartelette Choupi- pomme



Ingrédients

Pour la pâte sucrée :

- 150g de beurre
- 100g de farine de châtaigne
- 150g de farine de blé T45 ou T55
- 1 oeuf
- 90g de sucre glace
- 30g poudre de noisettes

Pour la compotée (pour 1 tartelette) :

- 1 Pomme (ici granny Smith)
- 10g Chou rouge cuit et mixé en purée
- Quelques gouttes d'arôme de vanille

Montage :

- Noisettes
- Pommes Granny Smith
- Poudre de chou rouge

Sirop :

- 125ml d'eau
- 100g sucre poudre
- 1/2 jus de citron

Recette

1.

PRÉPARATION

- Pâte sucrée (à réaliser la veille idéalement, temps de repos 4h au frigo ou 2h au congélateur une fois dans le moule) : dans un bol mélanger la poudre de noisettes, le sucre glace et le beurre pommade, puis ajouter un oeuf. Lorsque le mélange a l'aspect d'une crème, incorporer en 3 fois la farine. Ne pas trop mélanger.
- Former une boule avec la pâte, filmer et laisser reposer. Nous avons utilisé un cercle à pâtisserie de 10cm. Lorsque la pâte est dans le moule, il faut qu'elle repose pour éviter que les bords retombent à la cuisson (étape indispensable).
- Une fois le temps de refroidissement respecté, placer au four à 170°C pendant 15 min environ, le fond de tarte doit être bien doré.

2.

COMPOTÉE CHOU ROUGE, POMMES

- Couper la pomme en petits morceaux, faire chauffer une poêle avec 10g de beurre et 10g de sucre roux.
- Lorsqu'une légère caramélisation apparaît, baisser le feu, incorporer les pommes puis le chou en purée, ajouter du beurre / sucre si besoin.
- Finir par une goutte d'arôme de vanille. On doit obtenir une compotée, s'il reste des morceaux mous ça apporte de la mâche c'est intéressant.

3.

MONTAGE

- Mettre de la compotée dans le fond de tarte comme un dôme. Décorer avec des demi-noisettes tout autour.
- Évider les pommes, les couper en deux dans le sens opposé au trognon puis couper de fines lamelles à la mandoline (1min maximum).
- Préparer le sirop avec de l'eau du sucre, à 103°C verser le jus d'un demi-citron.
- Faire frissonner le mélange puis verser dans un récipient. Le sirop n'est utilisable qu'en dessous des 60°C. Faire tremper les pétales de pomme.
- Essuyer l'excédent de sirop en absorbant avec de l'essuie tout.
- Empiler les tranches en positionnant les défauts vers vous, supprimer la partie centrale de sorte à obtenir des demi-lunes.
- Positionner une demi-lune après la rangée de noisettes et continuer ainsi en les faisant se chevaucher à partir du milieu de chaque demi-lune, tourner ainsi l'assiette pour obtenir une rose.
- Pour finir, râper finement le chou rouge au-dessus de l'assiette pour avoir une légère poudre rouge qui vient se déposer sur le dessert.

**A vous de jouer,
sublimez la
pomme et le chou
de Pontoise et bon
appétit !**



www.ville-pontoise.fr

