



Recette  
de chef



# Artichauts à la barigoule

80 pièces – 25 g / portion (≈ 2 kg net fini)  
Pour une dégustation en finger food

## 1 Ingrédients



- Artichauts tournés : 2,6 kg brut (≈ 1,6 kg net)
- Tofu fumé : 1kg
- Tofu nature : 1kg
- Oignons : 0,320 kg
- Carottes : 0,400 g
- Ail : 1 tête
- Vin blanc sec : 500 ml
- Huile d'olive : 200 ml
- Bouillon de légumes : 0,050 kg
- Sel fin : QS
- Poivre : QS
- Citron : 4 pièces
- Croutons tipiak à l'ail : 1 sachet de 0,500 kg

## 2 Mise en oeuvre

- Tourner les artichauts, les couper en quartiers réguliers et citronner légèrement.
- Tailler oignons et carottes en brunoise fine.
- Suer à l'huile d'olive les oignons et carottes, ajouter l'ail et le tofu
- Ajouter les artichauts, assaisonner.
- Déglacer au vin blanc et réduire de moitié.
- Ajouter l'eau ou fond, cuire à couvert 20 min à feu doux.
- Retirer les artichauts et réduire le jus jusqu'à texture sirupeuse.
- Mélanger les artichauts avec le jus réduit.

## 3 Dressage

Dresser 25 g de garniture par pièce en cuillère cocktail ou support adapté. Napper légèrement avec le jus réduit et mettre 2 croutons à l'ail.



Recette  
de chef



# Chili sin carne

80 pièces – 25 g / portion (≈ 2 kg net fini)  
Pour une dégustation en finger food



## 1 Ingrédients

- Ail : 1 tête
- Seitan égréné : 1 kg
- Epices chili : 0,050 kg
- Paprika fumé : 0,050 kg
- Haricots noirs : 3 boîtes (0,750kg)
- Huile de tournesol : 0,5 l
- Maïs : 3 boîtes
- Oignon : 5 unités
- Poivron rouge : 5 unités
- Poivron vert : 5 unités
- Riz de Camargue : 1kg
- Concentrée de tomates : 1 boîte
- Purée de tomate : 3 boîtes
- Sucre : 0,250 kg
- Piment doux : 1 pièce
- Tortilla bowls old el paso : 100 pièces

## 2 Mise en oeuvre

- Suer l'oignon et l'ail dans l'huile,
- Ajouter les poivrons et cuire doucement.
- Ajouter le seitan et le faire légèrement colorer.
- Incorporer les épices et le concentré de tomate, torréfier légèrement.
- Ajouter la purée de tomate, puis les haricots et le maïs.
- Laisser mijoter 20 à 25 minutes en réduisant pour obtenir une texture liée.
- Cuire le riz séparément et l'incorporer ou l'utiliser en base de dressage.

## 3 Dressage

Dresser 25 g de garniture par pièce en cuillère cocktail ou support adapté.



Recette  
de chef



# Soupe miso au tofu

80 portions – 65 ml / portion (≈ 5,5 L net fini)  
Pour une dégustation en finger food

## 1 Ingrédients



- Eau : 5,5 L
- Dashi : 0,550 kg
- Pâte miso blanc : 0,500 kg
- Sauce soja claire : 100 ml
- Tofu : 1,6 kg
- Cébette : 8 bottes
- Algues wakamé séchées en brisure : 0,080 kg
- Gingembre frais : 0,040 kg
- Huile de sésame : 100 ml

## 2 Mise en oeuvre

- Porter l'eau à frémissement (80°C).
- Ajouter le dashi et bien dissoudre.
- Délayer le miso dans une partie du bouillon puis réintégrer.
- Ajouter la sauce soja et ajuster l'assaisonnement.
- Réhydrater le wakamé, égoutter.
- Tailler le tofu en brunoise.
- Ciseler les cébettes.
- Ajouter garniture dans le bouillon chaud.
- Maintenir à 70-75°C sans ébullition.
- Ajouter gingembre et huile de sésame en finition.

## 3 Dressage

Verser en verrines de 6-7 cl. Ajouter tofu et wakamé puis le bouillon chaud. Finir avec cébette ciselée.