PELLETCOOK

MES RECETTES **PELLETCOOK**

A PROPOS
de nous

La PelletCook a été créée dans les Alpes Françaises par le concepteur et fabricant des poêles à granulés : la société INOVALP.
Du poêle à la plancha, c'est l'ADN d'une entreprise qui s'exprime par la créativité et la beauté des produit

UN PEU D'HISTOIRE

--- x ---

Dopés à l'innovation et à l'air pur des montagnes, c'est naturellement que les équipes de Recherche & Développement d'INOVALP ont cherché à adapter les résultats de la combustion du granulé du poêle à la plancha ! C'est ainsi qu'est né la PelletCook, fruit d'expérimentations savantes et gourmandes au milieu des sommets.

NOTRE PHILOSOPHIE

--- x ---

En réinventant les modes de chauffage et de cuisson d'aujourd'hui, basés sur des énergies économiques et écologiques, nous espérons participer à notre manière à ce que pourrait être le monde de demain – où changement citoyen rimerait avec plaisir et art de vivre. Chaque partie de plein air animée par une PelletCook est ainsi une parcelle de réponse à ce défi !

LE GOÛT DES BELLES CHOSES

--- x ---

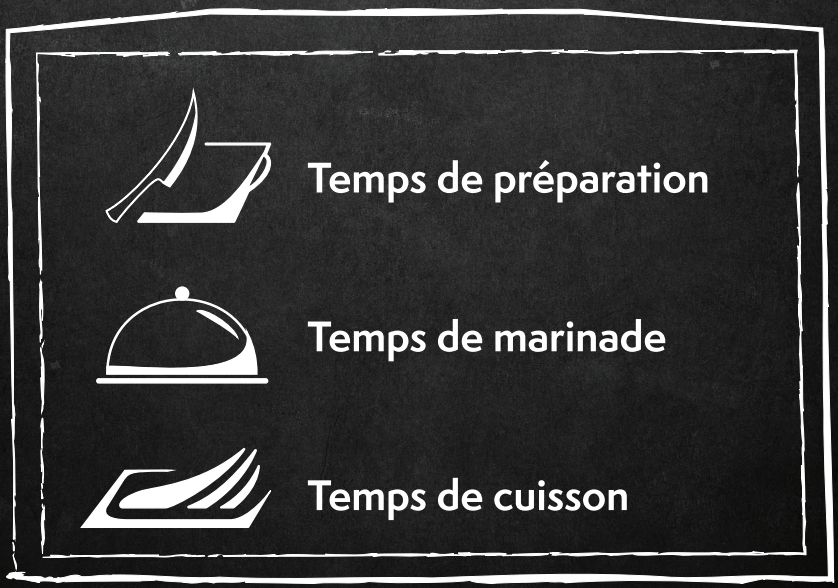
La PelletCook est fabriquée au cœur des Alpes françaises, car nous croyons à la qualité des beaux produits réalisés dans l'hexagone et au maintien des compétences et des emplois en France. Chaque plancha, composée des matériaux les plus nobles, fait l'objet d'une attention particulière.

Vue de l'Obiou depuis les bureaux d'Inovalp

SAVOIR-FAIRE & PRODUCTION 100% FRANÇAIS

De la conception à la fabrication en passant par le design, toutes les étapes de fabrication des planchas PelletCook se déroulent en Rhône-Alpes. Et 100% des pièces sont fabriquées en France !

Légendes



LES RECETTES

Magret de canard Mariné comme dans le Sud-Ouest ____ 4

Moules à la persillade ____ 7

Steak de Thon à la Basquaise ____ 9

Pommes sautées aux cèpes ____ 10

Légumes grillés à la plancha ____ 12

Mignon de porc en Brochette, Chorizo et Pimenton ____ 14

Parrillada de légumes printaniers aux pleurotes et piquillos ____ 17

Daurade Royale aux citrons confits ____ 19

Steak de basse côte grillé, sauce BBQ au whisky ____ 21

Plancha de patates douces ____ 23

Marshmallows au Chocolat ____ 25

Brochette d'ananas aux 5 parfums, caramel salé ____ 27

Magret de canard Mariné
comme dans le Sud-Ouest

1 **Réaliser la marinade**

Écraser, éplucher, hacher l'ail. Éplucher, ciseler l'échalote.
Mettre tous les autres ingrédients dans le bol d'un petit blender et donner quelques tours pour bien homogénéiser l'ensemble.
Appliquer généreusement au pinceau de cuisine sur toutes les faces.

2 **Parer et apprêter les magrets de canard**

Cette opération est plus aisée quand les magrets sont bien froids.
Entailler pas trop profondément la peau des magrets en croisillons afin de ne pas laisser la chair apparaître.
Fendre dans la longueur les magrets, et les entailler partiellement (toujours dans la longueur) pour ouvrir les demi-magrets comme pour un livre.
Faire deux à trois légères entailles en croisillon dans la partie interne.
Appliquer la marinade au pinceau de cuisine. Emballer vos magrets dans des sachets de conservation (sacs congélations) et laisser reposer au moins 8 heures au frais.
Sortir vos magrets 15 minutes avant le service.

3 **Cuire sur une plancha chaude**

Le magret se mange rosé. Faites le cuire environ 10 minutes coté peau puis 2 minutes coté chair. Laisser reposer autant de temps que de cuisson au chaud (env. 60°) avant de servir pour que votre viande repose et soit parfaite.

Servir avec le légume de votre choix (suggestion : galettes de pomme de terre ou légumes grillés au pesto), en utilisant le restant de la marinade comme sauce pour ceux qui le souhaiteront.

Vin d'accompagnement : Madiran.

MON MARCHÉ

Pour 8 personnes :

4 beaux magrets de canard
40 g poivrons rouges en poudre
20 g piment d'Espelette en poudre
40 g de balsamique blanc
20 g d'ail
130 g de vin blanc
6 g de mélanges d'herbes
70 g d'échalotes
20 g de moutarde en graine brune et blonde
20 g de paprika doux
90 g d'huile d'olive
6 g de fleur de sel
3 cl d'huile

7

Moules à la persillade

20'
20'

1 **Réaliser la persillade**

Hacher le persil et l'ail.

2 **Préparer les moules**

Laver et gratter les moules, si elles ne sont pas prêtes à cuire.
Les déposer sur la plancha chaude très légèrement huilée, en les remuant rapidement. Ne pas saler, l'eau de mer des moules le faisant naturellement en s'évaporant. Une fois les moules à peine écloses, les parsemer avec la persillade (persil et ail haché).

Débarrasser et servir aussitôt, en les arrosant avec un filet de jus de citron.

Déguster...

Vin d'accompagnement : Muscadet

MON MARCHÉ

Pour 4 Personnes

4 kg de moules de bouchots
1 filet d'huile d'olive
1 botte de persil plat
2 citrons jaunes pressés
6 gousses d'ail hachées
Du poivre blanc au moulin

LA RECETTE

1 Réaliser la marinade

Éplucher l'ail et le concasser. Ciseler le poivron rouge. Dans le petit bol d'un blender : mettre tous les ingrédients de la marinade. Ajouter le piment d'Espelette entier ou en poudre et la pincée de pistils de safran. Mixer pour homogénéiser la marinade. Appliquer aux pavés de thon et laisser mariner pendant deux heures.

2 Réaliser la garniture

Tailler les oignons et couper les poivrons en rondelles. Éplucher et écraser l'ail. Tailler la julienne de Chorizo.

3 Cuisson

Sur la plancha bien chaude, saisir les pavés de thon. Faire revenir conjointement les légumes et le jambon, arroser d'un trait de marinade à l'ail et au piment d'Espelette. Remuer fréquemment. Ajouter l'ail et la tomate concassé. Retourner les pavés de thon pour les saisir sur l'autre face. Maintenir au chaud jusqu'au moment du dressage dans sur la zone moins chaude de la plancha. Assaisonner à la fleur de sel.

4 Dresser avec la garniture

Le thon comme l'espadon se déguste légèrement rouge à cœur (comme une viande rouge) pour rester moelleux. Vous pourrez le servir avec un riz safrané (à l'espagnole) ou avec une plancha de petits légumes.

Vin d'accompagnement : Vin blanc ou rouge d'Irouleguy

1h

2h

4 à 15'

Steak de Thon
à la Basquaise

Ingrédients pour 4 personnes

4 Pavés de thon rouge ou albacore (160/180g)

Marinade à l'ail senteur Espelette

5 cl d'huile olive vierge
2 belles pincées de piment d'Espelette en poudre
3 g de moutarde entière blonde
10 g d'ail haché
1 pincée de pistils de safran
30 g de poivrons rouges
5 g de fleur de thym
1 trait de condiment balsamique blanc

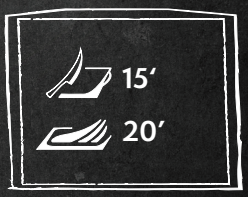
Garniture style basquaise

100 g de julienne de Chorizo
100 g d'oignons émincés
150 g poivrons corne rouges et verts mélangés
60 g de jambon de Bayonne
4 gousses d'ail
Fleur de sel
Pluches de coriandre et persil plat

Pommes sautées aux cèpes

Mon marché pour 6 personnes

1 kg de pommes de terre nouvelles (charlottes ou rattes)
500 g de cèpes
½ botte de petits oignons nouveaux
6 à 7 brins de sarriette
50 g de graisse de canard
2 gousses d'ail
Fleur de sel de Guérande



LA RECETTE

1 Préparation

Laver et sécher les pommes de terre sans les éplucher. Les tailler en quartiers comme des grosses frites. Éplucher et laver les oignons nouveaux. Écraser l'ail et le hacher. Parer les cèpes et les laisser entier s'ils ne sont pas trop gros.

2 Cuisson

Sur la plancha chaude, mettre à cuire les pommes de terre avec la graisse de canard. Remuer et laisser colorer. Au bout de 10 minutes ajouter les oignons nouveaux et la sarriette. Couvrir d'une cloche puis laisser cuire pendant 15 minutes, en remuant deux à trois fois. Sur l'autre partie de la plancha cuire les cèpes avec un nuage d'huile d'olive vierge. En fin de cuisson, assembler les pommes rissolées et les cèpes, ajouter l'ail haché, et saler à la fleur de sel.

Légumes grillés à la plancha

La préparation peut être réalisée conjointement avec la cuisson sur la plancha chaude graissée avec quelques gouttes d'huile d'olive vierge.

1 Préparer les légumes

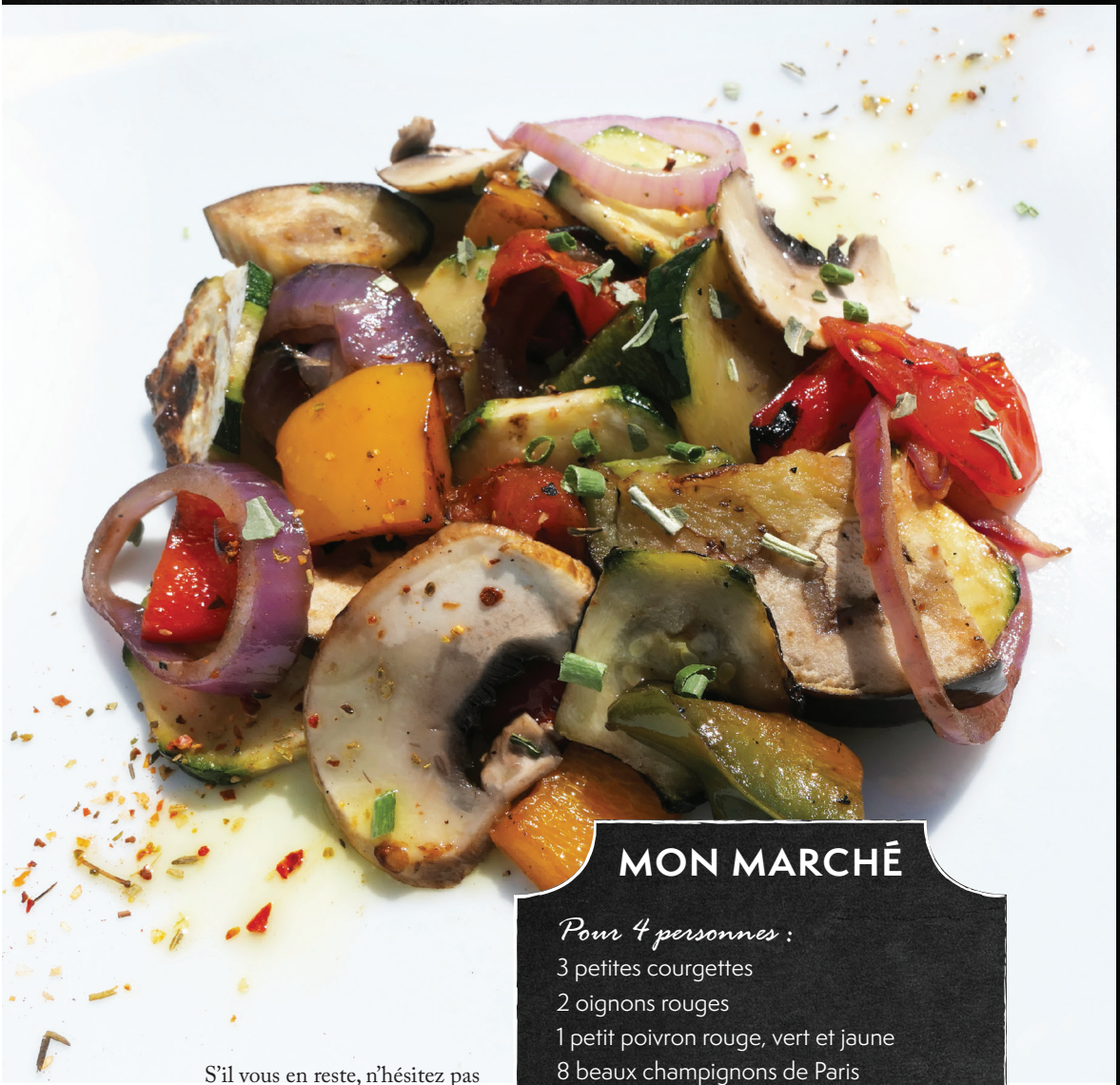
Tailler les courgettes en sifflets de 5 mm d'épaisseur.
Fendre en quatre l'aubergine et la tailler en tranches de 5 mm.
Couper les poivrons en carrés de 20 mm.
Éplucher les oignons et les émincer en rondelles.
Talonner les champignons.
Éplucher les petits artichauts en ne gardant que le fond et le tout début des feuilles : les blanchir deux minutes à l'eau bouillante citronnée.
Puis les émincer en tranches de 4 mm environ.
Éplucher l'ail, le dégermer et le hacher finement.
Ciseler et hacher le basilic.
Tous les légumes seront cuits séparément.

2 Faire cuire à la plancha

Faire griller les aubergines en les retournant au bout de 4 à 5 minutes.
Puis faire revenir les artichauts 6 à 7 min de chaque côté,
les champignons 5 à 6 min, ainsi que les courgettes agrémentées d'un peu de basilic et d'ail haché, etc.
Saler à la fleur de sel et poivrer avec une pointe de piment d'Espelette en poudre chaque légume puis ajouter un petit voile d'huile d'olive (au pulvérisateur) avant de les retourner.

Réserver vos légumes séparément au fur et à mesure des fins de cuissons.

Dégustez avec le poisson ou la viande de votre choix !



MON MARCHÉ

Pour 4 personnes :

3 petites courgettes
2 oignons rouges
1 petit poivron rouge, vert et jaune
8 beaux champignons de Paris
1 aubergine moyenne
5 petits artichauts violets
2 belles tomates
4 gousses d'ail
½ botte de basilic
5 cl d'huile d'olive vierge
Une pincée de piment d'Espelette
3 Pincées de fleur de sel

S'il vous en reste, n'hésitez pas à les mettre au frais, en y ajoutant du thym, une feuille de laurier sauce, de l'ail haché et du basilic. Laissez-les mariner avec quelques gouttes d'huile d'olive. Vous les retrouverez dans trois ou quatre jours et ils en seront d'autant plus savoureux avec une bonne salade, quelques pétales de parmesan et un trait de vinaigre balsamique.

Mignon de porc en Brochette, Chorizo et Pimenton

Ingrédients pour 4 personnes

1 Filet mignon de porc de 600 g paré
4 petits chorizos frais à cuire
1/2 poivrons rouge, vert, jaune
15 cl de vinaigre condimenté basque (SakaRi®)
1 cuillère à soupe de pimenton de la Vera
(poivron rouge séché)
1 trait de vinaigre Basque
2 gousses d'ail
8 cl d'huile d'olive : 5 cl pour la marinade
3 cl pour la cuisson
Fleur de sel

Vin d'accompagnement : Rouge du Languedoc un peu frais ou rosé Catalan

LA RECETTE

1 **Réaliser la marinade**

Dans un cul de poule, mélanger la sauce SakaRi®, avec le pimenton, l'huile d'olive, le vinaigre SakaRi® et une pointe de fleur de sel.
Laver, éplucher, et tailler les poivrons en carrés de 2 cm environ. Parer le filet mignon de porc en retirant le petit nerf sur le dessus, le tailler en tranches régulières de 2 cm environ, et retailler les tranches en deux pour les plus grosses.
Tailler les petits chorizos à cuire en deux de la même grosseur que les cubes de filet mignon de porc.

2 **Monter les brochettes** ***en alternant tous les ingrédients***

Monter les brochettes en alternant mignon de porc, poivron, chorizo, poivron d'une autre couleur, mignons de porc... Pour une cuisson homogène la brochette doit être la plus régulière possible.
Dans un plat, appliquer la marinade au pinceau de cuisine, et laisser reposer au frais au moins 2 heures.

3 **Cuisson**

Sortir du réfrigérateur une demi-heure avant de débuter la cuisson. Saisir sur une plancha pendant 3 à 4 minutes avant de retourner les brochettes, en prenant garde à la coloration. Déglacer au besoin avec un petit peu d'eau, et clocher pour finir la cuisson.

MON MARCHÉ

Pour 4 personnes :

400 g de pleurotes

500 g de pointes d'asperges vertes

150 g poivrons grillés en conserve ou piquillos

150 g de poireaux nouveaux

1 petite courgette

2 échalions (grosses échalotes longues)

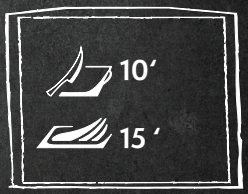
2 gousses d'ail hachée

Quelques feuilles de chou chinois

Fleur de sel

Piment d'Espelette à discrétion

Parrillada de légumes printaniers aux pleurotes et piquillos



1 Préparation

Éplucher, laver et sécher tous les légumes.

Tailler les asperges vertes en ne conservant que 1/3 de la longueur des pointes. Les queues pourront être utilisées pour un autre usage : crème d'asperge ou potage.

Tailler les courgettes en fines rondelles de 4 mm.

Émincer les échalotes dans la longueur.

Tailler les poireaux nouveaux en sifflets de 5 mm.

Effiler les pleurotes suivant leurs grosseurs.

Effeuiller le chou chinois.

Émincer les poivrons.

2 Cuisson

Sur la partie la moins chaude de la plancha, cuire les asperges, les courgettes, les poireaux, les pleurotes, puis l'échalote et les feuilles de chou chinois.
Les légumes doivent rester légèrement croquants.
Brumiser une à deux fois avec de l'eau et un nuage d'huile.
Ajouter l'ail en fin de cuisson avec les poivrons déjà cuits.
Assaisonner avec la fleur de sel et une pointe de piment d'Espelette.

1 **Réaliser la marinade**

Écraser et pulvériser l'anis étoilé.
Éplucher l'ail en retirant le germe central puis l'écraser et le hacher finement. Ajouter la badiane et l'origan effeuillé. Mélanger avec l'huile d'olive et le balsamique au mortier.

2 **Réaliser la sauce vierge**

Réaliser le condiment avec la tomate semi séchée, les câpres, les olives noires, les dés de citrons confits, les pignons de pins, les herbes, l'ail haché, l'huile de colza et d'olive vierge.

1h

2h

10 à 12'

Daurade Royale
aux citrons confits

Ingrédients pour 4 personnes

4 daurades portion de 400 g
100 g de citrons confits au sel (épicerie orientale)

La sauce vierge

Tomate semi séchée
Câpres & olives noires
Pignons de pins
Herbes de provence
Ail & citrons confits
Huile d'olive et huile de colza

La marinade

80 g d'huile d'olive vierge,
50 g de citrons confits,
6 g d'anis étoilé ou badiane entière (ou 3 g en poudre)
20 g d'ail haché,
15 g de basilic haché,
5 g d'origan,
1 trait de condiment balsamique blanc
Piment d'Espelette
30 cl de sauce aux huiles vierges

3 Habiller les daurades

Vider, habiller et écailler vos daurades. (Ou le faire faire par un poissonnier). Faire trois à quatre entailles sur chaque flanc des daurades (sans aller jusqu'à l'arête), pour nourrir les chairs avec la marinade et faciliter la cuisson. Farcir chaque daurade avec des morceaux de citrons confits. Badigeonner au pinceau de cuisine sur toutes les faces vos daurades avec la marinade et réserver au frais avec les citrons confits restants (au moins deux heures avant la cuisson).

4 Cuisson

Sur la plancha chaude, saisir sur chaque face les daurades pendant 5 à 6 minutes. Ne pas saler (les citrons confits l'étant déjà). Vérifier l'appoint de cuisson légèrement rosé à l'arête : un poisson se doit d'être dégusté juste cuit.

Servir avec la sauce vierge agrémentée de dés de citrons confits : C'est royal !!!

1h

2 à 12h

8 à 14'

Steak de basse côte grillé, sauce BBQ au Whisky

Ingrédients pour 4 personnes

2 Steaks de Basse Côte de 700 à 800 g chacun
6 cl d'huile d'olive + 3 cl pour la cuisson
60 g de gros sel de Guérande
2 cuillères à soupe de poivre noir
1 cuillère à café de graines de moutarde brune et blonde
2 cm de gingembre râpé
2 gousses d'ail
5 cl de whisky

La sauce Barbecue

10 cl de vin rouge
200 g d'oignons roses
80 g de sucre roux cassonade
1 belle cuillère de miel
200 g de sauce barbecue classique
2 traits de vinaigre balsamique
10 cl de whisky

LA RECETTE

1 Réaliser la pâte d'épices

Au mortier, broyer les graines de moutarde, concasser le poivre noir. Râper le gingembre et l'ail.
Mélanger tous ces ingrédients avec le gros sel de Guérande puis ajouter le whisky et l'huile d'olive.
Dans un plat ou sachet de conservation, appliquer la pâte d'épices au steak de Basse côte et réserver au frais de 2 à 12 heures.

2 Réaliser la sauce Barbecue

Réaliser la sauce Barbecue aux oignons confits et au whisky en même temps que les légumes sur la plancha.
Dans une petite casserole mettre les oignons à confire avec le vin rouge, le sucre, le miel, le vinaigre balsamique et le poivre. Laisser réduire au moins une heure.
Puis ajouter la sauce barbecue classique. Laisser réduire deux à trois minutes puis vérifier l'assaisonnement et réserver quand la sauce vous semble à son apogée.

3 Cuisson des steaks de Basse côte

Cuire en fonction des appoints de cuisson recherchés : 4 à 5 minutes de chaque côté pour une cuisson bleue, à adapter en fonction de vos convives. Ne pas assaisonner. Laisser reposer au chaud au moins 10 à 15 minutes.

LA RECETTE

1 Préparation

Éplucher vos patates et les laver. Les tailler en rondelles de 5 mm d'épaisseur puis les rincer à l'eau courante et les égoutter. Sécher les patates douces avec du papier absorbant ou un torchon propre.

2 Préparer la marinade instantanée

Hacher l'ail dégermé. Ciseler le basilic.
Mélanger avec l'huile d'olive vierge.

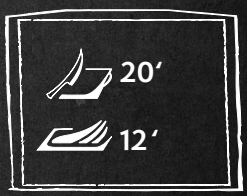
3 Cuisson des patates douces

Sur la plancha légèrement huilée à l'huile d'olive vierge, saisir les rondelles de patates 4 à 5 minutes sur chaque face. (La patate douce cuit plus rapidement qu'une pomme de terre classique).
Au deux tiers de la cuisson les badigeonner au pinceau de cuisine avec la marinade et saler à la fleur de sel.
La plancha de patates douces est cuite lorsque les rondelles de patates n'offrent plus aucune résistance (comme une pomme de terre classique).

Plancha de patates douces

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de patates douces
8 cl d'huile d'olive vierge
2 gousses d'ail dégermées et hachées
5 à 6 feuilles de basilic haché
Deux pincées de fleur de sel de Guérande
Selon vos envies : poivrons, oignons rouges, et autres choux chinois par exemple



Une fois les patates douces cuites, pour une plancha de légumes insolites, vous pourrez les marier avec du chou chinois, des poivrons, des oignons et autres topinambours; ou les accompagner d'une garniture de poisson ou de viande blanche (volaille ou pavé de veau).

Marshmallows au Chocolat

Ingrédients pour 4 personnes

16 Marshmallows ou Guimauve
100 g de chocolat noir
100 g de crème liquide
4 pics à brochette

20'
10 '

LA RECETTE

1 Préparation

Faire fondre le chocolat avec la crème dans une petite casserole. Monter les brochettes de marshmallows (4 environ par pic à brochette).

2 Cuisson

Sur la plancha, laisser dorer sur toutes les faces les marshmallows. Servir avec un bol de fondue de chocolat

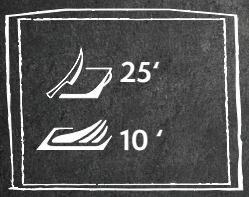
Ce n'est pas que pour les enfants... Succès assuré !

MON MARCHÉ

Pour 4 personnes :

1 gros ananas
80 g de beurre
100 g sucre roux cassonade
1 cuillère à café de mélanges d'épices « Cinq parfums »
Pics à brochette en bambou 15 cm
Glace à la vanille

1 pot de crème d'Isigny 200 g
100 g de sucre
Fleur de sel de Guérande
Chocolat fondu en décor



Brochette d'ananas aux cinq parfums, caramel salé

1 Préparation

Mettre à fondre le beurre au bain marie et le clarifier.
Parer votre ananas de sa tête et du bas. Oter la peau épaisse comme pour peler à vif un agrume (peu ou pas d'yeux noirs doivent subsister). Détailler votre ananas en 5 tranches épaisses de 2,5 cm. Les tailler en deux, puis chaque demi-tranche en 3. Monter les morceaux sur des pics à brochette en bambou. Disposer les brochettes dans un plat creux au frais. Mélanger au sucre roux et aux épices.
Une heure plus tard, badigeonner les tranches d'ananas sur toutes les faces de beurre fondu. Saupoudrer du mélange de sucre et d'épices comme pour une panure. Réserver au frais jusqu'à la cuisson.

2 Réaliser le caramel salé

Verser le sucre dans une casserole ou une poêle posée sur feu moyen. Ajouter un peu d'eau, juste pour l'humidifier. Secouer très légèrement pour répartir le sucre de manière uniforme, et laisser cuire jusqu'à ce qu'il commence à fondre et que le caramel obtienne la coloration blond clair. Déglacer avec la crème fraîche puis saler à la fleur de sel en fouettant pour rendre homogène la sauce au caramel salé. Réserver au bain marie.

3 Cuisson

Sur la partie la moins chaude de la plancha très légèrement huilée, faire revenir les brochettes. Prendre soin à ce qu'elles ne colorent pas trop. Les retourner au bout de 3 minutes. L'ananas sera mi cuit et encore croquant. Laisser plancher encore 3 à 4 autres minutes.

Servir avec le caramel salé à la crème d'Isigny et une glace à la vanille.

PELLETCOOK

Toutes les informations
sur **pelletcook.fr**