

*Un cuisinier en devenir,
une émission de télévision,
des projets plein la tête !*

SOMMAIRE

- Présentation – page 2
- 5 questions à Adel Dakkar – page 3
- Portrait chinois gastronomique – page 4
- Cahier de recettes – page 5
- Me retrouver – page 8



Découvrez qui est Adel Dakkar, cuisinier, candidat Top Chef 2015 :

L'hiver dernier, vous avez découvert sur **M6**, un jeune cuisinier aux yeux rieurs et au sourire communicatif.

Après avoir marqué de son empreinte la saison 2015 de **Top Chef**, Adel Dakkar vole dorénavant de ses propres ailes.

Il a délaissé les cuisines des établissements prestigieux où il a officié pour poser sa mallette de couteaux à **Marseille**, au sein du restaurant « Question de Goût » aux côtés de **Vanessa Robuschi** – elle aussi candidate de l'émission Top Chef –.

Le principe est simple : Vanessa s'occupe du restaurant, Adel, lui, propose des cours de cuisine. Il vous y livre tous ses secrets... Tous les jours de la semaine, il réalise avec ses hôtes, un menu autour des produits phares de la saison. Expérience culinaire conviviale garantie !

Adel est un cuisinier conscient de la somme de travail qu'il faut mettre en œuvre pour parvenir à ses objectifs. S'il remporte le titre de **Meilleur Apprenti d'Auvergne** en 2002 et gagne, quelques années plus tard, le **Népios Jeunes** en 2007, ce n'est pas le fruit du hasard, Adel Dakkar sait ce qu'il veut !

Il progresse du BEP au BTS avant de faire des passages remarquables dans de jolies maisons : L'Hôtel du Cap-Eden Roc à Antibes, le Cheval Blanc à Courchevel, La Place de Mougins, Rémy Disney Cruise Line, Orlando-USA, Le Saint Roch-Courchevel*****, Le Saint Paul***** à Saint Paul de Vence. Il y rencontre de (très) grands Chefs notamment Yannick Alléno, Denis Fétisson ou encore Arnaud Lallement.

De son parcours, Adel en a tiré le meilleur pour arriver à définir sa cuisine : **simple, généreuse, ensoleillée** !



5 QUESTIONS À ADEL DAKKAR

1/ COMMENT ES-TU ARRIVÉ À CHOISIR LE MÉTIER DE CUISINIER ?

J'ai grandi non pas dans une cuisine de restaurant mais dans la cuisine familiale aux côtés de ma mère. C'est là que j'ai débuté, j'y passais de nombreuses heures à goûter, préparer, m'imprégner de ses plats... Le reste du temps j'étais devant la télé à regarder les émissions de cuisine et à feuilleter les magazines culinaires, c'est donc naturellement que j'ai fait le choix de m'orienter vers un cursus professionnel hôtellerie-restauration.

2/ RACONTE-NOUS TON PARCOURS PROFESSIONNEL...

BEP-BAC techno et BTS en poche, j'ai eu mon premier poste à l'Hôtel du Cap-Eden Roc à Antibes où j'ai débuté en tant que commis. Puis direction Courchevel, à Cheval Blanc aux côtés du Chef Yannick Alléno, l'année où il s'est vu attribuer ses 2 étoiles au Guide Michelin. J'ai officié deux années en tant que Chef de Partie à Mougins chez Denis Fétisson où j'ai collaboré à l'ouverture de ses deux restaurants (La Place de Mougins - Restaurant gastronomique et L'Amandier de Mougins - Brasserie de luxe méditerranéenne).

Puis à moi les voyages et la découverte du monde et surtout la découverte de moi-même :

Orlando, USA au restaurant Rémy Disney Cruise Line avec le chef Arnaud Lallement de l'Assiette Champenoise à Reims -3 étoiles Michelin- comme consultant. J'ai terminé ce contrat avec mon premier poste de sous-chef.

De retour en France, j'ai travaillé à l'hôtel le Saint Roch-Courchevel***** puis à l'hôtel le Saint Paul***** à Saint-Paul de Vence avant de passer la saison d'hiver dernier à Cheval Blanc Courchevel en tant que premier sous-chef. La suite : Top Chef et désormais Marseille aux côtés de Vanessa !



« Une cuisine authentique,
des produits de saison de qualité
avec un assaisonnement juste.
Ma cuisine est avant tout comme moi :
simple, généreuse et ensoleillée... »

3/ QUELLES SONT TES INFLUENCES, OÙ VAS-TU CHERCHER L'INSPIRATION ?

Mes influences je les puise avant tout dans le terroir où j'ai grandi : L'Auvergne !

Après, j'aime les plats classiques et les assiettes généreuses...

Je cherche à travailler nos classiques gastronomiques et à les mettre au goût du jour en y amenant « mon grain de sel ».

4/ COMMENT QUALIFIER TA CUISINE ?

Une cuisine authentique, des produits de saison de qualité avec un assaisonnement juste.

Une cuisine simple, généreuse et ensoleillée !

5/ QUE CUISINES-TU CHEZ TOI LORSQUE QUE TU N'AS QUE 10 MINUTES POUR PRÉPARER UN PLAT ?

Des linguines alle vongole ou alors des asperges façon mimosa.



PORTRAIT CHINOIS GASTRONOMIQUE

Adel, si tu étais...

Une odeur : le jus de viande qui mijote au coin du fourneaux

Une herbe fétiche : la coriandre

Une épice : le cumin ou le gingembre

Un ustensile : la spatule

Une image : un verre de vin

Un livre de cuisine : le Maincent

Une cuisson : braisé

Une viande : l'agneau

Un légume : l'asperge

Un dessert : le cheesecake

Tu es plutôt...

palais sucré ou salé ? salé.

Quel est...

ton maître à penser ? Pierre Gagnaire.

ton plat préféré ? le bœuf bourguignon...

l'aliment que tu détestes : les câpres !



OREILLERS MOELLEUX DE POIREAUX à l'anguille fumée, vinaigrette câpres et cébettes.

Pour : 4 personnes

Préparation : 30 minutes

Cuisson : 1h

INGRÉDIENTS

Pour les oreillers de poireaux : 5 poireaux 1 anguille fumée 2 figues Huile d'olive Huile d'arachide Fleur de sel
Pour la vinaigrette : 2 c. à s. de vinaigre de cidre 2 c. à s. de vinaigre de Xérès 1/2 c. à c. de moutarde Savora Piment d'Espelette 1 citron jaune 15 g de câpres 4 cébettes Thym

RECETTE

Les oreillers de poireaux

Lavez puis faites cuire 2 blancs de poireaux dans une eau bouillante salée pendant 20 minutes pour obtenir des poireaux fondants. Émincez 2 autres poireaux et faites-les revenir dans l'huile d'olive. Faites-les bien compoter pour qu'ils soient fondants. Débarrassez dans un cul-de-poule et laissez-les refroidir un peu.

Taillez l'anguille en brunoise et mélangez-la à la compotée de poireaux en ajoutant un filet d'huile d'olive, de la fleur de sel et le piment d'Espelette. Réservez au frais.

Lorsque les poireaux sont cuits, détachez des lamelles. Disposez deux lanières en « L », chevauchées à l'angle, disposez de la garniture à l'intérieur (fondue de poireaux et anguille assaisonnée). Repliez pour obtenir des oreillers.

Taillez un poireau en julienne. Faites-le frire pour réaliser des chips et apportez du croustillant au plat. Salez bien. Taillez des petits quartiers de figues et faites-les cuire rapidement avec de l'huile d'olive, du sel et du piment d'Espelette.

La vinaigrette

Mélangez le vinaigre de cidre et le vinaigre de Xérès. Ajoutez la moutarde Savora. Montez à l'huile d'olive comme une vinaigrette. Assaisonnez en sel, poivre et piment d'Espelette. Ajoutez 3 segments de citron coupés en petits cubes. Terminez en ajoutant une brunoise de câpres et de cébettes finement ciselées avec du thym.



Le dressage

Disposez 3 oreillers moelleux par assiette. Posez les chips de poireaux puis les figues. Versez la vinaigrette et un filet d'huile d'olive tout autour.

CABILLAUD AU CHORIZO

en blanquette, pommes de terre rattes fondantes, purée de tomates épicées.

Pour : 4 personnes

Durée : 1h

Cuisson : 1h

INGRÉDIENTS

1 cabillaud Du gros sel (300 g/l d'eau) Des glaçons 1 chorizo
Pour le fumet : 1 céleri branche 1 carotte 1 échalote 1 oignon 1
vert de poireau 1 bouquet garni 10 cl de vin blanc Huile d'ara-
chide Pour la purée de courgettes et les pommes de terre :
300 g de courgettes violon 4 pommes de terre rattes (60 à
80 g) 20 g de beurre Pour la purée de tomates épicées : 30 cl
de vinaigre balsamique 30 g de sucre 4 tomates roma 1 pointe
de concentré de tomates 1 c. à s. de sucre Tabasco Pour la
blanquette : 2 échalotes 30 cl de Noilly Prat 40 cl de crème 2
oignons nouveaux Sel, poivre

LA RECETTE

Levez les filets de cabillaud et désarêtez-les. Réservez les
parures. Plongez les filets dans un bain d'eau glacée et salée
pour les raffermir, pendant 20 minutes. Rincez-les bien. Taillez
des bâtonnets de chorizo et faites-les congeler. À l'aide d'un
couteau, piquez les bâtonnets de chorizo dans le cabillaud.

Le fumet

Concassez les arêtes et faites-les dégorger dans l'eau froide
pendant 20 minutes. Faites-les suer dans l'huile d'arachide
fumante, ajoutez les légumes coupés en gros tronçons et
le bouquet garni. Déglacez au vin blanc. Faites réduire, puis
mouillez à hauteur d'eau froide et laissez cuire à frémissement
pendant 20 minutes. Écumez pour ôter les impuretés et obte-
nir ainsi un bouillon clair. Passez au chinois.

La purée de courgettes et les pommes de terre rattes

Lavez puis coupez en cubes les courgettes. Faites-les blanchir
dans de l'eau bouillante salée. Mixez-les puis montez au beurre.
Assaisonnez en sel et poivre. Épluchez puis taillez les pommes
de terre en cubes. Faites-les cuire dans la moitié du fumet
jusqu'à ce qu'elles soient fondantes. Vérifiez la cuisson avec la
pointe d'un couteau.

La purée de tomates épicées

Faites réduire de moitié le vinaigre balsamique et le sucre.
Ajoutez les tomates taillées en 8, le concentré de tomates, le



sucre et quelques gouttes de Tabasco. Salez, poivrez. Faites
caraméliser 50 grammes de chorizo à la poêle puis mixez-le
avec les tomates.

La blanquette

Ciselez 2 échalotes et faites-les suer dans une poêle. Déglacez
avec le Noilly Prat et faites une réduction à glace. Mouillez avec
le fumet et faites réduire au 3/4, jusqu'à l'obtention d'un sirop.
Ajoutez la crème et faites réduire jusqu'à l'obtention d'une
sauce de blanquette. Salez, poivrez. Pochez les morceaux de
cabillaud dans le fumet de poisson, 3 minutes chaque côté, à
frémissement. Sortez-les et laissez-les reposer 2 minutes, pour
terminer la cuisson.

Le dressage

Déposez trois morceaux de cabillaud par assiette, nappez de la
sauce de blanquette. Disposez les pommes de terre fondantes,
puis réalisez de gros points de purée de courgettes et de
tomates épicées. Décorez d'un demi-oignon nouveau blanchi
et poêlé.

PARFAIT GLACÉ

à la Poire William, tartare de poires à la fève tonka, mi-cuit chocolat noir, opaline de sucre et gelée de poires.

Pour : 4 personnes
Préparation : 50 min
Cuisson : 45 min
Au frais : 1h30

INGRÉDIENTS

8 poires William
Pour la compotée : 60 g de sucre 1 gousse de vanille
Pour la pâte à bombe : 125 g de sucre 4 jaunes d'œufs
Pour le parfait glacé : 1 feuille de gélatine 200 g de crème fleurette 10 g d'eau-de-vie poire williams (facultatif)
Pour le mi-cuit au chocolat : 400 g de chocolat noir 70% 360 g de crème 120 g de lait 2 œufs
Pour le tartare de poires : 1 citron 1 fève tonka
Pour l'opaline de sucre : 300 g de fondant 150 g de glucose
Pour le dressage : 1/2 feuille de gélatine

RECETTE

La compotée de poires

Épluchez et taillez 400 grammes de poires en cubes. Mettez-les dans une casserole avec 125 grammes d'eau, le sucre et une gousse de vanille ouverte et grattée. Laissez compoter à feu doux pendant 15 minutes. Puis mixez-les et passez-les au chinois pour ôter les petits grains.

La pâte à bombe

Faites cuire le sucre et 40 grammes d'eau à 125 °C pendant 10 minutes. Dans un batteur, montez les jaunes en versant peu à peu le sirop. Battez jusqu'à complet refroidissement.

Le parfait glacé

Mélangez 30 grammes de pâte à bombe à 400 grammes de purée de poires. Ajoutez la gélatine, ramollie dans l'eau froide et essorée, puis la crème montée. Mélangez le tout à la maryse. Ajoutez l'eau-de-vie si nécessaire. Versez dans des moules (6 cm de diamètre) et réservez au congélateur pendant 1 h 30.

Le mi-cuit au chocolat

Dans une casserole, faites bouillir la crème et le lait. Versez en trois fois sur le chocolat en morceaux, en mélangeant à chaque fois. Ajoutez les œufs entiers, mélangez bien au fouet pour obtenir un chocolat lisse. Versez la préparation dans des moules graissés. Enfourez à 190 °C pour 5 minutes, puis



laissez reposer 15 à 30 minutes à température ambiante avant de démouler.

Le tartare de poires

Taillez les poires restantes en brunoise. Assaisonnez les morceaux avec un filet de jus de citron pour éviter qu'ils ne noircissent et râpez la fève tonka. Versez le tartare dans un bol et réservez-le au frais.

L'opaline de sucre

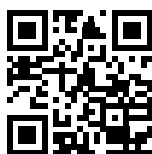
Mélangez le fondant au glucose et 150 grammes d'eau. Faites cuire à 155 °C pendant 5 minutes. Versez sur une feuille Silpat et laissez durcir. Mixez le sucre au robot coupe pour obtenir une poudre. Versez-la sur un pochoir en forme de poire et enfourez à 180 °C. Laissez refroidir pour que le sucre se cristallise.

Le dressage

Sortez les parfaits 15 minutes avant de servir. Réalisez une gelée de poires avec de la purée de poires et la demi-feuille de gélatine ramollie dans de l'eau froide et essorée. Versez dans un petit récipient et laissez refroidir. Démoulez les parfaits et disposez du tartare de poires dessus. Posez le mi-cuit. Décorez de petits points de gelée et posez l'opaline.

Retrouvez-moi sur mon site Internet :

www.adel-dakkar.fr



DES ACTUALITÉS, MES RECETTES, DES VIDÉOS, etc.



...ET AUSSI :

AdelDakkarTopChef
 @AdelTopChef