

Livre de recettes

Les secrets de nos chefs restaurateurs partenaires

★ ★ ★
Édition

2025

★ ★ ★

by Mon Resto Gratuit



La recette du spécialiste L. NAVARRO

Barman créatif, connu pour ses infusions uniques et ses mélanges surprenants.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit en Seine-Maritime (76)

Recette n°01

Sangria sans alcool

Ingrédients :

- 4 verres de jus de raisin rouge sans alcool
- 2 verres de jus d'orange
- 1 verre de nectar d'abricot
- 1 citron
- 3 à 4 fruits frais tranchés à choisir selon la saison (pommes, oranges, baie...)
- 1 pincée de poudre de cannelle
- Eau gazeuse ou limonade
- Feuilles de menthe

Recette n°01

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

Sangria sans alcool

15 min

Préparation :

- Dans un grand pichet, mélangez le jus de raisin, le jus d'orange et le nectar d'abricot ensemble.
- Ajoutez le jus de citron pressé et la cannelle.
- Laissez reposer au réfrigérateur pendant quelques heures pour que les saveurs se mélangent.
- Juste avant de servir, ajoutez de l'eau gazeuse ou de la limonade pour une touche pétillante.

Le conseil du chef :

- Ajoutez des herbes fraîches comme de la menthe ainsi que des morceaux d'agrumes et fruits coupés en tranches pour une touche aromatique unique.

Cet e-book vous révèle les recettes secrètes de nos chefs partenaires. Utilisez cet espace pour ajouter vos propres commentaires, ajustements ou astuces afin de recréer ces plats à votre façon !

Cliquez ici et écrivez vos commentaires



La recette du chef S. BELLAMY

Talentueux dans l'art des légumes et des assiettes colorées.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit dans le Var (83)

Recette n°02

Salade cocktail

Ingrédients :

- 1 pamplemousse
- 1 avocat à point
- 180 g de surimi râpé
- 4 feuilles de salade
- 150 g de crevettes
- Ciboulette
- Mayonnaise
- Ketchup



La recette du chef S. BELLAMY

Recette n°02

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

Salade cocktail

30 min

Préparation :

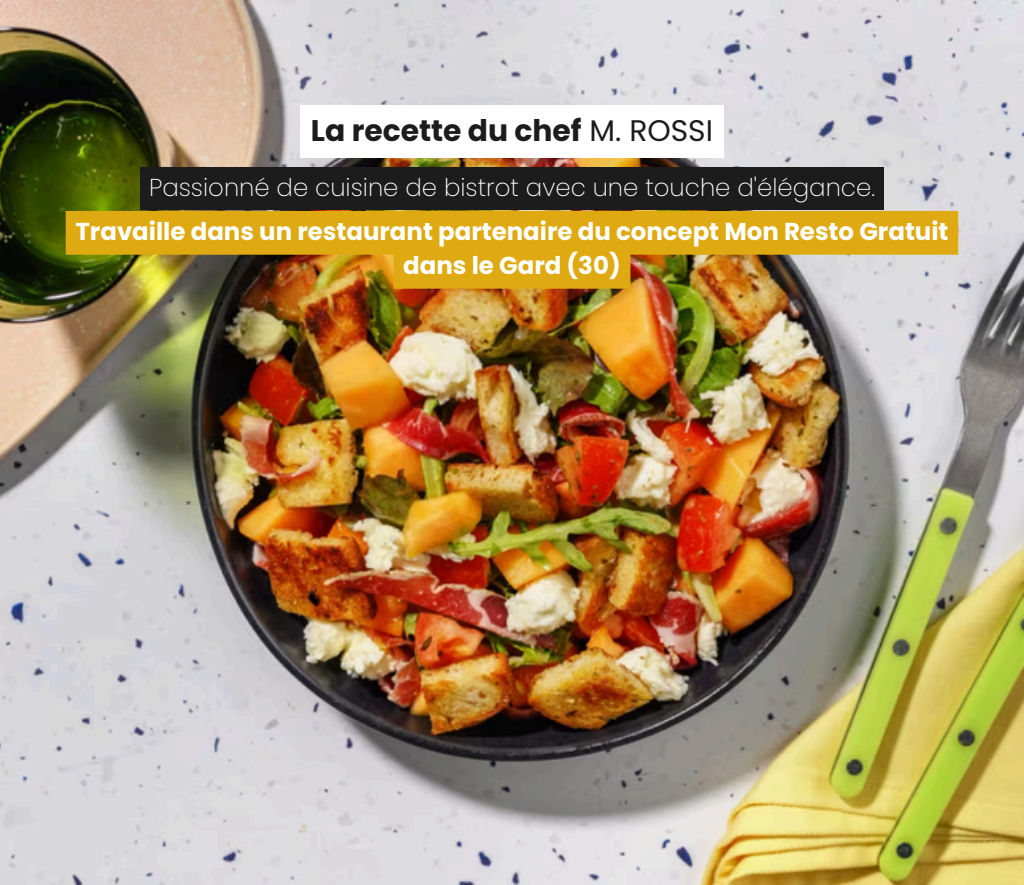
- Coupez le pamplemousse en quartiers. Otez la peau à 2/3 des quartiers et coupez la chair en dés. Pressez le 1/3 restant et récupérez le jus.
- Coupez l'avocat en 2, ôtez le noyau, enlevez la peau et coupez la chair en dés également.
- Dans un saladier, mettez les lanières de salade, l'avocat en dés, le surimi râpé. Finissez en disposant les dés de pamplemousse et les crevettes (évitiez de disposer l'avocat en dernier car il noircit).
- Il ne vous reste plus qu'à préparer la sauce cocktail avec de la mayonnaise (environ 3/4), du ketchup (1/4 pour la couleur et la note sucrée), du jus de pamplemousse (pour fluidifier), ciboulette, sel et poivre. À vous de la préparer selon vos goûts...
- Quand la sauce est prête, recouvrez votre salade avec et placez le tout au frais jusqu'à dégustation.

Cliquez ici et écrivez vos commentaires

La recette du chef M. ROSSI

Passionné de cuisine de bistrot avec une touche d'élégance.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit dans le Gard (30)



Recette n°03

Salade de mozzarella et coppa

Ingrédients :

- 1 boule de mozzarella
- 6 tranches de coppa
- 6 feuilles de basilic
- Huile d'olive
- 12 olives vertes
- Sel, poivre
- Piment d'espelette
- Tomates séchées
- Balsamique brun



La recette du chef M. ROSSI

Recette n°03

Salade de mozzarella et coppa

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

15 min

Préparation :

- Détaillez la mozzarella et la coppa en cubes. Faites revenir la coppa pour qu'elle soit légèrement grillée. Coupez les olives et les tomates séchées en deux.
- Mélangez délicatement la mozzarella, la coppa, les olives et les tomates séchées. Assaisonnez de balsamique, huile d'olive, sel, poivre et piment d'espelette.
- Ajoutez au dernier moment le basilic ciselé.

Les conseils du chef :

- Ajoutez-y du melon coupé en cubes. Le mélange des saveurs est un vrai régal.
- Une entrée fraîche et acidulée qui appelle un vin blanc et vif. Choisissez entre un Muscadet de Sèvre et Maine ou un Sylvaner d'Alsace.

Cliquez ici et écrivez vos commentaires

La recette du chef E.LECLERC

Spécialiste de la cuisine française traditionnelle avec une touche moderne.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit en Loire-Atlantique (44)



Recette n°04

Poireaux vinaigrette

Ingrédients :

- 8 blancs de poireaux moyens
- 2 jaunes d'œufs
- 2 c. à soupe de vinaigre de xérès
- 1 c. à café de moutarde
- 6 c. à soupe d'huile d'arachide ou de colza
- 1 échalote pelée et finement hachée
- 1 c. à café de ciboulette finement haché
- 1 c. à café de gros sel
- Sel, poivre



La recette du chef E. LECLERC

Recette n°04

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

10 min

Fondue d'endives aux saucisses fumées

Préparation :

- Lavez soigneusement les poireaux. Préparez un saladier à demi rempli d'eau froide avec les glaçons d'un bac. Mettre à bouillir 1 litre d'eau avec 1 cuillerée à café de gros sel. Plongez les poireaux et laissez bouillir 10 à 15 minutes.
- Avec une écumoire, plonger ensuite les poireaux dans l'eau froide, puis égouttez-les.
- Faites chauffer une bouilloire d'eau. Dans une petite casserole, posez un ramequin avec 2 jaunes d'œufs. Versez l'eau presque bouillante autour, jusqu'à la moitié de la tasse.
- Dans un autre bol, battez avec une fourchette le vinaigre avec la moutarde, une pincée de sel et de poivre. Ajoutez l'huile. Fouettez. Retirez le bol avec les jaunes d'œufs juste tièdes et versez la vinaigrette dessus. Ajoutez l'échalote et la ciboulette.

Les conseils du chef :

- Servez bien chaud avec du riz pour un repas complet.
- Ajoutez une cuillère de moutarde pour relever en goût.

Cliquez ici et écrivez vos commentaires

La recette de la cheffe E. MARCHAND

Passionnée de cuisine végétarienne et des classiques de sa grand-mère.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit dans le Nord (59)



Recette n°05

Velouté de butternut à la cannelle

Ingrédients :

- 1 butternut
- 1 oignon
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche
- 1 cube de bouillon
- 1 pincée de cannelle



La recette de la cheffe E. MARCHAND

Recette n°05

Velouté de butternut à la cannelle

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

20 min

Préparation :

- Coupez le butternut en gros cubes. Coupez grossièrement l'oignon.
- Faites revenir l'oignon et le butternut dans un fond de beurre. Remuez régulièrement (il ne faut pas que l'oignon roussisse). Une fois que les légumes sont bien revenus, émiettez un cube de bouillon au-dessus.
- Bien remuer pour laisser les légumes s'imprégner du bouillon. Recouvrez d'eau bouillante, juste au-dessus des légumes. Laissez cuire jusqu'à ce que le butternut soit cuit (plantez un couteau pour vérifier la cuisson).
- Mixez. Ajoutez une ou deux cuillères de crème fraîche. Salez et poivrez.

Le conseils de la cheffe :

- Ajoutez un soupçon de cannelle.

Cliquez ici et écrivez vos commentaires

La recette du chef T. BLANC

Connu pour ses créations de la terre légères et parfumées.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit dans le Maine-et-Loire (49)



Recette n°06

Fondue d'endives aux saucisses fumées

Ingrédients :

- 6 endives
- 4 saucisses fumées (type Montbéliard ou Morteau)
- 1 oignon émincé
- 1 c. à soupe de beurre
- 1 c. à soupe de sucre (pour atténuer l'amertume des endives)
- 200 ml de crème fraîche
- Sel, poivre



La recette du chef T. BLANC

Recette n°06

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

15 min

Fondue d'endives aux saucisses fumées

Préparation :

- Retirez le cœur dur des endives et coupez-les en rondelles. Coupez l'oignon.
- Faites chauffer le beurre dans une grande poêle, ajoutez les endives et l'oignon. Saupoudrez de sucre, salez, poivrez, et laissez mijoter à feu doux jusqu'à ce que les endives soient tendres.
- Faites cuire les saucisses fumées à part dans de l'eau bouillante pendant 15 à 20 minutes. Égouttez et coupez-les en rondelles.
- Ajoutez les rondelles de saucisses aux endives cuites, versez la crème fraîche, mélangez bien et laissez mijoter encore 5 minutes, toujours à feu doux.

Les conseils du chef :

- Servez bien chaud avec du riz pour un repas complet.
- Ajoutez une cuillère de moutarde pour relever en goût.

Cliquez ici et écrivez vos commentaires

La recette du chef L. GARNIER

Chef innovant, mariant cuisine française et influences étrangères.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit
en Gironde (33)



Recette n°07

Curry de cabillaud au lait de coco sucré, salé

Ingrédients :

- 400 g de dos de cabillaud
- 1 échalote
- 1/2 ananas pelé
- 1 c. à soupe de curry en poudre
- 1 c. à soupe de concentré de tomates
- 20 cl de lait de coco
- Quelques brins de coriandre
- Huile d'olive



La recette du chef L. GARNIER

Recette n°07

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

15 min

Curry de cabillaud au lait de coco sucré, salé

Préparation :

- Pelez l'échalote et ciselez-la finement. Coupez la moitié de l'ananas en cubes et l'autre moitié en rondelles.
- Découpez le poisson en cubes.
- Dans une poêle, faites revenir l'échalote et l'ananas 5 min dans un filet d'huile bien chaude, puis ajoutez la poudre de curry et le concentré de tomates. Mouillez avec le lait de coco et ajoutez les dés de poisson. Laissez cuire à feu doux pendant 10 mn.
- Servez le curry bien chaud parsemé de coriandre ciselée, avec du riz basmati.

Le conseil du chef :

- Servez avec un vin du Loire, Muscadet, Domaine de la Pépière, Clos des Briords Vieilles Vignes 2019, blanc.

Cliquez ici et écrivez vos commentaires

La recette du chef H. MARTEL

Expert en cuisine raffinée, maître des légumes et des sauces maison.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit dans la Meuse (55)



Recette n°08

Bourguignon de champignons

Ingrédients :

- 1 kg de champignons de Paris
- 1 carotte moyenne
- 120 g de petits oignons nouveaux
- 2 oignons moyens
- 2 gousses d'ail
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à café de thym frais effeuillé
- 2 c. à soupe de farine
- 25 cl de vin rouge
- 2 c. à soupe de concentré de tomates
- 50 cl de bouillon de légumes
- Sel, poivre



La recette du chef H. MARTEL

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

10 min

Recette n°08

Bourguignon de champignons

Préparation :

- Rincez les champignons et coupez-les en 2. Épluchez la carotte et coupez-la en rondelles. Hachez les oignons nouveaux. Épluchez et hachez finement les oignons et l'ail.
- Faites chauffer l'huile dans une casserole à fond épais. Laissez-y blondir les champignons et les oignons nouveaux pendant 3 à 4 min. Réservez hors du feu.
- Faites revenir dans la casserole la carotte, les oignons et le thym pendant 7 à 8 min sur feu moyen, jusqu'à ce que le tout soit caramélisé. Assaisonnez légèrement. Ajoutez l'ail et poursuivez la cuisson pendant 1 à 2 min. Parsemez de farine, remuez et poursuivez la cuisson encore 1 à 2 min.
- Versez le vin. Remuez, augmentez le feu et laissez une partie du vin s'évaporer. Ajoutez le concentré de tomates, le bouillon de légumes, les champignons, les oignons nouveaux et portez à ébullition.
- Laissez mijoter sur feu doux pendant 15 à 20 min, jusqu'à ce que la sauce soit bien épaisse.

Le conseil du chef :

- Accompagné les champignons d'une purée de pommes de terre ou de céleri-rave.

Cliquez ici et écrivez vos commentaires

La recette du chef A. ROY

Passionné par la pâtisserie gourmande et raffinée.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit
en Haute-Garonne (31)



Recette n°09

Tarte tatin facile en quelques minutes

Ingrédients :

- 1 kg de pommes golden (10 à 12 pommes)
- 200 g de sucre en poudre
- 1 pâte feuilletée
- 100 g de beurre
- 1 c. à café de cannelle en poudre (facultatif)

Matériel : moule à manqué ou moule à tarte pouvant aller sur le feu



La recette du chef A. ROY

Recette n°09

Tarte tatin facile en quelques minutes

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

20 min

Préparation :

- Pendant que votre four préchauffe th.7 (210°C), commencez par peler les pommes puis coupez-les en quartiers en veillant à retirer le coeur et les pépins.
- Placez votre moule sur feu doux, et faites fondre le beurre doucement. Ajoutez le sucre et continuez la cuisson jusqu'à obtention d'un caramel blond. Veillez à bien remuer tout au long de la cuisson, avec une cuillère en bois ou une spatule pour éviter au caramel de brûler.
- Posez les quartiers de pomme dans le plat pour les faire cuire et les caraméliser. Retournez-les régulièrement jusqu'à ce qu'ils soient tendres et entièrement enrobés.
- Une fois prêtes, vous pouvez les saupoudrer de cannelle.
- Retirez le moule du feu et laissez refroidir quelques minutes avant de poser la pâte feuilletée sur les pommes. Ensuite, à l'aide du manche d'une cuillère à soupe, rentrez les bords de la pâte entre le moule et les pommes, puis piquez le dessus avec quelques coups de fourchette pour lui éviter de gonfler pendant la cuisson.
- Enfournez votre tarte tatin pendant 25 à 30 min.
- Sortez le moule du four, laissez-le refroidir sur une grille, puis recouvrez-le avec votre plat de présentation. Retournez le tout pour démouler la tarte.



La recette du chef A. ROY

Recette n°09

Tarte tatin facile en quelques minutes

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

20 min



Le conseil du chef :

- Dégustez tiède avec une quenelle de crème chantilly ou une boule de glace vanille.

Cliquez ici et écrivez vos commentaires

La recette de la cheffe M. PERRET

Experte en boulangerie et pâtisserie, connue pour ses réussites de classiques.

Travaille dans un restaurant partenaire du concept Mon Resto Gratuit en Lozère (48)



Recette n°10

Mousse aux 3 chocolats en verrines

Ingrédients :

- 100 g de chocolat au lait pâtissier
- 100 g de chocolat noir pâtissier
- 100 g de chocolat blanc pâtissier
- 2 oeufs
- 20 cl de crème fraîche liquide

Matériel : bain-marie, batteur à main électrique, verres à verrine

Recette n°10

**TEMPS
DE PRÉPARATION**

Mousse aux 3 chocolats

30 min

Préparation :

- Faire fondre au bain-marie 100 g de chocolat noir avec 10cl de crème fraîche liquide. Répartir au fond de 8 verrines. Mettre au frais 30 minutes. Pendant ce temps, faire fondre au bain-marie le chocolat blanc.
- Monter le reste de crème bien froide en chantilly au batteur et incorporer doucement le chocolat blanc fondu. Ressortir les verrines du réfrigérateur, faire une 2^{ème} couche et remettre au frais au moins 1 heure.
- Faire fondre le chocolat au lait, incorporer les 2 jaunes d'œuf puis battre les blancs en neige fermes et les incorporer délicatement. Ressortir les verrines et faire donc une 3^{ème} couche. Remettre au frais au moins 1 heure.

Le conseil de la cheffe :

- Ajoutez une dernière couche de noix de coco râpée pour adoucir le mélange de chocolats et donner un peu de texture.

Cliquez ici et écrivez vos commentaires



Merci.