

Les recettes de
DANIEL ZENNER



Tiramisu à la rose de Damas



Ingrédients

pour 6 personnes

- Un paquet de biscuits « Rose de Reims »
- 4 jaunes d'œufs
- 80 g de sucre semoule
- 4 cuil. à soupe de sirop de rose
- ½ jus de citron
- 500 g de mascarpone
- Pétales de roses fraîches et cristallisées

Préparation

- Dans un saladier mettre les jaunes, le sucre et le sirop. Battre au bain-marie afin d'obtenir une mousse blanchâtre. Il faut ne plus sentir de cristaux de sucre entre les doigts. Attention de ne pas dépasser 50°C.
- Ajouter dans cette masse à température ambiante le mascarpone et deux cuillères à soupe de pétales de roses hachées.
- Imbiber des biscuits avec du sirop de rose légèrement dilué avec un peu d'eau et le jus de citron. Les déposer soit dans un plat, soit dans des récipients individuels.
- Ajouter le mélange préparé.
- Laisser prendre au frais au moins six heures.
- Décorer de pétales de roses fraîches ou cristallisées et d'un soupçon de sucre glace.

Les conseils du chef

Vous pouvez imbiber les biscuits avec le sirop de rose dans lequel vous avez ajouté du Mei Kuei Lu, une liqueur de rose exotique.

Boisson conseillée

Un Mei Kuei Lu ou un thé à la rose non sucré.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Rillettes de maquereaux aux soucis des jardins



Ingrédients

pour 6 personnes

- 4 petits maquereaux ou 250 g de filet
- ½ bulbe de fenouil
- Huile d'olive
- ½ citron jaune en saumure
- 2 cuil. à soupe de mayonnaise
- 15 g de feuilles de soucis émincées (en saison)
- 4 fleurs de soucis bien fournies
- Sel et poivre du moulin

Préparation

- Vider puis bien laver les poissons.
- Dans une poêle anti-adhésive et dans un peu d'huile d'olive, dorer les poissons une minute sur chaque face.
- Séparer la chair des arêtes, peau et parties brutes afin d'obtenir environ 220 g de chair. Les écraser rapidement à la fourchette.
- Détailler de petits carrés dans le bulbe de fenouil puis les dorer dans un peu d'huile d'olive. Cuire avec un peu d'eau. Laisser un peu croquant. Ajouter à la fin, de petits dés de citrons confits, ainsi qu'une bonne cuillerée à soupe de saumure.
- Ajouter dans la chair des maquereaux, les feuilles ciselées, les fleurs séparées du coeur, le fenouil, la mayonnaise, ainsi que du sel et du poivre.
- Mettre en verrines ou dans un grand pot. Décorer de fleurs fraîches.

Boisson conseillée

Un Pouilly fumé

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Truffes chocolat-œillet d'Inde



Ingrédients

pour un beau plateau de truffes

- 20 g de feuilles d'œillets d'Inde
- 125 g de crème fraîche fluide
- 220 g de chocolat au lait de couverture
- 40 g de beurre demi-sel, sans cristaux de sel
- Cacao en poudre

Préparation

- Chauffer la crème. Ajouter les feuilles. Infuser 4 minutes puis passer au tamis.
- Remettre la crème parfumée à chauffer puis incorporer, hors du feu et à l'aide d'une spatule, le chocolat concassé. Remuer jusqu'à ce qu'il soit bien fondu.
- Ajouter le beurre salé coupé en petits dés et tempéré, remuer.
- Laisser reposer quelques heures au frais dans un récipient hermétiquement clos.
- A l'aide d'une petite cuillère ou avec la paume de la main, mouler les truffes puis les tremper dans le cacao.

Les conseils du chef

Après plusieurs essais avec différents chocolats de différents crus et origines, j'ai choisi un simple mais honnête chocolat au lait. Les subtils parfums de cet œillet s'y fondent avec gourmandise. Le beurre salé révèle des parfums de pamplemousse. La quantité de plante mise en œuvre peut paraître énorme mais cela permet de ne pas trop prolonger le temps d'infusion et donc de développer de l'amertume indésirable. Goûter l'infusion toutes les minutes car certaines variétés développent plus de parfums que d'autres.

Boisson conseillée

Un thé au jasmin.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Beignets soufflés à la fleur d'oranger



Ingrédients

pour 6 personnes

- 15 cl d'eau
- 10 cl d'eau de fleur d'oranger
- 50 g de beurre demi-sel
- 175 g de farine
- 3 oeufs moyens
- Sucre glace
- Une friteuse

Préparation

- Porter à ébullition l'eau, la fleur d'oranger et le beurre.
- Hors du feu ajouter d'un coup la farine. Remuer vivement puis laisser doucement dessécher sur le feu une petite minute.
- Ajouter les oeufs un par un.
- Mettre cette pâte à chou dans une poche munie d'une douille unie.
- Laisser tomber dans l'huile à 170°C des quenelles coupées à l'aide d'un petit couteau. Les laisser dorer et gonfler.
- Les égoutter puis les tremper dans le sucre glace.

Ce dessert s'appelait autrefois « **Pets de nones** »
ou « **Nonnenfirtzle** » en alsacien.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* »
de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Blanquette de lotte et crevettes à la reine des prés



Ingrédients

pour 6 personnes

- Une queue de lotte de 1.8 kg
- 1 kg de crevettes sauvages crues
- 6 belles ombelles de reine des prés
- ½ litre de vin blanc sec
- ½ l d'eau
- 6 carottes
- 2 petites courgettes
- ½ oignon
- Roux blanc
- 0.250 de crème fraiche fluide

Préparation

- Parer la lotte puis détailler les deux filets. Les détailler en escalopes de 1 cm d'épaisseur.
- Décortiquer les gambas.
- Couper les carottes et les courgettes en tronçons. Les cuire séparément dans de l'eau salée.
- Réunir dans une casserole : l'oignon émincé, le vin blanc, l'eau, les épluchures de carotte, les parures de la lotte et les carapaces des crevettes. Laisser frémir 15 minutes puis filtrer. Remettre 5 minutes sur feu doux avec les fleurs de reine des prés puis filtrer.
- Pocher la lotte 2 minutes dans ce fumet. La retirer puis ajouter les gambas. Laisser une minute puis les retirer. Réduire le fumet à 1/2 litre environ puis lier au roux blanc. Crêmer, rectifier l'assaisonnement puis ajouter la lotte, les carottes et courgettes puis les crevettes. Donner juste un léger bouillon.

Les conseils du chef

Servir cette blanquette avec du riz. La saveur fleurie et parfumée de la reine des prés accompagnera les douces saveurs marines de la lotte et des crevettes.

Boisson conseillée

Un Riesling sec, fruité et évolué.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Carpaccio de Saint Jacques à la lavande



Ingrédients

pour 6 personnes

- 12 noix de coquilles Saint-Jacques sans le corail
- Le jus de deux citrons frais
- Fleur de sel, poivre du moulin
- Huile d'olive à la lavande
- Vinaigre balsamique

Préparation

- Emincer le plus finement les noix de Saint-Jacques bien froides et fraîches. Les disposer sur les assiettes.
- Ajouter le jus de citron, l'huile d'olive à la lavande puis la fleur de sel et un tour de moulin à poivre.
- Disposer un filet de vinaigre balsamique.

Les conseils du chef

Choisir impérativement des noix de Saint-Jacques très fraîches car, comme toutes les préparations comprenant du poisson ou des coquillages crus, il en va de la santé du mangeur.

Boisson conseillée

Un Puligny Montrachet de millésime évolué.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Fraicheur de pêche au bouillon blanc



Ingrédients

pour 6 personnes

- 160 g de fleurs de bouillon blanc dont une trentaine encore en boutons
- 250 g d'eau
- 90 g de sucre
- 4 g d'agar-agar
- Le jus d'un demi-citron
- 6 pêches blanches
- Un fond de génoise ou de biscuit
- 6 boules de glace au bouillon blanc ou de sorbet citron

Préparation

- Déposer un rond de génoise au fond d'une verrine.
- Ajouter les pêches coupées en petits dés avec les boutons floraux du bouillon blanc.
- Bouillir une minute l'eau, le sucre et les fleurs. Filtrer puis ajouter l'agar-agar. Bouillir une minute. Verser tiède (environ 30°C) sur les fruits. Mettre au frais au moins une heure.
- Au moment de servir, déposer une boule de glace puis décorer de fleurs de bouillon blanc.

Les conseils du chef

Pour réaliser une glace au bouillon blanc, infuser 150 g de fleurs dans 1/2 litre de lait pendant 2 minutes. Filtrer puis cuire comme une crème anglaise avec 4 jaunes d'oeufs et 70 g de sucre. Turbiner.

Boisson conseillée

Un Crémant d'Alsace.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Filet mignon de porc à la fleur de sureau



Ingrédients

pour 6 personnes

- 2 filets mignon de porc
- Beurre clarifié
- Sel et poivre

Pour la sauce :

- 15 g de fleur de sureau séché
- 80 g de vinaigre de cidre
- 130 g de miel de fleurs
- 250 g d'eau
- 25 g de beurre cru froid
- 50 g de vin blanc sec
- Une pincée de sel

Préparation

- Réunir tous les ingrédients de la sauce dans une petite casserole. Donner un bouillon. Laisser infuser 5 minutes puis filtrer. Réduire quelques minutes jusqu'à obtenir une consistance presque sirupeuse. Réserver.
- Parer les filets mignons. Détailler en tronçons. Poêler quelques minutes dans du beurre clarifié.
- Ajouter le beurre froid dans la sauce chaude, bien fouetter.
- Dresser le filet mignon sur une assiette, cerner de sauce.

Les conseils du chef

J'ai accompagné ce plat d'un risotto à l'ortie, mais un simple riz créole peut suffire.

Boisson conseillée

Un vin de fleur de sureau.



Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »

Rouleaux de choucroute crue d'Alsace aux légumes bios et fleurs de saison



Ingrédients

pour 6 personnes

- 150 g de choucroute crue d'Alsace
- 1 paquet de feuilles de riz de 22 cm de diamètre
- ½ poivron rouge coupé en lanières puis blanchi
- 1 concombre
- 1 gros radis blanc
- 1 radis noir
- Une carotte râpée grossièrement
- Pousses de soja
- Autres légumes de saisons suivant vos envies
- Des fleurs en quantités

Préparation

- Tremper les feuilles de riz dix secondes dans de l'eau froide.
- Les laisser ensuite se ramollir sur un torchon propre.
- Parsemer de fleurs fraîches. Farcir ensuite comme bon vous semble avec la choucroute crue non lavée et les légumes taillés très finement, avec un éplucheur à légume pour les radis et le concombre.
- Former comme un rouleau de printemps.

La sauce

4 cuil. à soupe de sauce de soja; 2 cuil. à soupe d'eau; 4 cuil. à soupe rase de sucre semoule; un soupçon d'ail pilé; une belle râpée de gingembre frais; une pointe de sauce piment. Chauffer le sucre et l'eau. Laisser refroidir puis mélanger tous les autres ingrédients.

Le dressage

Tremper les rouleaux dans la sauce.

Boisson conseillée

Un Gewurztraminer sec ou un Riesling opulent accompagneront ce mets sans aucunes traces de gras.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Verrine fraises-framboises, émulsion à la fleur d'Hibiscus



Ingrédients

pour 6 personnes

- 300 g de fraises
- 300 g de framboises
- 80 à 110 g de sucre semoule (suivant la sucrosité des fruits)
- 400 g d'eau
- 35 g de fleurs d'hibiscus séchées
- 2 feuilles de gélatine, soit 10 grammes environ
- Un bouquet de menthe fraîche

Préparation

- Laver puis équeuter les fraises. Les couper en deux ou en quatre suivant leur grosseur. Les mettre dans des verrines ainsi que les framboises entières.
- Tremper les deux feuilles de gélatine dans de l'eau froide pendant au moins dix minutes.
- Bouillir l'eau puis ajouter les fleurs. Laisser infuser hors du feu pendant 15 minutes.
- Passer à la passoire fine, ajouter le sucre et donner un bouillon. Ajouter la gélatine.
- Mettre en siphon. Ajouter deux cartouches de CO2. Réserver au frais.
- Au moment du service, ajouter l'émulsion sur les fruits.
- Décorer de feuille de menthe et de fleurs fraîches.

Boisson conseillée

Un Muscat d'Alsace Vendange tardive.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Chiche à l'ortie et à l'ail des ours



Ingrédients

pour 6 personnes

- 400 g de feuilles d'orties (soit 300 g cuites)
- 50 g de pistou d'ail des ours ou 50 g de feuilles fraîches d'ail des ours
- 400 g de farine bio
- 2 oeufs bios
- 25 g de parmesan râpé

Pour la sauce :

- 50 g de beurre à l'ail des ours (mixer 250 g de beurre cru demi-sel et 250 g de feuilles d'ail des ours)
- 20 g de Parmesan râpé
- ½ l de crème fraîche
- Sel et poivre

Préparation

- Cuire 5 minutes les feuilles d'orties. Bien les égoutter. Les hacher finement.
- Hacher menu l'ail des ours. Ajouter dans la farine avec les oeufs et le parmesan. Bien malaxer quelques minutes.
- Façonner de petits boudins puis découper de petits tronçons de 5 mm de long.
- Pocher ceux-ci 10 minutes dans de l'eau bouillante bien salée.
- Dans une poêle, bouillir la crème puis monter au beurre d'ail des ours. Ajouter les chiches. Réduire une minute. Saler et poivrer.
- Dresser sur assiette, saupoudrer de parmesan et ajouter un trait d'huile d'olive.

Les conseils du chef

Vous pouvez ajouter soit un peu d'eau pour détendre la pâte, soit un peu de farine suivant le cas. Cela dépendra de la grosseur des oeufs et du taux d'humidité du pistou d'ail des ours et de la purée d'ortie.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Tahitienne de poissons et fruits de mer



Ingrédients

pour 6 personnes

- 250 g de fruits de mer crus : gambas, crevettes, pétoncles, Saint jacques, etc.
- 250 g de filet de poissons blancs
- 6 citrons verts
- 1 cuil. à soupe de gingembre frais râpé
- ¼ de litre de lait de noix de coco
- 50 g de concombre, épépiné et coupé en petits cubes
- 100 g de chair de mangue coupée en petits cubes
- Sel et poivre

Préparation

- Couper en gros dés les poissons et fruits de mer.
- Disposer-les dans un saladier en verre puis arroser du jus des citrons verts.
- Ajouter le gingembre râpé, saler et poivrer.
- Laisser mariner quelques heures au frais.

- Une heure avant de servir, ajouter le lait de coco, le concombre, la mangue.
- Rectifier l'assaisonnement.

Les conseils du chef

Servir ce plat bien frais dans de beaux verres.

Boisson conseillée

Servir un Riesling noble et opulent.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Risotto aux carottes et fenouil



Ingrédients

pour 6 personnes

- 250 g de fenouil et carotte coupés en petits dès
- 1 oignon ciselé
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 500 g de riz spécial risotto
- 800 g de bouillon de poule
- Une noix de beurre
- 2 verres de vin blanc sec
- 80 g de crème fraîche
- 2 cuil. à soupe de parmesan râpé, sel et poivre du moulin

Préparation

- Nacer le riz dans l'huile d'olive puis ajouter l'oignon, le fenouil et la carotte.
- Mouiller avec le vin blanc.
- Remuer sans cesse jusqu'à évaporation du vin puis ajouter progressivement du bouillon bien chaud.
- Cuire 15 à 20 minutes en remuant souvent.
- Quand le liquide est quasiment évaporé, ajouter le parmesan puis le beurre.
- Ajouter une louche de bouillon et la crème pour le rendre crémeux.
- Rectifier l'assaisonnement.

Les conseils du chef

Un risotto se réchauffe mal. Il doit se réaliser à la minute.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Minestrone Alsacien

Le Minestrone est d'abord un plat de légumes avant d'être une soupe. Sa composition varie au fil des saisons. Je ne mets ni betterave, ni carotte violette, ni tomates pour ne pas colorer le bouillon. Les choux feuilles troublent le fond. Point de pommes de terre car celles-ci tomberaient en purée. La réussite de ce plat est conditionnée par la fraîcheur des fruits et légumes ainsi que par la cuisson de ceux-ci et la réduction des bouillons de poule et de légumes.



Ingrédients pour 8 personnes et Préparation

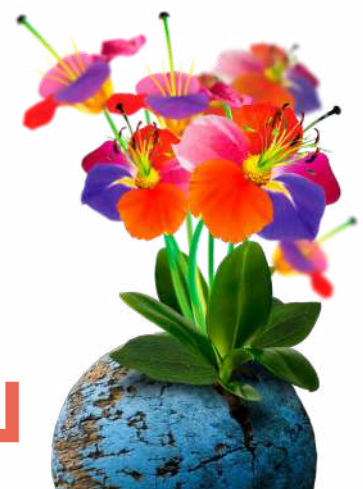
- **Des fruits et légumes de saison en quantité, comptez en tout 4 kg non épluchés :** Carotte jaune et orange, panais, courgette, aubergine, poivron rouge, jaune et vert, petit pois, haricot vert, plat et coco, fenouil, oignon blanc, ail rose, navet blanc, boule d'or, chou-rave, céleri branche et rave, poireau, etc. Laver puis tailler différemment tous les fruits et légumes. Les cuire dans 5 litres d'eau bouillante salée, un par un et les laisser « Al dente ». Les sortir à l'aide d'une araignée. Les déposer sur un plateau et les laisser refroidir. Continuer toutes les cuissons dans le même bouillon. A la fin réduire ce bouillon à un demi-litre.
- **Une poule, un bouquet garni, 4 dl de vin blanc sec, 2 litres d'eau, sel**
Laisser frémir l'ensemble pendant au moins deux heures. Ecumer puis dégraisser. Laisser réduire à demi-litre. Réaliser ce bouillon la veille.
- **150 g de mini « Penne-regate »**
Les cuire dans un grand volume d'eau salée. Les laisser croquantes. Les refroidir de suite. Bien rincer à l'eau claire, réserver.
- **De l'huile d'olive à l'ail**
Macérer au moins pendant deux semaines des gousses d'ail rose dans de l'excellente huile d'olive.
- **Le mélange de vieux Bargkass et de bleu d'Hachimette**
Râper tous les fromages.
- **Le pistou d'herbe**
Cuire 5 minutes 300 g d'un mélange d'herbes aromatiques dans un demi-litre d'eau salée. ajouter 5 g d'agar-agar. Mixer finement au blender. Laisser refroidir puis mixer à nouveau pour obtenir un gel.
- **De fines tranches de lard paysan bien sec**

Le dressage

- Réunir les deux bouillons ensemble, les chauffer.
- Déposer tous les fruits et légumes dans une large casserole. Ajouter les Penne-regate, une louche de bouillon, de l'huile d'olive à l'ail. Chauffer. Rectifier l'assaisonnement.
- Déposer dans une assiette creuse les végétaux, le mélange de fromages, puis une bonne louche de bouillon brûlant.
- Arroser copieusement d'huile d'olive à l'ail puis de coulis d'herbes.
- Installer une belle et fine tranche de lard paysan enroulée sur elle-même.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »



Soupe au munster



Ingrédients

pour 6 personnes

- 4 blancs de poireaux
- 200 g de potimarron avec sa peau
- 150 g de chou-rave
- Une noix de beurre
- ½ l de lait entier
- 150 g de crème fraîche Label Rouge Alsace
- 2 l de bouillon de poule ou de légumes
- 1 grand fromage de Munster
- Sel et poivre

Préparation

- Faire suer sans coloration, dans le beurre, tous les légumes coupés en dés d'un cm.
- Mouiller avec le lait. Laisser cuire quelques minutes puis ajouter le bouillon.
- Laisser frémir au moins quinze minutes.
- Mixer puis ajouter le Munster découpé en cubes.
- Laisser cuire encore une minute. Mixer à nouveau.
- Ajouter la crème.
- Saler et poivrer.

Recette de **Daniel Zenner**

Auteur des livres tomes 1 et 2 de « *Gastronomie et Plantes Sauvages* » de « *Gastronomie et Plantes des Jardins* » de « *Mes Plantes Sauvages préférées en 40 recettes gourmandes* » et du « *Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne* »

