

MARCO GAGNON

épurée

INSPIRATION CHEF

LES 4 MEILLEURES RECETTES

Gaspor

FERME FAMILIALE - FAMILY FARM

DEPUIS - SINCE

2004

Introduction

Qu'est-ce que vous en penseriez si chacun d'entre nous mangeait une assiette 100 % Québécoise à chaque semaine ? C'est ce que nous vous offrons ! Épurée et les fermes Gaspur s'associent pour vous offrir une boîte découverte exceptionnelle. La meilleure chose qui est arrivée depuis longtemps.

Deux produits québécois remarquables, vous allez vous sentir comme au restaurant.

r



épurée
INSPIRATION CHEF



Côtelettes de porc , gremolata et purée de carottes

Ingrédients

- 1 sac de purée de carottes Épurée
- 7 branches de thym
- 3 gousses d'ail
- 100 gr beurre
- Sel et poivre
- Huile de canola
- 8 côtelettes de porc Gaspor
- 300 gr carottes nantaises de couleur
- 227 gr champignons
- 300 gr de bettes à cardes
-

Gremolata

- 1 bouquet de persil
- ½ gousse d'ail
- Zeste et le jus d'un demi- citron
- 0.5 Échalote
- Huile d'olive

Instructions

- Couper le persil et l'échalote finement.
- Mélanger avec le zeste et le jus de citron, sel, gousse d'ail passée à la microplane, poivre et couvrir d'huile d'olive de bonne qualité.
- Chauffer un poêlon chaudement pour saisir la viande, pendant ce temps bien assaisonner la viande des 2 côtés.
- Allumer le four à 400 °F.
- Une fois le poêlon bien chaud, ajouter l'huile de canola et la côtelette, attendre 1 minute et ajouter l'ail, le beurre et le thym.
- Utiliser une cuillère de service pour bien mouiller la côtelette avec le mélange de beurre, d'huile canola, de thym et d'ail (lui donner de l'amour).
- Pour un porc rosé, atteindre 63 °C au centre.
- Une fois bien colorées de chaque côté, déposer les côtelettes sur une tôle allant au four. Faire sauter les légumes et assaisonner. Chauffer la purée de carottes Épurée
- Déposer la côtelette au four.
- Sauté les légumes
- Monter l'assiette

épurée

INSPIRATION CHEF

**« LA GASTRONOMIE
EST LA JOIE DE
TOUTES LES
SITUATIONS ET DE
TOUS LES ÂGES.
ELLE DONNE LA
BEAUTÉ DE
L'ESPRIT. »**

**-CHARLES
MONSELET**



Magret de porcelet, purée de betteraves au sirop d'érable, pommes sautées et pacanes

Ingrédients

- 1 Magret de Porcelet Gaspor
- 1 sac de purée de betteraves Épurée¹
- 5 cuillère à soupe de sirop d'érable
- 3 branches de thym
- 1 gousse d'ail
- 100 gr beurre
- Sel et poivre
- 2 cuillères à soupe d'huile de canola
- Roquette (au choix pour mélanger avec les pommes, pacanes et persil)
- 2 pommes (coupées en quartiers)
- Pacanes ou noix de Grenoble
- Persil
- Légumes de saison ou au choix
- Huile d'olive

Instructions

- Couper les pommes en quartiers et les sauter dans du beurre, ajouter les pacanes.
- Chauffer un poêlon (très chaud) pour saisir la viande.
- Pendant ce temps, bien assaisonner la viande des 2 côtés.
- Allumer le BBQ ou le four à 400 °F.
- Une fois le poêlon bien chaud, ajouter l'huile de canola et le porc côté peau. Attendre 1 minute et ajouter l'ail, le beurre et le thym. Utiliser une cuillère de service pour bien mouiller le magret, à répétition, avec le mélange de beurre, d'huile de canola, de thym et d'ail (donner de l'amour).
- Une fois bien coloré de chaque côté, déposer le magret de porcelet sur une tôle allant au four. Pour un porc rosé, atteindre 63 °C au centre.
- Chauffer la purée de betteraves Épurée et ajouter le sirop d'érable.
- Pendant ce temps, couper les légumes et les sauter.
- Déposer le porc au four. Assembler l'assiette et savourez.



**« SEULS LES CŒURS
PURS FONT DE LA
BONNE SOUPE. »**

**-LUDWIG VAN
BEETHOVEN**



Saucisse Gaspur moutarde et miel, purée de pomme de terre et légumes de saison

Ingrédients

- 1 paquet de 6 saucisse Gaspur Moutarde et miel
- 2 sac de purée pommes de terre Épurée
- Légumes grillé au choix (poivron, champignon, oignon rouge ou oignon vert, courgette, etc ...)

Instructions

- Allumer le BBQ
- À feu moyen, cuire sur le gril pendant environ 5 minutes par côté
- Chauffer la purée de pommes de terre bien chaude
- Sauter les légumes ou griller sur le BBQ
- Monter l'assiette

**Un classique
réconfortant !**



**« MES TROIS
DÉPENDANCES
SONT
LA NOURRITURE,
L'AMOUR ET LE
TRAVAIL..»**

**- ALANIS
MORISSETTE**

Hamburger Bacon , Porcelet au fromage bleu et champignon

Ingrédients

- 4 Burgers Bacon et Porcelet Gaspor
- 4 pains Burger ou au choix
- 1 sac purée de champignons **Épurée**
- 150 gr de Fromage suisse ou parmesan ou fromage bleu Reine Elizabeth émietté
- 4 tranche de Bacon ou procisutto (facultatif)

- 1 oignon rouge
- 1 Salade iceberg

Instructions

- Cuire les 4 burgers dans du beurre ou sur le BBQ,
- 4 min par face, pour obtenir une cuisson à point. Saler et poivrer.
- Chauffer le pain
- Couper la salade et l'oignon en tranches fines

- Chauffer la purée de champignon et mélanger à l'aide
- d'une pied mélangeur pour émulsionner
- Déposer une tranche de fromage bleu sur chaque burger
- et poursuivre la cuisson à couvert, 2 min supplémentaires.
- Déposer la purée de champignon sur le pain et
- Monter le burger

épurée

INSPIRATION CHEF



Conclusion

Nous espérons que vous avez apprécié, le livre de recettes le plus court, de toute l'histoire du monde entier. La meilleure manière de nous encourager est de partager le plaisir que vous avez eu à déguster vos plats. Vive les produits du Québec !

P.S : Plusieurs autres recettes sur

epuree.ca



épurée

INSPIRATION CHEF