

LOUIS-FRANÇOIS MARCOTTE

SIMPLE ET CHIC

# LES 100 MEILLEURES RECETTES

Simple et Chic

-  
Sexy

-  
Sauvage

-  
Souvenirs

-  
Saisis

-  
Saisis 2

2008  
—  
2012

PHOTOS DE  
CHRISTIAN TREMBLAY

Flammarion  
Québec

LOUIS-FRANÇOIS  
MARCOTTE

LES 100 MEILLEURES RECETTES

SIMPLE ET CHIC

Flammarion  
Québec

## La collection SIMPLE ET CHIC

Simple et Chic – Sexy – Sauvage – Souvenirs – Saisis – Saisis 2

### LES 100 MEILLEURES RECETTES

Restaurateur dès l'âge de 21 ans, animateur vedette, Louis-François a publié son premier livre, *Simple et Chic*, à 26 ans. Le jeune chef inaugurerait ainsi une collection à grand succès :

6 titres

350 recettes

3 prix Gourmand World Cookbook  
et quelque 185 000 exemplaires vendus !

Sept ans plus tard, il propose une compilation des 100 meilleures recettes à sa manière « simple et chic ». Il a retenu les incontournables que l'on fait et refait, des plats qui rassemblent au quotidien comme dans les grandes occasions. Un ouvrage festif qui inclut aussi une belle variété de cocktails pour nous mettre en appétit.

[www.louisfrancoismarcotte.ca](http://www.louisfrancoismarcotte.ca)

Flammarion  
Québec



32,95 \$

## INTRODUCTION

Après mon cours à l'Institut de tourisme et d'hôtellerie, j'ai travaillé en restauration et comme traiteur à mon compte, ce qui m'a permis rapidement de créer et de penser à ce que je voulais réaliser : concevoir un plat qui se doit d'être unique, pour un client qui s'attend à bien manger peu importe l'occasion. J'ai appris à la dure et dans le feu de l'action les qualités que doit posséder un chef : authenticité, inventivité, habileté, polyvalence et rigueur. J'ai beaucoup lu et observé les chefs d'ici et d'ailleurs. Je cherchais mon identité culinaire, le style qui deviendrait la signature de mes plats. Finalement, ce sont les qualificatifs « simple » et « chic » utilisés par mon entourage qui ont déterminé le nom de mon premier restaurant Simplé Chic. À la même époque — j'avais alors 21 ans —, je me disais qu'un jour j'aurais assez de recettes de mon cru (genre, plus de 20!) pour les publier... comme les grands chefs. Et, dans ce rêve, il me semblait que d'avoir mon propre livre de recettes serait un accomplissement et un privilège. Quelques années ont passé, plusieurs ouvrages sont parus et je peux dire que je me considère privilégié de pouvoir transmettre ma passion pour la cuisine avec ces belles publications illustrées de photos.

*Simple et Chic*, le premier de la collection, publié en 2008, sera pour toujours mon petit préféré. Mes recettes de jeune chef et d'animateur télé en herbe s'harmonisaient avec ma vie de célibataire. Pour le deuxième, *Sexy*, où tout se partage à deux, ai-je besoin de préciser que Patricia fut mon inspiration ? Puis, comme l'homme des bois prend ponctuellement le dessus sur l'animal urbain, *Sauvage*, le troisième titre, met de l'avant les produits de la nature : poissons, gibiers d'élevage ou de chasse, avec quelques idées pour le camping. Et bien sûr ce n'est pas une coïncidence si, lorsque la maison s'est agrandie, les mets de mon enfance (avec beaucoup de desserts) se sont retrouvés dans *Souvenirs*, le quatrième de la série. Sans parler de mon grand faible pour la cuisson au barbecue. *Saisis* et *Saisis 2* y sont consacrés.

Publier des livres me remplit de satisfaction. Que la cuisine qui me ressemble plaise est une immense fierté. Je tiens à remercier tous ceux et celles qui aiment ces recettes et me le disent. Ce sont d'ailleurs ces commentaires qui ont guidé le choix des « 100 meilleures recettes » pour cette compilation. Celles qui sont devenues des hits auprès de la famille et des invités. Celles que vous vous êtes appropriées et qui sont dorénavant associées à toutes sortes de souvenirs. Ce livre, vous l'avez composé avec moi. Merci.



**HORS-D'ŒUVRE**  
et  
**ENTRÉES**

---



**Tremette poivron rouge et feta** 16

**Tremette artichauts et fromage** 16

**Tremette haricots blancs  
et beurre d'amandes** 16

**Mousse au saumon de ma tante** 18

**Mousse de foie de volaille** 21

**Cretons de gibier** 22

**Rillettes d'oie** 23

**Bouchées à la saucisse de gibier** 24

**Ailes de poulet piquantes** 27

**Fougasse salée** 28

**Feta en papillote** 30

**Le bar à huîtres** 32

**Carpaccio de betteraves  
au saumon fumé** 34

**Verrine de crabe à l'huile vanillée** 36

**Carpaccio de cerf** 38

#### SOUPE

**Potage de chou-fleur, pickle de champignons  
et pétoncles rôtis** 40

**Crème de tomate** 42

**Crème de poulet** 45

**Lait de céleri** 46

# BOUCHÉES À LA SAUCISSE DE GIBIER

## 20 BOULETTES

- 500 g (1 lb) de saucisses de gibier\* ou italiennes
- 2 c. à soupe d'origan frais haché ou ½ c. à thé séché
- 1 œuf
- 125 ml (½ tasse) de chapelure nature ou italienne
- 170 g (6 oz) de fromage à pâte ferme de type gruyère
- 2 c. à soupe de vinaigre balsamique âgé
- Sel et poivre du moulin

\* Plusieurs boucheries offrent une variété de saucisses préparées à partir de gibier : chevreuil, bison, sanglier, lapin, canard...

Retirez l'enveloppe des saucisses et combinez la chair à saucisse, l'origan, l'œuf, la chapelure dans un bol. Salez et poivrez. Mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. (Pour vérifier l'assaisonnement, faites-en cuire une petite quantité au micro-ondes.)

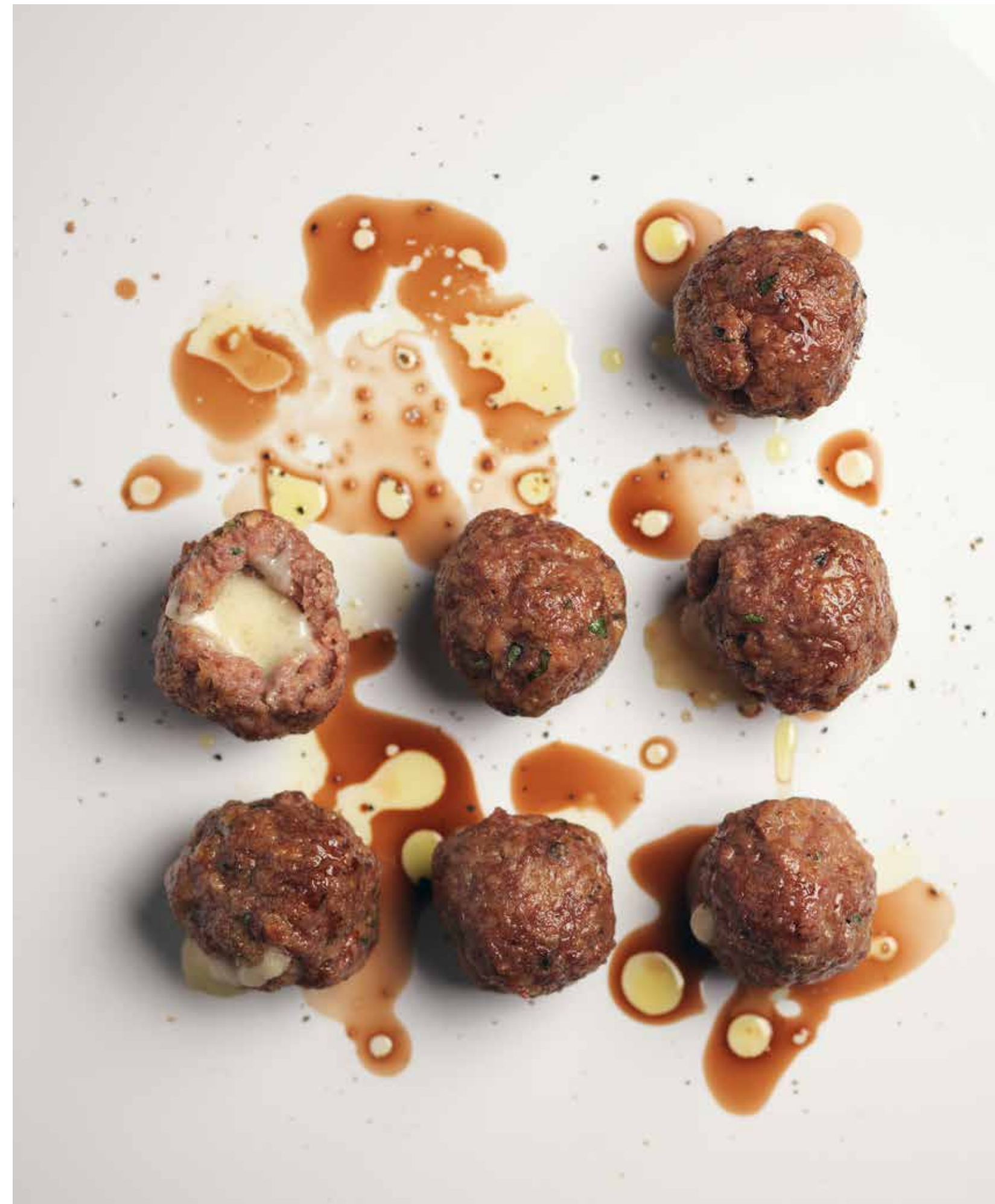
Préchauffez le four à 200 °C (400 °F).

Coupez le fromage en dés de 1 cm (⅜ po).

Façonnez des boulettes avec le mélange de viande et insérez au centre de chacune un cube de fromage (ce sera plus facile si vous mouillez vos mains).

Déposez-les sur une plaque huilée et enfournez 12 minutes.

Au service, aspergez de vinaigre balsamique.



# PLATS PRINCIPAUX

---

## REPAS LÉGERS

**Fondue aux fromages québécois** 56

**Salade de betteraves, saucisse et fromage grillés** 58

**Tortilla de pommes de terre au chorizo** 60

**Champignons farcis et orge façon risotto** 62

**Tarte feuilletée aux légumes** 65

**La lasagne aux légumes grillés** 66

**Macaroni au fromage** 68

## POISSONS

**Doré, bouillon, purée de carottes au citron** 70

**Croquettes de poisson** 72

**Poisson pané** 75

**Papillote de morue** 76

**Vivaneaux à la sauce vierge** 78

**Truite en verrine** 80

**Truite avec fenouil et endive caramélisés** 82

**Truite entière au barbecue** 85

**Le fameux pâté au saumon** 86

**Tartare de saumon** 88

## BŒUF

**Mignon pour deux** 90

**Rôti de faux-filet, persillade à la moelle de bœuf** 92

**Onglet de bœuf au barbecue, 3 marinades** 94

**Rôti de palette au vin rouge de nos grands-mères** 96

**Le pâté chinois de ma mère** 99

**Une bolognaise d'enfer** 100

**Burgers de la construction** 102

## VEAU

**Burgers de veau au cheddar** 104

**Spaghetti aux polpettes de veau** 107

**Pavé de veau, fromage et bacon** 108

**Joues de veau, poêlée de champignons** 110

## PORC

**Cigares au chou** 112

**Tourtière de la Beauce** 115

**Rôti de porc à l'ail** 116

**Brochettes de porc à la bière, salsa d'ananas** 118

**Filet de porc, sauce au yogourt** 120

**Ribs à la bière, sauce BBQ** 122

**Jambon à l'ananas et à l'érable** 124

## AGNEAU

**Carré d'agneau** 127

**Carré d'agneau champêtre** 128

## GIBIER

**Fondue chinoise au vin rouge** 130

**Cipaille à ma façon** 132

## VOLAILLES

**Le poulet rôti** 134

**Hauts de cuisse de poulet « juteux »** 136

**Brochettes de poulet massala, raïta** 139

**Un panini expressif** 140

**Petite volaille farcie en croûte de sel** 142

**Cailles grillées, vinaigrette au chorizo caramélisé** 144

**Pastilla** 146

**Canard confit, tombée de poireau et purée de céleri-rave** 148

**Magret de canard, noisettes et olives** 151

**Oie farcie festive** 152







# LA LASAGNE AUX LÉGUMES GRILLÉS

## 6-8 PERSONNES

- 8 tomates
- 2 gousses d'ail en tranches + 6 gousses hachées
- Huile d'olive
- 2 courgettes finement tranchées sur le long
- 3 poivrons rouges coupés en 4, épépinés
- 2 oignons tranchés en rondelles de 0,5 cm (¼ po) d'épaisseur
- 1 aubergine coupée en rondelles de 0,5 cm (¼ po) d'épaisseur
- 750 ml (3 tasses) de ricotta fraîche
- 500 ml (2 tasses) de roquette
- 6 pâtes à lasagne fraîches
- 10 feuilles de basilic
- 375 ml (1 ½ tasse) de parmesan fraîchement râpé
- 6-7 tranches de prosciutto (facultatif)
- Sel et poivre du moulin

## LÉGUMES GRILLÉS

Préchauffez le four à 200 °C (400 °F).

Coupez les tomates en 2 et épépinez-les. Pressez-les pour en retirer l'eau de végétation et piquez-les d'une tranche d'ail.

Déposez-les sur une plaque, arrosez d'un filet d'huile, salez et poivrez.

Enfournez les tomates et lorsqu'elles sont cuites et légèrement caramélisées, environ 25 minutes, baissez le four à 190 °C (375 °F).

Pendant ce temps, faites griller les courgettes, les poivrons, les oignons et les aubergines sur la grille d'une rôtissoire, un gril à panini ou dans un poêlon strié. N'oubliez pas d'assaisonner. Laissez griller quelques minutes jusqu'à ce que les légumes soient bien marqués.

## MONTAGE

Dans une lèchefrite ou un plat en pyrex, déposez en couches distinctes, d'abord la moitié des aubergines, les tomates, la moitié de la ricotta et la roquette. Salez et poivrez.

Couvrez de trois pâtes fraîches juxtaposées (coupez les pâtes afin qu'elles ne soient pas superposées). Arrosez les pâtes d'un filet d'huile.

Mettez maintenant un rang d'oignons, puis les poivrons et parsemez du restant de la ricotta et de basilic. Salez et poivrez.

Renouvelez l'étage de pâtes fraîches arrosées d'huile.

Toujours en couches, disposez les courgettes, l'ail haché, la moitié du parmesan et le restant des aubergines. Salez et poivrez.

Assurez-vous de bien compacter les aliments. Saupoudrez du reste de parmesan et arrosez d'un filet d'huile.

Enfournez à découvert pendant 1 h 20 à 190 °C (375 °F).

Laissez refroidir un peu avant de servir la lasagne accompagnée de tranches de prosciutto, si désiré. La lasagne peut être préparée à l'avance, ce qui permet aux arômes de se mêler.





# DORÉ, BOUILLON, PURÉE DE CAROTTES AU CITRON

## 4 PERSONNES

- 2 filets de 225 g (½ lb) de doré avec la peau
- 2 c. à soupe de beurre
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

## BOUILLON DE BŒUF ASIATIQUE

- ½ tige de citronnelle ou le zeste de 2 limes lavées
- 2 cm (¾ po) de gingembre pelé, en tranches
- 500 ml (2 tasses) de bouillon de bœuf
- ½ piment oiseau coupé en 2 ou un peu de sauce piquante
- 1 bâton de cannelle
- Sel et poivre du moulin

## PURÉE DE CAROTTES AU CITRON

- 8 carottes moyennes en rondelles
- 125 ml (½ tasse) de lait
- 125 ml (½ tasse) de bouillon de légumes
- 1 c. à soupe de beurre
- 2 c. à thé de miso\* (facultatif)
- Zeste de 1 citron lavé
- Sel et poivre du moulin

\* Cette pâte faite à partir de soya se trouve dans les épicerie asiatiques, d'aliments naturels et dans presque tous les supermarchés.

## BOUILLON DE BŒUF ASIATIQUE

Retirez les feuilles extérieures de la citronnelle. Dans une casserole, combinez tous les ingrédients et portez à ébullition. À feu très doux, laissez infuser 20 minutes. Retirez les aromates. Rectifiez l'assaisonnement. Réservez au chaud.

## PURÉE DE CAROTTES AU CITRON

Dans une casserole, faites cuire les carottes dans le lait et le bouillon à couvert et à feu très doux, jusqu'à tendreté, environ 30 minutes. Transvasez dans le récipient d'un mélangeur et broyez avec le beurre et le miso jusqu'à l'obtention d'une texture lisse et homogène. Réservez au chaud.

## CUISSON DU POISSON

Lorsque le bouillon et la purée sont prêts, asséchez les filets de poisson et coupez 4 parts. Pratiquez des incisions côté peau, salez et poivrez généreusement.

Dans une poêle, faites mousser le beurre et l'huile avant d'y déposer les filets, côté peau. Laissez cuire 3 minutes avant de retourner les filets, côté chair, et poursuivez la cuisson 3 minutes.

Avant de servir, incorporez le zeste de citron dans la purée et rectifiez l'assaisonnement. Dans chaque assiette creuse, mettez une bonne cuillerée de purée de carottes, arrosez d'une louche de bouillon de bœuf et placez un morceau de doré sur le dessus.



# **ACCOMPAGNEMENTS**

---





<b>Sauce au concombre et menthe</b>	160
<b>Sauce au soya et sésame</b>	160
<b>Sauce citronnée</b>	160
<b>Ketchup maison</b>	162
<b>Gratin de choux-fleurs</b>	164
<b>Betteraves en crème</b>	166
<b>Courge spaghetti provençale</b>	168
<b>Frites de légumes-racines</b>	170
<b>Polenta crémeuse aux champignons savoureux</b>	172
<b>Haricots blancs au chorizo</b>	173
<b>Dhal de lentilles roses</b>	174
<b>Salade d'asperges tièdes</b>	176
<b>Salade de grelots rôtis aux amandes</b>	178
<b>Légumes grillés, tomates fraîches et mozzarella</b>	180
<b>Salade César grillée</b>	183
<b>Salade pommes et poires au bleu</b>	184
<b>Salade de fenouil citronnée</b>	186
<b>Salade de chou-fleur tiède</b>	186
<b>Salade d'épinards aux noisettes</b>	186



# SALADE DE GRELOTS RÔTIS AUX AMANDES

---

## 4 PERSONNES

- 20 grelots rouges ou blancs coupés en 2
- Huile d'olive
- 1 pincée de gros sel de mer
- 125 ml (½ tasse) d'amandes mondées, effilées
- 1 gousse d'ail finement émincée
- 2 échalotes françaises émincées
- 60 ml (¼ tasse) de persil haché
- 80 ml (⅓ tasse) d'estragon haché
- Jus de lime ou de citron

Dans un saladier, enduisez les grelots d'huile et de sel de mer avant de les faire rôtir dans un poêlon, à feu modéré, pendant 15 minutes.

Ajoutez les amandes effilées, laissez cuire en remuant, et lorsqu'elles sont légèrement colorées, ajoutez l'ail et l'échalote. Poursuivez la cuisson quelques minutes. Assurez-vous que les pommes de terre sont bien cuites en les piquant avec une fourchette ou un cure-dent.

En fin de cuisson, parsemez du hachis de fines herbes et arrosez de jus de lime.



SIMPLE ET CHIC  
LES 100 MEILLEURES RECETTES

**PETITS-DÉJEUNERS**  
et  
**BRUNCHS**

---





**Mini-pancakes aux petits fruits** 194

**Mini-quiches** 196

**Œufs farcis et chorizo** 198

**Brouillade, bacon et pommes de terre rissolées** 200

**Carpaccio de saumon fumé, grelots et œufs au plat** 202

**Pudding au pain et au chocolat** 205

**Musli** 206





# MINI-PANCAKES AUX PETITS FRUITS

## 8-10 PETITES CRÊPES

- 375 ml (1 ½ tasse) de farine
- 1 pincée de sel
- 2 œufs
- 375 ml (1 ½ tasse) de lait
- 3 c. à soupe de sirop d'érable
- Huile végétale
- 1 c. à soupe de poudre à pâte
- 500 ml (2 tasses) de petits fruits (framboises, bleuets, cerises)

## YOGOURT À L'ÉRABLE

- 250 ml (1 tasse) de yogourt nature 10 %
- Zeste de 1 orange lavée
- 3 c. à soupe de sirop d'érable

Dans un grand bol, combinez la farine et le sel. Faites un puits au centre et versez-y les œufs. Fouettez légèrement en incorporant graduellement le lait à la farine. (Pour éviter la formation de grumeaux, il est important de ne pas verser le lait d'un coup.)

Lorsque la pâte est lisse et homogène, ajoutez le sirop d'érable et 2 c. à soupe d'huile végétale. Laissez reposer le mélange 1 heure au réfrigérateur avant d'incorporer la poudre à pâte.

Dans une petite poêle antiadhésive, faites chauffer à feu modéré-vif 2 cuillerées d'huile végétale. Versez l'équivalent de 80 ml (⅓ tasse) du mélange et parsemez uniformément de petits fruits.

Lorsque la crêpe commence à faire des bulles à la surface, retournez-la. Poursuivez la cuisson 1 minute et transférez dans une assiette.

Répétez jusqu'à épuisement du mélange. Pour garder vos crêpes au chaud, empilez-les et placez-les au four à très basse température.

Servez avec le yogourt à l'érable.

## YOGOURT À L'ÉRABLE

Mélangez tous les ingrédients. Ce yogourt se sert à toutes les sauces!





**SIMPLE ET CHIC**

LES 100 MEILLEURES RECETTES

# **DESSERTS**

---



**Confiture de lait (dulce de leche)** 214

**Pattes d'ours** 216

**Biscuits d'avoine aux deux chocolats** 218

**Pain banane-chocolat de Johanne** 221

**Gâteau renversé fraises et rhubarbe** 222

**Feuilleté aux poires, gingembre et Nutella** 224

**Tarte aux amandes et aux petits fruits** 226

**Bananes grillées, sauce caramel** 228

**Pommes farcies sur braises** 230

# **COCKTAILS**

---





<b>Limonade rose</b>	238
<b>Gin concombre et coriandre</b>	238
<b>Saké façon mojito</b>	238
<b>Sangria blanche</b>	240
<b>Citron tonic</b>	240
<b>Panaché au cidre</b>	240
<b>Punch au melon</b>	242
<b>Cocktail au champagne</b>	242
<b>Limoncello-tequila</b>	242
<b>Shooter de pastèque à la tequila</b>	244
<b>Gin-fizz au sirop de merisier</b>	244
<b>Bloody Caesar</b>	244
<b>Apéro-surprise façon daïquiri</b>	246

