



# Menu safrané St-Valentin



## *Bouchées amoureuses*

*Mini-brochettes de veau safranées  
Crevettes grillées, mayo safranée*

*Paupiettes de poulet aux légumes  
safranés*

*Fraise d'amour caramel safrané*

*Un succulent repas à partager dans la joie... Une soirée coquine en cuisine...  
Un tête à tête où le temps s'arrête... De la couleur, de la saveur, de la douceur...*

### *Mini-brochettes de boulettes safranées*

450 g de veau haché  
1 oeuf  
2 échalotes  
2 c. à soupe (30ml) de ciboulette hachée  
1/3 de tasse de fromage gruyère râpé  
1/3 de tasse de chapelure  
2 c. à soupe (30ml) d'huile d'olive

#### **Sauce**

1 échalote  
1/2 tasse de bouillon de poulet  
1/3 de tasse de vin blanc  
6-8 pistils de safran  
Le jus d'un citron  
6 petits carrés de beurre froid (3 c. à soupe)  
Sel et poivre

Infuser d'abord le safran dans le bouillon de poulet. Préparer les boulettes en mélangeant le veau, l'oeuf, les échalotes, la ciboulette, le fromage et la chapelure (moins 2 c. à soupe qui serviront plus tard). Former de petites boulettes format bouchées. Faire reposer au frigo.

Après 1 heure, saupoudrer les boulettes de la chapelure restante avant de les faire dorer dans l'huile d'olive à feu moyen. Ajouter l'échalote et un peu de ciboulette puis déglacer avec le vin blanc (à feu moyen-élevé, laisser réduire de moitié). Ajouter le bouillon de poulet safrané et un peu de jus de citron et laisser réduire encore.

Ajouter les carrés de beurre froid en remuant pendant quelques minutes (pour faire monter la sauce). Rectifier l'assaisonnement au goût.

Pour d'élégants canapés, piquer les boulettes sur des bâtonnets et verser un peu de sauce...

## *Crevettes grillées, mayo safranée*

### **Mayo**

(Idéalement les ingrédients sont à température ambiante avant de débiter)

1 jaune d'œuf

1 c. à soupe (15ml) de moutarde de Dijon

1 c. à soupe (15ml) de crème fraîche

jus de 1/2 citron (ou 15 ml de vinaigre de cidre)

150 ml d'huile de tournesol

6 pistils de safran

Sel et poivre

Infuser d'abord le safran dans le jus de citron (ou dans le vinaigre) 1 heure à l'avance. Verser alors dans un grand bol avec la moutarde, le jaune d'œuf et la crème. Mélanger un peu et incorporer l'huile en filet en fouettant sans arrêt jusqu'à la consistance désirée. Assaisonner au goût. Mettre au repos (au frigo) pendant au moins 1 heure.

Faire griller 8 grosses crevettes dans de l'huile d'olive. Ajouter un peu de jus de citron, du sel et du poivre. Les crevettes pourront être embrochées sur des petits bâtonnets, servies chaudes, tièdes ou froides, avec la mayo safranée.

Infuser le safran dans le bouillon ou le vin au moins 1 heure avant la préparation.

Préchauffer le four à 400F.

Dans un poêlon, faire dorer les légumes pour la farce dans l'huile d'olive. Ajouter 2 c. à soupe de bouillon safrané et laisser réduire 2-3 minutes. Sur chaque escalope, déposer une feuille d'épinard, des légumes grillés (sans trop de jus de cuisson), du fromage et un peu de romarin. Rouler les escalopes et les maintenir fermées avec des cure-dents. Réserver.

Dans le même poêlon, faire revenir les oignons. Ajouter les tomates en dés et le bouillon safrané (ou vin). Cuire à feu doux 4-5 minutes. Saler et poivrer au goût.

## *Paupiettes de poulet aux légumes safranés*

4 escalopes de poulet

15 ml d'huile d'olive

Quelques feuilles d'épinard

1 oignon, 1 poivron rouge, 1 zucchini,  
tous coupés en dés (pour la farce)

fromage mozzarella

Un peu de romarin

1/2 oignon émincé et 2 tomates en dés  
(pour la sauce)

6-8 pistils de safran

100 ml de bouillon de poulet ou vin blanc

## *Fraise d'amour, caramel safrané (variante de la pomme d'amour...)*

12 grosses fraises avec la queue

600 g de sucre en poudre

2 c. à soupe (30ml) de jus de citron

200 ml d'eau

Colorant rouge (facultatif)

8 pistils de safran

Petits bâtonnets

Infuser le safran dans l'eau au moins 1 heure à l'avance.

Piquer les fraises avec les bâtonnets (sans les traverser mais afin qu'elles tiennent lors du trempage, queue vers le haut). Réserver.

Pour le caramel rouge, faire fondre ensemble et à feu doux, le sucre, l'eau et le jus de citron dans une petite casserole antiadhésive. Lorsque le caramel a pris forme (atteint une coloration brun clair et une texture entre le sirop et le caramel), fermer le feu et ajouter quelques gouttes de colorant rouge. Remuer à nouveau puis laisser reposer 5 minutes (ceci pour éviter qu'il y ait des bulles dans le caramel). Tremper une à une les fraises dans le caramel rouge. Vous pouvez ici ajouter des cristaux de sucre colorés sur le caramel pour plus de fantaisie...