#fêtesmaison

DU 30 NOVEMBRE
AU 31 DÉCEMBRE 2024

MIXTE
er issu de
responsables
FSC® C005461
www.fsc.org

papiers
Agissez pour le recyclage des papiers avec METRO et Ecofolio.

0 825 09 09 09 Service 0,15 € / min + prix appel

Achetez sur internet et faites-vous livrer votre équipement sur METRO.fr

Retrouvez-nous sur :

les halles METRO

RCS Nanterre N° 399 315 613 - METRO France, SAS au capital de 45.750.000 euros - GUIDE LUMIÈRES SUR LES FÊTES UNE ÉTINCELLE DE GOURMANDISE U/V 2021 – RÉALISATION : c|a com. CRÉATION : Le Nouveau Bélier - Imprimé en U.E. Crédit photo : Studio Collet

#fêtesmaison

DU 30 NOVEMBRE
AU 31 DÉCEMBRE 2024

DÉCOUVREZ LES RECETTES FAITES MAISON DU CHEF
Rodolphe Regnauld

Téléchargez l'application METRO pour scanner les codes-barres et connaître les prix.

les halles METRO

#fêtesmaison

LOREM IPSUM DOLOR SIT AMET, CONSECTETUR ADIPISCING ELIT. DONEC NISL LECTUS, MOLESTIE NON MASSA EU, CONSECTETUR PORTA MAURIS. SED SIT AMET EROS SIT AMET TURPIS VESTIBULUM LACINIA IN IN JUSTO. DONEC IN RISUS FEUGIAT.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Donec nisl lectus, molestie non massa eu, consectetur porta mauris. Sed sit amet eros sit amet turpis vestibulum lacinia in in justo. Donec in risus feugiat, bibendum nisl porttitor, gravida enim. Suspendisse potenti. Phasellus pharetra efficitur magna, quis molestie augue imperdiet eget. Aenean sed ligula ex. Etiam

fringilla id rutrum tincidunt, porttitor sed dui. Etiam varius turpis a lectus interdum convallis. Sed diam metus, condimentum vel ultricies dignissim, ornare a ante. Nunc sollicitudin gravida massa at pulvinar.

RETROUVEZ TOUS LES CONSEILS DU CHEF AINSI QUE NOS CONSEILS DE PRÉPARATION TOUT AU LONG DE VOTRE CATALOGUE

Surgelés · Rayon frais · Prêt à servir · À réchauffer · Sans gluten

04

LOREM
Les plateaux de fruits de mer
Les poissons fumés
Les foies gras & produits services
Les caviars
Les entrées marines
Les entrées charcutières
Les autres entrées

12

LOREM IPSUM
Les plateaux de fruits de mer
Les poissons fumés
Les foies gras & produits services
Les caviars
Les entrées marines
Les entrées charcutières
Les autres entrées

21

DOLOR LOREM
Les plateaux de fruits de mer
Les poissons fumés
Les foies gras & produits services
Les caviars
Les entrées marines

32

LOREM DOLO
Les plateaux de fruits de mer
Les poissons fumés
Les foies gras & produits services
Les caviars
Les entrées marines
Les entrées charcutières

40

LOREM ISP
Les plateaux de fruits de mer
Les poissons fumés
Les foies gras & produits services
Les caviars
Les entrées marines

53

IPSUM LOREM
Les plateaux de fruits de mer
Les poissons fumés
Les foies gras & produits services
Les caviars
Les entrées marines

POUR VOIR LE PRIX DE NOS PRODUITS :

1. Lancez l'application **METRO**
2. **Scannez le code-barres** situé à côté du produit
3. **Découvrez le prix** et la **disponibilité** dans vos halles

Rodolphe Regnauld

Portrait

BRETON D'ORIGINE ET AUVERGNAT D'ADOPTION, RODOLPHE REGNAULD A SU MARIER SES RACINES À SON AMOUR POUR L'AUVERGNE.

Né dans le petit village de Trévérien, près de Dinan, Rodolphe grandit dans un environnement où la cuisine est bien plus qu'une simple nécessité : c'est un acte d'amour et de générosité. Ces valeurs marqueront à jamais le jeune Rodolphe.

À l'âge de 16 ans, il intègre le lycée hôtelier de Dinard, suivi du lycée des métiers Louis Guilloux. Le jeune Breton trouve sa voie au Château de la Motte Beaumanoir, une table gastronomique. Il y apprend la rigueur et l'art des vraies sauces.

À 17 ans, le jeune passionné quitte la Bretagne pour l'Auvergne, où il travaille à l'Auberge des Montagnes à Pailherols. Ce lieu authentique et chaleureux lui enseigne les bases de la cuisine auvergnate. C'est aussi là qu'il rencontre Christelle, la femme de sa vie, partageant avec elle une vision commune de la cuisine et de l'avenir.

À seulement 21 ans, Rodolphe devient chef de l'Hôtel d'Angleterre à Lamballe. Une expérience enrichissante, mais le jeune chef réalise qu'il lui manque encore des bases pour exprimer tout son potentiel.

Rodolphe repart se former au Domaine de Châteauvieux en Suisse, un restaurant 2 étoiles où il découvre l'excellence sous la direction du chef Philippe Chevrier. Après cette expérience riche en rigueur, Rodolphe et sa femme Christelle enchaînent plusieurs expériences en gestion hôtelière, se formant ainsi en gestion et en comptabilité, des compétences essentielles pour la suite.

De retour en Auvergne, le couple tombe sous le charme d'une institution gastronomique : l'Auberge du Pont, un établissement, géré par le chef Jean-Marc Pourcher, depuis 13 ans et président des Toques d'Auvergne. Grâce à ses conseils, Rodolphe affirme son identité culinaire avec une carte aux influences auvergnates et bretonnes.

En 2009, l'Auberge du Pont est distinguée par le Gault & Millau, suivi d'un Bib Gourmand en 2010. Le couronnement arrive en 2021 : l'Auberge reçoit sa première étoile Michelin.

Après un incendie, quelques mois plus tard, Rodolphe supervise la reconstruction de l'auberge qui rouvre ses portes en juillet 2022.

Aujourd'hui, à l'âge de 49 ans, Rodolphe Regnauld est un homme accompli : il a reconstruit son restaurant et a succédé à son mentor en devenant président des Toques d'Auvergne.

#Tourteau
petit épeautre, salade d'herbes. Mise en bouche

Durée : 45 mn

Difficulté : facile

Portions : 10

Ingrédients

10 pinces de tourteaux cuites
1 L de bouillon de volaille
200 g de petit épeautre
50 g d'échalote
50 g d'oignon
50 g de carotte
10 cl de vin blanc
1 jaune d'œuf
30 g de moutarde
200 g d'huile de pepin de raisin
3 citrons verts
1 botte de ciboulette
100 g d'huile d'olive de qualité
Herbes fraiches

DÉCOUVREZ LES RECETTES FAITES MAISON DU CHEF RODOLPHE REGNAULD EN SCANNANT LE QR CODE

Préparation

1. Ciseler l'oignon, l'échalote, tailler la brunoise de carotte. Suer ces 3 éléments et incorporer le petit épeautre. Déglacer au vin blanc et incorporer le bouillon de volaille. Laisser cuire une 10aine de minutes et laisser refroidir.

2. Faire une mayonnaise avec le jaune d'œuf, le jus de citron, la moutarde, du sel, du poivre et de l'huile de pépins de raisin.

3. Décortiquer les pinces de tourteaux et les effilocher en prenant soin de ne pas laisser de coquilles. Ciseler la ciboulette et en incorporer une partie, ajouter de la mayonnaise selon votre goût. Mélanger et conserver au frais.

4. Assaisonner le petit épeautre avec du jus de citron, de l'huile d'olive, la ciboulette, sel et poivre et conserver au frais.

Dressage

Le petit épeautre au fond de l'assiette, ajouter une belle quenelle de tourteau, et une belle salade d'herbes.

#Bar de ligne

artichaut, sarrasin, coquillages, jus de barigoule émulsionné.

Durée : 1h

Difficulté : compliqué

Portions : 10

Ingrédients

1,3 kg de filets de bar de ligne
1 kg de moules
1 kg de coques
1 kg de palourdes
100 g de carottes
100 g d'oignons
100 g de poitrine fumée
30 g d'ail
½ L de bouillon de volaille
15 artichauts poivrade
1 branche de thym
100 g de crème épaisse
300 g de Noilly Prat
50 g d'échalottes
100 g de beurre
300 g de Kasha
1 citron

DÉCOUVREZ LES RECETTES FAITES MAISON DU CHEF RODOLPHE REGNAULD EN SCANNANT LE QR CODE

Préparation

1. La veille : mettre les coques et palourdes à dégorger dans l'eau froide salée.
2. Mettre une grande casserole d'eau à bouillir et plonger les coques et palourdes. Les retirer lorsqu'elles sont ouvertes et les décoquiller. Ouvrir les moules façon marinière, les égoutter et conserver le jus de cuisson, puis les décoquiller et les mélanger avec les coques et les palourdes avec un peu de marinière.
3. Effeuiller et tourner les artichauts. Faire suer la garniture aromatique avec la poitrine fumée, ajouter les artichauts, déglacer au Noilly Prat, ajouter le bouillon de volaille et le citron pressé. Cuire une 20aine de minutes en regardant la cuisson avec la pointe d'un couteau.
4. Cuire le kasha une 10aine de minutes à l'eau bouillante légèrement salée.
5. Lancer la sauce, réduire le jus de barigoule, filtrer avec la marinière de moule, crémer et monter au beurre. Poêler les morceaux de bar en vérifiant bien de ne pas trop les cuire.

Dressage

Mettre le kasha au centre de l'assiette, les coquillages, les artichauts coupés en 2, le bar poêlé, et verser la sauce.

#Foie gras poêlé,

butternut, jus de viande truffé

Durée : 45 mn

Difficulté : facile

Portions : 10

Ingrédients

500 g de butternut
1 L de bouillon de volaille
10 pièces d'escalopes de foie gras
500 g de fond de veau ½ glace
50 g d'échalote
50 g d'oignon
100 g de truffe
100 g de jus de truffe
1 branche de thym
300 g de porto
50 g de cognac
100 g de beurre
20 g d'huile

DÉCOUVREZ LES RECETTES FAITES MAISON DU CHEF RODOLPHE REGNAULD EN SCANNANT LE QR CODE

Préparation

1. Éplucher le butternut et le tailler en gros cubes de 2 cm, garder les plus beau et mettre le reste pour la purée de butternut.

2. Mettre en cuisson la purée de butternut : faire revenir l'oignon ciselé dans l'huile, ajouter le butternut, et laisser suer, mouiller à hauteur avec le bouillon de volaille. Laisser cuire 30 minutes, égoutter puis mixer avec du beurre, rectifier en sel et poivre et maintenir au chaud. Tailler de la julienne de truffe avec la truffe épluchée.

3. Lancer la sauce, ciseler l'échalote, enlever la peau des truffes et les hacher finement. Suer l'échalote avec un peu de beurre, ajouter la truffe hachée, puis flamber au cognac. Ajouter le porto, laisser réduire à sec. Ajouter le jus de truffe, le jus de viande et laisser réduire jusqu'à consistance sirupeuse et monter au beurre.

4. Dans une poêle bien chaude, poêler les escalopes de foie gras environ 40 secondes par face et les mettre sur papier absorbant, dégraisser la poêle. Ajouter les cubes de butternut et les poêler en les gardant fermes.

Dressage

Mettre une bonne cuiller de purée de butternut au centre de l'assiette, couper l'escalope de foie gras en 3 et disposer dans l'assiette. Ajouter les cubes de butternut, la julienne de truffe, et terminer par la sauce.

#Tarte croustillante de homard bleu

ris de veau et morilles, sauce armoricaine

Durée : 2h

Difficulté : compliqué

Portions : 10

Ingrédients

3 homards bleus
500 g de ris de veau
50 g de morilles sèches
7 feuilles de pâte filo
100 g de carotte
100 g d'oignon
100 g de fenouil
30 g d'ail
1 L de bouillon de volaille
30 g de concentré de tomate
1 branche de thym
100 g de crème épaisse
1 bouteille de Noilly Prat
50 g de cognac
50 g d'échalote
100 g de beurre
20 g d'huile

Préparation*

1. La veille : mettre les ris de veau à dégorger dans l'eau froide et mettre les morilles à tremper dans l'eau.
2. Mettre une grande casserole d'eau à bouillir légèrement salée et plonger les homards au bout de 3 minutes les retirer et enlever les queues et remettre la tête et les pinces 2 minutes et les retirer. Stopper la cuisson dans de l'eau glacée. Décortiquer les pinces, les coudes et les queues, concasser les carapaces et les garder au frais. En même temps blanchir les ris de veau : départ eau froide jusqu'à ébullition et stopper la cuisson dans l'eau glacée. Égoutter les ris de veau et les mettre sous presse puis les limoner et conserver au frais.
3. Beurrer les feuilles de filo et les superposer par 4 feuilles et détailler des disques. Foncer les moules à tartelette avec ces disques et les mettre à cuire 12 minutes au four à 160° C.
4. Égoutter les morilles, les émincer. Faire suer les échalotes ciselées, ajouter les morilles, les jus de trempage des morilles, laisser réduire, incorporer la crème fraiche et laisser réduire.
5. Lancer la sauce, faire revenir les carapaces de homard, ajouter la garniture aromatique, continuer de suer. Incorporer le concentré de tomate et bien le faire cuire. (…)

…

* RETROUVEZ LA SUITE DE LA RECETTE EN LIGNE AINSI QUE D'AUTRES RECETTES FAITES MAISON DU CHEF RODOLPHE REGNAULD EN SCANNANT LE QR CODE

Le Pigeon :

#Le filet rôti, la cuisse farcie et confite au foie gras tartine croustillante d'abats, mousseline de betterave, jus corsé

Durée : 1h30

Difficulté : moyenne

Portions : 10

Ingrédients

5 pigeons
150 g de foie gras mi-cuit
2 tranches de pain de mie
50 g de carotte
50 g d'oignon
1 branche de thym
300 g de porto
50 g de cognac
50 g d'échalote
500 g de betteraves rouges
1 pomme Granny-Smith
1 betterave chiogga
100 g beurre
20 g d'huile

DÉCOUVREZ LES RECETTES FAITES MAISON DU CHEF RODOLPHE REGNAULD EN SCANNANT LE QR CODE

Préparation

1. Flamber et vider les pigeons, lever les cuisses. Désosser et farcir les cuisses de foie gras et le mettre à confire à 90° C 90 minutes. Récupérer les foies et les cœurs et les réserver au frais. Concasser les carcasses et lancer le jus.

2. Mettre en cuisson la mirepoix de betterave rouge pour la purée, mixer avec le beurre, sel, poivre et sucre. Éplucher et cuire les carottes à l'anglaise.

3. Mettre les coffres de pigeon en cuisson à la poêle et colorer les 2 filets puis rôtir 4/5 mn à 180° C et laisser reposer. Tailler les tartines de pain de mie et les passer au beurre. Suer l'échalote et saisir les abats. Les flamber, les mixer et réserver. Masquer la tartine avec la farce d'abats.

4. Mixer la purée de betterave et la garder au chaud. Lever les suprêmes de pigeon et parer les cuisses. Maintenir au chaud. Tailler la julienne de pomme granny-smith, les rondelles de betterave chiogga, Filtrer le jus et l'incorporer et réduire, filtrer à nouveau et monter au beurre.

Dressage

Mettre une grosse cuillère de purée de betterave et la « splacher ». Poser le filet de pigeon, puis la cuisse confite. Décorer avec des tranches de betterave chiogga crues et servir le jus.

#L'assiette de fromages une sélection locale

Les accompagnements proposés par le chef :

Pour sublimer les saveurs et apporter une dimension nouvelle à la dégustation le chef Rodolphe Regnauld propose des accords gourmands tels que l'abricot sec avec le Saint-Nectaire, la noisette avec le Murol, et la confiture de framboise avec la fourme d'Ambert, un clin d'œil à la tradition auvergnate d'associer fromage et confiture.

Les conseils du chef pour la dégustation :

Ne pas hésiter à sortir les fromages 30 min avant la dégustation pour qu'ils ne soient pas trop frais.

Commencer la dégustation du plus doux au plus fort.. et sélectionner un bon pain de campagne.

#Tarte chocolat *façon tiramisu*

Durée : 1h30

Difficulté : compliqué

Portions : 10

*Ingrédients**

TERRE CHOCOLAT :
100 g de beurre
100 g de farine
100 g de sucre
70 g de poudre de noisette
50 g de cacao

GLACE CAFÉ :
66 cl de lait
33 cl de crème
200 g de jaune d'oeuf
100 g de sucre
3 g de stabilisateur
100 g de café

PÂTE CACAO :
200 g de farine
72 g de sucre glace
32 g de poudre d'amande
120 g de beurre
1 œuf
10 g de cacao
2 g de café en poudre

...

*Préparation**

TERRE CHOCOLAT :
Tout mettre dans un batteur, mélanger, plaquer et cuire à 180 °C pendant 10 minutes puis écraser au rouleau à pâtisserie jusqu'à obtention d'une terre.

GLACE CAFÉ :
Torréfier le café 5 minutes à 150° C puis infuser 24h dans le lait et réaliser une crème anglaise. Laisser maturer une nuit et mettre dans un bol paco au congélateur. Pacosser au moment.

PÂTE CACAO :
Tout réunir dans la cuve d'un batteur et mélanger jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Laisser reposer au frais 2h. Étaler à 3 mm et foncer les tartes. Cuisson 14 minutes à 160° C.

CRÉMEUX TULAKALUM :
Blanchir le sucre et les jaunes. Bouillir le lait et la crème et verser sur les jaunes. Cuire à 180° C, verser le chocolat et mettre un coup de mixer. Conserver au frais.

BISCUIT TULAKALUM :
Mélanger les blancs et le sucre.
Ajouter les jaunes dans le chocolat et le beurre fondu à 50° C. Ajouter les blancs en 3 fois puis la farine tamisée. Cuire à 170/190° C.

...

* RETROUVEZ LA SUITE DE LA RECETTE EN LIGNE AINSI QUE D'AUTRES RECETTES FAITES MAISON DU CHEF RODOLPHE REGNAULD EN SCANNANT LE QR CODE