



APBP

Pêcheurs et Plaisanciers de Pouldohan

Compte Rendu de l'Atelier Culinaire du 14/05/2025

Encornets et ses petits légumes à la plancha, Gâteau breton en dessert

INTERVENANTS : Le Chef cuisinier Patrice Blomet et le champion du monde amateur du gâteau breton 2015 Alain Baudin.

PREAMBULE

La séance est ouverte par notre président Michel TANGUY à 9h.

L'APBP avait convié à cet atelier tous les adhérents ainsi que leurs conjoints. Ceux-ci ont répondu en nombre, nous avons recensé 40 participants à cette séance. C'est donc un succès.



Une partie de l'assistance



PROGRAMME DE LA MATINEE.

- Préparation du Gâteau par les participants en suivant les recommandations d'Alain BAUDIN. Dans ce cadre Alain, distribue la recette du Gâteau Breton de Nènène. Il profite de cette distribution pour faire un bref historique de la naissance de ce Gâteau. Inventé en 1863 par un pâtissier suisse. (Lire l'histoire en annexe2)
- Préparation des légumes et des encornets par les participants sous la directive de Patrice

Patrick le 15/06/2025

- Cuisson à la plancha des encornets et des légumes.
- Dégustation des plats (Les gâteaux ont été préalablement préparés par Alain).
- Cuisson par les participants chez eux de leur Gâteau. Ils sont invités à envoyer une photo de leur réalisation à Alain.

Mise en œuvre par les participants du GATEAU.



La préparation suit la recette remise par Alain en début de séance. (Voir la recette en annexe 1)
Ici on donnera en illustration les points importants de la mise en œuvre.

<p>La Confrérie du gâteau breton nous guide.....</p>	<p>Mélanger, à l'aide d'une cuillère en bois puis finaliser à la main. La pâte doit rester granuleuse, ne pas trop pétrir</p>



Froisser le papier sulfurisé, cette action facilite la mise en place dans le plat.
La dorure est réalisée au pinceau et le dessin avec une fourchette.



Cuisson au four 165°C pendant 1h. Tourner le gâteau au bout de 30mn car la température n'est pas toujours homogène dans le four.

Conservation du gâteau : Dans une boîte métallique au sec, il peut se conserver plusieurs semaines. Dans l'idéal, il faut le déguster entre 6j et 12 jours après la réalisation.

Que faire des blancs d'œufs ?

Aux 6 blancs d'œufs qui restent de notre préparation, on ajoute un œuf entier un peu de ciboulette, on réalise une bonne omelette !

Mise en œuvre par les participants des ingrédients pour la plancha.



Le chef demande l'assistance des participants pour le découpage des légumes en dés pour les besoins du partage lors de la dégustation. Pour chez soi, à l'assiette faire plutôt des lanières. Les ingrédients sont oignons rouges, têtes d'ail, courgettes, aubergine. On peut aussi ajouter des poivrons. Rechercher, un mélange de couleurs dans la préparation.

De même on procède au découpage des encornets. Découpage en lanières des manteaux, on coupe la tête et on garde que les tentacules.



Assaisonnement des légumes : huile d'olive, poivre sel, on peut ajouter des épices tel du curcuma, ou du curry

Assaisonnement des Encornets : huile d'olive, poivre, (pas de sel), on peut ajouter du piment d'Espelette en fin de cuisson.

Faire cuire à la plancha séparément les légumes et les Encornets. Réserver en fin de cuisson. A la suite, mélanger l'ensemble en y ajoutant du riz que l'on aura préalablement cuit.

Que faire du poulpe qui envahis nos casiers.

Une variante de cette recette est donnée avec du poulpe. Le poulpe doit rester environ 48h au congélateur, cela attendri les chairs.

Ensuite cuire le poulpe au court-bouillon pendant 45mn. Important le court-bouillon ne doit pas entrer en ébullition. Couper le poulpe en dés. Cela remplace avantageusement le calamar.

On peut également utiliser, après décongélation, les anneaux d'encornets vendu en grande surface.



Mettre l'ensemble de nouveau à la plancha, bien mélanger avec un peu d'huile si nécessaire. C'est prêt. Dégustez.....



Annexe 1 : la recette d'Alain.

Annexe 2 : l'histoire du gâteau Breton.

Le Gâteau Breton de Nénène d' Alain BAUDIN

lauréat du concours mondial amateur du gâteau breton 2015

membre de la confrérie du gâteau breton

Pour un moule en métal de 26 cm de diamètre

ingrédients : 350 g de farine T 55 (c'est l'idéal)ou T45

1 œuf entier + 5 jaunes d'œufs

300 g de sucre cristallisé (si possible)

7, 5 g de sucre vanillé (en sachet)

350 g de beurre demi-sel à (température ambiante)
du papier cuisson

pour dorer le gâteau

1 jaune d'œuf

1 cuillerée à café de lait

½ cuillerée à café de sucre

Préchauffer le four à 165° (pour le mien)

Dans une grande jatte ou dans un cul de poule, verser la farine, incorporer le sucre , plus le sucre vanillé ,bien mélanger le tout à la main.

Creuser un puits au centre y mettre le beurre mis en petits morceaux puis les jaunes d'œuf et l'œuf entier .

Commencer à mélanger les ingrédients avec une cuillère de bois, puis pétrir avec les mains , jusqu'à former une boule de pâte (arrêter le pétrissage aussitôt que tous les ingrédients sont incorporés).

Fariner le fond du moule ,placer le papier cuisson froissé, installer la pâte et l'aplatir..

Dans un petit ramequin mettre le jaune d'œuf, le sucre et le lait. Mélanger et avec un pinceau , dorer le dessus du gâteau

Strier dans un sens puis dans l'autre la surface de la pâte avec les dents d'une fourchette .

Faire cuire à 165° à environ 60 minutes (pour un four électrique à chaleur tournante) en ayant placé le gâteau en bas ou en haut selon les fours, sachant qu' au bout de 30 minutes , faire un demi tour au moule , puisque la cuisson est toujours plus forte d'un côté .

Surveiller la fin de cuisson. Selon les fours il faut laisser plus longtemps (le gâteau doit être bien décoller des bords). Il doit être blond doré et très moelleux. Laisser refroidir avant de démouler.

Excellente dégustation. (le conserver dans une boîte métallique fermée)

Annexe 2

HISTOIRE DU GATEAU BRETON

Un comble , en fait ce n'est pas un breton , ni voire un français, qui est à l'origine de ce gâteau. En fait , il s'agit d'un pâtissier suisse du canton des grisons , Monsieur CRUCER , marié à un femme de Port-Louis près de Lorient , qui aurait présenté cette spécialité , baptisé pour l'occasion « gâteau lorientais » , lors de l'exposition universelle de Paris en 1863. Il remporte le premier prix dans la catégorie « patisseries sèches ».

De retour à Port-Louis dans la ville natale de son épouse , le pâtissier s'y installe et continue de confectionner ce gâteau qui remporte un franc-succès dans le pays de Lorient . Il prend alors de nom de Gâteau breton.

La légende raconte que les marins bretons emportaient souvent ce gâteau avec eux à bord de leur bateau , car il pouvait être dégusté sur plusieurs semaines.

Autre détail , ce gâteau avait des dimensions précises , puisqu'il était confectionné dans un moule cannelé de 18 à 20 cm de diamètre , de 2 cm de haut , que le poids de la pâte ne devait pas dépassé 550g . La pâte devait être constituée d'éléments simples : farine , beurre , sucre , œufs . C' est après qu'il fût apporté d'autres additifs .