



CADEAU OFFERT · CARNET D'ATELIER N° 09 (SÉRIE 6 · LÉGUMES & POTAGER)

Le Carnet du Potager, Légumes Glacés, Rôtis & Veloutés

Glaçage à blanc et à brun, cuisson à l'anglaise vert émeraude, rôtissage au four et répertoire complet des 22 volumes de la Série IX (2 200 recettes)

I. Les Cinq Grandes Techniques des Maîtres Légumiers

PRÉPARATION / TECHNIQUE	TEMPÉRATURE / RATIO	TEMPS DE RÉFÉRENCE	SECRET DE TOUR DE MAIN
Cuisson à l'anglaise (Légumes verts)	Grande eau bouillante salée (30 g/L) à découvert	Refroidir dans l'eau glacée	Fixe la chlorophylle : haricots verts, petits pois et asperges restent vert émeraude
Glaçage à blanc (Carottes, Navets, Petits oignons)	Eau à mi-hauteur + 30 g beurre + 1 pincée sucre + sel	Sous papier sulfurisé troué (cheminée)	L'eau s'évapore et forme avec le beurre une émulsion brillante qui enrobe le légume
Glaçage à brun (Oignons grelots, Céleri)	Même base, prolongée jusqu'à caramélisation	Roulage doux dans la sauteuse	Donne la garniture royale des grands rôtis et bourguignons
Rôtissage au four sur plaque	200 °C + huile d'olive + herbes sèches	25 à 35 min sans superposer	Concentrer les sucres naturels (courges, choux- fleurs, racines)
Velouté & Potage Dubarry / Parmentier	Suage au beurre sans coloration + mouillement	Émulsion finale au beurre frais ou crème	Passer au chinois étamine pour une texture de velours

Les Tours de Main de la Maison Beaulieu

- **Sous terre vs Au-dessus de la terre** : Tout légume qui pousse sous terre (pomme de terre, carotte, betterave) démarre à l'eau froide ; tout légume qui pousse au-dessus (haricot vert, pois, brocoli) plonge dans l'eau bouillante.

II. Répertoire Complet des 22 Volumes de la Série « Légumes & Jardins » (2200 Recettes)

Chaque volume réunit **100 recettes complètes** autour d'un geste ou d'un sujet précis, disponibles en Ebook (9,90 €), en Broché (24,90 €), en Relié (34,90 €) et en Recueils thématiques dans 7 langues (FR, EN, DE, ES, IT, JA, ZH) :

VOLUME 199 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 pommes de terre révolutionnaires

l'or de Parmentier réinventé

VOLUME 200 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 carottes et racines oubliées

la France souterraine qui remonte

VOLUME 201 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 tomates françaises

l'été provençal qui explose en saveurs

VOLUME 202 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 courgettes inventives

l'art de sublimer l'humble courge

VOLUME 203 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 aubergines méditerranéennes

le soleil du Sud dans l'assiette

VOLUME 204 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 alliacées magiques

oignons, ails et poireaux qui parfument

VOLUME 205 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 salades vertes

l'art français de la feuille croquante

VOLUME 206 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 champignons de France

la forêt française dans votre panier

VOLUME 207 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 légumineuses françaises

lentilles, pois et haricots qui nourrissent

VOLUME 208 · LÉGUMES NOBLES DE FRANCE

100 légumes farcis

l'art français de transformer en écrin

VOLUME 209 · JARDINS CRÉATIFS

100 légumes grillés

la France au barbecue végétal

VOLUME 210 · JARDINS CRÉATIFS

100 gratins de légumes

l'art français du doré réconfortant

VOLUME 211 · JARDINS CRÉATIFS

100 veloutés et potages

l'âme française liquide qui réchauffe

VOLUME 212 · JARDINS CRÉATIFS

100 purées et mousselines

l'art français de la texture veloutée

VOLUME 213 · JARDINS CRÉATIFS

100 pickles et conserves

l'art français de garder l'été

VOLUME 214 · JARDINS CRÉATIFS

100 légumes anciens

nos grand-mères avaient raison

VOLUME 215 · JARDINS CRÉATIFS

100 légumes vapeur nouvelle génération

la santé qui a du goût

VOLUME 216 · FRANCE VÉGÉTARIENNE

100 plats végétariens français

l'art de manger vert sans tristesse

VOLUME 217 · FRANCE VÉGÉTARIENNE

100 salades repas

l'art français de la salade qui nourrit

VOLUME 218 · FRANCE VÉGÉTARIENNE

100 salades composées – l'art français du repas équilibré

VOLUME 219 · FRANCE VÉGÉTARIENNE

100 gratins sans viande

le réconfort français version végétale

VOLUME 220 · FRANCE VÉGÉTARIENNE

100 galettes et burgers végétaux

l'art français du veggie qui séduit

III. Fiche d'Atelier Personnel (Notes & Essais à Imprimer)

Temps & Température constatés :

Variante / Accord choisi :

Rece

Note

de

tour

de

main