

La Maison des Marronniers invite ses hôtes à passer à table avec son chef légumier Jean-Victor Huss



Véritable havre de paix situé à seulement 30 minutes de la capitale, la **Maison des Marronniers** à Ris-Orangis est le résultat de la rencontre entre deux amoureux passionnés, **Alena Gaponova et Jean-Victor Huss**. Soucieux de pouvoir offrir à leurs hôtes une parenthèse associant **bien-être et gourmandise saine**, ils ont choisi de réunir leurs savoir-faire pour construire ce lieu holistique. Sous des **thématiques diverses et toujours plus créatives**, les **événements et retraites** de la Maison des Marronniers invitent au **lâcher prise et à l'éveil des sens**.

Zoom sur Jean-Victor Huss, co-fondateur de La Maison des Marronniers et chef légumier prometteur !

Avocat de formation et féru de cuisine saine, Jean-Victor Huss, 29 ans, a choisi depuis quelques mois de se consacrer à 100% à ce qu'il affectionne vraiment : réveiller les papilles de ses convives avec des recettes ultra-gourmandes et vertueuses pour la santé ! Entre déjeuners, dîners et brunchs végétariens, Jean-Victor revisite les produits locaux issus de l'agriculture biologique, toujours avec amour et respect du corps. Sa signature? La cuisine Ultra LOVE (LOcale et VEgétale), gourmande et euphorisante !



Après avoir suivi des formations de cuisine auprès des plus grandes écoles françaises et internationales (Ferrandi pour la cuisine, Stanford pour la nutrition), Jean-Victor propose à la table d'hôtes de la Maison des Marronniers des recettes plus originales les unes que les autres, une **véritable explosion de saveurs et de couleurs à chaque repas**, qu'on dévore avec zéro culpabilité car elles sont pensées pour nous faire du bien !

Le chef dévoile deux idées recettes simples et gourmandes pour surprendre ses convives tout en prenant soin d'eux et de leur bien-être !

Panna Cotta ultra menthe, koso de kumquat

Pour 4-6 personnes

Ce dessert allie la douceur réconfortante de la crème d'amande, la fraîcheur et la beauté de la chlorophylle de menthe avec les arômes envoûtants du sirop d'agrumes fermentés, le koso. La fermentation réalisée au cours de la préparation apporte de nombreux enzymes bons pour la santé, dégrade les sucres simples, augmente la teneur en vitamines de l'agrumes et développe des parfums complexes !



@iamsolenne

Ingrédients

Pour le koso (environ 500g)

- 200g de kumquat
- 220g de sucre (de betterave)

Pour la panna cotta :

- 30 cl de lait d'amande
- 20 cl de crème d'amande
- 1,5 g d'agar agar
- 1 botte de menthe effeuillée

Instructions

Pour le koso :

1. Trancher les kumquats en rondelles
2. Prendre un bocal à joint propre, alterner une couche de sucre, puis une couche de kumquats, jusqu'à ce que tous les ingrédients soient utilisés. Veiller à terminer par une couche de sucre.
3. Conserver le bocal à l'abri du soleil direct et remuer le mélange une à deux fois par jour.
4. Après 3 jours (ou plus selon la température et l'humidité de la pièce), le sucre sera dissout et la préparation prête.

Pour encore plus d'arômes...

- Attendre une semaine et filtrer le mélange. Bien veiller à garder le liquide au frais pour les prochaines préparations !
- Pas le temps d'attendre une semaine ? Placer les agrumes dans une casserole avec 80g de sucre et 3 cuillères à soupe d'eau. Chauffer doucement quelques minutes pour dissoudre le sucre et obtenir une consistance de kumquat agréable mais toujours un peu ferme.

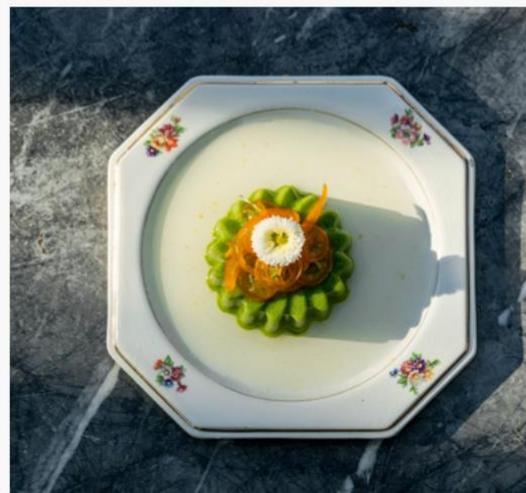
Pour la panna cotta :

1. Porter une casserole d'eau à ébullition et plonger les feuilles de menthe pendant 2 minutes.
2. Égoutter et placer les feuilles dans un saladier avec de l'eau très froide et des glaçons.
3. Presser les feuilles pour faire sortir l'excédent d'eau puis les mixer avec le lait jusqu'à obtenir une belle couleur verte.
4. Filtrer le mélange avec une poche à lait ou un linge.
5. Verser le lait, la crème et l'agar agar dans une casserole et faire chauffer jusqu'à ébullition tout en remuant.
6. Une fois que le mélange bout, baisser le feu et laisser bouillir doucement 1 minute, toujours en continuant de remuer.
7. Fouetter une dernière fois le mélange avant de répartir la panna cotta dans des moules individuels. Laisser reposer au frais pendant 2h minimum !

Pour le dressage...

Démouler la panna cotta et ajouter quelques cuillères de kumquats et de jus de koso pour la petite touche sucrée.

@iamsolenne



Chou Fleur entier rôti au miso

Pour 6 personnes

Ingrédients

- Un chou fleur (déarrassé de ses plus grosses feuilles)
- 3 cuillères à soupe de miso clair
- 2 gousses d'ail réduites en purée - 3 cuillères à soupe de margarine fondue
- Un peu d'huile d'olive
- Quelques brins de ciboulette



@iamsolenne

Instructions

1. Préchauffer le four à 180 degrés, chaleur tournante
2. Recouvrir le chou fleur d'une fine couche d'huile d'olive puis le placer au four pendant 20 min, jusqu'à ce que ses extrémités se colorent joliment. Le cœur peut rester ferme.
3. Mélanger le miso, la margarine et l'ail
4. Une fois les pointes colorées, sortir le chou flou du four et laisser reposer quelques minutes
5. Recouvrir le chou d'une couche uniforme du mélange, puis le remettre au four pendant 10 minutes afin de le faire caraméliser
6. Ciseler la ciboulette. Parsemer le chou à sa sortie.

Pour le déguster...

Le chou fleur se mange seul ou (bien) accompagné ! Qu'il s'agisse d'un autre légume, vapeur et arrosé d'huile de sésame, ou d'un bon riz rond de Camargue complet.

Les prochains évènements food à la Maison des Marronniers :

- Retraite CuisYin (50% cuisine, 50% Yoga) - du 17 au 19 mars 2023

Inscriptions : <https://maisondesmarronniers.com/retraites/>

- Day Cooking Retreat spécial apéro, finger food et tartinables veggie - samedi 29 avril

2023 Inscriptions : <https://maisondesmarronniers.com/evenements/>

Plus d'informations sur la Maison des Marronniers : www.maisondesmarronniers.com



