



Ingredients to reimagine gastronomy

Livre de recettes
Flaxfiber

**Fibre de lin 100 % d'origine végétale
sans additifs**

sommaire



05

Flaxfiber
proposition
de nos chefs



24

Recette bonus
by Disfrutar

Flaxfiber

TEXTURANT POLYVALENT : ÉPAISSISSANT - STABILISANT -
ÉMULSIFIANT 100 % FIBRE DE LIN



42151

Applications salées

Sauces liquides et soupes
Crèmes froides et chaudes
Sauces émulsionnées
Boissons



Applications sucrées

Sauces et coulis
Glaces et sorbets
Mousses et meringues





Flaxfiber : son utilisation en version salée

Dans un restaurant, certaines textures sont indispensables. L'émulsion, l'épaississement et la stabilisation sont des techniques clés en gastronomie, utilisées dans de nombreuses préparations telles que : les sauces, les crèmes et les soupes.

Ces techniques sont essentielles pour obtenir des consistances et des textures parfaites. C'est pourquoi nous avons créé ce livre de recettes dans le but d'inspirer nos clients et de leur montrer de nouvelles façons d'incorporer Flaxfiber dans leurs créations culinaires.

L'équipe de DISFRUTAR, connue pour son approche innovante et sa recherche constante de la perfection, a prouvé l'efficacité technique de Flaxfiber dans de nombreuses applications, confirmant qu'il s'agit d'un ingrédient révolutionnaire pour la haute gastronomie.

Dans ce livre de recettes, ils nous proposent une recette de meringue au beurre de noisette à la meunière.

Nos techniciens



Guillermo Corral

Guillermo, fort de plus de 10 ans d'expérience en tant que conseiller technique, maîtrise aussi bien l'art de la pâtisserie que celui de la cuisine salée, grâce à sa vaste expérience culinaire.



Jean Sivieude

Jean est passionné de gastronomie depuis son plus jeune âge. Il a commencé son cursus universitaire par un diplôme scientifique avant de se lancer dans une formation spécialisée en tant que pâtissier et chocolatier.



Edu Azuaza

Dès son plus jeune âge, Edu a été formé à l'art culinaire par des chefs renommés dans différentes cuisines. Sa polyvalence en tant que cuisinier s'est révélée dans plusieurs secteurs de la restauration.



Albert Jofre

Après s'être formé en pâtisserie auprès d'Eric Ortuo, Albert s'est forgé une solide carrière dans quelques-unes des meilleures pâtisseries de Barcelone.





Soupe à l'oignon grillé texturée
avec **FLAXFIBER**



Soupe à l'oignon grillé, œuf poché et parmesan

Préparation principale

1 PORTION

Soupe à l'oignon grillé texturée.....	200 g	70,92 %
Pain grillé.....	20 g	7,09 %
Œuf poché.....	50 g	17,73 %
Copeaux de parmesan.....	10 g	3,55 %
Ciboulette hachée.....	2 g	0,71 %

Total 282 g 100 %

Placer l'œuf poché chaud sur le toast dans une assiette creuse. Verser la soupe chaude. Terminer avec les copeaux de parmesan et la ciboulette hachée.

Œuf poché

Œuf frais de taille M.....	300 g	36,36 %
Eau.....	500 g	60,61 %
Vinaigre	20 g	2,42 %
Sel	5 g	0,61 %

Total 825 g 100 %

Cuire les œufs dans l'eau à température contrôlée à 65 °C pendant 30 minutes. Refroidir dans l'eau glacée. Chauffer l'eau de la recette à 60 °C avec du vinaigre et du sel. Écaler les œufs et les placer dans l'eau chaude pour les régénérer.

Soupe à l'oignon grillé texturée avec FLAXFIBER

Soupe à l'oignon grillé.....	1 kg	98,81 %
Flaxfiber 42151	1 g	0,10 %
Umami végétal.....	1 g	0,10 %
Sucre	8 g	0,79 %
Sel	2 g	0,20 %

Total 1012 g 100 %

Mixer à l'aide d'un batteur électrique pendant 30 secondes afin de bien disperser l'ensemble des ingrédients. Égoutter

Soupe à l'oignon grillé

Oignon blanc.....	1 kg	43,86 %
Huile d'olive douce.....	80 g	3,51 %
Eau minérale	1,2 kg	52,63 %

Total 2280 g 100 %

Éplucher et couper l'oignon. Le couper en 2 parts. Couper une part en quatre et les griller au four (180 °C - 40 min). Couper le reste en julienne et le faire revenir dans une poêle avec de l'huile jusqu'à ce qu'il soit légèrement caramélisé (bruni, mais pas trop). Ajouter l'oignons grillé et l'eau. Porter à ébullition à feu très doux pendant 40 min et égoutter.



Lait de tigre au fruit de la
passion émulsionné avec
FLAXFIBER



Palourde de Carril en ceviche au fruit de la passion

Préparation principale

1 SERVING (200 G)

Lait de tigre

au fruit de la passion	80 g	26,36 %
Grande palourde de Carril	200 g	65,90 %
Maïs lyophilisé.....	2 g	0,66 %
Oignon rouge mariné	15 g	4,94 %
Pousses de coriandre.....	1 g	0,33 %
Brunoise de céleri	5 g	1,65 %
Citron vert râpé	0,5 g	0,16 %

Total 303,50 g 100 %

Ouvrir les palourdes vivantes et jeter les coquilles. Disposer les palourdes décortiquées en cercle sur l'assiette. Disposer les ingrédients de façon aléatoire. Terminer le plat en ajoutant le lait de tigre au fruit de la passion.

Lait de tigre au fruit de la passion

Pulpe de fruit de la passion	60 g	24,39 %
Lait de tigre	170 g	69,11 %
Huile de tournesol	10 g	4,07 %
Pâte concentrée de fruit de la passion 41526	5 g	2,03 %
Flaxfiber 42151	0,5 g	0,20 %
Sel	0,5 g	0,20 %

Total 246 g 100 %

Mixer le tout à l'aide d'un batteur électrique pendant 30 secondes afin d'obtenir une bonne émulsion.

Oignon rouge mariné

Julienne d'oignon.....	60 g	24,19 %
Eau minérale	100 g	40,32 %
Vinaigre de cidre	60 g	24,19 %
Sel	8 g	3,23 %
Sucre	20 g	8,06 %

Total 248 g 100 %

Mélanger le sucre et le sel dans l'eau et dissoudre en chauffant à 60 °C. Ajouter le vinaigre et la julienne d'oignon, puis laisser refroidir. Placer dans un sac en plastique pour machines à emballer sous vide. Emballer sous vide à 100 %. Laisser reposer à froid pendant au moins 1 heure avant.



Gaspacho de betterave
et de framboise épaissi avec
FLAXFIBER

GAZPACHO

de betterave et de framboise

Préparation principale

1 PORTION

Beetroot and raspberry gazpacho	180 g	90 %
Fresh raspberries	15 g	7,50 %
Fresh dill leaves	2 g	1,0 %
Tender red chard leaves	1 g	0,5 %
Freeze-dried beetroot slivers	2 g	1,0 %

Mettre le gazpacho froid dans une assiette creuse. Disposer les framboises, les pousses d'aneth, les pousses de betterave rouge et la betterave lyophilisée. Servir.

Total 200 g 100 %

Gaspacho de betterave et de framboise

Eau minérale	300 g	29,99 %
Pulpe de framboise.....	500 g	49,98 %
Betterave cuite.....	120 g	11,99 %
Poivron rouge	15 g	1,50 %
Vinaigre de xérès.....	20 g	2 %
Huile d'olive.....	40 g	4 %
Flaxfiber 42151	0,5 g	0,05 %
Sel fin	5 g	0,50 %

Mixer tous les ingrédients, sauf l'huile et le Flaxfiber, jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse et fine. Ajouter l'huile et le Flaxfiber, puis émulsionner le tout et rectifier l'assaisonnement.

Total 1000,50 g 100 %



Sauce hollandaise au yuzu
sans œuf émulsionnée avec
FLAXFIBER



ASPERGES BLANCHES

à la sauce hollandaise

Préparation principale

1 PORTION

Sauce hollandaise au yuzu sans œuf	...60 g	31,91 %
Asperges blanches en conserve 120 g	63,83 %
Pousses shiso violettes et vertes 1 g	0,53 %
Julienne d'algue nori 2 g	1,06 %
Copeaux de citron 41531 2 g	1,0 %

Couper les asperges en 3 parts chacune. Napper chaque morceau avec la sauce hollandaise et disposer le reste des ingrédients de façon aléatoire.

Total 188 g 100 %

Sauce hollandaise au yuzu (sans œuf)

Eau minérale 100 g	39,06 %
Pulpe de yuzu 50 g	19,53 %
Flaxfiber 42151 5 g	1,95 %
Beurre clarifié 100 g	39,06 %
Sel 1 g	0,39 %

Verser l'eau, le jus de yuzu, le Flaxfiber et le sel dans un bol. Mixer à l'aide d'un batteur électrique jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. Ajouter progressivement le beurre clarifié à environ 40 °C, en émulsifiant continuellement à l'aide du batteur électrique. Réserver à une température chaude (entre 25 et 35 °C) pour éviter que le beurre ne se solidifie.

Total 256 g 100 %



Pilpil aux poivrons du piquillo
épaissi avec
FLAXFIBER



MORUE CONFITE

accompagnée de pilpil aux poivrons grillés du

Préparation principale

1 SERVING

Filet de morue dessalée	150 g	42,61 %
Poivrons du piquillo en conserve	40 g	11,36 %
Pilpil aux poivrons du piquillo	60 g	17,05 %
Ciboulette	2 g	0,57 %
Huile d'olive extravierge.....	100 g	28,41 %
Total	352 g	100 %

Verser l'huile d'olive dans une casserole et faire chauffer à 70 °C. Placer la morue dans l'huile chaude et la faire cuire pendant 5 min. Égoutter la morue et réserver l'huile (elle peut être utilisée pour cuire d'autres parts de morue). Séparément, faire chauffer une poêle avec un peu d'huile ayant servi à confire la morue et faire revenir les poivrons du piquillo des deux côtés jusqu'à ce qu'ils soient légèrement caramélisés. Placer les poivrons du piquillo au fond de l'assiette. Disposer la morue confite sur le dessus et assaisonner le tout avec la sauce de Pilpil aux poivrons du piquillo chauffée à 50 °C. Terminer le plat avec de la ciboulette fraîche.

Pilpil aux poivrons du piquillo

Jus de poivrons du piquillo	200 g	78,13 %
Huile d'olive vierge	50 g	19,53 %
Flaxfiber 42151	5 g	1,95 %
Sel	1 g	0,39 %
Total	256 g	100 %

Mixer le jus de poivrons du piquillo avec le Flaxfiber et le sel jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. Ajouter l'huile d'olive petit à petit en émulsifiant avec le batteur électrique. Réserver à froid.

Jus de poivrons du piquillo

Jus de cuisson de poivrons grillés.....	160 g	66,67 %
Poivrons du piquillo grillés en conserve.....	80 g	33,33 %
Total	240 g	100 %

Mixer les poivrons du piquillo en conserve avec le double du poids du jus de leur cuisson à l'aide d'un batteur électrique. Filtrer.



Crème de champignons
épaissie avec
FLAXFIBER



CRÈME CHAUDE

de champignons et noisettes

Préparation principale

1 PORTION

Crème de champignons

et noisettes 200 g 76,92 %

Cèpe de Bordeaux frais

(Boletus edulis) 40 g 15,38 %

Noisettes grillées 10 g 3,85 %

Huile d'olive vierge 10 g 3,85 %

Total 260 g 100 %

Verser la crème chaude dans une assiette creuse. Couper le cèpe en deux dans le sens de la longueur et le faire revenir dans une poêle avec de l'huile d'olive. Placer la moitié du cèpe dans la crème. Terminer le plat avec des noisettes grillées et quelques gouttes d'huile provenant de la cuisson du cèpe.

Crème de champignons et noisettes

Cream of cep mushroom soup 900 g 89,91 %

Roasted hazelnut paste 40371 100 g 9,99 %

Flaxfiber 42151 1 g 0,10 %

Total 1001 g 100 %

Mixer le tout à l'aide d'un batteur électrique pendant 30 secondes afin d'obtenir une bonne émulsion.

Crème de champignons (Boletus edulis)

Huile d'olive douce 20 g 1,55 %

Cèpe de Bordeaux frais

(Boletus edulis) 400 g 30,91 %

Oignon nouveau 50 g 3,86 %

Pomme de terre Monalisa 130 g 10,05 %

Eau minérale 350 g 27,05 %

Crème 35 % MG 300 g 23,18 %

Sel 3 g 0,23 %

Poivre noir 1 g 0,08 %

Brandy 40 g 3,09 %

Total 1294 g 100 %

Faire revenir l'oignon nouveau dans l'huile. Lorsque les oignons nouveaux sont légèrement caramélisés, ajouter les cèpes et poursuivre la cuisson jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. Flamber avec le brandy et laisser réduire l'alcool. Ajouter l'eau et la crème, puis laisser mijoter pendant 10 min. Saler et poivrer. Mixer à l'aide d'un batteur électrique jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. Filtrer.



Vichyssoise Thaï
épaissie avec
FLAXFIBER

VICHYSOISE THAI

aux poireaux rôtis

Préparation principale

3 PORTIONS

Vichyssoise thaï	250 g	81,17 %
Poireaux rôtis légèrement saisis	50 g	16,23 %
Noix de coco déshydratée en lamelles	5 g	1,62 %
Écorce de citron vert	1 g	0,32 %
Huile de sésame	2 g	0,65 %
Total	308 g	100 %

Mettre la vichyssoise froide dans une assiette creuse. Au centre, placer les poireaux légèrement saisis. Finir avec des lamelles de noix de coco, du zeste de citron vert et de l'huile de sésame.

Poireaux légèrement saisis

Poireau	200 g	90,83 %
Beurre	20 g	9,08 %
Sel	0,2 g	0,10 %
Total	220,20 g	100 %

Nettoyer et hacher les feuilles de poireau. Conserver la partie blanche et jeter les 2 premières couches. Cuire à la vapeur jusqu'à ce qu'elles soient légèrement cuites. Couper en lamelles de 1 cm d'épaisseur. Faire chauffer le beurre dans une poêle et saisir légèrement les poireaux des deux côtés jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Saler et réserver.

Vichyssoise Thaï

Vichyssoise Thaï	1000 g	99,70 %
Flaxfiber 42151	2 g	0,20 %
Sel	1 g	0,10 %
Total	1003 g	100 %

Mixer le tout pendant 1 min à l'aide d'un batteur électrique afin d'obtenir une bonne émulsion et un bon épaississement.

Base de vichyssoise Thaï

Huile d'olive	20 g	1,98 %
Beurre 50 g	50 g	1,98 %
Poireau	150 g	14,81 %
Oignon nouveau	50 g	4,94 %
Gingembre frais	15 g	1,48 %
Ail	5 g	0,49 %
Pomme de terre Monalisa	150 g	14,81 %
Eau minérale	300 g	29,63 %
Lait de coco	300 g	29,63 %
Feuilles de citron kaffir	0,5 g	0,05 %
Lemon-grass	2 g	0,20 %
Total	1012,50 g	100 %

Dans une casserole, faire chauffer l'huile et le beurre, puis faire revenir l'oignon nouveau et le poireau coupés en mirepoix. Il est important de laisser revenir à feu doux pour qu'ils cuisent sans brunir (à blanc). Ajouter l'ail et le gingembre hachés. Laisser revenir encore 5 min. Ajouter la mirepoix de pommes de terre, l'eau et le lait de coco, les feuilles de citron kaffir et le lemon-grass. Faire cuire pendant 10 min, jusqu'à ce que la pomme de terre soit cuite. Retirer la feuille de citron kaffir et le lemon-grass, puis mixer le tout à l'aide d'un fouet électrique. Filtrer et réserver.



Crème de noix de coco
et pistache épaissie
avec **FLAXFIBER**



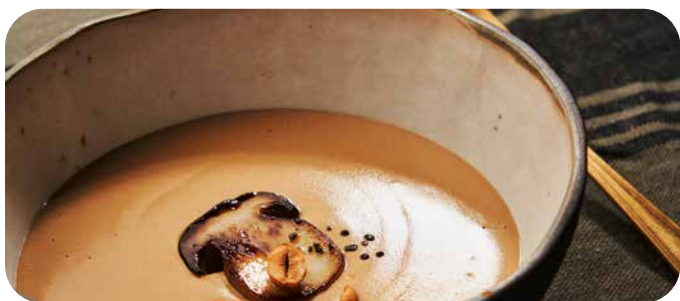
CRÈME DE noix de coco et pistache

Préparation principale

Liqueur de noix de coco (Malibu)	450 g	44,66 %
Pâte de pistache pure 44132	200 g	19,85 %
Crème 35 % MG	80 g	7,94 %
Rhum concentré	70 g	6,95 %
Sel	6 g	0,6 %
Sucre	1 g	0,10 %
Eau minérale	200 g	19,85 %
Arôme pistache 50062	0,12 g	0,01 %
Flaxfiber 42151	0,40 g	0,04 %

Total 1007,52 g 100 %

Mixer le tout à l'aide d'un batteur électrique pendant 30 secondes afin d'obtenir une bonne émulsion. Servir bien froid dans un verre avec des glaçons.





Recette Bonus

:Dis fru tur

Meringue au beurre de noisette à la meunière **x Disfrutar**

Ingrédients pour 4 personnes

Beurre de noisette

Beurre.....400 g

1. Faire fondre le beurre dans une poêle à fond large.
2. Faire chauffer à 150 °C pendant 30 minutes, sans remuer.
3. Retirer du feu, récupérer toute la partie grillée et verser sans filtrer dans un récipient pour refroidir.

Meringue au beurre de noisette

Eau minérale200 g

Albuwhip **48688**40 g

Flaxfiber **42151**4 g

Beurre de noisette (prép. apar.)300 g

1. Mélanger l'eau avec l'Albuwhip et le Flaxfiber, puis mixer au batteur électrique jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de grumeaux. Garder au réfrigérateur pendant une heure afin de bien hydrater le mélange. Battre au fouet avec un robot jusqu'à ce que la meringue soit ferme.
2. Ajouter le beurre à 45 °C en filet jusqu'à ce qu'il soit mélangé, sans trop battre.
3. Retirer du robot et mélanger en faisant des mouvements enveloppants avec une spatule.
4. Verser dans une poche à douille et réserver à température ambiante pour que le beurre ne durcisse pas.

Sauce au beurre meunière

Beurre de noisette (prép. apar.)50 g

Jus de citron.....30 g

Sel

1. Faire chauffer le beurre pour le faire fondre.
2. Ajouter le citron en filet tout en émulsifiant.
3. Goûter et rectifier l'assaisonnement
4. Garder au chaud.

:Disfrutar



Œuf noir OCOO

5 œufs frais..... 65 g

1. Cuire les œufs dans l'OCOO sur le programme "œuf noir" pendant 7 heures.
2. Vérifier la cuisson à la fin et si nécessaire poursuivre la cuisson pendant 3 heures de plus.

Jus de citron noir

Jus de citron..... 4 u

1. Mettre le jus dans un sac sous vide et sceller à 100 %.
2. Conserver à 60 °C pendant 50 jours. On doit obtenir une texture de caramel.
3. Réserver au réfrigérateur jusqu'à son utilisation.

Morceaux de filets d'anchois

Salted anchovies..... 4

Extra virgin olive oil..... 100 g

1. Dessaler les anchois dans de l'eau froide pendant 8 minutes. Les retirer et les égoutter sur un torchon de cuisine.
2. À l'aide d'une pointe, séparer les deux longes et retirer l'arête centrale allant du ventre au dos du filet.
3. Découper les filets d'anchois en morceaux de 0,5 cm de largeur. Nous aurons besoin de 4 morceaux par personne.
4. Recouvrir les morceaux d'anchois d'huile d'olive vierge et les conserver au réfrigérateur.

Dis frutar

Dés de citron

Citrons 2 u

5. Peler à vif les citrons. Avec la pointe, enlever l'écorce et l'albédo.
6. Séparer les quartiers de citron en veillant à ce qu'ils n'aient pas de traces d'albédo ou de pépins.
7. Découper les quartiers de citron en petits dés de 0,3 cm de côté. Nous avons besoin de 30 dés de citron.
8. Conserver au réfrigérateur.

Autres

Sel noir d'Inde

câpres 8 u

Citron vert noir marocain sec

Flocons de sel

Jaune d'œuf pasteurisé 4 g

Finition et présentation

1. Accompagner le plat d'une cuillère à dessert de sel noir d'Inde.
2. Disperser la mangue sur la meringue (9 grammes) du côté gauche de l'assiette. Dessiner une larme avec une cuillère, en la ramenant vers le bord de l'assiette.
3. Au centre de la larme, placer la portion d'œuf noir (1/4 coupé dans le sens de la longueur).
4. Disposer 2 câpres, 2 morceaux d'anchois et 2 dés de citron sur la meringue.
5. Ajouter une pointe de jus de citron noir sur une extrémité de la meringue.
6. Terminer avec un trait (1 gramme) de jaune d'œuf pasteurisé réparti sur toute la meringue, une demi-cuillère à soupe (4 grammes) de beurre meunière et un zeste de citron vert noir, en traçant une ligne sur l'assiette, perpendiculairement à la meringue.

:Dis fru tur

Voici la vidéo de la recette



:)is fru tur



**Ingredients to
reimagine gastronomy**

Sosa Ingredients

Colònia Galobart, s/n - 08270 Navarces (Barcelona) - Spain

T. +34 938 666 111 - www.sosa.cat - sosa@sosa.cat

