

# Safran : Recettes au safran

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site : <http://www.la-maison-d-aurette.com/6.html>



[« Les safranières d'Arausio 84100 Orange »](#)

Ce dossier s'étoffera au fil du temps, de nos essais et mise au point.

## Les plats

### Plat n° 1:

#### Rizotto crémeux aux pistils de safran

##### Ingrédients pour 4 à 6 personnes

360 à 400g de riz à risotto « Carnaroli ou Gli Aironi »

1 gros oignon

2 c à s d'huile d'olive ou de la graisse de canard ou de foie gras

1 verre de vin blanc environ 20 cl

Bouillon 1l 300 à 1l 500

0g, 1 de pistil de safran (soit 1 dose) [\(safran en stigmates Les safranières d'Arausio Orange\)](#)

1 grosse noix de beurre ou de mascarpone

200g de parmesan

##### Préparation

**La veille**, préparer votre bouillon y mettre le safran à infuser, réservez au réfrigérateur

**Le lendemain**, éplucher et émincer finement l'oignon, le faire fondre dans de l'huile d'olive ou de la moelle de bœuf, de la graisse de canard ou de foie gras

Mettre côté 1 tasse de l'infusion de bouillon safrané

Ajouter le riz, lorsqu'il devient nacré ajouter le bouillon, louche par louche, ou en une seule fois.

Bien mélanger, couvrir, laisser cuire à feu doux (de préférence sur une plaque électrique) sinon intercaler un diffuseur de chaleur entre votre casserole et la flamme, le bouillon doit être à frémissement, laisser cuire durant 20 minutes, le riz doit être crémeux, 5 minutes avant la fin de la cuisson mettre l'infusion de bouillon safran, mélanger

A moment de servir, une grosse noix de beurre ou 1 c à s de mascarpone, ou mélanger les deux en divisant la quantité, laissez reposer à couvert 2 minutes, ajouter 100g de parmesan et bien mélangez le tout.

Mettre sur la table dans une coupelle de service l'autre moitié du parmesan

### Plat n° 2 :

#### Pavés de saumon au safran

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site : <http://www.la-maison-d-aurette.com/6.html>

##### Ingrédients pour 4 personnes

4 beaux pavés de saumon

Beurre salé environ 20g

Poivre

##### Ingrédients sauce au safran

250g d'échalotes

0g, 1 de safran [« Les safranières d'Arausio 84100 Orange »](#)

Une noisette de beurre fondu, quelques gouttes de jus de citron

25 cl de crème liquide

Noilly Prat

1 c à c de moutarde au safran

Sel, poivre du moulin

### **Préparation de la sauce au safran**

**La veille** faire infuser le safran dans la noisette de beurre fondu et quelques gouttes de jus de citron, mettre au réfrigérateur

#### **Le lendemain**

1 heure avant sortir le beurre safrané et le laisser à température ambiante

Eplucher et émincer les échalotes

Dans une casserole haute, faire réduire à sec les échalotes recouvertes de Noilly

Quand le Noilly c'est complètement évaporé ajouter la crème liquide, faire bouillir jusqu'à ce que la crème épaisse (+ ou - 10 minutes)

**Hors du feu** ajouter une c à c de moutarde safranée, puis le beurre safrané, fouetter le mélange, au besoin garder au chaud au bain marie

### **Préparation des pavés de saumon (Chaud froid de Ducasse)**

Préchauffer le Four à 210°

Faire fondre le beurre salé et en badigeonner sur toutes les faces les pavés de saumon, poivrer

Mettre dans un plat à four recouvert de papier sulfurisé les pavés de saumon

Enfourner et baisser le four à 180°, laissez-les cuire 10 minutes environ

Servir un riz safrané au thym citron ou une purée de pomme de terre au safran

## **Plat n° 3**

### **Cuisses de canard de Fred au safran**

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site : <http://www.la-maison-d-aurette.com/6.html>



#### **Ingrédients pour 4 personnes**

4 cuisses de canard

Sel, poivre

10 cl de thé

De 6 à 8 demi-abricots secs

1 jus de citron

Un peu de thym

3 quartiers de citron confit

0g, 1 de pistils de safran

#### **Préparation**

**La veille**, Préparez votre infusion de thé et faire infuser le safran dans 2 cl de thé, réserver le reste de thé dans un récipient fermé au réfrigérateur.

Préchauffer le four à 130°

Saler et poivrer les cuisses côté peau

Faire griller les cuisses de canard côté peau doucement dans une cocotte en fonte

Durant la cuisson saler et poivrer le côté chair

Quand la peau est bien dorée, les sortir de la cocotte

Mettre la graisse du canard dans un bol, vous l'utiliserez au besoin pour vos légumes

Remettre les cuisses côté chair vers le fond, ajouter tous les ingrédients, **sauf l'infusion de thé** couvrir  
Mettre dans le four préchauffé à 130° pendant 3h1/2  
10 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter l'infusion de thé  
Au moment de servir, parsemer de petits cubes de citrons confits  
Mettre la sauce en saucière  
Servir : avec des pommes de terre à la sarladaise, des légumes grillés, du riz...  
Vous pourrez vous servir de la graisse du canard pour faire vos pommes de terre ...etc.