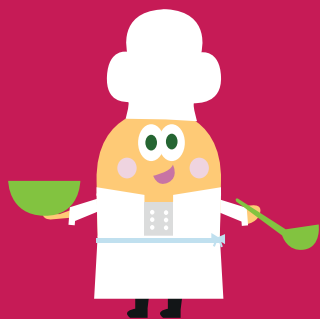




## Restaurant Traiteur Fraîcheur

17, rue du Charbon  
45300 Pithiviers  
02 38 33 36 84

www.traiteur-fraicheur.com



www.mtonmarche.com

# RESTAURANT TRAITEUR FRAICHEUR

## Narcisse ROUSSEAU

A 33 ans ce fils d'agriculteur a côtoyé les plus grands chefs de ce monde. Il revendique son amour pour les produits frais des producteurs locaux et valorise les légumes anciens dans ses différents plats proposés.

A dix-sept ans, le jeune homme part en stage neuf mois à Londres et rapportera notamment une recette de tartare de boeuf où l'huile d'olive a remplacé le jaune d'oeuf. En Angleterre, **Narcisse Rousseau** a travaillé avec Marco Pierre White et le chef cuisinier Gordon Ramsay, animateur de la célèbre émission « Cauchemar en cuisine ». De cet exil, il conserve l'art de la cuisine asiatique.

De retour en France, il intègre l'École Supérieure de cuisine française Ferrandi, à Paris, où il décroche son BTS et assure en parallèle des extras au Plaza Athénée, au Crillon, au Ritz ou à la Tour d'Argent.

Une fois son diplôme obtenu, **Narcisse Rousseau** s'installe dans les cuisines de La Note de frais à Paris en plein quartier ministériel. Il finit par quitter ce restaurant et part à Saint-Tropez faire des saisons. De retour dans le Pithiverais, il intègre trois ans les cuisines en tant que second du chef au Golf d'Augerville, puis crée son entreprise finalement en tant que traiteur et restaurateur.

Minutieux, travailleur, passionné, il a su rapidement se faire une place et un nom sur le territoire. Il vous invite à découvrir et partager sa recette velouté de betteraves rouges au Saint-Maure...



Avec le soutien financier de :



# SOUPE FROIDE DE CONCOMBRE

citron vert et avocat

Narcisse ROUSSEAU - Restaurant Traiteur Fraîcheur

Type de plat : Entrée  
Pour 4 personnes  
Préparation : 15 minutes



PITHIVIERS

- > 1 concombre
- > 1 avocat mûr
- > 1 citron vert
- > 1 gousse d'ail
- > 100 g de yaourt au soja
- > Herbes de Provence
- > 8 feuilles de menthe
- > Sel, poivre

## PRÉPARATION

Dans un blender, mettre les concombres coupés en dés, l'avocat, le yaourt, le jus de citron, les herbes de Provence, la gousse d'ail, le sel, le poivre et la menthe.

*Conseil : Vous pouvez le faire plus épais, en diminuant la yaourt.*

*Astuce : Vous pouvez le servir dans la coque de l'avocat, préalablement citronné.*

Légumes offerts par :  
**Monsieur CHANCLUD**



Retrouvez toutes les recettes sur [www.mtonmarche.com](http://www.mtonmarche.com)

