

# La cuisine d'Annie



Livre de recettes

Tome 1



# Aloo gobi

## **Ingredients :**

Pour 4/5 personnes:

Un petit chou fleur, deux pommes de terre, 2 tomates, 1 oignon  
cumin en grains, coriandre en branches, ail, sel, curcuma, gingembre frais, et garam masala.

## **Preparation :**

Détailler le chou fleur (vraiment petit) en bouquets et les pommes de terre en cubes.

Dans une cocotte, faire revenir sans le roussir l'oignon haché avec une cuiller à café de graines de cumin; ajouter les queues hachées d'un gros bouquet de coriandre, deux gousses d'ail, les tomates vidées de leur eau et écrasées en purée, une bonne cuiller à café de curcuma et quelques lamelles de gingembre frais, du sel.

Ajouter les légumes en morceaux et faire cuire avec un peu d'eau jusqu'à ce que les légumes soient tendres et l'eau évaporée. Il ne faut pas que le plat soit "flotteux"

Avant de servir saupoudrer d'une bonne cuiller de garam masala et de feuilles de coriandre fraîches.

Dans cette préparation on peut remplacer le chou fleur et les pommes de terre par du poisson par exemple c'est tout aussi délicieux.



# Anchoïade

## **Ingredients :**

Pour un pot (taille d'un pot de confiture)!

200 g d'anchois (au sel)

2 gousses d'ail

1 cuillère à café de vinaigre

150 ml d'huile d'olive

poivre

## **Préparation :**

Préparer les filets d'anchois si besoin: les ouvrir dans le sens de la longueur, enlever colonne et queue

Rincer

Dans un mortier, piler les filets d'anchois avec l'ail, le vinaigre et le poivre

Verser l'huile en filet et monter "comme une mayonnaise"

Remplir le pot

Recouvrir le dessus d'huile d'olive pour que l'anchoïade se conserve au réfrigérateur



# Anchois marinés aux haricots blancs frais

## Ingredients :

Anchois marinés: 1 paquet de 200 g environ  
350 g de haricots blancs frais  
Bouquet garni + 1 oignon et 1 carotte  
2 échalotes  
1 verre d'huile d'olive environ  
1/3 de verre de vinaigre balsamique environ  
Sel, poivre  
Herbes au choix:  
2 cuillères soupe de ciboulette  
2 cuillères soupe de cerfeuil  
1 cuillère soupe d'estragon

## Préparation :

Préparer les filets d'anchois si besoin: enlever l'arête, couper la queue, les tremper dans l'huile d'olive et ajouter thym et laurier

Dans une casserole d'eau froide sans sel faire cuire les haricots avec la garniture aromatique: thym, laurier, oignon, carotte

Quand ils sont cuits retirer la garniture et passer les haricots au mixer pour en faire de la purée

Assaisonner avec les échalotes hachées finement, l'huile d'olive, le vinaigre  
Saler poivrer

Sur chaque assiette, décorer en disposant la purée de haricots au centre et les anchois autour (environ 5).

Régaler les fines herbes ciselées



# Artichauts en salade

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

4 artichauts

Sauce:

soit %vinaigrette%

soit pour changer:

2 yaourts

1 cuillère à café de moutarde

1 cuillère à soupe de vinaigre

Noix de muscade

Sel, poivre

Cerfeuil.

## **Preparation :**

Faire cuire les artichauts dans de l'eau bouillante salée pendant 30 minutes.

Pendant ce temps préparer la sauce dans un grand bol: mélanger les yaourts, la moutarde et le vinaigre. Ajouter un peu de noix muscade râpée, sel, poivre et un peu de cerfeuil haché.

Egoutter les artichauts et les déguster tièdes avec la sauce.



# Aubergine grillée au surimi

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 4 tomates
- 1 gousse d'ail
- 1 pincée de sucre
- basilic
  
- 2 aubergines
- 10 cl huile olive
  
- 1 sachet de surimi ou mieux 2 boîtes de crabe!
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Préparer le coulis de tomates:

Enlever la peau des tomates en les mettant 30 sec dans l'eau bouillante. Les épépiner et les couper en deux.

Faire dégorger 1h environ les tomates avec du sel dans une passoire.

Au bout de ce temps, mixer les tomates avec la gousse d'ail épluchée et le sucre. Ajouter le basilic lavé, essoré et ciselé. Mélanger et garder au frais.

Préparer les aubergines:

Laver les aubergines, les essuyer et couper dans la longueur en tranches fines.

Dans une grande poêle, faire chauffer l'huile et faire cuire les tranches 5 mn de chaque côté; saler, poivrer puis les égoutter sur du papier absorbant. Garder au chaud. Cuire ainsi toutes les tranches.

Egoutter le crabe; le répartir sur les tranches d'aubergine, puis les replier.

Servir tiède avec le coulis de tomate et décorer avec du basilic.



# Aubergines frites

## **Ingredients :**

- 2 aubergines
- 1 citron
- Quelques brins de persil
- Huile d'arachide
- Farine
- Sel poivre

## **Preparation :**

- Retirer les extrémités des aubergines mais ne pas les peler.
- Les laver et les essuyer soigneusement.
- Couper les aubergines en tranches d'environ 1/2 cm.
- Dans une poêle, verser de l'huile supportant la friture.
- Fariner légèrement une tranche d'aubergine et tapoter pour enlever l'excédent.
- Quand l'huile est bien chaude, y plonger plusieurs tranches et surveiller: dès qu'un côté est doré, retourner rapidement.
- Les retirer lorsqu'elles sont dorées des 2 côtés soit 5 mn environ et les poser sur du papier absorbant.
- Saler, mettre un peu de persil et servir aussitôt avec un citron coupé en quartiers.



# Bananes flambées au rhum

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

6 bananes  
2 oranges en jus  
50 g beurre  
50 g sucre roux  
50 g raisins secs  
1 dl rhum.

## **Préparation :**

Très vite fait et au dernier moment!

Eplucher les bananes mures à point, mais fermes pour garder une bonne tenue. Presser le jus des oranges et laver les raisins.

Mettre le beurre dans une poêle et sur feu doux y faire dorer les bananes, 4 mn environ sur chaque face.

Ajouter alors le sucre roux, les raisins secs, le jus d'orange et le sachet de sucre vanillé, puis laisser mijoter sur feu doux 5 mn environ.

La cuisson terminée, verser le rhum dans la poêle et enflammer; bien tourner la poêle afin que l'alcool brûle complètement.

Servir de suite.



# Beignets aux fruits

## **Ingredients :**

Pomme coupée en lamelles

pâte à beignet pour 16 beignets environ:

125 g de farine

1 oeuf

1 cuillerée à soupe d'huile

1 verre de lait (ou de bière )

1 cuillère à soupe de sucre

1 parfum au choix: rhum, eau de fleur d'oranger, liqueur, sucre vanillé, etc..

huile pour friture.

## **Preparation :**

Préparer la pâte à beignet:

Mettre la farine dans une terrine. Ajouter l'oeuf, le sel, le sucre si la préparation est sucrée, l'huile. Délayer progressivement en faisant peu à peu descendre la farine dans le mélange et, petit à petit, ajouter le lait (ou la bière). La pâte doit être bien lisse et sans grumeaux. Laisser reposer 30 minutes avant de confectionner les beignets.

Tremper les lamelles dans la pâte.

Faire chauffer de l'huile supportant la chaleur dans une poêle large et quand l'huile est bien chaude, mettre une lamelle de pomme.

Surveiller la cuisson et retourner pour dorer les 2 côtés.

Même principe pour:

Beignets à la banane.

Beignets à l'ananas.



# Beignets de fleurs de courgettes

## **Ingredients :**

Pour 6 personnes :

- 1 quarantaine de fleurs de courgettes
- 1 bouquet de persil
- 150 grammes de farine
- 2 oeufs entiers
- 25 cl de lait froid
- Sel, poivre, sauce tomate pour l'accompagnement

## **Preparation :**

Nettoyer les fleurs en les débarrassant de leur tige et du pistil et les réserver.

Dans une terrine, mélanger les 150 grs de farine, 2 jaunes d'oeufs, 1 pincée de sel et 1 cuillerée à café d'huile d'olive, verser le lait peu à peu. Battre les blancs d'oeufs en neige et les rajouter à la préparation ainsi que le persil haché, saler et poivrer.

Tremper les fleurs, l'une après l'autre, dans la pâte, les immerger dans la friture chaude, puis, une fois dorées, les aligner sur un plat, au fond duquel on aura disposé des serviettes en papier.

Les beignets de fleurs de courgette peuvent être servis avec une sauce tomate et se consomment tièdes.



# Biscuit (gâteau fourré)

## **Ingredients :**

Recette de Mamie Claire:

- 125 g de sucre
- 4 oeufs
- 100 g de farine
- 60 g de beurre.

## **Préparation :**

Séparer les jaunes des blancs dans 2 récipients.

Bien mélanger les jaunes d'oeufs avec le sucre pendant au moins 5 minutes. Le mélange doit être mousseux.

Ajouter la farine, ensuite les blancs battus en neige et terminer par le beurre fondu (mais pas chaud!)

Mettre dans un moule beurré et fariné (ou moule en silicone).

Cuire 25 mn au four th 5.  
Surveiller la cuisson.

Laisser refroidir, puis couper le gâteau en deux.

Garnir avec une ganache au chocolat; de la confiture pour le goûter...



# Biscuit napolitain

## **Ingredients :**

Recette Marie Michèle:

- 150 g sucre semoule
- 5 oeufs
- 1 citron
- 1/2 paquet de levure en poudre
- 150 g farine
- 1 petite cuillère à café de sel fin
- 150 g sucre glace.

## **Preparation :**

Battre longuement, dans une terrine, les oeufs, le sucre avec le zeste de citron râpé.

Ajouter en remuant la farine mélangée à la levure et le sel.

Verser dans un moule garni d'un papier beurré.

Cuire à four doux 1/2 h.

Quand le biscuit est refroidi, le recouvrir du sucre glace mélangé au jus de citron.



# Blanquette de veau

## Ingredients :

1 kg de veau (tendron par ex)  
1 carotte  
1 oignon  
200 g de champignons de Paris  
Sauce:  
50 g de beurre  
1 cuillerée à soupe de farine  
1 jaune d'oeuf  
bouquet garni  
1 clou de girofle  
1/2 citron  
persil haché;  
sel - poivre  
Pommes de terre

## Preparation :

Mettez les morceaux de viande dans un faitout  
Couvrez-les d'eau froide  
Faites chauffer à allure moyenne jusqu'à ébullition en cumant souvent  
Salez, poivrez  
Ajoutez: l'oignon piqué d'un clou de girofle, carotte, bouquet garni  
Couvrez. Laissez cuire à feu doux pendant 1 heure  
Otez le pied sableux des champignons  
Lavez les rapidement dans de l'eau vinaigrée  
Coupez les en quartiers  
Faites-les cuire à allure forte dans une petite casserole, recouverts d'eau additionnée de quelques gouttes de citron, de sel, poivre et d'une noix de beurre  
À ébullition, passez à baisser le feu et laissez cuire 10 minutes  
Égouttez la viande  
Mettez-la dans un plat creux et tenez-la au chaud  
Préparez la sauce:  
Délayez 40 g de beurre et 1 grosse cuillerée à soupe de farine dans une casserole à feu doux  
Quand c'est à la mousse ajoutez hors du feu, environ 1 bol du bouillon de la viande  
Remettez la casserole sur le feu et mélangez au fouet jusqu'à épaississement.  
Faites mijoter 5 minutes doucement.  
Hors du feu, incorporez les champignons et le jaune d'oeuf à la sauce  
Versez sur la viande  
Saupoudrez de persil  
Un truc pour plus de rapidité:  
On peut faire cuire la viande à la cocotte minute: 20 mn après la mise en rotation de la soupape. On en profite même pour faire cuire en même temps des pommes de terre dans le panier ; et pendant ce temps, on prépare la sauce....



# Boeuf aux carottes

## **Ingredients :**

1,2 kg de viande &agrave; braiser (palette de macreuse par ex)  
2 cuill&egrave;res &agrave; soupe d'huile  
1 couenne  
1 os de veau  
1 verre &agrave; moutarde de vin blanc  
1 verre &agrave; liqueur de cognac ( facultatif)  
2 oignons  
1 kg de carottes  
Sel, poivre  
Bouquet garni(thym laurier)

## **Preparation :**

Faire revenir la viande coup&eacute;e en morceaux d'environ 3 cm dans le corps gras et la faire dorer de toutes parts  
Pendant ce temps &eacute;plucher les oignons et les carotte  
Couper les carottes en rondelles  
Ajouter les oignons &agrave; la viande  
Laisser roussir un instant  
Glisser la couenne dans le fond de la cocotte  
Par dessus, remettre la viande avec l'os, les oignons. Ajouter les rondelles de carottes, le bouquet garni  
Saler, poivrer  
Arroser du verre de vin blanc  
Compl&eacute;ter avec de l'eau pour couvrir la viande  
Ajouter &eacute;ventuellement le cognac  
Laisser mijoter &agrave; feu doux 3h environ



# Boeuf bourguignon

## **Ingredients :**

1,5 kg de boeuf (jumeau ou macreuse)  
2 cuillerées à soupe d'huile  
100 g farine  
1 bouteille de vin rouge (Bourgogne!)  
5 gousses d'ail  
150 g de lard maigre salé  
400 g de petits champignons  
200 g de petits oignons  
Sel poivre

## **Preparation :**

Couper le boeuf en morceaux de 4 cm de côté (ou faire couper par le boucher)  
Assaisonner de sel et poivre  
Faire rissoler pendant 10 mn les morceaux dans une cocotte avec un peu d'huile  
Ajouter la farine et bien mélanger pendant 4 mn sur feu doux  
Mouiller avec le vin rouge et compléter avec de l'eau jusqu'à hauteur de la viande  
Ajouter l'ail  
Fermer et faire cuire à feu doux 45 mn à partir du chuchotement de l'appareil avec la cocotte minute  
Couper le lard en petits bâtonnets, le faire blanchir, le rafraîchir  
Le faire sauter dans une poêle avec les champignons et les petits oignons pendant 10 mn  
Lorsque le boeuf est cuit aux 3/4, ouvrir et ajouter la garniture. Faire mijoter 15 mn.  
Dresser sur un plat chaud  
On peut bien sur le faire dans une cocotte en fonte: la cuisson est plus longue. Elle se fait à feu doux presque 3 h



# Boudin aux pommes

## Ingredients :

60 cm de boudin noir (aux ch&acirc;tagnes si possible...)

800 g de pommes reinettes

50 g de beurre

moutarde

sel poivre

## Preparation :

Epluchez les pommes

Coupez les en 4 (&ocirc;tez les p&eacute;pins) puis en tranches assez minces

Mettez les dans une casserole avec un peu d'eau

Faites les cuire doucement

Ecrasez les &agrave; mesure qu'elles sont cuites avec une fourchette

Pendant ce temps, coupez le boudin en morceaux de 15 cm environ,

Piquez le &agrave; plusieurs endroits avec une aiguille pour &eacute;viter que la peau n'&eacute;clate sous l'effet de la chaleur, ou plus simplement &ocirc;ter la peau

Faites fondre le beurre dans une po&ecirc;le

Ajoutez les morceaux de boudin des que le beurre est moussant

Faites cuire environ 15 mn tout en retournant fr&eacute;quemment

Salez poivrez au moulin

Faites chauffer le plat de service

En fin de cuisson, salez l&eacute;g&egrave;rement les pommes et ajoutez un morceau de beurre frais

Dressez les pommes sur un plat de service

Posez les morceaux de boudin dessus

Servez bien chaud accompagn&eacute; de moutarde



# Boulettes de viande

## **Ingredients :**

600 g de steak haché  
1 oignon  
1 gousse d'ail  
2 oeufs  
sel, poivre  
Herbes à volonté: persil...  
1 grosse cuillère de cannelle.  
Huile d'olive  
Huile pour cuire les boulettes  
%coulis tomate%

## **Preparation :**

Dans un saladier bien malaxer à la main tous les ingrédients  
Former de boulettes en tassant un peu avec les mains et les huiler légèrement à l'huile d'olive  
Dans une poêle, mettre de l'huile à chauffer et y faire dorer les boulettes en plusieurs fois selon la quantité de boulettes  
Les égoutter sur du papier absorbant  
Les garder au chaud  
Par ailleurs on aura préparé coulis de tomates avec un poivron  
Quand toutes les boulettes sont cuites, les ajouter à la sauce  
Laisser encore 5/10 mn et déguster!!



# Brick de chèvre

## **Ingredients :**

2 crottins de Chavignol (ou petits fromage de chèvre)

4 feuilles de Brick

herbes: basilic ou estragon

1 cuillère à soupe de beurre fondu

1 salade verte au choix

Vinaigrette:

moutarde

vinaigre

huile

sel, poivre

## **Preparation :**

Préchauffer le four

Couper chaque fromage en deux dans le sens de l'épaisseur

Poser un demi crottin au centre d'une feuille de brick

Parsemer les herbes finement coupées

Fermer la feuille de Brick comme un petit paquet

Beurrer le dessus avec un pinceau trempé dans du beurre fondu

Recommencer avec les 3 autres feuilles de brick

Mettre sur une plaque à pâtisserie

Cuire au four 10 mn à 200°

Surveiller

Pendant ce temps préparer la vinaigrette en mélangeant d'abord moutarde et vinaigre puis ajouter l'huile en filet Saler, poivrer

Bien mélanger

Laver la salade trois fois. Assaisonner au dernier moment.



# Brioche à la MAP

## **Ingredients :**

330 g farine  
10 g levure de boulanger  
20 g sucre  
6 g sel  
4 oeufs  
170 g de beurre  
Parfum facultatif au choix par ex  
1 cuillère à soupe d'eau de fleur d'oranger  
un zeste de citron  
2 poignées de pépites de chocolat

## **Preparation :**

Mettre dans la cuve: la farine, la levure bien émiettée, le sucre les oeufs et le sel en veillant à ce qu'il ne soit pas au contact direct de la levure.

Programme 4 (sucré)

Quand ça sonne rajouter les pépites de chocolat si on désire!

Et voilà!



# Brioche de Saint- Genix

## **Ingredients :**

Recette pour une grosse brioche:

- 350 g de farine
- 20 g de levure
- 2 cuillères à soupe de lait
- 170 g de beurre fondu
- 3 oeufs
- 1 pincée de sel
- 3 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 200 g de pralines roses.

## **Preparation :**

Voici la recette de la Brioche de St- Genix, l'ancien "Bognon" publiée dans le recueil de la gastronomie savoyarde (Delta 2000).

Délayer la levure de boulanger avec le lait, ajouter le beurre fondu, mélanger, ajouter ensuite les oeufs entiers, le sucre en poudre, la farine et le sel. Travailler le plus longtemps possible

Laisser une nuit au frais

Le lendemain retravailler la pâte puis la mettre sur une planche farinée, l'étendre et la plier en quatre.

Tourner, recommencer à 2 reprises. La pâte est prête à être utilisée

A ce moment là ajouter 150 g de pralines roses légèrement écrasées, dans la pâte

Laisser lever 2 h, piquer 5 ou 6 pralines entières sur le dessus et du gros sucre cristallisé

Cuire à four doux environ 30 mn



# Brioche des Rois

## Ingredients :

Pour la pâte à brioche:

- 330 g farine
- 10 g levure de boulanger
- 20 g sucre
- 6 g sel
- 4 oeufs
- 170 g de beurre

Parfum:

- 1 cuillère à soupe d'eau de fleur d'oranger
- 1 cuillère à soupe de rhum
- 1 zeste de citron
- 100 g d'écorces de citron confit( ou cédrat confit)

Pour la décoration:

- 30 g de fruits confits hachés
- 2 cuillères à soupe de confiture d'abricot
- 1 cuillère à soupe de sucre en grains
- 1 fève.

## Preparation :

Préparer la pâte à brioche:

Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre le sel et la levure émiettée, puis les oeufs et le parfum: eau de fleur d'oranger, rhum et zeste de citron.

Mélanger les ingrédients jusqu'à obtention d'une pâte ferme et élastique.

Pétrir environ 5 mn à la main. Il faut qu'elle se décolle de la bassine facilement et qu'elle ne colle pas trop aux mains.

Ajouter le beurre ramolli, ni trop froid, ni trop mou et bien l'incorporer à la pâte. Ajouter ensuite les écorces de citron et la fève.

Une fois terminé, laisser reposer la pâte environ 1 h suivant la température ambiante.

La recouvrir d'un film alimentaire (pas de croûte); attendre que la pâte double de volume.

"Casser la pâte (repétrir 30 s) et recouvrir à nouveau d'un film.

Passer au réfrigérateur pour la faire refroidir environ 4 h ou mieux la nuit.

Le lendemain retravailler la pâte puis la mettre sur une planche farinée, l'étendre et la plier en quatre.

Tourner, recommencer à 2 reprises. Former une boule sur une plaque à pâtisserie; creuser un trou avec les mains et étirer la pâte pour former une couronne (ou utiliser un moule genre savarin). Faire des incisions sur le dessus pour décorer. Laisser encore gonfler la pâte environ 1/2 h. Préchauffer le four.

Cuire 35/40 mn environ.

Laisser refroidir avant de badigeonner de nappage après avoir décoré avec les fruits confits et le

sucre en grains.



# Brocolis à la tomate

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 1 kg de brocolis
- 500 g de tomates ( ou coulis de tomates)
- 50 g de gruyère râpé
- persil haché frais
- sel, poivre
- (facultatif: 40 g de roquefort).

## **Preparation :**

Laver et découper les brocolis en bouquets. Les faire cuire 5/7 mn à l'eau bouillante salée, les égoutter, les disposer dans un plat allant au four.

Poser par-dessus les tomates coupées en tranches épaisses ( ou napper avec le coulis de tomates).

Recouvrir de fromage râpé. Ajouter le persil, saler et poivrer.

Faire gratiner à four moyen 15 min.



# Brouillade de tomates de Tante Marie

## **Ingredients :**

- 5 tomates mûres
- 3 oignons
- 12 oeufs
- 50 g de beurre
- 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Lavez les tomates. Passez-les au moulin à légumes pour en extraire la pulpe.  
Épluchez et émincez les oignons.

Dans une sauteuse, faites chauffer l'huile d'olive et faites-y revenir les oignons, puis les tomates. Laissez cuire à feu doux jusqu'à évaporation de l'eau de végétation. Assaisonnez: sel, poivre, ail et persil.

Cassez les oeufs dans une terrine; brouillez-les légèrement. Ajoutez-y les oignons et les tomates et versez dans une poêle. Faites cuire, sans cesser de tourner.  
Servez la brouillade crémeuse.



# Brownies aux noix

## Ingredients :

Recette très facile pour 6 personnes :

- 125 g beurre
- 1 grosse poignée de cerneaux de noix
- 200 g chocolat noir
- 2 cuillères à soupe de farine
- 4 oeufs
- 200 g sucre
- 1 cuillère à soupe de sucre glace.

## Preparation :

Allumez le four à thermostat 5 (180°) 15 min avant la cuisson.

Faites fondre le chocolat cassé en morceaux, au bain-marie en remuant. Puis ajoutez le beurre en parcelles et mélangez afin d'obtenir une sauce onctueuse. Laissez tiédir hors du feu.

Ajouter le sucre et mélanger.

Versez 1 oeuf entier dans la casserole et mélangez aussitôt. Incorporer de la même façon les autres oeufs.

Versez la farine en pluie et continuez de mélanger en évitant la formation de grumeaux.

Ajoutez enfin les cerneaux de noix grossièrement hachés ou cassés en 2 ou 3. Les mélanger à la pâte.

Versez la pâte dans un grand moule carré ou rectangulaire beurré, en une couche de 3 cm de hauteur. Lissez à la spatule pour avoir une surface régulière.

Enfournez et laissez cuire 20 à 25 minutes. (Le dessus du gâteau doit être croustillant et l'intérieur très moelleux).

Démoulez-le. Laissez le refroidir sur une grille avant de le découper en 6 ou 8 carrés.

Saupoudrez éventuellement de sucre glace.



# Buche de Noël au chocolat

## Ingredients :

Recette pour une buche d'environ 25 cm de long (6/8 personnes):

1/ La ganache:

- 250 g chocolat noir
- 250 g crème fraîche
- 100 g beurre

2/ Le biscuit roulé%:

- 4 oeufs
- 120 g sucre
- 50 g farine
- 50 g maïzena
- 1/2 sachet de levure
- 1 pincée de sel.

## Preparation :

1/ Faire la Ganache au chocolat:

Casser le chocolat noir en petits morceaux; faire bouillir la crème et le beurre. Quand la crème est à ébullition, arrêter le feu et jeter le chocolat dans la casserole. Hors du feu, mélanger au fouet jusqu'à la fonte complète du chocolat.

Mettre au frais.

Fouetter la crème de temps en temps et l'enlever du frais avant la prise complète.

2/ Faire un biscuit roulé:

Préchauffer le four à 180°.

Séparer les blancs des jaunes.

Battre vivement les jaunes avec le sucre.

Monter les blancs en neige avec 1 pincée de sel.

Mélanger les blancs montés en neige avec les jaunes blanchis au sucre: ne pas travailler trop longtemps au risque de crever les bulles.

Incorporer la farine tamisée et la levure en soulevant pour ne pas faire retomber la masse.

Verser la pâte sur une plaque couverte d'une feuille de papier sulfurisé beurré et fariné.

Quelques minutes de cuisson suffisent, une couleur marron claire apparaît: bien surveiller la cuisson. On voit des bulles se former en surface: sortir le biscuit du four.

Retourner le biscuit sur un torchon humide et essoré, décoller la feuille de papier sulfurisé.

Imbiber le biscuit avec un sirop parfumé de liqueur au choix (facultatif).

Garnir le biscuit de la ganache, puis de rouler à l'aide d'un torchon légèrement humidifié.

Mettre un film alimentaire transparent autour et mettre au frais 1 nuit si possible.

Reste à le décorer...

Couper les 2 extrémités du gâteau et les placer sur le dessus.

Tartiner le tout à la spatule ou faire des stries à la fourchette avec le reste de la ganache.



# Bûche de Noël aux marrons

## Ingredients :

Recette maman:

1 %gâteau roulé% ( voir recette)

Garniture aux marrons:

- 125 g beurre
- 500 g crème de marron
- marrons glacés pour décorer.

Variante marron- chocolat:

- 1 boîte 4/4 de crème de marron
- 1 tablette de 125 g de chocolat
- 2 cuillères à soupe de lait.

## Preparation :

Préparer le %gâteau roulé% et le cuire.

Dans un saladier, mélangez la crème de marrons, le beurre préalablement ramolli (et 5 cl de rhum). Dès que la masse est homogène, fouettez-la au batteur électrique pendant 8 à 10 min afin de la rendre lisse et légère.

Avant de rouler le biscuit, imbibe la surface de sirop au rhum, à l'aide d'un pinceau. Etalez deux tiers de la préparation aux marrons en une couche bien uniforme.

Répartissez les brisures de marrons glacés.

Roulez le biscuit. Enveloppez la bûche obtenue dans un film étirable ou dans un torchon et mettez au réfrigérateur pendant 1 h.

Coupez ensuite deux tranches de bûche à chaque extrémité, en biseau. Posez-les sur la bûche, en les décalant, afin de figurer deux branches sciées.

Mettez le reste de la préparation aux marrons dans une poche à douille cannelée puis recouvrez-en entièrement la bûche.

Saupoudrez de sucre glace imitant la neige (en le tamisant au travers d'une passoire fine) et décorez de marrons glacés.

Réservez la bûche au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

**VARIANTE: BUCHE MARRON CHOCOLAT:**

Faire fondre le chocolat et le mélanger à la crème de marron.



# Bugnes lyonnaises

## Ingredients :

Recette mamie Arlette et M. Antoinette:

- 250 g farine
- 50 g maïzena
- 75 g beurre
- 3 oeufs
- 1 cuillère de sucre en poudre
- 2 sachets de sucre vanillé
- 1/2 sachet de levure
- 1 zeste de citron
- 1 cuillère à café de sel
- 3 cuillères à soupe de rhum.

## Preparation :

Mélanger: farine, maïzena, sucres, sel, oeufs,  
puis ajouter le beurre ramolli et le rhum.

Mélanger.

Fariner les mains et pétrir un peu en rajoutant en pluie le zeste de citron râpé et la levure.

Etaler au rouleau.

Découper à la roulette selon son inspiration!

Frire (avec de l'huile pour friture).



# Côctes de veau aux bananes

## **Ingredients :**

4 côctes de veau

1/2 verre de rhum

sel et poivre

Sauce:

fond de veau ou bouillon en cube

crème fraîche

25 g de raisins secs macérés dans 1/2 verre de rhum

Garniture:

8 bananes

1 œuf

1 cuillère à soupe de farine

60 g de beurre

Décoration:

4 tomates

## **Préparation :**

Faites revenir les côctes de veau dans du beurre. Flambez-les au rhum

Faites une sauce avec le fond de veau et la crème fraîche, dans laquelle vous ajoutez les raisins préalablement macérés dans le rhum

Arrosez les côctes de veau

Passez les bananes dans l'œuf battu, puis dans la farine et poêlez-les au beurre

Mettez les tomates coupées en deux, dans une poêle et les faire sauter qq instants

Dressez les bananes autour des côctes de veau

Décorez avec les tomates



# Cake à l'orange

## **Ingredients :**

Recette pour un grand moule à cake:

300gr de farine,  
250g de sucre,  
3 oeufs,  
1 sachet de levure chimique,  
1 sachet de sucre vanillé,  
1 verre à moutarde de jus d'orange (au choix pressé ou en bouteille du pur),  
3/4 du verre d'huile.

## **Preparation :**

Mélanger tout les ingrédients et mettre dans un moule à cake.

Faire cuire au four th.3 pendant 30 à 40mn (le th est à voir selon le four moi j'utilise un four à gaz).

Bon appétit.

Commentaire Annie pour ses enfants:

Très bonne recette de cake à l'orange; personnellement j'ai mis 200 g de sucre et 1/2 paquet de levure.

Pour mon four électrique: c'est 180° pendant 40 mn. Merci à notre visiteur.



# Cake à la mozzarella

## **Ingredients :**

Recette pour 1 moule à cake:

- 3 oeufs
- 160 g farine
- 1/2 sachet de levure
- 3/4 verre à moutarde d'huile d'olive (environ 80/100 ml)
- 1 verre de lait
- 1/2 bouquet de basilic
- sel, poivre
  
- 3 tomates
- 2 sachet de mozzarella (200 g env)
- 100 g gruyère râpé.

## **Preparation :**

Préchauffer le four à 180°.

Mettre les oeufs dans un saladier et mélanger avec farine et levure. Ajouter progressivement l'huile et le lait réchauffé, puis le gruyère râpé, le basilic ciselé, sel et poivre.

Pour terminer, ajouter la mozzarella bien égouttée et coupée en dés ainsi que les tomates: les tomates auront été ébouillantées, pelées coupées en morceaux et bien égouttées également.

Cuire au four dans un moule souple si possible à 180° pendant 45 mn environ; surveiller en piquant avec la lame d'un couteau vers la fin de la cuisson.



# Cake au chèvre et à la courgette

## **Ingredients :**

Recette pour un grand moule à cake:

- 1 buche de chèvre de 200 g environ
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 grosse courgette
  
- 3 oeufs
- 150 g farine
- 1/2 sachet de levure
- 80 ml huile
- 125 ml lait
  
- 100 g gruyère râpé
- 1 bouquet de cerfeuil
- sel, poivre.

## **Préparation :**

Préchauffer le four.

Couper le chèvre en morceau.

Dans une poêle, verser les 2 cuillères d'huile d'olive et faire rissoler la courgette coupée en rondelles; puis égoutter sur un papier absorbant.

Dans un saladier, mélanger les oeufs, avec la farine, la levure, le sel et le poivre.

Incorporer l'huile et le lait chaud petit à petit.

Ajouter ensuite le gruyère râpé, puis les courgettes, puis le chèvre et le cerfeuil ciselé. Bien mélanger.

Verser le tout dans un moule "silicone" sans graisse.

Cuire 45 mn environ à 180° (Th 6).



# Cake au jambon

## **Ingredients :**

Recette pour un moule à cake standard:

- 100 g de farine
- 60 g maïzena
- 1 cuillère à café de levure
- sel, poivre
  
- 3 oeufs
- 100 g beurre à température ambiante
- 200 g de jambon coupés en cubes
- 100 g gruyère râpé
- 1 pincée de muscade.

## **Préparation :**

Mélanger dans une terrine, la farine, la maïzena, la levure, le sel et le poivre.

Ajouter les 3 jaunes d'oeuf, puis le beurre légèrement fondu.

Ajouter les cubes de jambon, le fromage et la muscade.

Battre les 3 blancs en neige ferme et les incorporer délicatement au mélange précédent.

Garnir un moule à cake siliconé ou des petits moules individuels (sinon bien beurrer les moules traditionnels) et cuire environ 40 mn à 180° (th 5). La cuisson est terminée quand la lame d'un couteau ressort " sèche".

Démouler et laisser refroidir.

Le cake peut se manger avec une salade le soir ou en apéritif.



# Cake au jambon et aux olives

## Ingredients :

- 3 œufs
- 150 g de farine
- 1/2 sachet de levure
- 10 cl d'huile
- 12,5 cl de lait entier
- 100 g de gruyère râpé
- 200 g de jambon de Paris
- 75 g d'olives vertes
- 1 pincée de sel
- 2 tours de moulin de poivre.

## Préparation :

Préchauffer le four à 180°C.

Découper le jambon et les olives en morceaux.

Dans un saladier, travailler au fouet les œufs, la farine, la levure, le sel et le poivre.

Incorporer petit à petit l'huile et le lait chaud.

Ajouter le gruyère râpé.

Mélanger.

Incorporer le jambon et les olives.

Verser le tout dans un moule non graissé (silicone).

Cuire au four 45 min.



# Cake au saumon fumé

## **Ingredients :**

Pour un grand moule à cake:

- 3 oeufs
- 160 g farine
- 1/2 sachet de levure
- 100 ml huile
- 125 ml lait
  
- 100 g gruyère râpé
- 250 g saumon fumé
- 2 cuillères à café d'herbes: estragon, ou ciboulette
- sel, poivre.

## **Préparation :**

Préchauffer le four à 180 °.

Dans un saladier, mélanger oeufs, farine, levure, puis huile, puis le lait tiède.  
Ajouter le gruyère, puis le saumon coupé en lamelles et les herbes hachées.  
Rectifier l'assaisonnement avec sel et poivre.

Verser le tout dans un moule souple en silicone et cuire à 180° pendant 45 mn environ.

Laisser refroidir puis démouler.

Couper en tranches et servir en apéritif ou avec une salade verte.



# Cake aux fruits confits

## Ingredients :

Recette maman:

Pour 1 moule à cake:

- 125g beurre
- 125g sucre
- 3 oeufs entiers
- 160g farine
- 1/2 cuillère à café de levure
- 1 pincée de sel
- 150g fruits confits.

## Préparation :

Faire macérer les fruits confits et les raisins dans du rhum.

Battre au fouet le beurre et le sucre.

Quand le mélange est mousseux, ajouter d'abord 1 oeuf entier.

Battre 3 mn puis ajouter les 2 oeufs l'un après l'autre.

Mélanger ensuite la farine, puis le sel, et la levure puis les fruits confits.

Mettre dans un moule à cake que l'on aura tapissé d'un papier beurré.

Cuire 5 mn à four chaud, puis 35/40 mn à four modéré.



# Cake aux lardons et aux pruneaux

## Ingredients :

Recette pour un grand moule à cake:

- 3 oeufs
- 150 g farine
- 1/2 sachet de levure
- 100 ml huile
- 125 ml lait
- 100 g de gruyère râpé
- 200 g lardons fumés
- 80 g pruneaux
- sel, poivre.

## Preparation :

Préchauffer le four à 180°.

Dans un saladier, travailler les oeufs, la farine et la levure; saler, poivrer.  
Incorporer progressivement l'huile et le lait chaud.  
Ajouter le gruyère râpé.

Dans une poêle sans graisse, faire rissoler les lardons quelques mn.  
Couper les pruneaux en morceaux.  
Mélanger pruneaux et lardons et les ajouter à la préparation.

Verser dans un moule à cake, sans graisse et faire cuire 45 mn environ à 180°.



# Cake aux noix

## **Ingredients :**

Recette pour 1 moule à cake standard:

- 100 g beurre (ramolli)
- 100 g sucre
  
- 2 cuillères à soupe de miel
- 160 g farine
- 1/2 sachet de levure
- 1 pincée de sel
  
- 3 oeufs
  
- 150 g noix
- facultatif: 2 cuillères à soupe de grand marnier.

## **Preparation :**

Préchauffer le four.

Mettre dans un saladier le beurre mou et le battre avec le sucre.  
Ajouter le miel, la farine, la levure et le sel. Bien mélanger.

Incorporer les oeufs un à un.

Ajouter en dernier les noix concassées (et le grand marnier).

Cuire dans un moule silicone sans graisse environ 35 mn à 180 °.



# Cake aux olives

## **Ingredients :**

250g farine  
1 sachet levure  
250 g jambon fumé ou non  
150 g gruyère râpé  
100 g olives dénoyautées vertes/ noires  
4 oeufs  
10 cl huile olive  
sel poivre  
20 g beurre.

## **Preparation :**

Préchauffer le th.6 (180°C).

Couper le jambon en dés.

Verser dans un saladier la farine tamisée et la levure.

Ajouter les œufs et l'huile d'olive.

Continuer à travailler la pâte jusqu'à obtention d'une crème lisse.

Ajouter les dés de jambon à cette pâte, les olives, le gruyère et une bonne pincée de poivre.

Mélanger le tout.

Beurrer un moule à cake, verser la préparation et laisser cuire 45 min.

Laisser refroidir le cake avant de servir.

Servir à l'apéritif.



# Cake aux pommes et aux noix

## **Ingredients :**

Recette de Christel:

pour 4 personnes:

2 pommes

50g de cerneaux de noix

1 oeuf

75g de beurre fondu

100g de sucre

1 cuillerée à café de cannelle

1 demi sachet de sucre vanillé

125g de farine 1 demi sachet de levure

1 pincée de sel.

## **Preparation :**

Coupez en dés les pommes epluchées. hachez les noix.

melangez le reste des ingredients, puis incorporez délicatement à la fin les noix et les pommes.

prechauffez le four à 180°C (thermostat 6). chemisez un moule de papier sulfurisé et versez y la préparation.

faites cuire au four pendant 35 à 40 minutes. démoulez quand le gâteau est froid.



# Cake salé aux herbes

## Ingredients :

Recette pour 8 personnes:

Pâte :

2 00g farine

1 sachet levure

3oeufs

1 dl lait

1 dl huile

sel poivre

Garniture :

100 g de gruyère râpé

100 g lardons

2 cuillères à soupe de persil haché

2 cuillères à soupe de ciboulette

2 cuillères à café de menthe

2 cuillères à café d'estragon

20 g beurre.

## Preparation :

Préchauffez le th.6 (200°C).

Dans une casserole d'eau bouillante, faire blanchir les lardons 5 mn à la reprise du frémissement. Egoutter. Puis les faire légèrement revenir dans une poêle sèche en remuant régulièrement; Les réserver sur un papier absorbant.

Verser dans un saladier la farine tamisée et la levure.

Ajouter les œufs et l'huile.

Saler et poivrer.

Ajouter le lait chaud

Continuer à travailler la pâte jusqu'à obtention d'une crème lisse.

Ajoutez les herbes, le gruyère râpé et les lardons.

Mélangez délicatement.

Beurrez un moule à cake, versez-y la préparation et laissez reposer 15 mn.

Cuire 45 min. Démouler 10 mn après la sortie du four.

Laissez refroidir le cake avant de servir.

Accompagne : les pommes de terre sautées, limande, daurade truite, côtelettes d'agneau.



# Cake salé aux poivrons

## **Ingredients :**

Pour un grand moule à cake:

- 2 poivrons moyens
- 150 g féta
- 50 g olives noires
  
- 3 oeufs
- 150 g farine
- 1/2 sachet de levure
- 80 ml huile d'olive
- 15 g lait entier
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Préchauffer le four.

Faire griller les poivrons au four sur un papier alu; lorsqu'ils sont grillés, les enlever dans le papier alu. Laisser refroidir un peu et retirer peau et pépins.

Couper la féta en dés et ajouter les olives coupées en 2.

Dans un saladier travailler les oeufs, la farine avec la levure. Bien mélanger et y incorporer, l'huile et le lait chaud.

Ajouter le gruyère râpé, puis terminer par le mélange poivron, féta olives. Saler, poivrer.  
Verser la préparation dans un moule "silicone" sans graisse et faire cuire 45 mn environ à 180° environ.



# Calamar à la catalane

## **Ingredients :**

Recette M&T:

Pour 4 personnes:

1 kg d'encornets

1 livre de tomates fraîches

1 petite boîte de concentré de tomates

1/2 verre d'huile

1 verre de vin blanc

1 gros oignon

1 gousse d'ail

thym, laurier girofles

sel poivre

1 noix de beurre

persil haché

## **Preparation :**

Couper les encornets en deux et retirer poche à encre et boyaux. laver à plusieurs eaux et découper en morceaux y compris les tentacules.(Demander au poissonnier).

Dans l'huile chaude, faire revenir l'oignon et l'ail hachés.

Ajouter les tomates coupées en morceaux, pressées, épépinées, le concentré de tomates, l'assaisonnement.

Mouiller avec le vin blanc.

Lorsque l'ébullition est rétablie, mettre les morceaux de calamar dans la sauce, couvrir et cuire à feu doux.

Si la sauce était trop "longue", découvrir pour faciliter l'évaporation.

Au moment de servir, hors du feu, ajouter le beurre en petites parcelles et saupoudrer de persil haché

Servir avec du riz créole.



# Canard aux figues et aux amandes

## **Ingredients :**

40 g d'amandes effilées  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive  
200 g de figues  
1 petit oignon  
500 g d'aiguillettes de canard  
10 cl de porto  
1 noix de beurre

## **Preparation :**

Faites griller les amandes dans une poêle, sans ajout de matière grasse  
Coupez les figues en morceaux  
Emincez l'oignon  
Dans une sauteuse, faites revenir sur feu vif les aiguillettes avec l'huile d'olive  
Réservez-les  
Dans la même sauteuse, faites fondre les oignons sur feu doux et couvrez  
Ajoutez le porto, les amandes, les figues  
Laissez mijoter 2 à 3 minutes en remuant délicatement  
Ajouter si besoin un peu d'eau pour la fluidité de la sauce  
Ajoutez une noix de beurre puis les aiguillettes pour les réchauffer  
Servez chaud, avec des pâtes ou du riz



# Canard aux groseilles

## **Ingredients :**

2 magrets (ou filets) de canard  
4 pommes (ou des poires en saison)  
20 g de beurre  
2 poignées de groseilles  
1 verre de Porto

## **Preparation :**

Peler et couper les pommes en tranches assez fines

Dans une poêle, les faire revenir dans le beurre jusqu'à ce qu'elles soient cuites et d'une jolie couleur

Les réserver au chaud

Dans une autre poêle anti-adhésive chaude, faire cuire le canard environ 2 à 3 mn de chaque côté. Saler, poivrer. Réserver au chaud

Déglacer la poêle avec le Porto et laisser réduire de moitié environ

Au dernier moment ajouter les groseilles (1 mn environ) pour ne pas les faire cuire.

Pour servir présenter l'assiette en décorant au mieux:

les tranches de pommes

le canard coupé en tranches transversales

napper avec la sauce aux groseilles



# Canette au gingembre frais

## **Ingredients :**

Pour quatre personnes:

Une canette,  
cinquante grammes de gingembre frais,  
quatre échalottes,  
quatre cents grammes de tomates, deux gousses d'ail,  
le tiers d'une cuillère à café de piment pâte, (la dose est suivant le goût, peut aussi être remplacée par le poivre du moulin),  
gros sel,  
une pincée de safran, ou bien un sachet de 'spigol'.

## **Preparation :**

I/ Coupez votre canette en morceaux moyens et égaux, faites bouillir les tomates, pelez-les, et coupez-les en quartiers. Mélangez à part le gingembre et l'ail après les avoir rapés, mettez du gros sel dans la pâte ainsi obtenue.

Coupez les échalottes en rondelles.

II/ Dans une cocotte, mettez à dorer les morceaux de viande (avec très peu d'huile), puis ajoutez les échalottes, remuez. Mettez maintenant les tomates, puis le mélange ail/gingembre, mélangez, rajoutez le safran ou 'spigol', et enfin le piment ou poivre. Mélangez bien, couvrez la cocotte, laissez mijoter à feu doux pendant trois quarts d'heure environ. Testez la cuisson de temps en temps avec la pointe d'un couteau sur la viande.

Ce plat étant tropical, il s'accompagne très bien avec un bon riz cuit à la créole, (Basmati, ou bien Thaïlandais parfumé, par exemple).

Bon appétit!!



# Cannellonis farcis aux épinards et ricotta

## Ingredients :

Recette italienne maman:

12 feuilles de pâte à lasagne  
300 g d'épinards  
2 oignons  
100 g de fromage ricotta  
2 oeufs battus légèrement  
sel, poivre, muscade  
huile ou beurre

Sauce béchamel  
Fromage râpé de type mozzarella

1/2 litre de coulis de tomate  
1 c. à soupe de marjolaine fraîche ( ou de marjolaine sèche)  
3 c. à soupe de crème fraîche.

## Preparation :

Faire dorer les oignons émincés au beurre ou à l'huile ; ajouter les épinards grossièrement déchiquetés en prenant soin d'enlever la tige et la nervure centrale si les feuilles sont trop grosses; quand les épinards " fondent " assaisonner de sel, poivre, muscade. Laisser cuire à feu doux pendant 10 minutes environ.

Laisser refroidir puis incorporer les œufs entiers et le fromage ricotta.

Pendant ce temps, cuire les pâtes dans l'eau bouillante légèrement salée - cuite... non al dente ! Égoutter et laisser tiédir. Couper en deux avec un ciseau dans le sens de la largeur. Déposer sur le plan de travail.

Déposer une longueur de farce sur chaque pâte; rouler et déposer dans un plat à gratin. Recommencer l'opération pour tous les cannellonis.

Couvrir avec la sauce béchamel; saupoudrer de fromage râpé et faire gratiner légèrement avant de servir.

On peut les faire à la sauce tomate uniquement:

saupoudrer de marjolaine, verser un filet de crème et faire gratiner légèrement avant de servir.

Version des deux sauces : soit verser la béchamel au centre et la sauce tomate tout autour.



# Cari d'espadon

## **Ingredients :**

Recette Internet ( La réunion)

Pour 4 personnes :

500g d'espadon .

400g de tomates

3 oignons .

1 tête d'ail .

2cm de racine de gingembre

1 carré de 1cm de peau de combava

1 bouquet de thym

1/2c à café de curcuma

sel

4c à soupe d'huile

## **Preparation :**

Détailler les oignons en fines lamelles.

Les faire revenir dans l'huile chaude.

Les faire revenir dans l'huile chaude.

Ajouter le bouquet de thym effeuillé, le curcuma et 1c à café de sel.

Couper les tomates en dés et les ajouter à la préparation.

Laisser mijoter à feu doux et à couvert, jusqu'à ce que les tomates soient cuites.

Ajouter le morceau de gingembre pelé et l'écorce de combava (variété de la famille des citrons verts)

préalablement écrasés.

Couper la chair du poisson en dés de 1 cm de côté.

Mouiller avec 10cl d'eau.

Laisser mijoter à feu moyen et à découvert pendant 15 mn.

Rectifier l'assaisonnement.

Servir avec du riz blanc long, des grains

et des brèdes.(variétés de salades de la réunion).

La même recette s'applique au thon, camarons (gambas), rougets, colin, merlu, anguille et crevettes.



# Carottes Vichy

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes :

- 500 g de carottes
- sel, poivre
- 30 g de beurre
- qq brins de persil.

## **Preparation :**

Gratter et couper les carottes en fines rondelles.

Dans une casserole d'eau bouillante, les mettre à cuire 35 mn environ.

Mieux on peut les cuire au cuit- vapeur pendant un temps équivalent.

Les égoutter si elles sont cuites à l'eau.

Mettre les rondelles de carottes dans un plat. Ajouter des noisettes de beurre, du persil haché et servir de suite.

Variante: pour changer, on peut remplacer le beurre par 2/3 cuillères de crème liquide.



# Caviar d'aubergine

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 3 aubergines
- 3 gousses d'ail
- 1 verre d'huile d'olive
- 1 jus de citron
- sel, poivre
- Tartines grillées

Variantes:

- 1 yaourt
- 1 oignon haché.

## **Preparation :**

Mettre les aubergines entières à cuire dans un four à 150° C pendant 45 min.

Sortir les aubergines du four, les couper en deux.  
Récupérer la chair à la cuillère et la passer au mixeur.

Verser la purée d'aubergines dans un grand bol.  
Incorporer l'huile d'olive, le jus de citron et l'ail écrasé tout en fouettant vigoureusement.  
Saler et poivrer au moulin. Battre à nouveau.

Servir frais avec des tartines grillées.

Variantes :

- Ajouter le yaourt si on désire alléger en matières grasses.
- Ajouter  
des oignons hachés  
du persil.



# Cerises &agrave; l'eau de vie

## **Ingredients :**

1 kg de cerises (griottes ou Montmorency)  
250 g de sucre en poudre  
1 litre d'eau-de-vie blanche &agrave; 45&deg;

## **Preparation :**

Lavez les cerises puis essuyez-les soigneusement; coupez la queue &agrave; 1 cm  
Remplissez un bocal de cerises  
Mettez le sucre dans une casserole avec un demi-verre d'eau  
Portez &agrave; &eacute;bullition pour que le sucre fonde puis laissez refroidir  
Versez sur les fruits le sirop de sucre et l'eau de vie  
Fermez herm&eacute;tiquement le bocal  
Laissez reposer 2 mois avant de consommer



# Cervelas briochés;

## Ingredients :

1 cervelas de 700 g environ; 800 g environ

Pour la brioche

350 g de farine T55

10 g de levure sèche;

25 g de sucre

4 œufs

170 g de beurre

8 g de sel fin

## Préparation :

La veille: Préparer la pâte ; brioche

Sortir le beurre et le garder à température ambiante

Mettre la farine dans un saladier, le sel, le sucre, la levure et 3 œufs

Mélanger les ingrédients jusqu'à obtention d'une pâte ferme et élastique

Pétrir environ 5 mn à la main

Mettre le 4<sup>e</sup>me œuf et repétrir la pâte environ 10 mn pour former une pâte bien homogène, élastique et moins ferme. Il faut qu'elle se détache de la bassine facilement et qu'elle ne colle pas trop aux mains

Ajouter le beurre ramolli, ni trop froid, ni trop mou et bien l'incorporer à la pâte

Un fois terminé, laisser reposer la pâte environ 1 h suivant la température ambiante. La recouvrir d'un film alimentaire (pas de cellophane); attendre que la pâte double de volume

«Casser» la pâte (re-pétrir 30 s) et recouvrir à nouveau d'un film

Passer au réfrigérateur pour la faire refroidir environ 4 h ou plus, ensuite on peut l'utiliser

Piquer le saucisson en plusieurs endroits, puis le plonger dans une casserole d'eau portante ; ébullition et le faire pocher 45 minutes. L'égoutter, l'égoutter, puis le peler

Le lendemain:

Préchauffer le four à 190°C

Abaisser la pâte ; brioche sur le plan de travail fariné; et former un rectangle assez grand pour envelopper largement le cervelas

Poser le cervelas sur le rectangle de pâte, rabattre les côtés et les souder par en dessous avec un peu d'eau.

Faire 2 petites chemises

Badigeonner le dessus et les côtés avec un jaune d'œuf battu avec un peu d'eau

Poser le cervelas en brioche sur la table du four légèrement beurré;

Faire cuire 1 heure environ jusqu'à ce que la pâte soit dorée;



# Charlotte au tiramisu de Marie

## Ingredients :

Recette pour 4/5 personnes:

- 1 moule à charlotte (ou un moule rond à bords hauts)
- 4 cuillères à soupe de café arabica moulu fin
- 20 biscuits à la cuiller
  
- 3 oeufs
- 150 g sucre
- 250 g mascarpone
- 5 cl de marsala
- 1 pincée de sel
  
- 2 cuillères à café de cacao non sucré.

## Preparation :

Préparer 20 cl de café très fort et le laisser refroidir dans un bol.

Tapisser les parois du moule à charlotte avec 10 biscuits à la cuiller.  
Couper quelques biscuits en 2 ou en 3, les tremper dans le café fort et en recouvrir le fond du moule.

Casser les oeufs et séparer les blancs des jaunes dans 2 jattes.

Fouetter les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse double de volume et fasse le "ruban" en le soulevant avec le fouet.

Battre le mascarpone à la fourchette; l'ajouter au mélange sucre- jaunes. Parfumer au marsala et mélanger.

Monter les blancs en neige très ferme avec la pincée de sel.

Les incorporer délicatement à la crème au mascarpone en soulevant la crème pour recouvrir les blancs, en faisant tourner la jatte. (Faire bien attention de ne pas les faire retomber en mélangeant comme une sauce!!)

Verser la moitié de la mousse au mascarpone dans le moule à charlotte avec la spatule.

Recouvrir avec des demi- biscuits trempés dans le café.

Verser le reste de la mousse. Bien lisser.

Recouvrir d'une 2ème couche de demi- biscuits trempés dans le café.

Mettre 3 h au moins au réfrigérateur. Penser à y mettre aussi le plat de service pour le refroidir.

Au moment de servir, démouler la charlotte sur le plat.

Saupoudrer de cacao à travers une passoire très fine afin d'éviter les grumeaux.

Servir frais.



# Charlotte aux fraises

## **Ingredients :**

Recette pour 6/8 personnes:

- 1 kg de fraises
- 100 g de sucre en poudre
- le jus d'1 citron
- 1 grosse boîte de biscuit cuillers
- 3 dl de crème fraîche.

## **Préparation :**

Attention: A préparer la veille!

Saupoudrer de sucre les fraises lavées et équeutées. Garder quelques fraises pour décorer!  
Arroser avec le jus de citron et laisser macérer 2h au froid.

Tremper rapidement les biscuits dans le sirop obtenu et chemiser le fond et les bords d'un moule à charlotte.

Battre la crème en chantilly.

Remplir le moule à charlotte en mettant alternativement, les fraises, la crème chantilly et les biscuits.

Terminer par une couche de biscuits et mettre au frais au moins 12 h.

Démouler après avoir retourné le moule sur un plat de service et décorer avec quelques fraises restantes.



# Chili con carne

## **Ingredients :**

750 g de steak haché  
300 g de haricots rouges secs (NDLT: 2 grosses boîtes de haricots rouges extra cuits si on est pressé)  
2 gros oignons pelés et émincés  
2 cuillères à soupe de poudre de chili doux  
1 cuillère à soupe de poudre de cumin  
1 cuillère à soupe de poudre d'origan  
1 cuillère à soupe de poudre de cacao non sucré  
1/2 cuillère à soupe de cannelle  
1 cuillère à café de poivre de Cayenne  
8 gousses d'ail pelées et émincées  
500g purée de tomates  
25 cl de bouillon de viande  
1 verre d'huile d'olive  
sel

## **Préparation :**

Faire cuire les haricots rouges en deux fois, le mieux étant avec la cocotte minute:  
Cuire dans l'eau 5 mn après rotation de la soupape  
Laver la cocotte et remettre de l'eau faire bouillir  
Saler et cuire 50 mn  
Dans une poêle, faire revenir à feu doux les oignons dans 3 cuillères à soupe d'huile en évitant qu'ils ne se colorent trop  
Pendant ce temps, faire cuire la viande dans une cocotte contenant 2 cuillères à soupe d'huile en remuant  
Saler  
Ajouter les oignons à la viande, puis les épices  
Bien mélanger le tout pendant 5 mn au moins tout en continuant à chauffer à feu doux  
Ajouter la purée de tomates et le bouillon de bœuf (ou un peu d'eau)  
Saler  
Faire cuire à feu très doux pendant 1h à découvert  
Rectifier l'assaisonnement si nécessaire  
Ajouter les haricots rouges égouttés  
Faire cuire encore à feu très doux 30 mn



# Chocolat à l'ancienne

## **Ingredients :**

Une plaque de chocolat à cuire à 56 %

1 litre de lait, de préférence entier si vous aimez votre chocolat très onctueux  
(En moyenne, compter une barre de tablette pour une tasse de chocolat)

## **Preparation :**

Faire chauffer le lait, puis ajouter les morceaux de chocolat

Bien mélanger à l'aide d'un fouet et faire émulsionner jusqu'à la fonte totale du chocolat

Avant de le servir, fouettez vivement le liquide afin que le chocolat soit bien mousseux

On dit que le chocolat est meilleur fait la veille et réchauffé!



# Chou braisé

## **Ingredients :**

Recette maman :

1 beau chou  
lardons  
1 oignon  
1 carotte  
pommes de terre  
saucisses fumées  
1 gousse d'ail  
1 tablette de bouillon

## **Preparation :**

Faire blanchir le chou en le cuisant 5 mn après la rotation de la soupape de la cocotte minute.

Egoutter

Faire dorer dans un peu d'huile, l'oignon coupé en 4, le lard, les pommes de terre coupées en 2 et les saucisses .

Quand tout est bien doré:

Ajouter le chou avec 1 gousse d'ail coupé fin, la tablette de bouillon émietée mélangée avec le chou, et 1petit verre d'eau au besoin.

Ne pas saler,mais poivrer.

Cuire 45 mn à la cocotte minute, puis 1/4 h à découvert pour faire évaporer l'eau du chou.



# Chou fleur à la milanaise

## **Ingredients :**

Recette pour 4/5 personnes selon la taille du chou fleur:

- 1 chou fleur
- 80 g de gruyère râpé environ
- 2 cuillères de chapelure
- 50 g de beurre environ
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Faire cuire le chou fleur dans l'eau bouillante salée.  
L'égoutter, le mettre dans un plat à gratin.

Mettre du gruyère râpé dessus, un peu de chapelure et de beurre fondu.

Mettre à gratiner.

Au sortir du four, arroser avec du beurre noisette (fondu).



# Chou fleur à la polonaise

## **Ingredients :**

Recette pour 4/5 personnes :

- 1 chou fleur
  
- 2 œufs
- 75 g de mie de pain rassis ou chapelure
- 75 g de beurre
- persil.

## **Preparation :**

Pas besoin de four.

Cuire le chou fleur dans l'eau bouillante salée pendant ¼ h environ pour qu'il soit al dente.

Faire cuire les œufs durs dans une casserole d'eau pendant 10 mn environ. Ecaler les oeufs et les émietter

Egoutter le chou fleur et le mettre dans un plat.

Dans une poêle, faire fondre le beurre et mélanger la chapelure avec une cuillère en bois en surveillant pour que la préparation soit légèrement grillée.

Verser la préparation sur le chou fleur pour le recouvrir.

Semer par-dessus les œufs émiettés et le persil haché.

Servir de suite.



# Choucroute Garnie

## Ingredients :

1 kg de chou &agrave; choucroute crue  
1 oignon  
Quelques grains de coriandre  
1 tablette de bouillon  
Viande :  
R&ocirc;ti de porc fum&eacute; (filet de Kassler)ou palette fum&eacute;e environ 500 g  
lard fum&eacute; environ 300 g  
Saucisses :  
2 saucisses de Montb&eacute;liard (fum&eacute;es) que l'on peut couper en deux  
1 cervelas  
1 saucisse de Strasbourg par personne  
Liquide :  
1 bouteille de Riesling  
500 g de pommes de terre &agrave; chair ferme  
Ne pas saler

## Preparation :

Laver la choucroute (1 fois par trimestre &agrave; partir de septembre):  
Si on fait la choucroute en septembre: 1 lavage suffit  
Si on fait la choucroute en d&eacute;cembre, la laver 2 fois de suite &agrave; l'eau  
Si on la fait en mars laver 3 fois de suite...  
La choucroute &eacute;tant du chou ferment&eacute; elle est de plus en plus acide avec le temps  
Bref, la rincer et bien la presser avec les doigts  
Mettre 1 oignon au fond d'une grande cocotte  
Faire revenir cet oignon dans un corps gras (un peu d'huile, saindoux..)  
Ajouter la moiti&eacute; de la choucroute bien essor&eacute;e  
Ajouter par dessus la viande:  
la palette, le lard fum&eacute;, les saucisses fum&eacute;es de Montb&eacute;liard  
Recouvrir la viande avec le reste de la choucroute  
Mouiller jusqu'&agrave; recouvrir la choucroute: moiti&eacute; eau/ moiti&eacute; riesling.  
Mettre &agrave; cuire &agrave; feu doux 2 h environ  
Avant la fin de la cuisson (1/4 h), ajouter sous la choucroute:  
des pommes de terre cuites &agrave; part (&agrave; l'eau ou &agrave; la vapeur)  
des saucisses de Strasbourg (si on n'est pas s&ucirc;r de l'heure du repas, on les fera cuire &agrave; part 10 mn dans de l'eau doucement, car si elles ont trop cuites elles &eacute;clatent)  
Couper le cervelas en 2 dans le sens de la longueur  
Servir:  
Faire un d&ocirc;me avec la choucroute  
Mettre les saucisses dessus  
Servir &agrave; part, les pommes de terre et la viande



# Chutney à l'abricot

## **Ingredients :**

Pour 2 pots de "confiture" standard:

1 paquet de 500 g d'abricots secs

1 poignée de raisins secs

125 g de sucre

50 ml de vinaigre de vin

50 ml eau

Epices à l'appréciation!

1 racine de gingembre

2 cuillères à soupe de garam massala

1 pincée de piment ou plus selon le goût

Sel

## **Préparation :**

Couper les abricots en petits cubes

Dans une casserole, mettre les cubes d'abricots et les raisins

Ajouterle vinaigre, l'eau et le sucre

Mélanger

Râper le gingembre

Ajouter les épices

Laisser mijoter environ 35/40 mn à feu doux jusqu'à ce que la préparation épaississe

Laisser refroidir

Mettre en pots et conserver au réfrigérateur



# Clafoutis aux abricots

## **Ingredients :**

Recette pour 1 grand moule: on sert dans le plat de cuisson:

- 100 g de farine
- 4 oeufs
- 150 g de sucre
- 1 sachet de sucre vanillé (ou 1/2 cuillère à café d'extrait de vanille)
- 400 ml de lait
- 500 g d'abricots.

## **Preparation :**

Préchauffer le four à 180°.

Dans une terrine, mélanger la farine, les oeufs, le sucre.

Ajouter progressivement le lait en mélangeant bien pour obtenir une pâte sans grumeaux.

Laver les abricots, les dénoyauter, les couper en deux.

Les répartir dans le moule beurré, côté bombé dessus.

Recouvrir avec la pâte et cuire environ 40 mn.



# Clafoutis aux cerises aigres ou aux groseilles

## Ingredients :

1 livre de groseilles ou  
750 g de cerises  
3 grosses cuillères à soupe de farine  
3 oeufs  
1 pincée de sel  
3 grandes cuillères à soupe de sucre  
1 grand verre de lait  
qq cuillères de crème.

## Preparation :

Détacher la farine, le sel, le sucre avec les oeufs.

Ajouter en filet, tout en travaillant, le lait et la crème puis les cerises.

Beurrer un moule à flan circulaire haut de 5 cm et le mettre vide dans le four.

Quand il est bouillant, le retirer (sans se brûler!) et y verser de préférence d'abord les cerises retirées à l'aide d'une cuillère, puis les recouvrir du mélange.

Faire cuire au four.



# Colinot au court bouillon

## **Ingredients :**

Recette mamie Arlette:

Pour 4 personnes :

1 colinot de 1,5 kg environ

court-bouillon :

2 l eau

2 cuillères à soupe de vinaigre

1 oignon

1 clou de girofle

bouquet garni

sel poivre

## **Preparation :**

Faire le court-bouillon :dans un large faitout faire chauffer tous les éléments du court-bouillon.

Laisser bouillir 10 mn environ.

Laisser refroidir.

Vider et laver le poisson. Le plonger dans le court-bouillon froid. Porter à ébullition, puis couper le courant. Laisser cuire sans bouillir 8/10 mn.

Servir le colinot chaud avec une mayonnaise.( Le blanc inutilisé pour la mayonnaise, peut être cuit dans le court-bouillon) et des pommes de terre cuites à la vapeur.



# Compote d'abricots

## **Ingredients :**

Pour 6 personnes:  
1 kg d'abricots  
150 g de sucre  
1 petit verre d'eau.

## **Preparation :**

Laver les abricots, les couper en deux, et retirer les noyaux.  
Mettre les abricots avec l'eau et le sucre dans une casserole. Couvrir.  
Faire cuire à feu très doux 15/20 minutes (selon le degré de maturité des fruits).  
Retirer du feu et laisser refroidir.  
Mettre dans un compotier.



# Compote de fraises

## **Ingredients :**

300 g de fraises  
1 gousse de vanille  
50 g de sucre.

## **Preparation :**

Laver les fraises, puis les équeuter et les couper en deux.

Mettre les fraises dans une casserole avec le sucre et 2 cuillères à soupe d'eau ;

Ajouter la gousse de vanille fendue dans la longueur.

Cuire à feu très doux en remuant de temps en temps avec une cuillère en bois pendant 5 à 10 minutes à partir de l'ébullition.

Laisser tiédir puis verser dans un plat creux de service.



# Compote de pommes

## **Ingredients :**

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 20 minutes

Recette pour 4 personnes:

1,5 kg de pommes

60 g de sucre en poudre

2 verres d' eau

Parfum au choix:

1 sachet de sucre vanillé

1 cuillère à café de Cannelle

1 zeste de citron.

## **Preparation :**

Eplucher les pommes. Otez le cœur et les pépins et les couper en dés.

Mettre les pommes dans une casserole avec l'eau, le sucre et le sucre vanillé.

Cuire à feu doux 20 minutes, jusqu'à ce que les pommes s'écrasent.

Mixer le contenu de la casserole, en ajoutant la cannelle. Servir frais.

La quantité de sucre est variable selon le goût; on peut ne pas en mettre du tout.

Si la compote est destinée à garnir une tarte ou un chausson aux pommes, il faut faire une compote sèche c'est à dire, sans eau à feu doux avec un couvercle.



# Compote de pruneaux

## **Ingredients :**

Pour 6 personnes:  
500 g de pruneaux  
125 g de sucre  
1 gousse de vanille.

## **Preparation :**

Faire tremper les pruneaux dans 2 verres d'eau, les mettre sur le feu et ajouter le sucre, la gousse de vanille fendue.

Laisser mijoter pendant 1/2 h puis égoutter les pruneaux.

Continuer à faire cuire le jus jusqu'à ce qu'il devienne sirop.

Retirer la vanille, arroser les pruneaux avec le sirop.

Servir tiède ou frais.



# Compote de prunes

## **Ingredients :**

Pour 6 personnes:

1 kg de prunes (mirabelles, quetsches, reines-claude)

150 g sucre suffisent si les fruits sont bien murs

1/2 gousse de vanille

Facultatif: 1 verre à liqueur d'eau-de-vie de prunes.

## **Preparation :**

Laver les prunes.

Les couper en deux et les dénoyauter.

Ajouter le sucre, la vanille; mélanger.

Cuire à feu très doux pendant une vingtaine de mn.

Retirer la casserole du feu et laisser refroidir.

Variante: Verser le petit verre d'eau-de-vie sur les prunes.



# Concombre aux crevettes et au fromage blanc

## **Ingredients :**

Très bonne recette pour 4 coupes:

- 1 concombre
- 200 g de crevettes décortiquées
- 200 g de fromage blanc maigre
- 1 citron
- 1 cuillère à café d'huile au basilic
- 1 bouquet de menthe fraîche
- Sel, poivre.

Boisson conseillée : Tavel

## **Préparation :**

Lavez le concombre, et râpez-le.

Fouettez le fromage blanc avec le jus de citron et l'huile au basilic.  
Salez et poivrez.

Conservez quelques crevettes pour la décoration et ajoutez le reste au fromage blanc.  
Ajoutez la menthe ciselée et mélangez.

Répartissez le concombre râpé dans 4 coupes individuelles.  
Recouvrez du mélange au fromage blanc.

Servez frais en décorant avec quelques crevettes et quelques feuilles de menthe.



# Confiture ananas mangue

## **Ingredients :**

Pour 2 pots:

1 ananas pas trop gros (environ 300 g)

1 mangue (environ 200g)

1 citron

250 g sucre

## **Preparation :**

Peler l'ananas; enlever les yeux et la partie centrale

Couper la mangue en 2 le long du noyau. Peler les 2 moitiés

Couper les fruits en petits morceaux. Les peser et préparer la moitié du poids de sucre

Dans un saladier, mélanger l'ananas et la mangue avec le sucre et le jus de citron

Mettre au réfrigérateur au moins une demi journée

Dans la bassine à confiture, porter à ébullition et cuire à feu vif 15 à 20 mn en surveillant la prise de la confiture

Mettre en pots. Fermer et laisser retourné jusqu'à refroidissement



# Confiture d'abricots

## **Ingredients :**

Pour 6/7 pots de 450 g environ:

2 kg d'abricots dénoyautés

1,8 g de sucre

## **Preparation :**

Essuyer les abricots, les ouvrir en deux, retirer les noyaux. Conserver 4/5 noyaux

Peser les fruits et prendre 900 g de sucre par kilo de fruits

Dans un récipient non métallique, placer en couches alternées les moitiés d'abricots et le sucre

Porter au frais et laisser macérer jusqu'au lendemain

Le lendemain:

Mettre les fruits et le sucre cuire à feu assez vif. A ébullition écumer et cuire encore 15 mn.

Remuer

Retirer les fruits et les mettre dans les pots (ébouillantés puis bien séchés) que l'on remplit aux 2/3

Casser les noyaux. Plonger les amandes quelques minutes

dans de l'eau bouillante pour les monder (la peau s'enlève facilement). Couper les amandes et en mettre 1 à 2 par pot pas plus (goût amer)

Remettre le jus sur le feu et continuer sa cuisson jusqu'à ce qu'il soit bien épais (28° ou 29° si on a un pèse sirop), qu'il fige si déposé sur une assiette froide, ou nappe l'écumoire

Achever de remplir les pots

Fermer et retourner



# Confiture d'oranges

## **Ingredients :**

Recette maman:

6 oranges

2 citrons (qui sont utilisés pour la macération et la cuisson à l'eau pour le goût)

2 l eau

3 kg sucre

## **Preparation :**

Laver et brosser les oranges puis les essuyer soigneusement

A l'aide d'un couteau effilé, couper les fruits nettoyés en lamelles, le plus fin possible

Recueillir les pépins et les membranes puis les mettre à tremper dans 1/2 l d'eau froide

Mettre les tranches de fruits dans 1 l 1/2 d'eau et laisser macérer 24 h

Le lendemain nouer les pépins dans une mousseline

Dans une bassine à confiture, mettre l'eau où membranes et pépins ont trempé, les fruits et le nouet de pépins et faire bouillir doucement pendant 1h 30. Le volume doit diminuer de moitié

Ajouter le sucre, remuer, faire reprendre l'ébullition et laisser cuire environ 20 mn. (Une goutte de confiture versée sur une assiette froide se fige: la confiture est cuite)

Mettre en pots immédiatement, laisser refroidir et couvrir



# Confiture de cassis

## Ingredients :

1,5 kg de cassis  
1,5 kg de sucre  
2 verres d'eau.

## Preparation :

Laver et égrener les cassis

Dans une bassine à confiture, mettre la moitié de l'eau, le sucre, l'autre moitié de l'eau

Porter sur feu vif et faire un sirop de sucre. Ne pas remuer, mais secouer la casserole de temps en temps

A partir de l'ébullition, compter 5 mn, puis verser les cassis dans la bassine et compter 2 mn de cuisson

Verser la préparation dans une terrine et laisser macérer 24 h

Le lendemain, passer la préparation à travers une passoire

Remettre le jus dans la bassine sur le feu et compter 10 mn de cuisson à partir de l'ébullition

Ajouter alors les fruits dans la bassine

Laisser cuire en vérifiant de temps en temps le degré de cuisson

Ecumer et mettre en pots



# Confiture de cerises à l'ancienne

## **Ingredients :**

1 kg de fruits dénoyautés

1 kg de sucre

## **Preparation :**

Cette méthode un peu longue permet de conserver le parfum délicat du fruit:

Laver les fruits, les égoutter et ôter les noyaux et les queues

Faire macérer les fruits dans une terrine en alternant fruits et sucre, et en terminant par une couche de sucre

Laisser au frais 24h

Verser le tout dans une casserole. Chauffer en remuant

Dès que l'ébullition est franchement déclarée sur toute la surface de la confiture, compter 3 mn.

Retirer du feu et reverser dans la terrine

Attendre 24 h et refaire chauffer la confiture. Laisser bouillir 5 mn

Retirer les fruits avec l'écumoire, les répartir dans les pots. Laisser réduire le sirop par ébullition jusqu'à la consistance désirée



# Confiture de figues

## **Ingredients :**

Recette de Corse

Pour 4 pots :

1,5 kg de figues (vertes si possible)

600 g sucre semoule

1 gousse de vanille

## **Preparation :**

Laver les figues à l'eau froide, les égoutter et les essuyer

Les piquer en plusieurs endroits avec une aiguille

Les mettre dans une grande casserole à fond épais ou une bassine à confiture et ajouter le sucre en le saupoudrant régulièrement sur tous les fruits

Ajouter dans la casserole la gousse de vanille fendue, puis coupée en tronçons

Verser 1 verre d'eau si nécessaire

Porter à ébullition, puis écumer

Régler sur feu très doux et laisser cuire tout doucement 2 h 30 à 3 h en écumant de temps en temps

Egoutter les figues et les mettre dans des pots de confiture ébouillantés

Verser le sirop par dessus et laisser refroidir



# Confiture de fraises (marmelade)

## Ingredients :

1 kg de fraises  
Le poids en sucre des fruits épluchés

## Preparation :

La veille:

Laver les fraises avec soin; les égoutter et les équeuter

Peser les fruits

Déposer par couche dans une grande terrine en alternant fruits et sucre

Laisser macérer 24h

(Au bout de ce temps, le sucre est fondu et les fraises baignent dans le sirop)

Le jour de la cuisson:

Faire chauffer le tout dans une grande bassine en remuant de temps en temps pour empêcher d'attacher, jusqu'à ce que l'ébullition soit obtenue

Cuire à ébullition vive 15 à 20 mn (selon les fruits)

Vérifier la cuisson en faisant couler qq gouttes de confiture sur une assiette froide: le sirop doit être assez épais et s'écouler lentement

Attention:

Les fraises ne contenant pas de pectine, la confiture reste assez liquide!

Laisser tomber l'ébullition quand la confiture est à point

Ecumer

Répartir dans les pots propres et secs

N.B.

Pour obtenir une confiture moins liquide, il faut soit mélanger aux fraises quelques groseilles, soit ajouter un sachet de gélifiant du commerce

La présence de vitamine C provoque le brunissement normal de la confiture quand elle vieillit!



# Confiture de lait

## Ingredients :

Pour 3 à 4 pots:

1 litre de lait

500 g de sucre

1 gousse de vanille

une boîte de lait concentré sucré peut remplacer le lait le sucre

## Preparation :

Il suffit de la plonger encore fermée dans une cocotte-minute remplie au tiers d'eau et laisser cuire 1 h après "chuchotement de la soupape".

Méthode classique:

Verser le lait, la gousse de vanille fendue et le sucre dans un casserole

Porter très doucement à ébullition, en remuant sans arrêt

Baisser ensuite le feu et laisser à peine frémir pendant 2 h en remuant de temps en temps

A bout de ces 2 heures, la confiture doit avoir épaissi. Remuer alors sans cesse jusqu'à obtenir la consistance d'une béchamel avec une couleur caramel.

Verser alors dans des pots et garder au frais une semaine avant de déguster à la cuillère



# Confiture de mûres de Cannes

## **Ingredients :**

1 kg de fruits équeutés et lavés  
750 g de sucre  
2 verres d'eau  
1 jus de citron

## **Preparation :**

Laver soigneusement les mûres cueillies à parfait état de maturité (et cueillies en hauteur!). Les égoutter et les peser

Peser 750 g de sucre pour 1 kg de fruits préparés

Faire avec le sucre et l'eau un sirop "au petit boulé" c'est à dire cuire le sucre sans remuer: quelques minutes après l'état clair et translucide, quelques gouttes versées avec l'écumoire dans un bol d'eau froide forment une boule molle sous les doigts

Ajouter les mûres et le jus de citron

Laisser cuire en remuant fréquemment jusqu'à ce que la confiture soit assez épaisse pour que l'on voit le fond à chaque coup de cuillère

Quelques gouttes versées sur une assiette froide figent immédiatement

Mettre en pots

Laisser refroidir complètement avant de couvrir



# Confiture de prunes

## Ingredients :

2 kg de prunes  
le poids en sucre des fruits préparés

## Preparation :

Laver les fruits et les dénoyauter en les coupant en deux Peser les fruits obtenus  
Dans une grande terrine, mettre des couches alternées de fruits et de sucre en poudre  
Couvrir de sucre  
Laisser macérer dans un endroit frais 12 h au moins  
Au bout de ce temps, le jus des fruits a fait fondre le sucre  
Amener le tout (fruits et sirop) à ébullition  
Remuer presque constamment car la confiture attache facilement et déborde très souvent  
La cuisson (30 mn) doit être vive  
Vérifier la cuisson de la confiture en plongeant l'écumoire dans la masse puis en la retirant: les gouttelettes se figent ou coulent "à regrets"  
Juste avant de retirer la confiture du feu, donner un gros bouillon et écumer  
Mettre en pots  
Les pots après avoir été lavés et ébouillantés, doivent être bien secs  
Le plus simple est d'utiliser des pots à vis ,de les fermer et de les retourner (sans se brûler!).  
A noter: pour des reine-claude ou des mirabelles, compter 800 g de sucre pour 1 kg de fruits dénoyautés



# Confiture de rhubarbe aux fraises

## **Ingredients :**

1 kg de fraises  
750 g de sucre  
1 kg de rhubarbe  
750 g de sucre

## **Preparation :**

Laver, équeuter les fraises; égoutter

Mettre à macérer pendant 24 h dans le sucre au frais

Eplucher la rhubarbe et la couper en petits dés d'un cm environ

La mettre à macérer dans un autre saladier pendant 24 h au frais

Le lendemain:

Mettre la rhubarbe à cuire dans la bassine pendant 10 mn Ajouter les fraises et leur jus de macération

Laisser cuire 20 à 30 mn: vérifier la cuisson régulièrement en plongeant l'écumoire dans la masse, puis en la retirant, les gouttelettes se figent

Mettre en pots



# Confiture pommes raisins

## **Ingredients :**

Recette pour 4/5 bocaux:

2 kg de raisins blancs ou noirs, rincés, égrenés Le raisin doit être pulpeux qu'il soit rouge ou blanc

1 kg de sucre

1 kg de pommes coupées en dés. (L'ajout de pomme, sert à épaissir la confiture).

2 sachets de sucre vanillé ou 3 cuillères à soupe de vanille liquide

1/2 citron taillé en dés ou en rondelles fines.

## **Preparation :**

Dans une bassine à confiture ou une grande casserole, verser un demi-verre d'eau et les raisins. Cuire à feu moyen pendant une heure. Cette cuisson va permettre de récupérer la pulpe des grains.

Filter le raisin dans une passoire. Tasser, écraser pour bien récupérer toute la pulpe. Peser la pulpe. Remettre le jus de raisin dans la bassine.

Dans la bassine, ajouter la moitié du poids du raisin en sucre. Le raisin est un fruit très sucré! Continuer avec la vanille, le citron, les pommes.

Laisser cuire à feu doux. Remuer régulièrement. Tester la cuisson de la confiture en laissant tomber quelques gouttes bouillantes sur une coupelle. Si la confiture se gélifie tout de suite, elle est prête, sinon recommencer l'essai régulièrement.

A l'aide d'une louche remplir les pots de confiture bouillante; les fermer et aussitôt, sans se brûler! les retourner; les laisser à l'envers jusqu'au lendemain.



# Cookies

## **Ingredients :**

Recette de Christel:

pour une plaque de petits gâteaux:

- 80 g sucre roux
- 100 g beurre
- 1 oeuf
- 100 g de chocolat noir patissier
- 200 g farine
- 50 g noix
- 75 g de pépites de chocolat.

## **Preparation :**

Couper le chocolat en copeaux.

Mélanger le sucre roux et le beurre fondu jusqu'à l'obtention d'une préparation moussante.

Ajouter l'oeuf et la farine.

Incorporer le chocolat et les noix concassées à la préparation.

Préchauffer le four à 180°. Mettre sur la plaque du four une feuille de papier sulfurisé et étaler les cookies. Ajouter des pépites de chocolat et aplatis le cookie avec un verre à pied.

Enfourner 10 minutes.



# Côte de boeuf à la béarnaise

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 1 côte de boeuf de 2 kg environ
- 150g beurre
- 2 oeufs
- 2/3 de verre de vinaigre
- 2 échalotes
- quelques branches d'estragon
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Faire griller la côte à four très chaud puis à four plus doux. Compter 12 mn par livre de viande.

Pendant la cuisson de la viande, préparer la sauce:

Hacher finement échalotes et estragon et mettre avec le vinaigre dans une petite casserole; faire bouillir jusqu'à évaporation du liquide. Attention, ne pas faire brûler!

Laisser refroidir.

Ajouter 3 cuillères d'eau froide, les jaunes d'oeuf et remettre à feu TRES doux. Battre au fouet vigoureusement jusqu'à ce que le mélange épaississe. Ajouter alors le beurre par petits morceaux sans cesser de fouetter.

Servir en saucière chaude en même temps que la viande.



# Coudes Rayés à la Crème et aux olives noires

## **Ingredients :**

400g de Coudes rayés  
1 cuil. à soupe d'huile d'olive  
20 olives noires dénoyautées  
1 cuil. à café d'herbes de Provence  
2 brins de thym frais effeuillé  
1 gousse d'ail  
40g de beurre  
60g de crème fraîche.

## **Preparation :**

Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, faites cuire les coudes à votre goût.  
Mixez olives, thym, herbes, ail et huile afin d'obtenir une pommade.  
Faites fondre le beurre dans une casserole à feu doux, ajoutez-y les ingrédients mixés; remuez.  
Incorporez la crème et laissez chauffer 5 min env.  
Mélangez aux pâtes chaudes et servez aussitôt.



# Coulis de fraises

## **Ingredients :**

Pour 500 g de fraises:

150 g sucre

1 cuillère à soupe de jus de citron.

## **Preparation :**

Mixer les fraises et le sucre jusqu'à l'obtention d'un fin coulis.

Ajouter le jus de citron.

Le coulis se conserve 24 h dans une boîte hermétique au réfrigérateur.

On peut également le conserver au congélateur.



# Coulis de tomates

## **Ingredients :**

500 g tomates  
1 oignon  
1 gousse d'ail  
1 bouquet garni (thym laurier) ou  
Herbes de Provence  
1 cuillère d'huile d'olive  
Sel poivre

## **Preparation :**

Mettre tous les ingrédients dans une casserole avec un peu d'eau et faire cuire à feu doux environ 35 mn en remuant de temps en temps  
Passer l'ensemble au moulin à légume pour éliminer peau et graines  
Cuisson au MO possible en plus petite quantité  
Il faut environ 7 mn et on passe ensuite au mixer



# Courgettes en purée

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

1,500 kg de courgettes

quelques cuillères de crème fraîche ( ou 50 g de beurre)

1 pincée de noix muscade

Sel, poivre

persil ou cerfeuil.

## **Preparation :**

Pelez les courgettes: coupez-les en gros dés.

Faites chauffer de l'eau salée dans une casserole, jetez-y les courgettes, laissez-les cuire 15 minutes à petite ébullition.

Versez ensuite les courgettes dans une passoire, laissez-les s'égoutter 10 minutes au moins (en les pressant avec une assiette surmontée d'un poids).

Passez ensuite les courgettes au moulin à légumes au-dessus d'une casserole; poivrez; salez si c'est nécessaire; ajoutez la noix muscade; laissez la purée sécher à feu très doux en la remuant sans arrêt.

Ajoutez ensuite à la purée la crème (ou le beurre) et les herbes hachées, mélangez bien; versez dans un légumier et servez sans attendre.



# Crème anglaise

## **Ingredients :**

1/2 litre de lait  
4/5 jaunes  
80 g sucre  
1 sachet sucre vanillé  
1 pincée de sel  
au frais 2/3 h.

## **Preparation :**

Une très bonne crème dont la réussite nécessite de l'attention!

Dans une casserole, faire chauffer à allure forte le lait, le sucre vanillé et la pincée de sel.

Pendant que le lait chauffe battre les jaunes d'oeufs et le sucre dans une terrine.

Dès que le lait frémit, passer à allure moyenne et verser peu à peu le lait bouillant sur la préparation sans cesser de mélanger vigoureusement avec une cuillère en bois.

Reverser le tout dans la casserole, remettre quelques instants sur la plaque chaude en mélangeant doucement.

Ne pas laisser bouillir car la crème tournerait

Quand la crème commence à épaissir très légèrement, couper le courant.

Dès qu'elle enrobe la cuillère, la retirer du feu et la verser dans le plat de service.

Attention:

Bien surveiller la cuisson: quand la crème est cuite cela correspond au moment où la mousse disparaît..



# Crème au beurre

## **Ingredients :**

Pour garnir des macarons par ex

100 g de beurre à la température de la pièce

75 g de sucre glace

1 oeuf

parfum au choix: par ex

1 cuillère d'essence de café (ou 2 cuillères à café de café soluble délayé dans une petite cuillère d'eau chaude), 1 cuillère d'essence de vanille...

## **Préparation :**

Travailler le beurre et le sucre glace avec 1 cuillère en bois.

Ajouter le jaune d'oeuf puis le parfum.

Bien mélanger.



# Crème au chocolat

## **Ingredients :**

Pour 8 pots:

1 paquet de sucre vanillé

1 litre de lait

125 g de chocolat à croquer (ou 3 cuillerées à soupe de cacao pur)

3 jaunes d'oeufs

80 g de sucre

40g de farine

100 g de crème fraîche.

## **Preparation :**

Faire bouillir le lait avec le sucre vanillé. Lui ajouter le chocolat fondu dans 3 ou 4 cuillerées à soupe d'eau (sans le laisser bouillir) ou le cacao délayé dans la même quantité d'eau chaude.

Pendant ce temps, fouetter les jaunes avec le sucre, puis ajouter la farine.

Verser le lait sur le mélange en fouettant; remettre tout en casserole et faire bouillir à gros bouillons 1 minute pour faire épaissir.

Laisser refroidir en appliquant sur la crème un papier beurré (ou un film alimentaire) afin d'éviter la formation d'une peau.

Mettre au réfrigérateur.

Au moment de servir, mélanger la crème fouettée en chantilly.

Pour accompagner la crème au chocolat:

brioche mousseline, biscuit de Savoie, biscuits à la cuillère, tuiles aux amandes...



# Crème au citron et au mascarpone

## **Ingredients :**

Recette pour 6/7 ramequins (taille pot de yaourt):

1 boîte de mascarpone (250 g)

100 g de sucre

200 ml de crème fraîche

2 citrons (jus et zeste).

## **Préparation :**

Une petite recette de crème au citron facile à faire mais à déguster en petite quantité car très "riche".

Préparer la crème à l'avance car elle doit passer 2h au réfrigérateur.

Mélanger le mascarpone avec le sucre.

Ajouter le jus de citron et le zeste râpé.

Dans un petit saladier, fouetter la crème au batteur.

L'incorporer ensuite au mélange.

Placer au réfrigérateur.



# Crème au citron vert

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 4 citrons verts (+ fort en parfum)
- 2 citrons jaunes
- 3 cuillères à soupe d'eau
- 3 oeufs
- 5 + 3 cuillères de sucre en poudre
- 1 pincée de sel
- 1 cuillère à soupe de fécule.

## **Preparation :**

Presser le jus des citrons et le mettre dans une casserole avec l'eau à feu très doux. Ne pas aller à l'ébullition.

Séparer les jaunes des blancs.

Battre au fouet les jaunes avec 5 cuillères à soupe (bombées) de sucre en poudre. Ajouter la fécule, puis le jus de citron chaud. Mélanger.

Verser dans une casserole et cuire jusqu'à épaississement.

Monter les blancs en neige avec 3 cuillères à soupe de sucre.

Les incorporer à la crème.

Laisser au réfrigérateur 2h.



# Crème Chantilly

## **Ingredients :**

2,5 dl crème fleurette ou l'équivalent obtenu en mélangeant 2 dl crème fraîche soit environ 160 g à 4 cuillères à soupe de lait  
3 cuillères à soupe de sucre glace ou semoule  
sucre vanillé ou extrait de vanille.

## **Preparation :**

Mettre au réfrigérateur 1h à l'avance le crème et le récipient à bords hauts ou utiliser des produits bien réfrigérés.

Au dernier moment mettre dans le bol haut la crème et le sucre

Battre au fouet le beurre et le sucre.

Commencer à fouetter d'abord légèrement au batteur puis rapidement quand la crème commence à faire des bulles.

La crème est à point quand elle forme de gros flocons qui gardent leur forme.

Ne pas trop battre pour éviter la formation de grumeaux irrécupérables "beurre".



# Crème de champignons

## Ingredients :

Recette pour 4/5 personnes:

- 2 cuillères à soupe d'huile
- 1 petit oignon
- 500 g de champignons de Paris
- 2 cuillères à soupe de farine
- 1/4 l eau
- 1/2 l de lait
- persil
- 1/2 jus de citron
- 2 cuillères à soupe de crème.

## Preparation :

Dans une casserole mettre l'huile et faire revenir doucement l'oignon haché; ajouter les champignons lavés essuyés et coupés en morceaux. Mélanger; saler, poivrer.

Couvrir et cuire doucement 15 mn environ.

Ajouter ensuite la farine; bien mélanger; puis ajouter le liquide: lait et eau. Remuer sans arrêt en portant à ébullition, puis baisser le feu et laisser cuire à feu doux environ 15 mn.

Mixer l'ensemble si les morceaux de champignons sont un peu gros et selon le goût.

Au moment de servir, rectifier l'assaisonnement; ajouter 1 cuillère à soupe de persil haché, le jus de citron et la crème. Bien mélanger et servir chaud.



# Crème pâtissière à la vanille, au chocolat

## **Ingredients :**

Recette pour un saladier moyen:

1/2 l lait

4 jaunes d'oeufs

100 g sucre

1 bâton de vanille fendu (ou 1 cuillère à café de vanille liquide)

30 g farine

1 pincée de sel.

## **Preparation :**

Dans une casserole faire chauffer le lait, la vanille et ajouter la pincée de sel.

Pendant que le lait chauffe, travailler dans une grande terrine, le sucre et les jaunes avec une cuillère en bois, jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Puis, incorporer la farine puis le lait bouillant peu à peu.

Reverser dans la casserole lavée et passer à feu doux.

Remuer avec la cuillère en bois jusqu'à ce que le mélange épaississe.

Laisser bouillir quelques instants en continuant à tourner.

Verser dans le plat se service.

Laisser refroidir, soit en fouettant régulièrement soit en mettant un film plastique à la surface pour éviter "une croûte".

Recette au Micro-ondes: mêmes ingrédients; temps de cuisson: 2 à 3 mn au micro onde à la puissance max et bien battre au fouet ensuite.

Variante: on peut aromatiser la crème avec différents parfums, par ex:

Crème au chocolat: remplacer la vanille par 2 cuillères à soupe de cacao amer en poudre.



# Crème pâtissière pour garniture de gâteaux

## **Ingredients :**

Recette pour 1/2 l de crème pour garnir les gâteaux:

1/2l de lait  
125 g sucre semoule  
50 g de farine  
2 oeufs.

## **Preparation :**

Mettre le lait à chauffer avec la moitié du sucre.

Remuer bien pour ne pas brûler le fond de la casserole.

Dans un saladier mélanger le sucre restant avec avec la farine.

Ajouter les oeufs et faire blanchir. Attention: pas de grumeaux.

Quand le lait est chaud, commencer par verser la moitié du lait sur le mélange blanchi (oeufs,sucre, farine) et mélanger. Mettre tout le lait.

Faire bouillir en tournant avec une cuillère en bois.

Mettre à refroidir en recouvrant d'un film pour éviter une "croûte".

Conserver au froid.



# Crème renversée au caramel

## Ingredients :

Pour 4 personnes

Caramel:

16 morceaux de sucre

Flan:

1/2 litre de lait

3 œufs

80 g de sucre en poudre

1 pincée de sel

un sachet de sucre vanillé.

## Preparation :

ATTENTION: recette à préparer à l'avance pour que la crème ait le temps de refroidir.

Faire un caramel avec 8 morceaux de sucre passés sous le robinet pour les humecter simplement.

Répartir ce caramel au fond de petits ramequins individuels et bien garnir les bords.

Le caramel se fait très bien au micro ondes: 100g sucre + 2 cuillères à soupe d'eau. Mettre 5 mn au max. Surveiller!

Faire bouillir le lait avec le sucre en poudre.

Casser les œufs et les battre au fouet ou à la fourchette comme pour une omelette avec une pincée de sel et le sucre vanillé.

Verser le lait bouillant dessus en battant vivement.

Répartir la préparation dans les ramequins caramélisés.

Dans la lèchefrite du four ou dans un large récipient, verser un peu d'eau chaude et y déposer les ramequins de façon à ce que l'eau arrive à peu près aux 2/3 de leur hauteur.

Cuire au four 30 minutes environ. Le four doit être réglé de telle manière que l'eau se maintienne frémissante et que la crème ne bouille pas.

A la sortie du four, on peut refaire un caramel avec les 8 morceaux de sucre restant et en mettre 1 cuillerée sur chaque ramequin.

Servir bien froid. On peut démouler les petits flans au dernier moment.

Variante :

Cette recette peut se faire dans un grand moule pyrex rond ou rectangulaire.



# Crêpes suzette

## Ingredients :

Recette pour 5/6 personnes:

pâte à crêpe:

250 g farine

2 cs sucre

1/2 cc sel

2 cs huile

3 oeufs

1/2 l lait

Garniture:

150 g beurre

150 g sucre glace

3 cuillères à soupe de liqueur d'orange

1 zeste d'orange (ou mieux de mandarine)

Pour flamber:

1 dl de liqueur d'orange

1 cuillère à soupe de sucre.

## Préparation :

Préparer les crêpes fines:

Mélanger la farine et la moitié du liquide. Ajouter les oeufs battus en omelette. Incorporer ensuite: sucre, sel, matière grasse, puis le reste du liquide.

Préparer la garniture:

Travailler le beurre, sans le faire fondre de manière à le rendre crémeux. Incorporer le sucre glace, la liqueur d'orange. Bien mélanger. Ajouter le zeste finement râpé.

Garnir chaque crêpe d'une couche de crème à l'orange. Plier chaque crêpe en quatre et les disposer en éventail dans un plat allant au four.

Recouvrir le plat d'une feuille d'alu et passer le plat à four doux (th 3/4) avant de servir.

On peut flamber:

Dans une petite casserole faire tiédir la liqueur.

Retirer le plat du four, saupoudrer d'une cuillère à soupe de sucre. A table, verser la liqueur tiède sur les crêpes; enflammer et arroser à la cuillère jusqu'à ce que tout l'alcool ait brûlé.



# Crêpes vertes

## **Ingredients :**

500 gr de farine  
6 oeufs  
150 gr de sucre  
2 sachet de sucre vanillé ou une gousse de vanille  
1 cuillère à soupe d'huile  
1 litre de lait environ  
de la fleur d'oranger  
jus de citron  
arome pour crêpe  
1/2 verre de malibu  
du curacao bleu  
sucre poudre

## **Preparation :**

Mélanger la farine le sucre, les oeufs, le lait jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de grumeaux. Ajouter les arômes, puis le Malibu.

Verser doucement le curacao tout en mélangeant jusqu'à l'obtention d'une pâte verte .

Laisser reposer un peu, puis les faire cuire.

Vous pouvez remplacer le Malibu par du Ricard, ou du rhum, ou de l'armagnac, selon vos préférence.



# Crevettes sautées au curry

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 300 gr de crevettes décortiquées
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 gros oignon
- 1 grosse pomme acidulée
- 1 gousse d'ail
- 2 tomates
  
- 2 cuillères à café de curry
- 1 petite boîte de lait de coco
- 200 g d'eau
- 1 pincée de cannelle
- 1 pincée de muscade
- 1/2 jus de citron
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Eplucher la pomme, l'oignon et l'ail. Peler les tomates, enlever les pépins et l'eau de végétation. Mixer séparément l'oignon, la pomme et la tomate. Hacher l'ail.

Faire chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile dans une cocotte. Laisser dorer les crevettes 5 mn à feu vif dans cette huile. Les poivrer et les mettre de côté.

Remettre 1 cuillerée à soupe d'huile et faire dorer l'oignon. Ensuite, ajouter l'ail et la pomme mixée. Laisser cuire 5 mn, puis ajouter la purée de tomate.

Parfumer la sauce avec le curry, la cannelle, la muscade, le lait de coco. Ajouter l'eau: la sauce doit avoir une consistance un peu épaisse.

Laisser cuire à découvert et à petite ébullition pendant 25 min.

Remettre les crevettes dans la sauce 5 min et ajouter le jus de citron avant de servir accompagné de riz nature.



# Croissants façon boulangerie

## Ingredients :

Recette pour 2 plaques de four:

- 500 g farine
- 1 cube de levure de boulanger
- 60 g de sucre
- 10 g de sel

- 200 cl de lait
- 2 oeufs + 1 pour dorer

- 200 g de beurre.

## Preparation :

Recette assez longue, puisqu'il faut anticiper d'environ 3h 30 avant de pouvoir les manger!!

Sortir le beurre du réfrigérateur: il faut du beurre à température de la pièce.

- Mettre la farine dans une terrine; faire un puit; émietter la levure. Ajouter le sucre et le sel. Mélanger.

Ajouter ensuite le lait tiède et les oeufs.

Pétrir de manière à obtenir une pâte souple et homogène. Mettre en boule et laisser reposer 1 h dans une ambiance tiède.

- La pâte a doublé de volume. La malaxer quelques instants pour la faire retomber et la mettre au réfrigérateur 1/2 h.

- Etaler la pâte sur un plan de travail fariné pour former un grand rectangle. Le beurre doit avoir à peu près la même consistance que la pâte: le déposer au milieu sur la pâte en l'étalant, sans en mettre sur les bords. Envelopper le beurre avec la pâte.

Allonger la pâte obtenue au rouleau pour former à nouveau un grand rectangle que l'on puisse plier en 4, en faisant attention de ne pas faire échapper le beurre.

Rabattre les 2 extrémités vers le centre, puis replier en 2.

Tourner pour avoir la pliure à droite et aplatir à nouveau pour former un grand rectangle.

Laisser reposer 30 mn au réfrigérateur.

- Bien étaler la pâte finement, régulièrement en rectangle pour la découper en bandes d'environ 10 cm. Faire des carrés de 10 x 10 cm puis recouper les carrés en deux pour faire des triangles. Rouler chaque triangle en finissant par la pointe et les dorer avec du jaune d'oeuf dilué dans un peu d'eau.

Mettre les croissants sur une plaque beurrée et laisser reposer 1h.

Préchauffer le four puis enfourner et cuire 15 mn environ à 210°.





# Croque monsieur

## **Ingredients :**

Pour 2 personnes, prévoir 2 croque monsieur par personnes:

- 8 tranches de pain de mie
- 50 g de beurre à température ambiante
- 16 tranches de fromage genre emmental
- 2 tranches de jambon blanc
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Je remercie la personne qui m'a envoyé une recette de croque monsieur; une fausse manoeuvre, m'ayant fait perdre la recette j'indique ma façon de faire qui me semble proche:

Tartiner les tranches de pain de mie d'un seul côté avec de beurre mou.

Couper le fromage en tranches et le jambon en les mettant à la même dimension que la tranche du pain de mie.

Placer sur le pain de mie, contre le beurre, 1 tranche de fromage.

Recouvrir d'1 tranche de jambon. Ajouter 1 deuxième tranche de fromage.

Poser la deuxième tranche de pain de mie du côté beurré, sur le fromage.

Préparer ainsi les autres croque-monsieur.

Cuire au four sous le gril et les retourner pour faire dorer les 2 faces. Bien surveiller.



# Crumble à l'ananas

## **Ingredients :**

- 1 ananas
- 80 g de cassonade
- 100 g de miel
- 1 pincée de cannelle
- 1 gousse de vanille ou 1 cuillère à café de vanille liquide
- 2/3 cuillères à soupe de rhum

Mélange à crumble:

- 180 g de sucre
- 100 g de beurre
- 100 g de farine
- 100 g de poudre d'amandes.

## **Préparation :**

Couper l'ananas en cubes.

Le poêler avec le miel, les épices et le rhum et laisser cuire quelques minutes.

Egoutter.

Déposer dans un moule à manqué beurré.

Recouvrir avec le mélange à crumble.

Cuire à 180° environ 25 mn.



# Crumble au citron

## **Ingredients :**

Crème au citron:

- 4 citrons
- 4 oeufs
- 125 g sucre
- 60 g beurre
- 3 yaourts entiers
- 4 cuillères à café de maïzena

Mélange à crumble:

- 160 g farine
- 90 g beurre
- 60 g sucre
- 1 pincée de sel.

## **Préparation :**

Préchauffer le four.

Pour la crème au citron:

Dans une casserole mettre le zeste de 2 citrons et le jus des 4.

Ajouter, le sucre, le beurre et les oeufs.

Faire épaissir cette crème au bain marie (ou sur une plaque à thermostat 3/4) en tournant sans arrêt jusqu'à obtenir une crème fluide et homogène.

Dans un saladier à part, mélanger les yaourts et la maïzena; ensuite incorporer le tout à la crème.

Verser la crème dans un plat de service allant au four.

Le crumble:

Mélanger farine, beurre et sucre avec les doigts jusqu'à obtenir un " sable épais".

Déposer ce mélange à crumble délicatement sur la crème au citron.

Cuire au four 180° 35/40 mn.

Surveiller la caramélisation de la croûte.

Laisser refroidir avant de déguster: c'est très bon tiède.



# Crumble aux fruits rouges

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes:

- 1 kg de fruits rouges surgelés
- 20 g de beurre
- 100 g de sucre en poudre
- 150 g de sucre en poudre
- 200 g de farine
- 1 pincée de sel
- 100 g de de beurre

## Preparation :

Très facile!

Préchauffer le four à 220°.

Beurrer un plat allant au four. Etaler les fruits au fond du plat et saupoudrer de 100 g de sucre.

Préparer le mélange à crumble:

Dans une terrine mélanger le sucre en poudre, la farine, le sel.

Incorporer le beurre coupé en petits morceaux en effritant la pâte entre les doigts pour obtenir des petites boules régulières.

Répartir ce mélange sur les fruits.

Cuire au four 40 à 45 mn. Surveiller la cuisson.

Servir tiède dans le plat.

Accompagnement:

- 1 petit bol de crème fraîche
- 1 boule de glace à la vanille par personne.



# Crumble aux pommes

## **Ingredients :**

Recette de Christine pour un grand moule à tarte :

- 250g farine
  - 1/2 paquet de levure alsacienne
  - 1 paquet de sucre vanillé
  - 200g sucre
  - 100g beurre mou
- 
- 3 belles pommes râpées gros.

## **Preparation :**

Travailler tous les ingrédients de la pâte pour obtenir un mélange grossier comme du sable.

Etaler la moitié du mélange à la main, dans un moule à tarte beurré.

Verser dessus les pommes râpées.

Recouvrir avec le reste de la pâte.

Cuire 1/2h à four moyen à 190°.

Démouler tiède ou froid car la galette est très fragile.

Conserver au froid.

Se garde très bien quelques jours et peut même se congeler.



# Cuisson express de la semoule de couscous

## **Ingredients :**

Pour 2 personnes:

- 1 verre de semoule
- le même volume d'eau
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- sel.

## **Préparation :**

Dans un saladier adapté au four à micro-ondes, verser l'eau froide salée sur la graine de couscous avec l'huile.

Remuer avec une fourchette et laisser gonfler 3/4 mn.

Couvrir et mettre au four MO 1 mn à puissance max (800watts).

Ajouter 1 noix de beurre et bien égrener avec la fourchette.



# Curry d'agneau

## **Ingredients :**

1,2 kg d'épaule d'agneau désossée  
2 oignons  
1 cuillère à café de gingembre  
1 cuillère à café de quatre épices  
1 cuillère à café de curry  
1 poignée de noix de coco râpée ou du lait de coco.  
1 cuillère à café de concentré de tomates  
1 bouquet garni.  
2 pommes  
Sel poivre

## **Preparation :**

Dans une cocotte, faire revenir l'oignon et les morceaux d'agneau  
Ajouter les épices  
Ajouter le concentré de tomates  
Mouiller avec de l'eau pour recouvrir la viande  
Ajouter le bouquet garni  
Couvrir et cuire à feu doux 40 mn environ  
On peut servir soit avec du riz nature, soit avec du %riz Madras%



# Daiquiri

## **Ingredients :**

1 cl de sirop de sucre de canne  
2 cl de jus de citron  
4 cl de rhum blanc

## **Preparation :**

Verser les composants dans un mixer avec des glaçons  
Servir dans un verre avec 1 tranche de citron vert



# Darnes de saumon à l'alsacienne

## **Ingredients :**

Recette M.CI.

Pour 4 personnes:

4 darnes

90g beurre

200g champignons

2 verres de vin blanc

1 citron

1 bouquet garni

1 cuillère à soupe de farine

1 cuillère de purée de tomates

1 cuillère de persil haché

sel poivre

croûtons frits au beurre

## **Preparation :**

Faire chauffer 40 g de beurre dans une sauteuse. Y faire cuire les darnes des 2 côtés. saler, poivrer. Verser le vin blanc, le jus de citron. Ajouter le bouquet garni. Couvrir et faire mijoter 10 mn.

Pendant ce temps, laver et couper les champignons en morceaux. Les mettre à frire dans 20g beurre. Saler, poivrer. Ajouter le persil et saupoudrer de farine. Laisser blondir.

Mouiller avec le jus de cuisson du poisson et cuire ainsi 5/6 mn; verser la purée de tomates et mélanger le tout.

Dresser les darnes sur un plat de service chaud et les napper avec cette sauce épaisse. Arroser de beurre fondu et décorer le plat avec des croûtons frits.

Servir avec un vin blanc d'Alsace.



# Daube provençale

## **Ingredients :**

1,2kg de boeuf coupé en morceaux (gîte, paleron, culotte...)  
100 g de lard de poitrine fraîche  
1 couenne  
4 oignons  
4 carottes  
3 gousses d'ail  
2 clous de girofle  
1 bouquet garni  
Sel poivre  
50 cl vin rouge (Côte du Rhône)  
1 morceau d'écorce d'orange  
4 cuillères à soupe de %coulis de tomates%  
5 cl de cognac

## **Preparation :**

Si possible faire la veille une marinade en mélangeant à la viande 2 oignons et 1 carotte. On ajoute les clous de girofle, l'écorce d'orange le thym et le laurier et on laisse reposer la nuit au frais dans une terrine. Le lendemain, on égoutte la viande et on l'éponge sur un papier absorbant.

Dans tous les cas:

Dans une poêle, faire chauffer l'huile et faire rissoler lardons et hachis d'oignons

Les égoutter et les remplacer par la viande que l'on laisse rissoler sur toutes ses faces

Disposer la couenne au fond d'une cocotte.

Poser la viande dessus, en intercalant les lardons, les oignons et les carottes coupées en rondelles

Ajouter, les aromates, le coulis de tomates, l'ail, le vin et 1 verre d'eau chaude au besoin, pour recouvrir la viande

Saler poivrer

Couvrir la cocotte et laisser cuire à feu très doux 5/6 h.

Dégraissier au besoin

Variante: Daube à la niçoise: Pas de marinade; ajouter 500g de tomates



# Endives au jambon

## **Ingredients :**

1 kg endives(4/5 endives)

4/5 tranches de jambon

Sauce béchamel avec 40g de beurre, 40 g de farine , 1/2 l lait, sel et poivre  
un peu de gruyère râpé.

## **Preparation :**

Préparer les endives en enlevant la base avec un couteau. Les laisser entières et faire cuire dans une cocotte minute à la vapeur pendant 8 minutes.

Dans une casserole, faire fondre les 50 g de beurre. Ajouter la farine et remuer à la spatule jusqu'à l'obtention d'une pâte brun clair. Attention de ne pas laisser brûler. Hors du feu, ajouter petit à petit le lait en remuant vigoureusement à l'aide d'un fouet pour éviter les grumeaux. Remettre sur le feu et continuer ainsi tout en remuant jusqu'à ce que le liquide épaississe. Saler et poivrer. Couper le feu quand la béchamel a épaissi et a pris un aspect crémeux.

Faire chauffer le four th. 8 (240° C).

Rouler les endives dans les tranches de jambon, les disposer dans un plat à gratin et recouvrir de béchamel. Ajouter du gruyère râpé.

Remettre à cuire au four pendant 20 min.



# Endives aux lardons

## **Ingredients :**

- 1 sachet de lardons nature
- 3 à 4 endives
- 1 oignon
- 2 pommes de terre.

## **Preparation :**

Faites bouillir 10 min les endives à la cocotte.

Pendant ce temps faites revenir l'oignon, les lardons et les pommes de terre pendant 10 min (oignon et pomme de terre en petits dés).

Sortez vos endives de la cocotte ; saupoudrez de sucre en poudre coupez les en deux.

Rajoutez le tout dans la poêle et laissez mijoter 5 min. Bon appétit



# Endives braisées

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes :

- 8 petites endives
- 2 cuillères à café de sucre
- 40 gr de beurre
- 1 citron coupé en rondelles
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Laver les endives en enlevant la base avec un couteau. Couper les endives en deux dans le sens de la longueur, les mettre dans l'autocuiseur avec les rondelles de citron. Ajouter 2 bols d'eau. Faire cuire 8 min à la vapeur.

Quand les endives sont cuites, les disposer sur du papier absorbant pour enlever le surplus d'eau.

Dans une poêle, faire revenir le beurre. Quand il est mousseux, mettre les endives, saupoudrer de sucre et laisser braiser 3 / 4 minutes de chaque côté. L'endive doit prendre une teinte brune claire, foncée.

Avant de servir, saupoudrer de gruyère râpé. Saler et poivrer.  
Disposer les endives sur un plat et servir chaud.



# Endives poêlées

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 1 kg d'endives
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre
- une pincée de sucre.

## **Preparation :**

Couper le trognon des endives, les couper en deux dans le sens de la longueur, les laver soigneusement.

Retirer un cône de chair sur la partie épaisse de la base (cette partie est amère).

Débiter les endives en lamelles de 1 ou 2 centimètres d'épaisseur.

Faire chauffer doucement l'huile d'olive dans une sauteuse, y verser les endives.

Saler, poivrer, saisir à feu moyen, remuer.

Couvrir et laisser fondre à feu doux 45 minutes.

Surveiller la cuisson et mélanger régulièrement.

Retirer le couvercle, monter le feu et laisser évaporer l'eau de cuisson en remuant souvent.

Ajouter la pincée de sucre et laisser caraméliser avec prudence.



# Epaule d'agneau aux poivrons

## **Ingredients :**

1 kg d'épaule d'agneau avec os coupée en morceaux  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive  
2 carottes  
1 gros oignon  
1 gousse d'ail  
3 tomates  
1 petite boîte de concentré de tomates  
thym, laurier, origan,  
menthe fraîche  
sel, poivre  
1 kg de poivrons (4)  
Accompagnement: 250 g de riz

## **Preparation :**

Mettre les poivrons 20/25 mn à four chaud puis les laisser refroidir en les couvrant (de papier alu par ex)  
Dans une cocotte faire revenir la viande dans l'huile pour la faire dorer  
Pendant ce temps, gratter les carottes et éplucher l'oignon  
Quand la viande est dorée, la retirer  
Dans la même cocotte faire fondre à feu doux carottes et oignon coupés en morceaux avec l'ail pendant 10 mn environ  
Remuer de temps en temps  
Pendant ce temps, retirer la peau des poivrons  
Retirer graines et pédoncules  
Les couper en lanières  
Peler les tomates en les plongeant 30 sec dans l'eau bouillante  
Remettre la viande dans la cocotte  
Ajouter les tomates coupées en quartier, le concentré de tomates et les poivrons  
Recouvrir d'eau  
Ajouter le bouquet de thym et laurier, un peu d'origan, quelques feuilles de menthe  
Saler, poivrer  
Cuire ainsi à feu doux 1h environ  
Cuire le riz dans l'eau bouillante salée pendant 25 mn environ puis l'égoutter  
Découvrir la cocotte et faire réduire la sauce pendant 5 mn  
Servir avec le riz



# Épinards à la crème

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 2 kg d'épinards
- 40 g beurre
- 160 g crème
- 1 pincée de muscade
- sel, poivre.

## **Préparation :**

Eplucher les épinards, les laver à grande eau plusieurs fois, (comme la salade).

Les plonger dans une grande casserole d'eau bouillante salée et les cuire à découvert 8 à 15 mn; les égoutter en pressant un peu pour chasser le maximum d'eau.

Faire fondre le beurre, dans une sauteuse et y faire revenir les épinards quelques minutes en remuant délicatement pour les dessécher un peu.

Ajouter la moitié de la crème, le sel le poivre et la muscade. Couvrir et laisser mijoter 6/7 mn.

Réchauffer le reste de la crème.

Dresser les épinards sur un plat de service, et verser dessus le reste de la crème chaude.



# Escalibade

## Ingredients :

Recette pour un plat

- 1 aubergine
- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 2 tomates
- 2 oignons doux
- 1 petit verre d'huile d'olive
- sel poivre.

## Preparation :

Attention: le plat se mange froid! donc il faut le préparer à l'avance.

Laver les légumes, les essuyer.

Mettre les poivrons au four pour les peler facilement. Peler les tomates en les plongeant 30 sec dans l'eau bouillante.

Couper tous les légumes en lamelles, c'est à dire dans le sens longitudinal pour l'aubergine et les poivrons.(Faire des lamelles fines pour l'aubergine).

Dans un plat allant au four disposer les légumes en faisant des couches: au fond les aubergines, dessus le poivron rouge, puis le poivron vert, puis les tomates, et les oignons en dernier dessus.

Ajouter de huile d'olive par dessus.

Saler, poivrer.

Cuire au four à 210°pendant 45 mn environ.

A manger froid en rajoutant un peu de vinaigre.



# Escalopes de poulet & agrave; l'estragon

## Ingredients :

2 cuill&egrave;res & agrave; soupe d'huile d'olive  
2 &eacute;chalotes &eacute;minc&eacute;es  
400 g de champignons de Paris &eacute;minc&eacute;s  
1 verre de vin blanc  
1 cube de bouillon de volaille  
4 blancs de poulet (sans peau)  
1 cuill&egrave;re & agrave; soupe de moutarde  
2 cuill&egrave;res & agrave; soupe de cr&egrave;me fra&icirc;che  
1 cuill&egrave;re & agrave; soupe d'estragon  
sel, poivre

## Preparation :

Dans une cocotte, faire revenir les &eacute;chalotes dans l'huile d'olive sans faire roussir  
Ajouter les champignons  
Laisser cuire qq mn  
Ajouter le vin blanc et le cube de bouillon de volaille Ajouter un petit verre d'eau si besoin  
Saler, poivrer  
Cuire 10 mn  
Pendant ce temps, faire revenir les blancs de poulet dans une po&ecirc;le anti-adh&eacute;sive  
jusqu'& agrave; ce qu'ils soient dor&eacute;s.  
Les ajouter aux champignons dans la cocotte  
Cuire le tout 10 mn  
Sortir le poulet de la cocotte  
Lier la sauce en ajoutant la moutarde, la cr&egrave;me fra&icirc;che et l'estragon  
&Eacute;mincer les blancs de poulet en tranches et servir avec les champignons et la sauce



# Escalopes de poulet &agrave; l'indienne

## Ingredients :

2 oignons  
1 kg d' escalopes de poulet  
3 cuillères à soupe d'huile  
4 tomates  
6 cuillères à soupe de farine  
6 clous de girofle  
2 cuillères à café de cannelle  
2 cuillères à café de curry  
2 cubes de bouillon  
2 verres d'eau bouillante  
2 pommes  
1 grosse poignée de noix de coco râpées  
1 grosse poignée de raisins secs  
2 yaourts nature  
1 botte de basilic frais  
300 g de riz basmati  
2 bananes  
1 ananas

## Préparation :

Eplucher les oignons et les hacher  
Couper les escalopes de poulet en lanières  
Ebouillanter 30 sec les tomates pour enlever facilement la peau  
les épépiner et les presser  
Les couper en dés.  
Faire dorer l'oignon et les lanières de poulet dans le corps gras  
Ajouter la tomate et bien faire revenir  
Incorporer la farine, les clous de girofle, la cannelle et le curry  
Mélanger  
Ajouter les cubes de bouillon dissous dans l'eau bouillante  
Cuire environ 20 mn  
Pendant ce temps épéplucher les pommes.  
Les couper en dés  
Les ajouter ainsi que la noix de coco et les raisins  
Cuire encore 10 minutes  
Faire cuire le riz  
Au moment de servir saupoudrer de basilic haché  
Servir chaud  
Accompagnement:  
Riz  
Oignons frits (que l'on peut trouver dans les magasins asiatiques)  
Bananes et ananas:  
Eplucher l'ananas et le couper en dés  
Faire cuire les bananes et l'ananas dans une poêle avec un peu de beurre



# Escalopes de veau panées

## **Ingredients :**

4 escalopes de veau très fines  
un peu de farine  
1 oeuf  
chapelure  
40 g de beurre  
sel, poivre

2 cuillères à soupe de persil haché;  
1/2 citron  
4 filets d'anchois, 4 olives

## **Preparation :**

Dans 3 assiettes, mettez séparément: farine, oeuf battu et chapelure

Salez et poivrez les escalopes

Passez-les successivement et dans l'ordre dans les 3 assiettes

Tapotez avec le plat d'un couteau pour bien faire adhérer la chapelure

Faites chauffer une poêle à paasse contenant 40 g de matière grasse

Avant qu'elle ne soit très chaude, déposez les escalopes et passez aussitôt à feu moyen

Faites cuire 5 minutes environ de chaque côté;

Coupez 4 rondelles de citron

Disposez les escalopes garnies chacune d'une rondelle de citron surmontée d'une olive ceinturée d'un filet d'anchois

Ajouter un peu de persil haché;

On peut les servir simplement avec un filet de citron



# Fenouil

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 4 bulbes de fenouil
- sel, poivre
- 40 g de beurre
- 75 g de gruyère râpé.

## **Préparation :**

Laver et éponger les bulbes. Recouper les tiges et le talon puis retirer les premières feuilles si elles sont flétries.

Couper chaque bulbe en 4.

Faire bouillir de l'eau salée dans une casserole et y plonger le fenouil environ 10 mn.

Egoutter.

Faire fondre le beurre dans une grande poêle. Y ajouter les morceaux de fenouil bien égouttés.

Saupoudrer de fromage râpé et faire mijoter environ 30 mn à feu doux.

Servir bien chaud.



# Feuilles de vignes farcies

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes :

De belles feuilles de vignes tendres

300 g farce de porc

300 g farce de veau

1 oignon

1 oeuf

beaucoup d'estragon

1 poignée de riz cru

1 cube de bouillon

Poivre, mais pas de sel.

## **Preparation :**

Mélanger la farce avec l'oignon haché fin et l'estragon haché.

Ajouter l'oeuf et le riz (qui cuira dans la cocote).

Mettre un peu du mélange sur chaque feuille que l'on replie pour faire un petit paquet.

Déposer les paquets dans la cocote, recouvrir d'eau et de bouillon.

Poivrer.

Cuire à feu doux.



# Filet de cabillaud à la provençale

## **Ingredients :**

Recette pour 5 personnes:

- 5 filets de cabillaud
- 2 oignons
- 5 tomates
- 1 citron
- 2 gousses d'ail
- 1 verre de vin blanc
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre bouquet garni
- persil
- 30 g de câpres (facultatif)

## **Preparation :**

Préchauffer le four à 200°.

Émincer les oignons, couper les tomates en morceaux, couper le citron en rondelles.

Garnir le fond d'un plat allant au four, d'oignons et de tomates, ranger les tranches de poisson par dessus.

Saler et poivrer le poisson, puis recouvrir avec une couche d'oignons, de tomates et de rondelles de citron.

Assaisonner, ajouter le bouquet garni, les gousses d'ail écrasées.

Arroser avec le vin blanc et l'huile d'olive.

Mettre le plat dans le four chaud et faire cuire 10 minutes. Ensuite baisser le four et poursuivre la cuisson 25 minutes environ.

Au moment de servir, saupoudrer de persil et de câpres hachés.



# Filets de daurade à la marocaine

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:  
préparation et cuisson 45mn

- 800 gr de filets de daurade (sébaste)
- 3 beaux oignons
- 300 gr de carottes
- 150 gr de raisins secs
- 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillerée à café de graines de cumin
- 1 pincée de cannelle
- sel et poivre
- semoule à couscous.

## **Preparation :**

Préchauffez le four.

Faites revenir à feu très doux les oignons émincés et les raisins secs dans une petite cocotte contenant l'huile. Ajoutez la cannelle, sel et poivre, et, poursuivez la cuisson jusqu'à ce que les oignons soient bien fondus.

Simultanément faites cuire les carottes taillées en rondelles 5mn à l'eau salée. Egouttez-les.

Etalez les carottes dans le fond d'un plat à four. Saupoudrez-les de cumin et déposez par-dessus les filets de poisson salés et poivrés.

Recouvrez-les avec les oignons aux raisins. Arrosez de 4 cuillerées à soupe d'eau et laissez cuire 25 à 30 mn (th 6 180°C).

Servez aussitôt avec de la semoule à couscous.



# Filets de flétan aux carottes

## **Ingredients :**

Recette diététique pour 4 personnes:

4 filets de flétan (210 gr. chacun)

4 carottes râpées

1 jus de citron

2 cuillères à soupe de basilic

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

sel, poivre.

## **Preparation :**

Préchauffez le four à 180°C(th.5).

Dans un plat à gratin déposez les carottes râpées, versez le jus de citron.

Déposez dessus les filets de poisson.

Faites couler l'huile d'olive sur le tout. Salez et poivrez.

Enfournez pendant 15 mn.

Dressez sur chaque assiette un peu de carottes râpées, puis déposez une part de poisson sur le dessus, et parsemez de basilic. Servez aussitôt.



# Filets de poisson au citron

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 1 filet de poisson par personne
- 2 tomates
- 1 oignon
- 1 jus de citron
- sel, poivre
- ail, basilic
- 1 cuillère d'huile d'olive.

## **Preparation :**

Mettre les filets rincés à l'eau dans un plat à gratin.

Ajouter dessus les rondelles fines de tomates et d'oignon.

Saler poivrer; ajouter le jus de citron, 1/2 verre d'eau et 1 filet d'huile d'olive. Saupoudrer d'ail finement coupé et de basilic.

Cuire à four moyen (200°) pendant 25 mn environ.

Servir avec épinards à la crème et riz blanc cuit à la créole.



# Filets de poisson panés

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

4 filets de poisson de 200 g chacun

50 g de beurre

2 oeufs

2 tasses de chapelure

2 cuillères à soupe de farine

1 citron

persil haché

sel, poivre.

## **Preparation :**

Dans 3 assiettes, mettre séparément: farine, oeufs battus salés et poivrés, et chapelure.

Aplatir les filets avec le plat du couteau. Les tremper successivement et dans l'ordre dans: farine, oeufs et chapelure. Tapoter bien les filets pour faire adhérer la chapelure.

Faire chauffer la matière grasse dans une poêle et lorsqu'elle est bien chaude, y déposer les filets. Baisser le feu. Retourner les filets lorsqu'ils sont dorés d'un côté et laisser cuire.

Au moment de servir, décorer avec le persil et le citron.



# Financiers

## Ingredients :

200g beurre  
250g sucre glace  
5 blancs d'oeufs  
135g amandes en poudre  
55g farine  
30g beurre  
petits moules rectangulaires à financiers  
15 mn préparation  
10 mn cuisson  
facile

## Preparation :

Chauffer le four 9/10.

Faire chauffer 170g de beurre dans une petite casserole et la laisser cuire jusqu'à ce qu'il ait fini de bouillir: il prend alors un goût de noisette et une légère couleur.

Dans un saladier, mélanger le sucre, la poudre d'amande et la farine, incorporer les blancs en travaillant à la spatule, puis le beurre noisette chaud.

Beurre généreusement les moules au pinceau et les remplir à moitié avec une cuillère.

Les poser sur la plaque du four.

Baisser le four de façon à commencer à 240° pendant 5 mn, puis 200° (th 6) pendant 5 mn.

Eteindre le four et attendre 5 mn avant de les sortir.

Délicieux tiède.

Se gardent 5/6 jours dans une boîte hermétique.

Moi je fais la même recette dans un grand moule.



# Flan à la noix de coco

## **Ingredients :**

Recette mamie Ginette :

Pour 6/8 pers :

1 boîte de lait condensé sucré de 400 g

l'équivalent d'1 boîte de lait (entier si possible )

3 oeufs

80 à 100 g de noix de coco râpée

sel.

## **Preparation :**

Mélanger le lait concentré et le lait frais.

Ajouter les 3 jaunes et mélanger.

Ajouter enfin la noix de coco. Mélanger.

Battre les blancs en neige très ferme et les incorporer les délicatement à la préparation.

Faire cuire dans un moule à quatre quart beurré, au bain-marie, au four thermostat 5 pendant 45 mn.



# Flan à la parisienne

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes pour un moule à manqué de 20/22 cm de diamètre

Pâte brisée:

150 g de farine

75 g de beurre

1/2 verre d'eau

1/4 cuillerée à café de sel

Flan:

80 g de sucre en poudre

80 g de farine

3 oeufs

1/2 litre de lait

1 sachet de sucre vanillé

1 pincée de sel.

## **Preparation :**

Préparer la pâte brisée :

Mélanger farine, sel et beurre en morceaux en pressant et frottant les paumes des mains l'une contre l'autre. Ajouter l'eau à ce mélange granuleux.

Pétrir vivement.

Mettre en boule.

Écraser la boule avec la paume de la main. La plier en quatre et laisser reposer au frais.

Préchauffer le four.

Dans une terrine, travailler ensemble : sucre en poudre, sucre vanillé, sel et oeufs entiers jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporer peu à peu la farine, puis le lait froid.

Garnir un moule à manqué de pâte brisée et verser dessus le mélange bien lisse.

Dès que le four est à la température voulue, enfourner. Faire cuire 30 minutes. Couper le courant et laisser cuire encore 15 minutes environ.

Démouler et laisser refroidir sur une grille afin que le fond de la tarte ne ramollisse pas.

Servir froid.



# Flan aux oeufs trop bon super simple et rapide à faire

## Ingredients :

Recette de Alexandre:

- 75 g de farine (150ml)
- 200 g de sucre semoule (200ml)
- 2 sachets de sucre vanillé
- 6 oeufs
- 1 litre de lait.

## Preparation :

Temps de préparation : 10 min !!! + 20min de cuisson.

Dans un bol batteur de 3L, mêler la farine, les sucres et les oeufs entiers.

Lorsque le mélange est bien homogène, verser le lait petit à petit et mélanger avec un fouet.

Verser dans un moule à tarte et cuire au four thermostat 5 (180°) pendant 30 min environ (il faut que la surface soit bien dorée).

Laissez refroidir et dégustez c'est trop bon !!!



# Flan aux poires, aux pêches ou aux pommes

## **Ingredients :**

Recette facile:

100 g de farine

150 g de sucre

1/2 paquet de levure

2 oeufs

25 cl lait

50 g de beurre

2 cuillères à soupe de rhum

500 g de poires (ou 1 gde boîte de poires au sirop).

## **Preparation :**

Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre et la levure.

Ajouter les jaunes d'oeufs, le lait et le beurre fondu.

Puis le rhum et les blancs montés en neige.

Remuer bien.

Verser la pâte dans un plat à gratin beurré.

Couvrir de quartier de poires.

Cuire 40 mn à four moyen (th4/5).

Servir tiède ou froid saupoudré de sucre vanillé.

Variantes:

Flan aux pêches

Flan aux pommes.



# Flans au bleu

## **Ingredients :**

Pour 6 personnes (ou 12 petits moules silicone)

- 200 g de farine
- 3 oeufs
- 1/2 litre de lait
- 250 g de bleu
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Préchauffer le four à 200°.

Dans un saladier mélanger tous les ingrédients. Emiettez le bleu et bien mélanger.

Verser dans une tourtière à bords un peu haut ou dans les moules souples sans trop les remplir.

Cuire environ 35 mn.

Servir avec de la salade.



# Flognarde aux fraises

## **Ingredients :**

Recette mamie Claire

Pour 6 personnes :

500 g fraises

125 g farine

2 oeufs

100 g sucre en poudre

2 dl lait

beurre pour le moule

1 pincée de sel

1 sachet de sucre vanillé.

## **Preparation :**

Beurrer une tourtière dans laquelle seront disposées les fraises (réserver quelques belles fraises pour le décor).

Faire un mélange avec la farine, le lait, les oeufs et la moitié du sucre, puis le verser sur les fraises dans la tourtière.

Faire cuire au four Th 5 pendant 20 à 30 mn.

Laisser bien refroidir et décorer avec les fraises réservées.

Saupoudrer la flognarde avec le reste du sucre.



# Foie gras

## Ingredients :

Recette de Jacques:

- 1 foie gras
- 2 cuillères à soupe de gros sel
  
- 1/2 gobelet de Noilly extra dry
- 3 cuillères à café de sel fin
- 1 cuillère à café de poivre moulu gros.

## Preparation :

Mettre le foie quel que soit le poids dans 2 l d'eau froide avec le gros sel pendant 2 h.

Une fois ramolli, aborder le hile et retirer les vaisseaux et canaux hilaires.  
Sécher.

Ensuite, mettre le foie dans un saladier avec le noilly, le sel et le poivre pendant 20 mn en retournant toutes les 5 mn.

Déposer le foie dans une terrine, le plus serré possible, avec le jus de marinade.  
Couvrir avec un film alimentaire transparent.

Cuire au micro ondes puissance maximale: 1 mn pour 100 g pour 750 watts restitués.  
Laisser refroidir dans le micro ondes. Une fois figé, mettre au réfrigérateur au minimum 48h, l'optimum étant 4/5 jours.

Autre possibilité: la cuisson au four traditionnel.  
Monter le four à 200°. L'éteindre.  
Cuire au bain marie 35 mn.



# Fondue d'oseille

## **Ingredients :**

300 g oseille  
30 g beurre.

## **Preparation :**

Eplucher l'oseille en retirant la queue puis la laver.

Egoutter les feuilles et les couper en lanières.

faire fondre le beurre et lorsqu'il est mousseux, y jeter l'oseille et remuer sans arrêt jusqu'à ce que l'oseille soit fondue ( 4/5 mn).

On peut ajouter à la fin de la cuisson un peu de crème fraîche.

Utilisation:

- en garniture d'un plat de poisson cuit à la vapeur.
- sans crème, avec des oeufs brouillés.



# Fondue savoyarde

## Ingredients :

1 verre de vin blanc de savoie par personne  
200 g de fromage par personne: moitié emmental de savoie, moitié beaufort théoriquement; on peut utiliser le comté moins cher que le beaufort.  
1 gousse d'ail  
1 cuillère à café de fécule  
poivre  
muscade  
1 verre à liqueur de kirsch.  
du pain, si possible un peu rassis.  
un réchaud pour mettre sur la table.

## Preparation :

Couper le fromage en lamelles.  
Délayer la fécule dans le kirsch.  
Couper le pain en petits cubes.  
Frotter avec une gousse d'ail épluchée une casserole émaillée ou une cocotte.  
Mettre le vin à chauffer: dès qu'il commence à mousser, y jeter les lamelles de fromage, sans cesser de tourner avec une cuillère en bois.  
Poivrer.  
Lorsque le fromage est fondu, y ajouter la fécule délayée dans le kirsch, sans cesser de tourner doucement.  
Dès que la préparation monte dans la casserole, il importe de la servir en la disposant sur un réchaud.  
Tremper les petits cubes de pain dans la fondue et DEGUSTER.



# Fougasse aux olives

## **Ingredients :**

Pour 500 g de farine simple type 55 :

- 20g de levure de boulanger ou 1 sachet de levure de boulangerie déshydratée
- 1/4 l eau
- 1 cuillère à café de sel
- 1 pincée de sucre

En plus :

- 4 cuillères à soupe d'olives vertes dénoyautées et grossièrement hachées
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.

## **Préparation :**

Délayer la levure de boulanger dans 3 cl d'eau tiède (40° environ) légèrement sucrée. La levure en sachet doit se réhydrater dans l'eau 15 mn environ.

Dans une terrine, mélanger la farine, l'eau, le sel avec 1 cuillère en bois ou à la main. Puis ajouter la levure et continuer à mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène et ne colle plus aux parois. Si besoin est, rajouter un peu de farine.

Sortir la pâte de la terrine et la travailler sur un plan de travail 15 mn en l'écrasant avec la paume de la main et en la repliant. Répéter cette opération jusqu'à ce que la pâte soit élastique.

Mettre la pâte en boule dans la terrine farinée et la couvrir d'un torchon.

Pour que la pâte lève, déposer la pâte dans un endroit tiède (par ex un four légèrement chauffé puis éteint ou fonction étuve!).

Au bout de 1h, la pâte a doublé de volume. La pétrir à nouveau sans la déchirer pendant 1/2 mn. Lui donner la forme du pain désirée et la déposer sur une tôle ou dans un plat enterre ou en verre à feu. Couvrir et laisser reposer 1h.

Dorer le pain en badigeonnant la surface de la pâte avec un jaune d'oeuf délayé dans de l'eau. Faire quelques incisions au couteau.

Préchauffer le four et enfourner.

Cuire 40 mn environ et ne pas ouvrir la porte les 20 premières minutes.

Vérifier la cuisson en enfonçant la lame d'un couteau qui doit revenir sèche.

Eteindre le four et laisser le pain encore 5 mn.

C'est la même recette que le pain de campagne . On y incorpore les olives et l'huile d'olive.



# Fraisier

## Ingredients :

Recette mamie Claire pour 6 personnes:

Pour le biscuit:

- 4 oeufs
- 125 g sucre
- 100 g farine
- 60 g beurre fondu

Pour la crème pâtissière:

- 3 jaunes d'oeufs
- 100 g sucre
- 20 g farine
- 1/4 l lait
- parfum vanille

500 g fraises environ.

## Preparation :

Réaliser le biscuit:

Bien mélanger les jaunes d'oeufs avec le sucre pendant au moins 5 mn; le mélange doit être moussieux. Ajouter la farine, ensuite les blancs en neige et terminer par le beurre fondu (qui ne doit pas être chaud).

Mettre dans un moule beurré et fariné et cuire à four doux (Th 5) environ 25 mn.

Préparer la crème pâtissière:

Mélanger les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse puis ajouter la farine. Mélanger.

Ajouter ensuite le lait bouillant dans lequel on aura fait infuser la vanille (ou qq gouttes d'extrait de vanille).

Laisser bouillir 10 sec en remuant sans arrêt, puis laisser refroidir recouvert d'un film alimentaire.

Pour le fraisier:

Couper le gâteau en 2 dans le sens de l'épaisseur:

Garnir d'une couche de crème pâtissière avec une couche de fraises. Décorer du reste des fraises.



# Framboisier

## Ingredients :

Recette mamie Arlette pour 6 personnes:

Pour le biscuit:

- 4 oeufs
- 125 g sucre
- 100 g farine
- 60 g beurre fondu

Pour la crème pâtissière:

- 3 jaunes d'oeufs
- 100 g sucre
- 20 g farine
- 1/4 l lait
- parfum vanille

500 g framboises environ.

## Preparation :

Réaliser le biscuit:

Bien mélanger les jaunes d'oeufs avec le sucre pendant au moins 5 mn; le mélange doit être moussieux. Ajouter la farine, ensuite les blancs en neige et terminer par le beurre fondu (qui ne doit pas être chaud).

Mettre dans un moule beurré et fariné et cuire à four doux (Th 5) environ 25 mn.

Préparer la crème pâtissière:

Mélanger les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse puis ajouter la farine. Mélanger.

Ajouter ensuite le lait bouillant dans lequel on aura fait infuser la vanille (ou qq gouttes d'extrait de vanille).

Laisser bouillir 10 sec en remuant sans arrêt, puis laisser refroidir recouvert d'un film alimentaire.

Montage:

Couper le gâteau en 2 dans le sens de l'épaisseur.

Poser la 1ère "galette" et la garnir d'une couche de crème pâtissière. Mettre en périphérie une rangée de framboises.

Poser dessus la 2ème "galette": la recouvrir des framboises bien serrées.

Dans une petite casserole faire fondre la gelée de framboises en la diluant avec qq gouttes d'eau.

Napper la surface du gâteau avec un pinceau pour faire briller.





# Frittata &agrave; la menthe

## **Ingredients :**

1 oignon  
1 cuill&egrave;re &agrave; soupe d'huile  
8 oeufs  
1 cuill&egrave;re &agrave; soupe de cr&egrave;me  
3 cuill&egrave;res &agrave; soupe de chapelure  
3 cuill&egrave;res &agrave; soupe de parmesan  
2 brins de menthe  
5 brins de persil  
sel, poivre

## **Preparation :**

Faire revenir doucement l' oignon dans une po&ecirc;le avec 1 cuill&egrave;re &agrave; soupe d'huile  
Dans un saladier, battre les oeufs avec la cr&egrave;me  
Ajouter l'oignon, la chapelure, le parmesan et les herbes hach&eacute;es  
Saler, poivrer  
L'omelette doit avoir une &eacute;paisseur d'environ 2 cm (prendre une po&ecirc;le en rapport)  
Faire chauffer la po&ecirc;le avec 2 cuill&egrave;res &agrave; soupe d'huile Quand c'est bien chaud, verser le m&eacute;lange d'oeufs  
Cuire 5/6 mn  
Retourner l'omelette sur un plat puis la glisser &agrave; nouveau dans la po&euml;le  
Cuire 4 mn environ  
Faire glisser sur un plat, puis d&eacute;couper en cubes



# Galette aux pommes de terre de mamie Claire

## **Ingredients :**

Recette du Berry:

- 250 g de purée de pommes de terre
  
- 250 g de farine
- 1 pincée de sel
- 1 cuillère de fromage blanc
  
- 185 g de beurre.

## **Preparation :**

Faire une purée de pommes de terre légère.

Y ajouter la farine, le sel, le fromage blanc de façon à obtenir une pâte qui ait la consistance du beurre employé.

Rouler la pâte. Y mettre le beurre comme pour une pâte feuilletée; c'est à dire mettre le beurre au milieu de la pâte et rabattre la pâte sur le beurre.

Conseil mamie : le beurre au milieu de la pâte est difficile à pénétrer: le plus facile est de mélanger ensemble le tout.

Rouler la pâte; lui faire 1/4 de tour; la replier à nouveau en trois.  
La rouler à nouveau. Ceci quatre fois afin de lui donner quatre tours.

Cette opération terminée, rouler la pâte en forme de galette de l'épaisseur d'un doigt.  
Rayer le dessus avec une fourchette et dorer à l'oeuf.

Mettre à four très chaud et faire cuire 20 à 30 mn th 7/8.



# Galette des rois à la frangipane

## **Ingredients :**

Pour 1 grande galette:

- 2 pâtes feuilletées (au beurre) rondes de 200 g environ. C'est aussi très bon si on fait 400g de %pâte feuilletée% soi- même...mais c'est plus long...

Pour la frangipane:

- 75 g de beurre mou
- 75 g de sucre poudre
- 75 g d'amandes TRES finement moulues
- 1 gros oeuf + 1 jaune pour dorure
- (si on aime: 1 cuillère de kirsch)
- 1 fève et des couronnes en papier.

## **Preparation :**

- Etaler la 1ère pâte feuilletée sur une plaque beurrée et farinée.
- Mélanger dans un saladier l' oeuf avec le sucre, le beurre ramolli et la poudre fine d'amandes pour faire la frangipane. (On peut ajouter 1 petite cuillère de kirsch).
- Etaler cette frangipane sur la pate en laissant 2 cm de bordure libre autour.
- Humecter le bord libre à l'eau et poser la 2ème pâte feuilletée en pressant bien les bords avec le pouce pour souder. Glisser une fève sous la galette.
- Dessiner des croisillons (ou des arabesques) avec la pointe d'un couteau, délicatement pour ne pas perforer la pâte.
- Dorer avec le jaune d'oeuf ou avec 1 pinceau trempé dans du lait froid.
- Laisser reposer 10 mn puis cuire à four chaud 30 mn environ à 220° en surveillant qu'elle ne dore pas trop. Prévoir des couronnes en papier.
- Servir chaud ou faire tiédir si la galette est préparée à l'avance.



# Ganache

## **Ingredients :**

200 g de chocolat amer  
150 g de crème fluide  
30 g de beurre.

## **Preparation :**

Porter la crème à ébullition et la verser sur le chocolat finement haché. Bien mélanger.  
Hors du feu, ajouter le beurre au mélange.  
Laisser refroidir à température ambiante.



# Gaspacho

## Ingredients :

Recette pour 5 personnes:

- 1 morceau de pain d'environ 10 cm
- 1 kg de tomates
- 1/2 concombre (si c'est un grand)
- 1 poivron vert
- 1 petit oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de vinaigre
- sel.

## Préparation :

Un délicieux potage qui se déguste bien frais!

Mettre le pain à tremper dans de l'eau.

Préparer les légumes:

Peler les tomates en les mettant 30 secondes dans une casserole d'eau bouillante. Enlever les graines.

Peler le concombre et enlever les graines.

Peler le poivron et retirer également les graines.

Eplucher oignon et ail.

Mettre tous les légumes dans un blender et mixer. Presser le pain pour retirer l'eau et l'ajouter. Mixer encore.

Ajouter l'huile d'olive et le vinaigre. Saler et bien mélanger.

Ajouter autant d'eau que nécessaire suivant que l'on souhaite le boire ou le déguster avec une cuillère.

Laissez refroidir complètement avant de servir.

NB: sans blender, on peut passer les légumes au moulin à légumes, puis au tamis; l'important étant de se débarrasser des graines et des peaux afin d'obtenir un mélange onctueux.



# Gâteau aux noix et dattes

## Ingredients :

Recette maman pour un moule à manqué de 22 cm :

- 80 g farine
- 100 g sucre
- 20 g poudre d'amandes
- 50 g beurre
- 4 oeufs
- 1 paquet de levure
- 150 g cerneaux de noix
- 100 g dattes dénoyautées(ou dattes en pâte).

## Preparation :

Préchauffer le four à 200°.

Travailler le sucre et les oeufs dans un saladier. Quand le mélange est mousseux, ajouter la farine d'un seul coup, puis la poudre d'amandes et la levure.

Incorporer ensuite le beurre fondu. Mélanger bien.

Couper les dattes en petits morceaux et concassez les noix.

Ajouter le tout à la pâte et mélanger soigneusement.

Beurrer et fariner un moule, puis verser la pâte dedans et enfourner.

Cuire 20 mn. Vérifier la cuisson avec la lame d'un couteau. Elle doit ressortir propre. Si ce n'est le cas, prolonger la cuisson quelques mn.

Démouler le gâteau et le servir éventuellement avec de la %crème anglaise%.



# Gâteau à l'ananas

## **Ingredients :**

Recette facile, comme dessert ou pour le thé:

Pour la pâte:

- 200 g farine
- 150 g sucre
- 150 g beurre
- 5 oeufs entiers
- 1 paquet de levure chimique
- 1 pincée de sel

Pour la garniture:

- 1 grande boîte d'ananas( ou 1 ananas frais bien sur)
- 2 cuillères de kirsch.

## **Preparation :**

Préparer la pâte:

Mélanger la farine tamisée, la levure, le sucre et le sel.

Faire une fontaine et ajouter les oeufs entiers un à un en mélangeant légèrement car la pâte colle.

Ajouter le beurre fondu.

Garnir un moule beurré et faire cuire à four chaud 35 à 40 mn.

la gâteau doit être bien doré sur le dessus.

Laisser refroidir et démouler.

Faire le sirop:

Ouvrir la boîte et verser le jus dans une casserole avec 6 cuillères à soupe de sucre. Cuire jusqu'à épaississement.

Verser la moitié du sirop sur le dessus du gâteau.

Déposer ensuite les tranches d'ananas.

Juste avant de servir, remettre le jus restant à cuire au degré proche du caramel et napper tout le gâteau qui sera bien brillant.



# Gâteau à la carotte (carrot cake)

## Ingredients :

Recette pour 8/10 personnes dans un grand moule à manqué:

- 275 g de carottes
  
- 275 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 300 g de sucre
- 3 cuillères à café de cannelle
- 2 cuillères à café de gingembre
- 60 g de noix concassées
- 1 cuillère à café de vanille
  
- 275 ml d'huile
- 4 oeufs.

## Preparation :

Pour les nostalgiques d'un séjour aux US:

C'est vraiment très bon:

Râper les carottes.

Préchauffer le four à 180°.

Dans un saladier, mélanger la farine, la levure, le sucre, la pincée de sel, les épices, les noix et la vanille.

Lier avec l'huile.

Ajouter les carottes, puis les oeufs un à un.

Bien mélanger le tout.

Verser dans un moule anti-adhésif et cuire au four 45/50 mn environ à 180°. Surveiller la cuisson. Laisser refroidir sur une grille.



# Gâteau alpin

## **Ingredients :**

Pour 6 Personnes

125 g de sucre  
125 g de farine  
125 g de beurre  
125 g de crème fraîche  
4 oeufs  
1 sachet de levure chimique  
1 sachet de sucre vanillé

## **Preparation :**

Bien mélanger si possible tous les ingrédients dans un robot.

Mettez le tout dans un moule à cake, beurrer-le.

Si vous voulez, vous pouvez ajouter une cuillère à soupe d'alcool au choix.

Cuire au four à 180°C (thermostat 5) pendant 40 minutes.

Le gâteau doit monter doucement, mais vérifier de temps en temps.

Laisser refroidir.

AGrémenter de sucre de glace, ou accompagner d'une crème anglaise, ou d'un coulis quelconque.

ME



# Gâteau ardéchois aux marrons

## Ingredients :

Recette maman pour 6 personnes dans un moule à manqué de 22 cm:

- 200 g crème de marrons
- 100 g beurre
- 100 g sucre
- 100 g farine
- 1/2 paquet de levure
- 1 pincée de sel
- 2 oeufs entiers
- 2 cuillères de rhum.

## Preparation :

Préchauffer le four.

Travailler les oeufs entiers, le sucre, le rhum, le sel.

Ajouter la farine et la levure, le beurre ramolli et la crème de marron.

Tapissez le fond du moule de papier beurré. Beurrez bien le papier pour un démoulage en douceur.

Versez la préparation dans le moule.

Cuire à four modéré 1/2h environ à 180°(th 6).



# gâteau au choco

## Ingredients :

- 4 danette au chocolat
- 3 pots de farine
- 2 pot de sucre
- 3 oeufs
- 1 pot d'huile
- 1 plaquette de chocolat noir ou au lait
- 1 sachet de levure chimique
- 1 sachet de sucre vanillé

## Preparation :

Mélanger tout les ingrédients sauf la plaque de chocolat. Couper la plaque en petits carrés.  
Beurrez votre plat et mettez le tout au four à la même température que pour un gâteau au yaourt  
et faire cuire 40 minutes. RÉGALEZ-VOUS BIEN !!!



# Gâteau au chocolat

## **Ingredients :**

- 4 oeufs
- 250 g chocolat
- 125 g beurre
- 1 grosse cuillère à soupe de maïzena
- 200 g sucre.

## **Preparation :**

Cette recette donne un gâteau au chocolat au centre "fondant"

Préchauffez le four.

Séparez les blancs des jaunes d'oeufs.

Faites fondre au bain marie le chocolat coupé en petits morceaux.  
A part, faites fondre le beurre.

Mélangez les jaunes, le beurre fondu, le sucre. Ajoutez le chocolat fondu puis la maïzena.

Battez les blancs très fermes et les incorporez doucement dans le mélange.

Tapissez le moule de papier. Beurrez bien le papier pour un démoulage en douceur. Versez la préparation dans le moule.

Cuire au four à 180 ° pendant 1/2h. Surveiller la cuisson



# Gâteau au chocolat SANS sucre

## **Ingredients :**

Recette sans sucre ajouté:

- 125 g chocolat dessert
- 50 g beurre
- 50 g poudre d'amandes
- 20 g farine
- 3 oeufs.

## **Préparation :**

Préchauffer le four.

Faire fondre le chocolat et mettre le beurre en pommade.

Bien mélanger.

Ajouter la poudre d'amandes, la farine, les 3 jaunes d'oeufs.

Monter les blancs en neige. Les incorporer délicatement au mélange.

Verser dans un moule beurré et fariné ou un moule silicone.

Cuire à 190° environ 30 mn.



# Gâteau au chocolat et au yaourt

## **Ingredients :**

1pot de yaourt nature (utiliser le pot pour mesurer)  
1pot1/2 de farine  
1pot de sucre fin  
1/2 (un demi) pot d'huile (d'arachide de préférence)  
3pots de chocolat en poudre (genre nesquik)  
3oeufs  
1/2 sachet de levure chimique  
un sachet de sucre vanillé.

## **Preparation :**

Mélanger le tout en commençant par le yaourt pour récupérer le pot, et en évitant de mettre les oeufs en contact avec le sucre. Le mélange se fait mieux avec un batteur. Verser le tout dans un moule beurré et fariné. Mettre au four 180° pour 45mn ajouter s'il en faut, mais le gâteau doit rester moelleux à l'intérieur..

Très facile à réussir, très apprécié des enfants, vous pouvez le tartiner avec une confiture myrtille ou abricot, et le saupoudrer de noix de coco, régalez-vous!



# Gâteau au chocolat et aux amandes Reine de Saba

## Ingredients :

Recette de mamie Claire pour 6 personnes:

- 120 g chocolat
- 60 g beurre
- 125 g sucre en poudre
- 3 oeufs
- 30 g crème de riz ( maïzena ou féculé)
- 100 g amandes en poudre.

## Preparation :

Faire fondre ensemble le chocolat et le beurre sans laisser bouillir.

Ajouter le sucre en poudre, les jaunes d'oeufs, la crème de riz et les amandes.

Mélanger soigneusement le tout  
puis y incorporer les blancs battus en neige.  
Remuer quelques minutes.

Etendre sur un moule beurré afin d'éviter qu'il n'attache. Parsemer quelques amandes effilées dessus.

Cuire à four doux (180°C) 25 mn.

Vérifier la cuisson au bout de 20 mn avec le bout d'un couteau, car le gâteau doit rester moelleux tout en étant cuit.



# Gâteau au chocolat facile

## **Ingredients :**

125 gr. de beurre  
6 oeufs  
150 gr. de sucre  
125 gr. de chocolat noir  
50 gr de farine  
1 cc de poudre à lever  
80 gr de pépites de chocolat  
1 pincé de sel.

## **Preparation :**

Tourner le beurre en pommade; ajouter les jaunes d'oeufs et le sucre; faire fondre le chocolat; ajouter le chocolat fondu dans l'appareil; ajouter la farine et la poudre à lever.

Battre les blancs d'oeufs en neige; les ajouter progressivement et enfourner dans le four préchauffé à 180 degrés.



# Gâteau au citron

## **Ingredients :**

Recette Marie Antoinette pour 6 personnes :

- 150 g beurre
- 150 g sucre
- 2 oeufs
- 115 g farine
- 1 cuillère à café levure
- 2 citrons 1 zeste râpé

Pour glacer:

- 100 g de sucre glace
- un jus de citron.

## **Preparation :**

Préchauffer le four Th 6 (180°).

Mélanger le beurre et le sucre au bain-marie. Ajouter les œufs entiers, la farine et la levure et mélanger.

Ajouter ensuite le jus de deux citrons et un zeste râpé. Bien mélanger.

Verser la préparation dans un moule à tarte et laisser cuire 30 minutes environ à four moyen. Démouler et laisser refroidir.

Pour le glaçage, mélanger le sucre glace et 15 cl de jus de citron.

(Pour faire le glaçage, on peut mixer le sucre afin d'obtenir du sucre glace).

Mettre le gâteau sur un plat et le piquer par endroits avec une lame de couteau avant de le napper de glaçage. Servir frais.



# Gâteau au fromage (cheesecake)

## **Ingredients :**

recette pour 1 grand moule à manqué (8/10 pers):

- 1 paquet de biscuits de type sablé ou spéculos (250 g)
- 1/2 plaquette de beurre
  
- 3 boîtes de fromage frais à tartiner (200g x 3) ou "cream cheese"
- 130 g de sucre
- 2 oeufs
- parfum: extrait de vanille.

## **Preparation :**

Attention: gâteau à préparer la veille!

Préchauffer le four à 180°.

Faire une chapelure avec les biscuits en les passant au mixer.

Mélanger le beurre fondu avec les biscuits et étaler ce mélange au fond du moule à manqué souple en tassant un peu pour obtenir un genre de "fond de tarte".

Dans un saladier, battre le fromage avec le sucre; puis ajouter les oeufs et le parfum. Bien mélanger et verser ce mélange sur le fond du moule à manqué et cuire 35/40 mn environ à 180°.

Laisser refroidir puis mettre au réfrigérateur.



# Gateau au fromage blanc

## **Ingredients :**

Recette pour un moule de 20 cm max:

75 g de sucre

2 oeufs

250 g de fromage blanc lisse 40%

3 cuillères à soupe de farine

Parfum:

qq gouttes de citron

1 poire coupée en morceaux.

## **Preparation :**

Préchauffer le four.

Battre ensemble le sucre et les oeufs.

Ajouter le fromage blanc, puis la farine. Bien mélanger.

Parfumer au citron et verser dans le moule (sans graisse si moule souple).

Ajouter les morceaux de poire.

Cuire au four à 160° environ 35/40 mn.

Variantes:

On peut parfumer à l'eau de fleur d'oranger et ajouter 3 cuillerées de noix de coco en poudre,

On peut remplacer la poire par une pomme...



# Gâteau au yaourt

## **Ingredients :**

pour un moule à manqué de 24 cm de diamètre :

- 1 pot de yaourt
- 1 pot de sucre
- 1 pot huile
- 3 pots de farine
- 3 oeufs
- 1/2 sachet de levure
- 1 pincée de sel.

## **Preparation :**

Préchauffer le four th5.

Dans un saladier, mélanger sucre et yaourt.

Ajouter les oeufs, puis l'huile la levure mélangée à la farine.

Bien mélanger pour obtenir une pâte bien lisse.

mettre un papier huilé au fond du moule.

Cuire Th4 pendant 35/40 mn.

Servir tiède ou froid, imbibé ou non de sirop

C'est une base de gâteau éventuelle: on peut mélanger avant cuisson: pommes, poires, ananas, fruits secs, miel...



# Gâteau aux abricots

## **Ingredients :**

Recette pour un moule à manqué de 22 cm de diamètre :

- 4 oeufs
- 150 g de sucre
- 150 g de crème
- 150 g de farine
- 1/2 sachet de levure
- 10 abricots bien murs.

## **Preparation :**

Mélanger les oeufs battus avec le sucre.

Ajouter la crème, puis la farine mélangée à la levure.

Mettre dans un moule beurré sur les abricots.

Cuire à feu moyen (TH 5/6) environ 40 mn.



# Gâteau aux ananas aux petits beurres

## **Ingredients :**

200 g beurre non salé

150 g sucre glace

2 jaunes d'oeufs

1 grosse boîte d'ananas au sirop

1 paquet de petits beurres.

## **Préparation :**

Préparer une %crème au beurre% selon la recette d'Annie en y ajoutant le jus de la boîte d'ananas au sirop.

Monter un gâteau sur un plat rectangulaire en alternant crème au beurre à l'ananas, tranches d'ananas et petit beurre, en terminant par une couche de crème.

Garnir le dessus de quelques morceaux d'ananas.

Simple mais délicieux ! Il s'agit d'une recette de ma grand-mère qu'elle nous servait traditionnellement comme dessert le jour de l'an.



# Gâteau aux noix

## **Ingredients :**

Recette pour le grand moule à manqué:  
(Diviser par 2 pour le moule standard à manqué!)

- 6 oeufs
- 250 g sucre
- 250 g noix
- 125 g beurre
- 90 g farine

Glacage:

- 150 g sucre glace
- 2 cuillères à soupe d'extrait de café
- 1 cuillère à soupe d'eau.

## **Preparation :**

Séparer les blancs des jaunes dans 2 saladiers.

Mélanger les jaunes avec le sucre pour obtenir un mélange jaune pâle.  
Ajouter la farine, les noix hachées, puis le beurre fondu (mais pas chaud!).

Monter les blancs en neige, puis les incorporer délicatement au mélange pour ne pas les faire retomber.

Verser dans un moule beurré et fariné.  
Cuire au four à 190° pendant environ 30 mn.

Laisser refroidir un peu le gâteau au sortir du four. Pendant ce temps préparer le glacage en mélangeant l'eau et le café au sucre glace. Etaler à la spatule.



# Gâteau aux pommes dit tarte suisse

## **Ingredients :**

Recette pour un moule à manqué de 24 cm de diamètre :

- 80 g sucre
- 2 oeufs entiers
- 60 g beurre
- 100 g farine
- 2 cuillères à café de levure
- 1 zeste de citron
- 4 pommes moyennes.

## **Preparation :**

Dans une terrine, travailler le sucre, les oeufs entiers.

Réduire le beurre en crème sans le faire fondre.

Ajouter le beurre ramolli, la farine, la levure et le zeste de citron râpé.

Verser la pâte dans un moule à manqué.

Disposer les pommes coupées en lamelles comme pour une tarte, à la surface de la pâte.

Faire cuire à four moyen (180°) 30 mn environ.

Servir tiède ou froid saupoudré de sucre.



# Gâteau de Pommes de terre

## **Ingredients :**

Recette pour 5 personnes:

- 1,5 kg de pommes de terre
- 200 g beurre
- sel et poivre
- persil.

## **Preparation :**

Recette facile et d'un bel effet pour servir des pommes de terre!

Eplucher, laver, essuyer les pommes de terre; les couper en rondelles fines (1/3 de cm) et régulières.

Beurrer un moule à charlotte ou à soufflé et garnir le fond et les parois du moule de tranches de pommes de terre.

Saler, poivrer, répartir entre les lits de pommes de terre des noisettes de beurre.

Recouvrir d'un papier alu ou papier beurré.

Cuire 3/4 h environ à four chaud (TH 7/8).

Il faut que l'intérieur soit moelleux et que les bords et le fond soient bien dorés.

On peut aussi utiliser un plat en verre culinaire et servir dans le plat de cuisson.

Démouler et décorer de persil.



# Gâteau de Savoie

## **Ingredients :**

Recette pour un moule à manqué de 22 cm de diamètre :

125g sucre  
1 noix de beurre  
1 sachet de sucre vanillé  
4 oeufs  
60g farine  
30g fécule de pommes de terre  
1 pincée de sel.

## **Preparation :**

Mettre sucre, jaunes d'oeufs et vanille dans une terrine et fouetter jusqu'à ce que le mélange blanchisse et devienne crémeux. De cette opération dépend la réussite du gâteau.

Préchauffer le four, grille à mi-hauteur.

Verser fécule et farine dans une passoire pour tamiser et secouer au dessus de la terrine tout en mélangeant cette fois avec une cuillère en bois.

incorporer ensuite délicatement les blancs d'oeufs battus en neige très ferme en deux ou trois fois pour ne pas les écraser.

Beurre un moule et fariner le légèrement.

Verser la pâte dedans jusqu'aux 3/4 de la hauteur.

Faire cuire à four moyen 200° de 50 à 60 mn

Augmenter la chaleur à 250° pour le dernier tiers de la cuisson.

Démouler tiède et laisser refroidir complètement sur une grille.



# Gâteau de semoule aux raisins

## **Ingredients :**

Recette de grand mère

Pour 4 personnes

100 g de raisins secs

un petit verre de rhum

1/2 litre de lait

75 g de sucre

75 g de semoule de blé fine

2 oeufs.

## **Preparation :**

Faire gonfler les raisins dans le rhum.

Faire bouillir le lait avec le sucre.

Verser la semoule en pluie.

Cuire une dizaine de minutes en remuant.

Hors du feu, ajouter les oeufs battus en omelette.

Ajouter les raisins.

Verser dans un moule à savarin caramélisé ou huilé et faire cuire 15 mn à four chaud.

Laisser refroidir puis démouler.



# Gâteau dit gâteau allemand

## Ingredients :

Recette Mamie Claire pour utiliser les blancs des oeufs de la %glace à la vanille%:

Pour un moule à manqué de 20 cm de diamètre :

- 125 g beurre
- 200 g sucre
- 6 blancs d'oeufs
- 60 g farine
- 60 g maïzena
- 1 cuillère à café de vanille en poudre
- 1 zeste de citron.

## Preparation :

Réduire le beurre en crème sans le faire fondre. Battre les blancs en neige ferme en ajoutant le sucre par petites quantités.

Quand le mélange est mousseux, incorporer avec précaution la farine tamisée, la maïzena, la vanille, le zeste de citron râpé finement et le beurre fondu (sur feu très doux pour qu'il ne cuise pas).

Beurrer largement un moule à manqué haut.

Cuire à four doux 25 mn environ (th5).

Ce gâteau doit être blond, léger sans être sec.



# Gâteau express au chocolat

## **Ingredients :**

150 g de sucre fin  
4 oeufs entiers  
150 g de chocolat  
150 g de farine  
1/2 sachet de levure chimique.

## **Preparation :**

Mélanger au batteur électrique 150 g de sucre fin, 4 oeufs entiers et 150 g de chocolat préalablement fondu au micro-ondes. Quand le mélange a doublé de volume, ajouter 150 g de farine et 1/2 sachet de levure chimique. Mettre la pâte dans un moule rond beurre et faire cuire à 200° pendant 30 min. environ. Un régal avec de la crème anglaise en accompagnement !



# Gâteau fondant au chocolat (mo)

## **Ingredients :**

Pour un moule plastique ou verre de 20 cm:

- 150 g de chocolat dessert
- 100 g de beurre
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 100 g de sucre
- 3 oeufs
- 50 g de farine
- 1 pincée de levure
- 1 pincée de sel.

## **Preparation :**

A la demande générale!!

Fondre le chocolat dessert et le beurre au Micro- ondes 2 mn pour 1 four 750W.

Ajouter la crème fraîche, puis le sucre et les oeufs 1 à 1; ensuite la farine, la levure et le sel. Bien mélanger.

Verser dans le moule et cuire 4 mn (750W).

Laisser refroidir, puis démouler.

Possibilité d'amélioration:

- Couper le gâteau en deux et le garnir de marmelade au choix par ex orange)
- Le recouvrir d'une %ganache%: faire fondre du chocolat(1/2 tablette), puis ajouter un peu de crème fraîche (75cl) et 1 cuillère de beurre, pour obtenir une pâte que l'on étale sur le dessus en lissant.



# Gateau fondant au chocolat et aux marrons

## **Ingredients :**

Recette de Christiane pour un grand moule à cake:

- 100 g de chocolat noir dessert
- 50 g de beurre
- 1 grosse boîte de crème de marron(4/4)
- 3 oeufs
- 2 cuillères à soupe de farine.

## **Preparation :**

Préchauffer le four à 180°C.

Faire fondre le chocolat au bain-marie (ou au M O) avec le beurre.  
Bien mélanger pour obtenir une crème homogène.

Ajouter à la crème de marron en fouettant, puis la farine et les jaunes d'oeufs.

Battre les blancs en neige ferme puis les incorporer au mélange en remuant délicatement.

Verser dans un moule à cake.

Cuire au four à 180° pendant environ 40 minutes.

Très bon nature, coupé en tranches ; mais aussi avec une %crème anglaise%; peut être décoré avec des brisures de marrons glacés.



# Gâteau italien aux pommes

## Ingredients :

1 kg de pommes  
185 g de farine  
150 g de sucre en poudre  
2 oeufs  
10 cl de lait  
50 g de beurre+ 15 g pour le moule  
1 citron  
1 orange  
3 cuillerées a soupe de chapelure  
2 cuillerées de sucre roux  
5 cl de rhum  
1/2 cuillerée a café de cannelle ou une grosse pincée des bâtons  
1 sachet de levure chimique.

## Preparation :

Recette Marie:

Preleve le zeste du citron + celui de l'orange; emince les et mets les à macérer dans le rhum 1h.

Pèle les pommes coupe les en tranches en retirant le cœur.

Prechauffe le four th6.

Beurre le moule à manqué ou une tourtière; parsème le avec la chapelure puis retourne le pour en éliminer l'excédent.

Bats les œufs entiers puis ajoute la farine et la levure.

Presse l'orange; ajoute le jus à la pâte puis le lait + sucre + les zestes.

Dispose les pommes dans la plat + cannelle + pâte

Parsème de sucre roux et de beurre coupé.

Mets au four 55mn.

Laisse refroidir.

Bon appetit.



# Gâteau marbré

## **Ingredients :**

Recette maman:

Pour un moule à cake :

120 g beurre

200 g sucre

3 oeufs

3 cuillères à soupe de lait gloria + eau

250 g farine

1 sachet de levure

Parfum:

1 sachet de sucre vanillé

25 g cacao.

## **Préparation :**

Faire fondre au bain marie le sucre et travailler le mélange beurre ramolli et sucre pour obtenir une crème onctueuse.

Ajouter les jaunes, le lait gloria étendu de son volume d'eau ( on peut utiliser du lait) la farine et la levure.

Battre les blancs en neige très ferme et les mélanger doucement à la pâte.

Diviser la pâte en 2 parties:

dans 1: ajouter le sucre vanillé

dans 2: ajouter le cacao

Beurre un moule à cake et mettre alternativement 1 couche vanillée et 1 couche cacaotée.

Cuire à four moyen 40 mn

Laisser refroidir puis glacer au chocolat et garnir avec des noix si on veut.



# Gâteau minute

## **Ingredients :**

Recette mamie Claire :

- 1/4 beurre (125 g)
- 2 oeufs
- 125 g sucre en poudre
- 125 g farine tamisée
- 7 g levure en poudre (1/2 sachet environ)

Garniture facultative:

- confiture ou
- 100 g chocolat et 25 g beurre.

## **Préparation :**

Travailler le beurre jusqu'à la consistance de crème épaisse. (NDLR: on peut le ramollir au MO).

Ajouter successivement les oeufs; ne mettre le 2ème que lorsque le 1er est bien mélangé.

Puis le sucre, la farine tamisée.

Bien travailler en soulevant la pâte.

Ajouter la levure.

Verser le tout dans un moule à génoise beurré et fariné.

Cuire à four moyen 35/40 mn.

Quand le gâteau est refroidi, le partager en deux et le garnir:

- soit de confiture
- soit de crème au chocolat faite du chocolat à croquer chauffé" au bain-marie avec le beurre.



# Gâteau Mont blanc

## Ingredients :

Pour 1 moule à manqué 6/8 personnes:

Gâteau:

- 5 oeufs
- 150 g de sucre roux
- 2 cuillerées à soupe de rhum
- 100 g de farine + 50 g de maïzena
- 1 pincée de sel

Crème:

- 1 boîte de 40 cl de lait de coco
- 1 boîte de 410 g de lait concentré sucré
- 1 citron vert
- 2 cuillerées à soupe rases de maïzena
- 2 cuillerées à soupe de rhum

Décoration:

- 80/100 g de noix de coco râpée.

## Preparation :

Ce gâteau est à préparer la veille et à conserver au réfrigérateur: la crème pénètre dans le gâteau et c'est très bon!

Préparer le gâteau:

Mettre les jaunes d'oeufs, le rhum et le sucre dans une jatte et battre au fouet jusqu'à ce que le sucre soit fondu. Verser la farine et la maïzena et mélanger.

Battre en neige ferme les blancs avec une pincée de sel puis les incorporer petit à petit à la pâte.

Verser dans un moule à manqué beurré et fariné

(ou moule plastique sans graisse).

Cuire au four à 160° pendant 35/40min. Surveiller.

Laisser refroidir sur une grille.

Préparer la crème:

Mettre dans une casserole le lait de coco, le lait concentré et le zeste du citron vert.

Verser un peu de ce mélange dans un bol, faire bouillir le reste.

Ajouter la farine au lait du bol; bien mélanger.

Après ébullition, baisser le feu, puis ajouter le contenu du bol et remuer jusqu'à épaississement (la crème doit avoir la texture d'une béchamel épaisse!).

Incorporer le rhum.

Laisser refroidir.

Montage:

Faire une petite encoche sur la tranche du gâteau comme repère (pour bien le remettre après!), puis couper le gâteau en deux dans le sens horizontal.

Garnir une moitié avec les 3/4 de la crème.

Refermer le gâteau.

Napper ensuite le dessus et les cotés du gâteau du reste de crème et saupoudrer de noix de coco râpée.

Mettre au réfrigérateur.



# Gâteau renversé à l'ananas

## **Ingredients :**

Très bonne recette de Véronique:

1 BOITE D'ANANAS AU SIROP  
15 MORCEAUX DE SUCRE  
2 OEUFS  
100G DE SUCRE EN POUDRE  
100G DE BEURRE  
100G DE FARINE  
1/2 SACHET DE LEVURE VANILLE LIQUIDE  
RHUM

SI VOUS N'AIMEZ PAS L'ANANAS UTILISER POIRES, PECHES, ABRICOTS AU SIROP.

## **Preparation :**

DANS UNE CASSEROLE, FAIRE UN CAMEL AVEC LES 15 MORCEAUX DE SUCRE IMBIBES D'EAU. QUAND IL EST BIEN DORE, LE VERSER DANS LE MOULE A MANQUE BEURRE.

COUPER LES TRANCHES D'ANANAS EN DEUX ET LES DEPOSER SUR LE CAMEL CHAUD.

DANS UNE TERRINE, TRAVAILLER LE BEURRE POUR LE RENDRE CREMEUX, AJOUTER LE SUCRE EN POUDRE PUIS LES OEUFS UN A UN. AJOUTER PEU A PEU LA FARINE ET LA LEVURE PUIS LA VANILLE LIQUIDE ET LE RHUM. VERSER CETTE PREPARATION DANS LE MOULE ET CUIRE A FOUR MOYEN DURANT 30 MINUTES ENVIRON.

DEMOULER EN RENVERSANT LE MOULE SUR UN PLAT DE SERVICE.



# Gâteau roulé

## Ingredients :

Pour 6/8 personnes :

50g de farine

50g de maïzena

1/2 sachet de levure alsacienne

4 oeufs

120 g sucre

1 paquet de sucre vanillé.

## Preparation :

Dans une terrine, casser les jaunes d'oeufs et réserver les blancs. Travailler les jaunes et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Ajouter la farine, la Maïzena et la levure.

Battre les oeufs en neige et les incorporer délicatement au mélange en soulevant la masse.

Beurrer un moule bas rectangulaire (on peut utiliser la lèche-frite du four). Disposer sur le fond beurré une ou deux feuilles de papier blanc de manière à recouvrir entièrement le fond du moule.

Verser la préparation et faire cuire à four chaud (Th. 7) 8 à 10 minutes.

Dès la sortie du four, rouler ensemble le papier et le biscuit.

Laisser refroidir.



# Gaufres fourrées à la vanille (ou gaufres de Lille)

## Ingredients :

Un gaufrier:

- 500 g farine
- 10 g de sel
- 30 g de sucre
- 15 g de levure de boulanger
- 125 g de beurre à température ambiante
- 4 oeufs
- 250 g de lait

Crème à la vanille:

- 200 g de beurre (mou)
- 200 g de fondant ou de cassonade
- 1 cuillère à café de vanille liquide.

## Préparation :

Préparer la pâte:

Mettre la farine, le sel, le sucre, la levure émiettée.

Ajouter les oeufs un à un, puis le beurre ramolli. Délayer avec le lait.

Bien mélanger.

Faire les gaufres avec le gaufrier.

Quand elles sont faites, tartiner une face avec la crème réalisée avec le sucre, le beurre ramolli et la vanille. Coller les gaufres deux à deux.



# Gaufres lyonnaises

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes

500 g de farine

150 g beurre

6 oeufs

50 g sucre en poudre

1 pincée de sel

3/4 l lait environ

1 cuillère à café de fleur d'oranger ou 1 cuillère à soupe de rhum.

1 gaufrier!

## **Preparation :**

Verser la farine dans une terrine.

Creuser 1 trou au centre.

Mettre sucre, sel, beurre fondu et refroidi, et les 6 jaunes d'oeufs.

Travailler au fouet ou mixer en délayant progressivement avec le lait pour obtenir une pâte très molle.

Parfumer à la fleur d'oranger ou au rhum.

Monter les blancs en neige ferme et les incorporer délicatement en soulevant la pâte sans trop la tourner.

La pâte est prête à cuire.

Garniture des gaufres:

confiture

compote

purée de fruits frais

crème de marron

mousse au chocolat

chantilly

fromage blanc battu au sucre

bananes cuites au beurre et flambées

glace entre 2 gaufres

glace + chocolat fondu.



# Gelée de groseilles

## **Ingredients :**

2 kg de groseilles (si possible 2/3 rouges, 1/3 blanches)  
2 verres moyens d'eau  
1 kg de sucre pour 1 kg de jus de groseille.

## **Preparation :**

Laver les grappes de groseilles à grande eau, les mettre dans la bassine à confiture et ajouter l'eau bien mesurée. Poser sur feu moyen.

Remuer avec une écumoire en pressant les fruits de manière à les faire éclater et en brassant sans arrêt.

Au bout de 8/10 mn les grains sont bien crevés et baignent dans le jus.

Filtrer le jus à travers une passoire très fine. Pour obtenir une gelée limpide il faut laisser s'écouler le jus naturellement. Pour un gelée moins claire mais aussi bonne et plus abondante, on presse la pulpe des fruits avec le dos de l'écumoire.

Peser le jus obtenu.

Ajouter le sucre nécessaire: 1 kg de sucre pour 1 kg de jus et verser le tout dans la bassine.

Remuer.

Porter lentement à ébullition en remuant de temps en temps.

Quand l'ébullition est franche ( la masse entière bouillonne), compter rigoureusement 3 mn de cuisson et retirer aussitôt.

Mettre en pots immédiatement à la louche ou au pichet. Attendre 48 h avant de couvrir (protéger en attendant avec torchon ou papier).



# Gigot d'agneau

## **Ingredients :**

1 gigot d'agneau de 2,5 kg environ  
2 gousses d'ail  
2 cuillères d'huile environ  
1 petit oignon  
sel, poivre  
Accompagnement:  
1 boîte de flageolets très fins  
800 g de haricots verts

## **Preparation :**

Préchauffer le four.

Peler les gousses d'ail. A l'aide d'un couteau pointu, les faire pénétrer dans la viande à plusieurs endroits.

Enduire le gigot légèrement d'huile et le mettre dans un plat. Ajouter l'oignon coupé en deux.

Cuire à four chaud 40 mn environ.

A mi- cuisson retourner la viande

Saler, poivrer

Arroser au besoin avec un peu d'eau pendant la cuisson

Découper la viande en tranches sur un plat de service chaud

La viande doit être rosée au centre

Verser le jus dans une saucière

Servir de suite dans des assiettes chaudes avec les flageolets et les haricots verts



# Glace à la vanille

## **Ingredients :**

Recette Mamie Arlette pour 4 pers :

- 1/2 l lait
- 1/2 gousse de vanille
- 4 jaunes
- 100 g sucre

Proportions de Mamie Claire:

3/4 l lait, 6 jaunes, 100 g sucre, 2 cuillères crème fraîche à incorporer à la fin.

On peut accompagner la glace du %Gâteau allemand% qui utilise les 6 blancs d'oeufs.

## **Préparation :**

ATTENTION: recette à préparer à l'avance car la crème doit avoir le temps de refroidir avant de passer en sorbetière.

Faire bouillir le lait 5 mn. Parfumer à la vanille.

Délayer les jaunes d'oeufs avec quelques gouttes d'eau.

Battre avec le sucre assez longtemps pour que le mélange soit assez ferme pour former le ruban.

Ajouter le lait aux oeufs battus par petite quantité à la fois en continuant de battre.

Tamiser.

Faire cuire au bain marie ou sur la plaque à thermostat à feu très doux th 2/3 jusqu'au moment où la mousse disparaît. BIEN surveiller ce moment et retirer du feu.

NE JAMAIS faire bouillir.

Laisser refroidir.

Mettre dans la sorbetière quand la crème est bien froide.



# Glace au chocolat ou au café ou à la pistache

## **Ingredients :**

Recette Robert pour 1l de glace:

- 4 oeufs
- 4 cuillères à soupe de sucre
- 4 cuillères à soupe de crème
  
- parfum chocolat: 1/2 tablette de chocolat pâtissier  
possible avec: café, pistache.

## **Preparation :**

Mélanger sucre et jaunes d'oeufs.

Ajouter la crème, puis le chocolat nestlé pâtissier fondu au MO ou bain marie.

Ajouter les blancs montés en neige.

Mettre en sorbetière.



# Glace au yaourt et aux fraises

## **Ingredients :**

Recette pour la sorbete de 1l

500 g de fraises

100 g de sucre en poudre

1 jus de citron

300 g de yaourt (et/ou creme: on peut melanger)

## **Preparation :**

Dans un mixer, mettre les fraises, le sucre, le jus de citron et les yaourts (environ 2 yaourts et demi)

Bien melanger

Mettre le melange au refrigerateur pour que le melange soit bien frais

Verser dans la sorbete.

Laisser tourner

La machine s'arrete environ 15 mn apres, en tenir compte pour servir le dessert!



# Glace aux marrons

## **Ingredients :**

Recette Michel:

- 1 boîte de crème de marron (500g)
- 1 petite bouteille de crème liquide (250 ml)
- 1 cuillère à soupe d'armagnac.

## **Preparation :**

Faire tourner la sorbetière.

Ajouter la crème de marron, puis la crème.

A la fin ajouter un peu d'armagnac.



# Glace rapide aux fruits sans sorbetière

## **Ingredients :**

Recette facile:

- 1 kg fruits
- 400g sucre glace
- 1 jus de citron
- 1/2 l crème.

## **Préparation :**

Sans intervention, sans surveiller la prise.  
Valable bien sûr en sorbetière.

Passer tous les éléments au mixer sauf la crème.  
Fouetter la crème et l'incorporer à l'appareil.

Verser dans un bac et mettre au congélateur.



# Gnocchis

## Ingredients :

Recette maman pour 5 personnes :

- 3/4 l lait
- 150 g semoule
- 3 jaunes d'oeufs
- 35 g beurre
- 50 g gruyère râpé.

## Preparation :

Faire bouillir le lait avec le beurre.

Saler, poivrer.

Jeter la semoule en pluie.

Cuire 8/10 mn en remuant.

Quand la préparation devient épaisse, ajouter hors du feu les 3 jaunes.

Sur une feuille d'alu légèrement mouillée, étendre la pâte et laisser refroidir.

Découper les gnocchis d'un diamètre de 4/5 cm de diamètre.

Mettre dans un plat à gratin.

Saupoudrer de gruyère.

Gratiner au four 15 mn environ.



# Gougère bourguignonne

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

80 g beurre  
1/4 l eau  
125 g farine  
150 g gruyère râpé  
et 1 morceau de 50 g  
4 oeufs  
1 pincée sel, poivre.

## **Preparation :**

Préchauffer le four thermostat 6-7 grille à mi hauteur.

Préparez une plaque de cuisson (avec du beurre saupoudré de farine ou mieux, du papier sulfurisé).

Préparez une pâte à choux: dans une casserole, faire bouillir à allure forte un mélange eau + beurre en morceaux+ une pincée de sel.

Lorsque le beurre est fondu, coupez le courant mais laissez la casserole sur la plaque. Ajouter la farine d'un seul coup et fouetter vigoureusement avec une cuillère en bois jusqu'à ce que le mélange n'adhère plus à la cuillère, ni aux parois de la casserole.

Hors de la plaque, incorporez les oeufs un à un, en battant bien la pâte avec la cuillère en bois. Ajoutez fromage râpé à cette pâte, et fouetter jusqu'à obtenir l'aspect d'une mayonnaise.

Sur la plaque graissée légèrement, à l'aide d'une cuillère à soupe, disposez dessus la pâte en couronne.

Coupez le gruyère en dés et piquez le sur la pâte.

Mettre au four pendant 30 minutes.

La gougère se sert très chaude ou froide.

Note: la gougère doit être ferme sous la pression du doigt lorsque on la sort du four.



# Grand Aïoli

## **Ingredients :**

Recette Christian:

Pour 8 personnes:

1 kg filets de morue

1 kg haricots verts

8 pommes de terre

1 kg carottes

1 chou-fleur

8 oeufs + 2 jaunes

2/3 betteraves rouges (facultatif)

## **Préparation :**

La veille: plonger les filets de morue dans l'eau et les laisser tremper 12h. Changer l'eau plusieurs fois.

Le lendemain, faire cuire les oeufs 10 mn dans une petite casserole d'eau bouillante, puis les passer sous l'eau froide et les écaler.

Préparer et nettoyer les légumes : gratter les carottes, éplucher les pommes de terre, effiler les haricots verts, couper les choux fleurs en bouquets.

Faire bouillir un grand faitout d'eau salée; y plonger les carottes et les cuire 10 mn; puis ajouter les autres légumes et laisser cuire 15 mn.

Plonger la morue dans une grande casserole d'eau froide et porter à ébullition. Egoutter, et répéter l'opération un seconde fois, puis retirer du feu et laisser le poisson reposer 10 mn dans l'eau de cuisson.

Pendant ce temps préparer la sauce aïoli :

Peler les gousses d'ail, les couper en deux et enlever le germe. Les mettre dans un mortier et les écraser au pilon.

Ajouter les jaunes d'oeufs, 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, 1 pincée de sel, puis mélanger au fouet. Incorporer le reste de l'huile en mince filet, en battant constamment jusqu'à ce que la préparation ait la consistance d'une mayonnaise.

Si on utilise la betterave, la mettre dans une casserole d'eau froide et porter à ébullition.

Egoutter les filets de morue, retirer la peau, les arêtes et la découper en dés.

Egoutter les légumes et les disposer sur un grand plat avec les oeufs durs.

Servir aussitôt avec l'aïoli en saucière.



# Gratin de chou fleur

## **Ingredients :**

Recette pour 5 personnes:

- 1 beau chou-fleur
  
- 1/2 litre de lait
- 20 g de farine
- 20 g de beurre
- 70 g de gruyère râpé
- 1 petit sachet de parmesan râpé (environ 40 g)
- sel, poivre muscade
  
- 2 cuillères à soupe de chapelure
- 2/3 noisettes de beurre.

## **Preparation :**

Couper le chou-fleur en séparant les bouquets.

Mettre de l'eau dans une casserole, saler et porter à ébullition.

Mettre le chou-fleur dans la casserole. Faire repartir l'ébullition et couvrir.

Laisser cuire 15 minutes puis égoutter.

Préparer la sauce pendant la cuisson du chou-fleur:

Faire fondre le beurre dans une casserole à fond épais.

Ajouter la farine et mélanger.

Puis ajouter le lait chaud sans cesser de tourner.

Assaisonner avec sel, poivre et muscade.

Laisser mijoter 5 minutes puis incorporer le fromage.

Mélanger bien pour avoir une sauce onctueuse.

Placer les bouquets de chou-fleur sur un plat allant au four et les napper de sauce.

Saupoudrer de la chapelure et parsemer de noisettes de beurre.

Gratiner à four chaud à 240° (th 8), 10 mn.



# Gratin d'aubergines

## **Ingredients :**

Recette pour un grand plat:

- 2 kg d'aubergines
- 300 g de fromage râpé
- 2 verres de huile d'olive
- sel, poivre

Sauce :

- 1 kg de tomates
- 3 oignons
- 1 gousse d'ail
- basilic, thym, laurier
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Ebouillanter les tomates, les peler et les épépiner.

Les mélanger au reste des ingrédients de la sauce (hachés ou émincés), et laisser mijoter 30 minutes.

Pendant ce temps, couper légèrement les aubergines dans le sens de la longueur. Les éponger et les frire à la poêle avec l'huile d'olive. Egoutter sur le papier absorbant.

Huiler un plat à gratin et napper le fond de sauce tomate. Superposer une couche d'aubergines puis une couche de fromage. Recommencer ainsi jusqu'à épuisement des ingrédients.

Saupoudrer le tout de fromage et faire gratiner 25 minutes à four chaud.



# Gratin d'aubergines rapide

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 2 aubergines (ou 150 g d'aubergines grillées surgelées)
- 150 g de coulis de tomates (ou 150 g de cubes de tomates à l'italienne surgelées)
- 1 boule de mozzarella
- sel, poivre
- origan
- huile d'olive
- 1/2 sachet de parmesan.

## **Preparation :**

Très rapide si on utilise les surgelés!

Déposer dans le fond d'un plat à gratin les aubergines grillées. (Si on prépare soi-même les aubergines, il faut les fariner et les griller dans une poêle contenant de l'huile bien chaude et les égoutter sur un papier absorbant).

Arroser du coulis de tomates. (Si on le prépare soi-même, faire cuire les tomates avec oignon, ail bouquet garni, sel, poivre, 7 mn au micro-ondes puis passer au moulin).

Couper la mozzarella en tranches fines et les déposer dessus. Ajouter sel, poivre et 2 pincées d'origan.

Saupoudrer de parmesan et ajouter un filet d'huile d'olive.

Mettre au four Thermostat 7 (210°C) pendant 30 minutes.



# Gratin dauphinois élaboré

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes:

- 50 cl de lait
- 2 gousses d'ail
- 2 brins de thym
- 1 clou de girofle
- 600 g de pommes de terre
- 15 cl de creme fraiche
- sel, poivre, noix muscade.

## Preparation :

Recette qui donne un gratin très moelleux:

Faire bouillir le lait avec l'ail, le thym et le clou de girofle pendant 15 mn puis enlever les aromates.

Peler ,laver et couper en tranches fines les pommes de terre.  
Mettre les pommes de terre dans le lait et cuire 10 mn.

Ajouter la creme fraiche, saler, poivrer, parfumer avec de la noix muscade.

Verser le tout dans un plat à gratin beurré( aillé si on aime)  
Cuire à 180° 40/45 mn environ. Surveiller.



# Gratin dauphinois simplifié

## **Ingredients :**

Pour un plat à gratin familial (4 à 6 personnes) :

1 kg de pommes de terre coupées en rondelles fines

1/2 l de lait entier

1 gousse d'ail, sel, poivre, muscade

un peu de beurre pour le plat

## **Preparation :**

Laver et éplucher les pommes de terre

Tailler en tranches de 5 mm d'épaisseur environ

Ranger dans le plat à gratin beurré, assaisonner entre chaque couche de sel, poivre, muscade et ail écrasé.

Verser le lait au deux tiers de la hauteur des pommes de terre.

Cuire à feu très doux (150°C) pendant une heure et demie



# Gratin de cabillaud aux pommes de terre

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes :

900 g de cabillaud sans la peau  
1kg de pommes de terre fermes  
4/6 oignons  
un peu d'huile d'olive  
1 gousse d'ail  
du thym  
sel, poivre.

## **Preparation :**

- Pelez les oignons et coupez les en tranches fines
- Préchauffez le four sur th.6-7 (180-200°C)
- Lavez les pommes de terre, épluchez les et coupez les en tranches fines.
- Etalez les pommes de terre avec les oignons dans un plat frotté d'ail. Ajoutez environ 10 cl d'huile d'olive, salez, poivrez et cuisez au four 45 minutes.
- Détaillez le cabillaud en gros cubes. Glissez les parmi les pommes de terre et parsemez de thym. Remettez un quart d'heure au four, c'est prêt.



# Gratin de cabillaud forestier

## **Ingredients :**

Recette Picard:

Recette pour 4 personnes:

1 filet de 400g de cabillaud

600g de champignons de Paris

20 cl crème fraîche

50g gruyère râpé

2 jaunes d'oeufs

1 verre de vin blanc

1 clou de girofle, sel poivre, safran facultatif.

## **Préparation :**

Préchauffer le four à TH7/8 ( 250°).

Faire cuire les champignons émincés avec le vin blanc, 1/2 verre d'eau, sel poivre clou de girofle et safran.

Emietter dans un plat à gratin le cabillaud préalablement poché dans l'eau.

Disposer dessus les champignons.

Dans un bol, battre les jaunes d'oeufs avec la crème, puis verser la préparation sur les champignons.

Cuire 10 mn.

Ajouter le gruyère râpé et faire gratiner 5 mn.

Servir accompagné s'une salade légèrement assaisonnée.



# Gratin de fraises

## **Ingredients :**

Pour 1 grand plat à gratin (6 personnes):

750 g fraises

6 oeufs

150 g sucre

150 g beurre

6 citrons non traités.

## **Preparation :**

Préparer la crème au bain marie: disposer de 2 casseroles dont la plus grande contient de l'eau maintenue chaude; dans la casserole la plus petite mettre tous les ingrédients oeufs, sucre, jus et zestes de citron, beurre; battre au fouet vigoureusement sans arrêt.

La crème est prête quand la mousse a disparu et qu'elle a épaissi. Cela prend environ 10/15 mn. (Si on dispose d'une plaque électrique à thermostat on peut se dispenser du bain marie en réglant sur 4/5).

Laisser tiédir.

Laver et équeuter les fraises.

Disposer les fraises dans un plat à gratin sur une rangée de façon à bien recouvrir la surface du plat.

Préchauffer le four.

Verser la crème sur les fraises et mettre au gril 5 mn environ. Surveiller la coloration.



# Gratin de kiwis

## **Ingredients :**

6 kiwis  
6 œufs  
30 cl de crème liquide  
70 g de farine  
120 de sucre en poudre  
1 pincée de sel  
1 noix de beurre.

## **Préparation :**

Préchauffer le four thermostat 6 (180 °C).

Beurrer un plat à feu et le saupoudrer de 2 cuillères à soupe de sucre.

Peler les kiwis et les couper en quartiers.

Casser les œufs dans le saladier, ajouter 100 g de sucre en poudre, la pincée de sel, la crème liquide puis la farine.

Mélanger.

Ranger une couche de quartiers de kiwis dans le moule et verser la préparation dessus, et terminer par les quartiers de kiwis restants.

Mettre le clafoutis au four 35 à 40 minutes environ.

A mi-cuisson, baisser le four à thermostat 5 (150 °C) et recouvrir le plat d'une feuille de papier d'aluminium pour éviter une coloration trop rapide.

Laisser tiédir le clafoutis avant de le saupoudrer avec le sucre restant.

Servir encore tiède dans le moule de cuisson.



# Gratin de pommes de terre au jambon fumé

## Ingredients :

Recette pour 6 personnes:

- 1 kg pommes de terre à chair ferme
- sel, poivre
- 1 oignon
- 3 tranches fines de jambon de pays
- 3/4 l de bouillon de volaille (1 cube)
- 1 gousse d'ail
- 30 g beurre
- 200 g gruyère râpé.

## Preparation :

Eplucher les pommes de terre et les couper en tranches.

Les laver, puis les sécher dans un torchon propre. Saler légèrement, poivrer et réserver.

Eplucher et couper l'oignon en lamelles fines.

Couper également le jambon en lamelles.

Faire chauffer le bouillon dans une casserole (1 cube dilué dans l'eau).

Préchauffer le four à 160°.

Frotter un plat à gratin avec l'ail épluché. Beurrer ce plat avec la moitié du beurre.

Répartir les tranches de pommes de terre en couches en alternant avec le fromage râpé, les lamelles de jambon et l'oignon. Terminer avec le gruyère râpé sur le dessus.

Verser le bouillon au ras de la préparation et parsemer le reste du beurre en petits morceaux.

Cuire 1h environ et servir dans le plat de cuisson.



# Gratin de quenelles aux fruits de mer

## **Ingredients :**

Pour 6 personnes:

- 6 quenelles de poisson
- 1 kg de moules
- 6 noix de coquilles St Jacques,
- 1 sachet de court-bouillon pour poisson,
- 200 g de petites crevettes cuites et décortiquées
- quelques crevettes bouquet pour la garniture.

%Sauce béchamel%:

- 30 g de beurre,
- 30 g de farine,
- 1/2 de lait,
- le jus de cuisson des moules,
- un filet de citron,
- sel, poivre
- 100 g de crème fraîche.

## **Preparation :**

Gratter et laver les moules. Les faire ouvrir sur feu vif puis retirer les coquilles; garder le jus du cuisson.

Dans un court-bouillon faire pocher les noix de coquilles St Jacques, les crevettes et les quenelles 5 mn.

Egoutter.

Décortiquer les crevettes.

Préparer la %sauce béchamel%:

faire un roux avec le beurre, la farine, mouiller avec le lait, faire épaissir 10 mn en remuant; ajouter le jus de cuisson des moules, le citron, le sel le poivre et la crème fraîche.

Dans un plat allant au four, mettre les quenelles, les moules, les noix de coquilles St Jacques et les crevettes.

Napper avec la sauce .

Faire gratiner au four 15 mn environ.

Servir chaud.



# Gratin de Saint jacques au curry

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes:

- 8 coquilles saint- jacques (ou 500 g de surgelées)
- 1 échalote
- 1/2 cuillère à café de curry
- 1 citron
- 100 g de crème fraîche
- 100 g de crevettes
- sel, poivre
- 2/3 cuillères à soupe de chapelure.

## Preparation :

Détacher le corail des noix de saint- jacques; les laver et les sécher. On peut aussi utiliser des coquilles surgelées(décongelées dans un mélange 2/3 lait 1/3 eau).

Dans une poêle, faire fondre l'échalote dans le beurre; y ajouter les coquilles et les faire revenir quelques minutes.

Saupoudrer de curry et arroser de jus de citron.

Lier avec la crème et laisser mijoter à feu doux quelques minutes. Saler; poivrer.

Ajouter les crevettes.

Remplir les coquilles avec ce mélange ou en garnir un plat à gratin.

Saupoudrer de chapelure. Ajouter un peu de persil pour décorer.

Mettre à four chaud 5 mn pour gratiner et servir de suite.



# Gratin de Saint jacques aux champignons

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes:

- 8/10 coquilles Saint- Jacques
- 150 g champignons de Paris
- 1 gousse d'ail
- 1 échalote
- 60 g beurre
- 1 cuillère à soupe de farine
- 3 cuillères de crème fraîche
- 50 g gruyère râpé
- chapelure.

## Preparation :

Vider les coquilles. Conserver seulement noix et corail . Laver. Egoutter.

Pocher 5 mn à l'eau bouillante salée. Egoutter. Garder le bouillon.

Hacher les noix avec 1 gousse d'ail, 1 petite échalote, les champignons crus (nettoyés et lavés à l'eau citronnée) et quelques brins de persil.

Faire un petit roux avec le beurre et la farine. Mouiller avec l'eau de cuisson des coquilles (on mettra juste ce qu'il faut pour que la consistance reste assez épaisse).  
Ajouter la crème.

Mélanger le hachis précédent au roux. Goûter et rectifier l'assaisonnement.

Répartir dans les coquilles ou remplir un petit plat à gratin. Eparpiller le corail en surface.

Saupoudrer l'ensemble avec le gruyère râpé et la chapelure. Parsemer de quelques noisettes de beurre.

Faire gratiner au four 15 mn (TH 5/6, 200° environ).



# Gratin provençal

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 2 aubergines
- 2 courgettes
- 2 poivrons
- 1 oignon
  
- 400 g de %coulis de tomates%
  
- 500 g de chair à saucisse  
ou
- viande hachée  
ou
- ou filets de poisson coupés en morceaux
- huile d'olive
  
- herbes de Provence
- sel, poivre
  
- 100 g de gruyère râpé
- estragon.

## **Preparation :**

Laver les légumes, les couper en 2 et les faire cuire à la vapeur 5 mn.

Préparer le %coulis de tomate%.

Si le gratin est à la viande:

Dans une poêle, avec de l'huile d'olive, faire revenir la chair à saucisse ou la viande hachée.

Hacher grossièrement les légumes cuits; les mélanger au coulis de tomates et à la chair à saucisse (ou la viande, ou le poisson cru coupé en morceaux).

Assaisonner de sel, poivre et herbes de provence.

Verser le tout dans un plat à gratin graissé à l'huile d'olive.

Ajouter le gruyère râpé et l'estragon coupé en petits morceaux.

Cuire au four Th 7 pendant 25/30 mn.



# Grog classique

## **Ingredients :**

Recette du grog " anti- grippe"

eau bouillante

miel

citron

rhum

## **Preparation :**

Dans un verre, mettre 1 cuillère à café du jus de citron, 1 rondelle de citron, 1/2 cuillère à soupe de miel et 2 cuillères à soupe de rhum

Verser l'eau bouillante sur le tout



# Guacamole (avocat)

## **Ingredients :**

- 2 avocats murs
- 1 citron
  
- une pointe (de couteau!)de piment rouge (chili)
- qq gouttes de Tabasco
- une pointe de ketchup épicé
- sel, poivre
- 1 oignon haché très finement
- 1 gousse d'ail écrasée et hachée fine
- 1 cuillère à soupe de tomate concassée crue et pressée (débarrassée de son excédent d'eau et épluchée).

## **Preparation :**

Ouvrir les avocats; prélever la chair.

Les citronner.

Ajouter les épices, le sel et le poivre, l'oignon, l'ail et la tomate.

Mixer l'ensemble.

Rectifier l'assaisonnement.

Placer au frais.

Variantes : Tabasco et ketchup sont facultatifs

Déguster avec des légumes crus taillés en bâtonnets, des chips ou des tacos.

En apéritif ou en entrée froide..



# Hachis Parmentier

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes :

- 4 grosses pommes de terre
  
- 1 oignon
- une noix de beurre
- 500 g viande hachée
- herbes de Provence
  
- lait (quantité variable selon les pommes de terre)
- 1 pincée de muscade
- 50 g de gruyère râpé
- poivre

## **Preparation :**

Préchauffez le four thermostat 6.

Faites cuire les pommes de terre épluchées et coupées dans une casserole d'eau salée.

Coupez l'oignon en lamelles et faites le revenir dans une poêle avec un peu de beurre. Ajoutez la viande hachée et les herbes de provence. salez, poivrez.

Ecrasez les pommes de terre en ajoutant du lait pour faire une purée nitrop liquide ni trop épaisse. Mélangez avec de la muscade.

Beurrez un moule allant au four. Versez la viande et l'oignon, puis la purée par dessus. Ajoutez le fromage râpé.

Enfournez thermostat 6 pendant 15 minutes. Servez très chaud !



# Haricots blancs frais aux carottes

## Ingredients :

Recette pour 8 personnes :

- 1200 gr haricots frais et écosés
- 5 carottes,
- 2 oignons des Pyrénées
- 6 gousses d'ail
- 1 bouquet garni
- 1 cube de bouillon de poule.

## Preparation :

Très simple!

Dans un faitout, mettre les haricots avec, les carottes, les oignons, l'ail et le bouquet garni.

Recouvrir d'eau froide jusqu'à la hauteur des légumes.

Cuire doucement pendant 20 minutes à petite ébullition.

A mi-cuisson, ajoutez le cube de bouillon de poule et terminer la cuisson.



# Harira

## Ingredients :

"Plat national marocain"

Recette pour 6 personnes :

- 125 g de veau ( ou mouton ou poulet)
- 125 g de lentilles
- 250 g d'oignons ( 2 environ)
- 1/2 cuillerée à café de safran (moitié artificiel, moitié naturel)
  
- 1 petit bouquet de coriandre
- 1 petit bouquet de persil
- 750 g de tomates ( 4 environ)
- 20 g de beurre
- 1 citron
- 2 cuillères à soupe de farine
- sel
- poivre.

## Preparation :

Cette recette se prépare en 2 temps le bouillon (tka-tâa)et la Tédouira

1) Le bouillon:

- Découper la viande en petits morceaux et la mettre dans une marmite.
- Ajouter les lentilles lavées, les oignons émincés et le safran.
- Couvrir d'eau froide salée et poivrée, environ un litre et demi.
- Porter à ébullition, et laisser cuire une heure et demi à petits bouillons.

2) La Tédouira:

- Mettre un litre d'eau à bouillir dans une deuxième marmite.
  - Y plonger les tomates en cubes. Ajouter le beurre et le jus d'un citron. Faire cuire 20 minutes.
  
  - Délayer la farine dans un peu d'eau et l'incorporer au bouillon. Bien mélanger.
  - Hacher finement le persil et la coriandre et les ajouter à la préparation. Laisser mijoter quelques instants.
  
  - Ajouter dans cette marmite la soupe aux lentilles et à la viande obtenue précédemment. Laisser cuire à petit feu pendant une dizaine de minutes et servir chaud.
- La harira doit être veloutée mais non épaisse.



# Huitres chaudes aux poireaux

## **Ingredients :**

- 4 douzaines d'huitres de Bretagne n°1
- 1 gros poireau
- 500 g de crème fraîche épaisse
- 1 pincée de poivre.

## **Preparation :**

Ouvrir les huîtres (prudemment) et récupérez l'eau.

Filtrez cette eau et réservez.

Réservez les huîtres dans un autre saladier.

Conservez la partie inférieure des coquilles après les avoir un peu nettoyées dans l'eau chaude.

Taillez le poireau en petits dés.

Portez l'eau des huîtres à ébullition dans une poêle à bords hauts.

Incorporez le poireau et laissez cuire 5mn.

Ajoutez la crème fraîche épaisse et laissez réduire 2-3 mn.

Pochez les huîtres 3mn dans cette préparation et servez aussitôt dans les coquilles chaudes.



# Jus de Kiwi

## **Ingredients :**

3 kiwis  
1 pincée de gingembre  
2 glaçons

## **Preparation :**

Eplucher les kiwis et mixer le tout  
Boire frais



# Koulitch

## **Ingredients :**

Recette russe de Nadine pour 2 gâteaux( se mangent avec la %Paskha%):

- 500g farine
- 1/4 lait
- 15 g levure de boulanger
- 3 oeufs
- 100 g beurre
- 100 g sucre
- Epices : 1 pincée de safran, (et de cardamome si on a)
- 50 g raisins secs (et 50 g fruits confits)
- 10 g vanille.

## **Preparation :**

Mélanger 250 g farine et la levure et laisser lever 3 h environ.

Mélanger 250 g farine avec les oeufs, le beurre le sucre et épices et raisins.

Mélanger l'ensemble et laisser au frais 4 h au moins.

Casser en mélangeant à nouveau.

Séparer en deux et garnir 2 moules cylindriques chemisés de papier beurré qui dépasse (équivalent à 2 boites 4/4); les remplir à moitié.

Laisser remonter dans le four à 40°.

Ensuite cuire environ 40 mn à 200°;

Démouler et garnir de sucre glace.



# L'Oeuf de Pâques de Christophe

## Ingredients :

pour 6/8 personnes

préparation : 1h (à faire la veille)

cuisson : 30 à 40 min

ingrédients : 250 g de chocolat, 60 g de beurre, 6 oeufs, 150 g de sucre, 100 g de farine, 5 cuillères à soupe de rhum, 1/2 paquet de levure chimique

pour fourrer : 250 g de confiture de framboises (prévoir plus)

pour la garniture : 100 g de chocolat noire, 50 g de beurre, 50 g de vermicelle de chocolat, petits oeufs à la liqueur.

## Preparation :

-Faites fondre au bain-marie le chocolat cassé en morceaux avec le beurre et 3 cuillères à soupe d'eau.

-Séparez les blancs des jaunes d'oeufs. Travaillez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange soit mousseux, ajoutez la farine, le chocolat et le beurre fondu, incorporez ensuite une cuillère à soupe de rhum et la levure chimique, puis, délicatement les blancs battus en neige.

-Beurrez 2 plats identiques ovales (plat à gratin par exemple). Tapissez le fond et les bords de papier sulfurisé. Versez dans chacun la moitié de la pâte.

-Faites cuire à four doux (thermostat 5) pendant 30 à 40 min.

-Démoulez les gâteaux et laissez-les refroidir.

-Coupez chacun des gâteaux en deux dans l'épaisseur. Humectez légèrement les 4 abaisses d'un mélange égal de rhum et d'eau.

-Reconstituez le gâteau en intercalant entre chacune des abaisses une couche de confiture.

-Garniture : faites fondre au bain-marie le chocolat et le beurre. A l'aide d'une spatule, masquez complètement la surface et les bords du gâteau avec ce glaçage.

-Saupoudrez-le de vermicelle au chocolat et parsemez-le de petits oeufs à la liqueur. Décorez avec un ruban.



# La chocolatiere

## **Ingredients :**

1 tablette de chocolat  
4 oeufs  
150 g de farine  
90 g de sucre  
75 g de beurre fondu  
1 sachet de levure chimique  
1 sachet de sucre vanillé  
20 g de sucre roux  
30 noisettes écrasées en petits morceaux  
1/2 l de lait.

## **Preparation :**

Mettre la farine puis le sucre et le sucre roux. Mettre les oeufs puis le lait en le versant doucement. Verser le chocolat fondu; puis le sucre vanillé et la levure.



# Langues de chat

## **Ingredients :**

2 oeufs entiers ( ou 3 blancs)  
110 g sucre en poudre  
100 g farine  
100 g beurre fondu  
parfum: vanille, zeste de citron râpé.

## **Preparation :**

Travailler le beurre et le sucre.  
Ajouter les oeufs un à un, puis la farine tamisée et un parfum.  
Étaler la pâte sur des moules à langue ou sur une tôle beurrée en petits bâtonnets.  
Cuire à four chaud et surveiller pour retirer dès que le bords prennent couleur.



# Lapin &agrave; la moutarde

## Ingredients :

1 lapin coupé en morceaux  
125 g de champignons  
2 oignons  
2 échalotes  
1/2 pot de moutarde environ  
1 verre de 1 vin blanc  
Herbes de provence

## Preparation :

Je beurre un plat &agrave; four, et je mets des champignons (une petite boîte mais tu peux aussi utiliser des frais) mélangés avec des oignons ou échalotes

J'enduis des filets de lapin de moutarde

Je verse un peu de vin blanc dessus

Je rajoute des herbes de Provence

Je préchauffe le four th 180/200, je mets mon plat recouvert d'un papier sulfurisé que j'enlève un peu avant la fin de la cuisson.

Il faut prévoir au moins 30 min mais cela dépend de la taille des morceaux donc en général je surveille et si c'est prêt avant l'heure, je baisse la température et je laisse la feuille pour que ça ne brûle pas. Le lapin, ça ne peut pas trop cuire!



# Lasagnes à la bolognaise

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes :

200g lasagnes environ 12 plaques

400 g sauce à la viande rôtie

1 l sauce béchamel

50 g parmesan râpé

Sauce à la viande :

1 oignon, 1 gousse d'ail un peu d'huile

200 g viande hachée

20 g champignons

200 g tomates pelées

1 cube de bouillon sel poivre

1 pincée d'origan

10cl vin blanc

Sauce béchamel :

50 g farine

50 g beurre

1 litre lait

sel poivre muscade.

## Preparation :

Préparer la sauce béchamel.

Préparer la sauce à la viande rôtie

Les 2 sauces peuvent être préparées à l'avance.

La timbale de lasagnes :

Beurrer un plat rectangulaire 20 x 30 et couvrir le fond avec une couche de sauce béchamel.

Disposer sur le fond une 1ère couche de 3 lasagnes.

La recouvrir avec la sauce béchamel puis une couche de sauce à la viande. Saupoudrer de gruyère râpé.

Former de la même façon 4 couches.

Couvrir soigneusement et abondamment la dernière couche de lasagnes avec le reste de sauce.

Parsemer de fromage râpé.

Passer au four ( 180°) durant 30 mn et servir chaud.



# Lasagnes à la Mozzarella

## Ingredients :

Recette pour 6 personnes:

- 50 cl de coulis de tomates
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillerées à soupe de basilic ciselé
- sel, poivre
  
- 250 g de mozzarella
  
- 10 à 12 lasagnes prêtes à cuire
- 80 g de parmesan râpé
- 15 g de beurre ou huile pour le plat

Pour la béchamel:

- 25 g de beurre
- 25 g de farine
- 50 cl de lait
- sel, poivre.

## Preparation :

- Préparer la béchamel: faire fondre le beurre sur feu doux puis ajouter la farine. Mélanger 2 mn puis verser le lait peu à peu. Porter à ébullition en remuant. Saler, poivrer. Laisser sur feu doux 5 mn, puis réserver.
  
- Préchauffer le four à 200° (th 6-7).  
Ecraser l'ail et le mélanger au coulis de tomates.  
Ajouter le basilic. Saler, poivrer.
  
- Couper la mozzarella en tranches fines.
  
- Beurrer un plat à gratin rectangulaire. Disposer successivement une couche de lasagnes, le coulis de tomates assaisonné et les tranches de mozzarella. Renouveler cette garniture une fois.
  
- Terminer par une couche de lasagnes.  
Verser la béchamel par dessus et saupoudrer de parmesan.  
Enfourner 35 mn et surveiller la cuisson.



# Lasagnes au saumon

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 200 g lasagnes
- 2 filets de saumon
- 500 g épinards
- 6 tomates
- 10 cl vin blanc
- 30 g gruyère râpé
- 500 ml sauce béchamel
- basilic
- sel, poivre, muscade.

## **Preparation :**

Préparer la %sauce béchamel%.

Faire cuire les feuilles de lasagnes.

Pendant ce temps, découper les tomates en dés et les faire revenir dans l'huile d'olive, avec le basilic et le vin blanc.

Faire cuire les épinards et les assaisonner avec sel, poivre, muscade. Bien les égoutter.

Emincer les filets de saumon et les faire revenir rapidement à la poêle.

Préparer un plat rectangulaire beurré.

Empiler des couches de pâtes, épinards, saumon, pâte, sauce tomate, béchamel, jusqu'en haut.

Finir par une couche de pâte et de béchamel qui doit bien recouvrir les pâtes.

Saupoudrer de gruyère râpé.

Cuire au four 20 mn environ.



# Lasagnes aux brocolis

## **Ingredients :**

Recette de Christel pour 4 personnes:

9 plaques de lasagnes  
750g de brocolis  
50 cl de bechamel  
1 cube de bouillon de viande  
300g de fromage rapé  
60g de beurre  
40g de farine  
50cl de lait  
noix de muscade rapée  
sel et poivre.

## **Preparation :**

Séparer les bouquets des tiges de brocolis.

emincer les tiges;les faire cuire pendant 15 minutes dans l'eau bouillante salée;les egoutter,les reduire en purée Faire blanchir les bouquets 5 minutes dans l'eau bouillante salée.les egoutter et les reserver.

Dans une casserole,faire fondre 40g de beurre sur feu doux.ajouter la farine,verser le lait froid; saler,poivrer et laisser cuire en tournant jusqu'à ce que la sauce épaississe

Hors du feu,ajouter la puree de brocolis et 200g de fromage rapé.melanger,muscader,puis incorporer les brocolis.

cuire les lasagnes 2 minutes à l'eau bouillante salee.les refroidir,les egoutter et les eponger. Beurrer un plat à gratin.etaler une fine couche de sauce aux brocolis.couvrir de plaques de lasagnes.disposer une autre couche de sauce aux brocolis et recommencer l'operation en terminant par un couche de sauce.

Saupoudrer l'ensemble du reste de fromage rape laisser gratiner les lasagnes pendant 10 minutes environ dans un four prechauffe à 200°C.



# Lasagnes aux épinards

## Ingredients :

Recette pour 5 personnes:

Sauce béchamel :

- 25 g de beurre
  - 25 g à soupe de farine
  - 1/2 l lait
  - 1 pincée de muscade
  - sel, poivre
- 
- 300 g de tomates (environ 3 tomates moyennes)
  - 300 g d'épinards
  - 2 échalotes
  - 2 gousses d'ail
  - 1 œuf
  - 100 g de ricotta
- 
- 300 g de pâtes à lasagnes environ (9 plaques)
  - 30 g de gruyère râpé.

## Preparation :

Préparer la %sauce béchamel%:

Faire fondre le beurre et ajouter la farine. Mélanger puis ajouter le lait d'un coup. Tourner et laisser épaissir. La béchamel doit rester assez liquide! Ajouter la muscade, saler, poivrer.

Peler les tomates en les plongeant 1 mn dans l'eau bouillante. Les épépiner et les couper en dés.

Cuire les épinards dans une casserole d'eau bouillante salée environ 10 mn ; les égoutter; les couper.

Dans une poêle, faire revenir les échalotes puis ajouter l'ail et les épinards; saler poivrer. Hors du feu ajouter l'œuf battu et la ricotta.

Préchauffer le four à 200°.

Prendre un plat rectangulaire allant au four et mettre au fond un peu de sauce béchamel. Ajouter dessus des plaques de lasagnes. Puis alterner les couches tomates, pâtes, épinards, pâtes.

Recouvrir le tout de la sauce béchamel qui doit recouvrir l'ensemble.

Parsemer de gruyère râpé.

Cuire au four pendant 40 mn et surveiller la fin de la cuisson.



# Lemon curd

## **Ingredients :**

Pour l'équivalent d'un pot de confiture:

150 g de sucre en poudre

4 oeufs entiers

100 gr de beurre

2 citrons non traités.

## **Preparation :**

Une petite recette pour se rappeler l'Angleterre!

Sortir le beurre du réfrigérateur un peu à l'avance.

Mélanger dans une casserole le sucre et les oeufs entiers.

Ajouter le beurre mou mais pas fondu. Bien fouetter.

Puis ajouter le jus et le zeste râpé des citrons.

Mettre la casserole au bain- marie avec de l'eau légèrement frémissante et fouetter sans arrêt jusqu'à épaississement de la crème ce qui prend environ 15 mn.

Passer au travers d'une passoire.

Remplir le pot; laisser refroidir puis mettre au réfrigérateur.



# Les œufs à la neige

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes:

4 œufs

50 cl de lait entier pasteurisé

1 gousse de vanille

120 g de sucre (50 g+ 70 g)

1 pincée de sel.

Pour décorer:

Faire un caramel avec 50 g de sucre et 1/2 citron

Ou 100 g de pralines roses.

## **Preparation :**

Porter à ébullition le lait avec la gousse de vanille fendue en deux.

Casser les œufs en séparant les blancs des jaunes.

Fouetter les jaunes avec 50 g de sucre en poudre jusqu'à ce que le mélange blanchisse puis verser dessus le lait bouillant, en fouettant.

Sans cesser de remuer, faire cuire 10 minutes environ à feu doux, jusqu'à ce que la crème nappe la cuillère. Aussitôt verser la crème dans un saladier et la laisser refroidir.

Porter à frémissement une grande casserole d'eau.

Saler les blancs d'œufs et les battre en neige ferme en ajoutant petit à petit le sucre restant.

À l'aide d'une grande cuillère, mouler de généreuses cuillerées de blancs d'œufs; les déposer dans l'eau frémissante et les laisser pocher 5 minutes en les retournant à mi-cuisson.

Égoutter quelques instants sur un linge propre avant de les déposer sur la crème anglaise.

Réserver au réfrigérateur.

Juste avant de servir, préparer un caramel avec du sucre et un peu de jus de citron, dont on nappera les œufs à la neige Pour changer et c'est très bon: concasser les pralines roses et les parsemer dessus.



# Levain

## Ingredients :

- 50 g farine complète T150
- 300 g farine T65: (100+200)
- 20 g sucre
- 350 ml eau: (50+ 100+ 200)

## Préparation :

1er jour:

Mélanger la farine complète avec 50 ml d'eau tiède. laisser à température ambiante 24h sous un torchon.

2ème jour:

Mélanger 100 g de farine T65 avec 100 ml d'eau tiède.

Ajouter à la préparation du 1er jour. Mélanger et laisser à température ambiante 24 h.

3ème jour:

Mélanger 200 g de farine T65 avec 200 g d'eau. Ajouter à la préparation précédente et mélanger. Laisser 12h sous le torchon à température ambiante.

Le levain aura commencé à naître: augmentation de volume, bulles... et pourra commencer à être utilisé.

Ce levain se conserve à température ambiante dans un bocal fermé non hermétiquement. Il faut le réactiver régulièrement:

prélever 150 g de levain pour faire sa recette et remplacer la quantité prélevée par un mélange de 75 g de farine et 75 g d'eau.



# Linzertarte

## **Ingredients :**

Recette pour un grand moule à tarte (26 cm de diamètre):

- 3 oeufs
- 150 g de farine
- 140 g de beurre
- 100 g de sucre
- 100 g de poudre amandes
- 1 cuillère à café de rhum
- 1 cuillère à café de cannelle en poudre
- 200 g de confiture de framboises avec fruits.

## **Preparation :**

Faire durcir les oeufs en les plongeant 10 mn dans l'eau bouillante.

Ecraser finement à la fourchette les jaunes qui seront seuls utilisés.

Dans une terrine, travailler le beurre en crème, lui ajouter la farine, pétrir à la main et incorporer peu à peu le sucre, les amandes, les jaunes cuits le rhum et la cannelle.

Etendre cette pâte sur une planche farinée en lui donnant 5 mm d'épaisseur; en garnir le moule à tarte bien beurré.

Remplir à mi-hauteur le moule de confiture de framboises et décorer le dessus de petits croisillons de pâte de 1 cm de large.

Faire cuire à four moyen pendant 30 mn environ (Th 4/5).

Laisser refroidir avant de démouler.



# Liqueur de verveine

## **Ingredients :**

1 litre d'eau de vie blanche à 40°  
100 g de sucre en poudre  
1 branche de verveine.

## **Preparation :**

Laver la branche de verveine puis l'éponger. La mettre au fond d'une carafe  
Ajouter le sucre et verser par dessus l'eau de vie  
Boucher la carafe puis l'exposer à la lumière du soleil pendant 3 ou 4 jours  
Laisser ensuite macérer 2 mois dans un endroit frais avant de consommer



# Lotte à l'américaine

## **Ingredients :**

1 kg de lotte  
4 cuillères à soupe d'huile d'olive  
%Sauce américaine%  
Persil

## **Preparation :**

Préparer une %sauce américaine%  
Cette sauce peut être préparée à l'avance  
Couper la lotte en morceaux  
Dans une sauteuse, faire revenir les morceaux de lotte dans l'huile d'olive  
Les ajouter à la sauce  
Laisser mijoter un moment  
Servir chaud saupoudré de persil



# Loup aux pommes de terre

## **Ingredients :**

1 "beau" loup  
750 g de pommes de terre  
2 carottes  
1 échalote  
2 tomates  
1 gousse d'ail  
Persil  
Thym  
4 cuillères à soupe d'huile d'olive  
Sel, poivre

## **Preparation :**

Passer le poisson sous l'eau et le vider  
Le saler légèrement  
Eplucher les pommes de terre et les carottes puis les couper en rondelles fines  
Couper l'échalote  
Peler les tomates en les trempant 30 sec dans l'eau bouillante  
Les épépiner et les concasser dans un petit saladier avec ail, persil, thym, sel et poivre  
Dans un grand plat ou la plaque du four, mettre le mélange pommes de terre, carottes, échalote;  
puis le poisson; le recouvrir des tomates concassées  
Arroser d'huile et ajouter 1 à 2 verres d'eau  
Cuire le tout environ 40 mn environ.  
Servir dans le plat de cuisson



# Loup grillé sauce moutarde

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes:

1 loup de 800 /900g  
Huile, sel, poivre  
Sauce à la moutarde:  
2 oeufs  
2 gousses d'ail  
1 cuillère à café de moutarde  
1 petit verre à liqueur de pastis  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive  
1 cuillère à café de vinaigre  
Sel, poivre

## **Preparation :**

Faire durcir les oeufs, puis laisser refroidir  
Pendant ce temps vider, parer, essuyer le poisson  
Faire qq entailles de chaque côté  
Huiler un peu, saler, poivrer  
Préparer la sauce:  
Ecraser les jaunes et les gousses d'ail dans un mortier Ajouter moutarde, huile, vinaigre, pastis, sel, poivre  
Cuire le poisson au gril environ 10 mn de chaque côté  
Verser la sauce dans une saucière  
Servir de suite



# Ma sauce aïoli

## **Ingredients :**

2 jaunes d'oeufs  
Huile d'olive  
6 gousses d'ail  
Sel

## **Preparation :**

Épluchez les gousses d'ail  
Écrasez-les dans un mortier avec un peu de sel  
Ajoutez les jaunes d'oeufs  
Versez l'huile d'olive, peu à peu, en tournant sans cesse  
Tournez toujours dans le même sens avec le pilon  
La mayonnaise doit être bien ferme  
Servez frais



# Ma tapenade

## **Ingredients :**

Pour le volume d'un "verre à moutarde" de tapenade

50 g d'olives noires

10 g de câpres

10 g de filets d'anchois (à l'huile)

Moutarde: 1/4 cuillère à café

1/2 verre d'huile d'olive

Poivre

## **Préparation :**

Mixer les olives, les anchois, les câpres et la moutarde

Ajouter l'huile d'olive en fouettant

Poivrer

Pour changer:

On peut ajouter 10 g de thon au moment de mixer

On peut également ajouter 1/2 cuillère de cognac si on aime le goût d'alcool



# Macarons

## **Ingredients :**

Recette pour 1 plaque de four:

- 125 gr poudres d'amandes
- 250 gr de sucre glace
- 100 gr de blancs d'oeufs (3 blancs environ)
- parfum au choix: vanille, café, chocolat...

## **Préparation :**

Monter les blancs en neige très ferme avec une pincée de sel.

Mélanger le sucre glace et la poudre d'amandes puis incorporer délicatement les blancs en neige.

Ajouter le parfum.

Remplir des petits moules souples.

Laisser reposer 1/4 heure environ.

Cuire au four à 160° pendant 15 mn environ. Bien surveiller la cuisson.

- Si les macarons sont au chocolat:

Garnir les coques des macarons d'une couche de %ganache% de 3/4 mm environ en les accolant 2 à 2.

- Sinon, on peut coller les macarons dos à dos avec une %crème au beurre%.



# Maquereaux au vin blanc

## **Ingredients :**

4 maquereaux  
1 gros oignon  
1 carotte  
Quelques grains de poivre  
2 clous de girofle  
1/2 litre de vin blanc  
1 citron  
1 branche de thym  
1 feuille de laurier

## **Preparation :**

Laver, vider les maquereaux et bien les essuyer  
Eplucher l'oignon et la carotte; les couper en rondelles et les déposer au fond d'un plat  
Ajouter les maquereaux  
Mettre le citron découpé en rondelles fines dessus, les clous de girofle et quelques grains de poivre  
Saler  
Verser le vin blanc et compléter avec 1 verre d'eau si besoin  
Mettre au four à 200° pendant 40 à 45 minutes selon la grosseur des maquereaux  
A déguster chaud accompagné de pommes de terre cuites dans leur peau



# Matefaim nature ou aux pommes

## Ingredients :

2 oeufs  
125 g de sucre  
1 cuillère à soupe d'eau de fleur d'oranger  
1 pincée de sel  
180 g de farine  
200 ml de lait  
1 cuillère d'huile  
2 grosses pommes (facultatif).

## Preparation :

Dans un saladier, casser les oeufs et mélanger avec le sucre; ajouter ensuite la pincée de sel, l'huile, la farine: bien mélanger pour éviter les "catons" (= grumeaux).

Délayer en rajoutant progressivement le lait, puis l'eau de fleur d'oranger.

On peut ajouter également 2 grosses pommes coupées en fines lamelles ou mieux râpées; la râper; gros trous.

Laisser reposer 2h si possible.

Faire chauffer une poêle graissée et y verser la pâte.

Cuire à feu doux environ 25 mn en la retournant 3 à 4 fois; surveiller que ça ne brûle pas!

Déguster tiède



# Mayonnaise

## **Ingredients :**

- 1 Œuf
- 1 cuillère à café de moutarde
- Huile
- 1 cuillère à café de vinaigre
- Sel, poivre de Cayenne.

## **Preparation :**

- Verser le jaune dans un récipient creux ou un bol. (le blanc ne sert pas).
- Ajouter la moutarde et mélanger.
- Mettre la valeur d'une cuillère à café d'huile et BIEN mélanger tous les ingrédients à l'aide d'un batteur, d'un fouet ou de 2 fourchettes.
- Verser l'huile peu à peu, et par toutes petites quantités sans cesser de tourner vivement. On va constater que le mélange se lie. (Tant que le mélange ne se lie pas, il faut mettre l'huile goutte à goutte et bien surveiller).
- On va sentir que la mayonnaise devient de plus en plus ferme, elle se forme. La quantité d'huile dépend des oeufs.
- Dès qu'elle tient à la cuillère ou au fouet, cesser de tourner.
- Ajouter 1 cuillère à café de vinaigre, saler et poivrer.



# Méli Mélo provençal

## **Ingredients :**

pour 4/6 personnes :

5 courgettes,  
2 poivrons rouges,  
1 gros oignon jaune  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive  
eau.

## **Preparation :**

Prendre les courgettes, lavez les, puis coupez le bout de chacune d'elles, émincez finement (ou tranchez les au robot ménager).

Faites de même, avec les poivrons ainsi que l'oignon.

Prendre une sauteuse, versez les deux cuillères à soupe d'huile d'olive, laissez chauffer.

Une fois l'huile chaude, faites revenir l'oignon, les courgettes émincées et les poivrons.

Faites cuire à feu moyen de 5 à 10 mn, quand les légumes commencent à "accrocher", versez l'eau, faites cuire encore 10 mn. C'est prêt! bon Appétit



# milkshake fraise; la fraise

## **Ingredients :**

250 g de fraises

35 cl de lait

1 cuillère à soupe de sirop (de fraises si possible)

1 sachet de sucre vanillé;

## **Preparation :**

Laver, égoutter et mixer les fraises

Ajouter le lait, le sirop et le sucre

Bien mélanger

Mettre au réfrigérateur une petite heure

Servir frais dans des verres



# Milkshake à la mangue

## **Ingredients :**

1/2 mangue

125 ml de lait

3 cuillères à soupe de crème fraîche

1 boule de glace à la vanille

## **Préparation :**

Peler la mangue et la couper en petits morceaux

Mixer tous les ingrédients

Servir de suite bien frais



# Milkshake à la banane

## **Ingredients :**

Pour un grand bol de blender:

2 yaourts brassés

1 banane

1 cuillère à soupe de miel

30 cl de lait

1 boule de glace à la vanille

## **Préparation :**

Découper la banane en rondelles

Mélanger les yaourts et le lait

Mixer quelques instants le mélange avec la banane, le miel et la glace



# Moelleux aux zestes d'agrumes

## **Ingredients :**

275 g de farine  
2 sachet de levure chimique  
200 g de sucre (de canne roux de préférence)  
6 oeufs entiers  
2 blancs d'oeufs  
200 g de beurre fondu refroidi  
25 cl de crème fraîche entière liquide  
2 oranges  
1 citron  
deux sachets de sucre vanillé

## **Preparation :**

Dans un saladier, battez ensemble les oeufs entiers et les blancs, jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux. Ajoutez le sucre poudre et un sachet de sucre vanillé. Battez bien.

Ajoutez ensuite le farine préalablement tamisée et les sachets de levure chimique, puis après avoir battu le tout, ajoutez le beurre fondu et la crème fraîche.

Préssez le jus d'une orange et réservez. Avec l'autre orange, râpez le zeste (vous pouvez prendre une demi orange, retirez la pulpe et passez ce morceau au mixer pour le hacher finement). Faites de même avec le citron. Ajoutez le jus d'orange, ainsi que les zestes à la préparation précédente.

Versez ce mélange dans un moule à génoise à haut bord, amovible si possible (plus facile au démoulage), puis saupoudrez de sucre vanillé avant de passer au four pour 50 minutes. Dès 10 mn de cuisson couvrez à l'aide d'un papier sulfurisé. Sortez du four, attendez 5 à 10 minutes puis démoulez. Se déguste aussi bien tiède que froid.

Les mamies anglaises le dégustent à 5 h 00 avec un thé et de la marmalade d'oranges.



# Mon Cassoulet

## Ingredients :

Recette pour 7/8 personnes:

- 800 g de haricots lingots
- 150 g lard
- aromates:  
1 oignon piqué de 2 clous de girofle, 6 grains de poivre dans un morceau de mousseline, 1 bouquet garni(thym, laurier,persil), 1 carotte coupée en rondelles
- 2 couennes
- 4 gousses d'ail
- 1 saucisson à l'ail
- 250 g de saucisses de toulouse (2)
- 500 g d'épaule d'agneau coupée en morceaux
- 400 g de confit de canard ( ou 1 boîte)
- 2 oignons moyen.

## Preparation :

Il faut anticiper d'environ 4h en raison de la longueur de la cuisson, sans compter le trempage des haricots secs!

1/ Faire tremper les haricots 2h à l'eau froide (ou la veille ou 5 mn à la cocote-mn).

2/ Faire blanchir le morceau de lard maigre 10 mn à l'eau bouillante. Paser sous l'eau froide et égoutter.

3/ Préparer les aromates.

4/ Tapisser le fond d'un faitout avec les couennes. Ajouter les haricots égouttés, le lard, les aromates, 2 gousses d'ail et 2 l d'eau froide. Porter à ébullition et écumer.

Cuire 1h 30 à couvert et à feu doux, puis ajouter le saucisson à l'ail et la saucisse de Toulouse. Cuire encore 30 mn.

5/ Pendant ce temps:

Faire revenir dans une poêle les morceaux d'agneau dans 2 cuillères de graisse du confit. Saler, poivrer. Retirer la viande.

Dans la même poêle, faire revenir 5 mn les 2 oignons hachés et les 2 gousses d'ail écrasées. Mouiller avec 1 louche d'eau de cuisson des haricots. Laisser cuire 5 mn.

6/ Dans une autre poêle, sans graisse, faire dorer les morceaux de confit.

7/ Retirer le bouquet garni du faitout, ainsi que les saucisses et le saucisson à l'ail que l'on va couper en tranches de 1cm d'épaisseur.

8/ Préchauffer le four à 120 (th3).

Prendre un grand plat en terre rond si possible(cassole) et le graisser avec un peu de graisse du confit.

Remplir d'une couche de haricots.

Recouvrir les haricots d'une couche de viande (agneau et lard maigre coupé), du confit, des tranches de saucisson et saucisses, puis des oignons avec leur jus de cuisson. Remplir en alternant viandes et haricots. Saupoudrer de chapelure. Arroser de 3 louches d'eau de cuisson des haricots et de graisse de confit tiédie.

9/ Enfourner. Laisser cuire au min 2h, en rajoutant si nécessaire de l'eau de cuisson des haricots et 3 fois de la chapelure.

Servir dans le plat.



# Mon couscous

## **Ingredients :**

Recette pour environ 10 personnes:

Viandes:

- 5 escalopes de poulet
- 1,5 kg d'épaule d'agneau coupée en morceaux
- 2 cuillères à soupe d'huile

Légumes:

- 10 carottes environ
- 4 courgettes
- 1 gros oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 grosse poignée de pois chiches
- 1 feuille de laurier
- 150 g de raisins secs
- 2 tomates
- bouquet garni

Epices:

- 1 cuillère à soupe d'épice à couscous (ras el hanout)
- 1 cuillère à soupe de cumin
- sel, poivre
- un petit piment (ne pas l'ouvrir si on n'aime pas trop fort!)

Graine de couscous:

- 1 kg de semoule fine
- 1/2 cuillère à café de curcuma
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 gros morceaux de beurre.

## **Préparation :**

Faire bouillir les pois chiches avec 1 feuille de laurier.

Egoutter lorsqu'ils sont encore ferme.

Faire tremper les raisins secs dans de l'eau tiède.

Faire revenir la viande coupée en morceaux dans l'huile. Puis retirer la viande et la réserver.

Dans le jus de viande, faire dorer l'oignon émincé, puis ajouter l'ail, les tomates épluchées (dans l'eau chaude) épépinées et coupées en morceaux. Ajouter ensuite les légumes coupés en tronçons, d'abord les carottes, puis les courgettes. Faire revenir quelques instants, puis ajouter les morceaux de viande.

Couvrir d'eau largement.

Mettre les épices.

Laisser mijoter au moins 1 h. Ajouter les pois chiches et les raisins.

Préparer la semoule:

Mettre la graine de couscous dans un grand saladier. Ajouter le même volume d'eau tiède, un peu de curcuma pour colorer en jaune, sel, poivre et 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Mélanger et laisser gonfler quelques minutes jusqu'à absorption.

Si on dispose d'un couscoussier, mettre la semoule et le beurre, 1/4 h dans le panier au dessus de la sauce bouillonnante.

Sinon, mettre le plat avec la semoule et le beurre au M O, 5 mn puissance max, puis bien égrener avec la fourchette pour bien détacher les frains.

Servir bien chaud: le bouillon dans la soupière, la viande et les légumes dans un plat et la semoule à part..



# Morue à l'espagnole

## **Ingredients :**

Recette de Christel pour 4 personnes:

- 600g de morue salée
- 1 boîte de tomates pelées
- 1 poivron rouge
- 3 gousses d'ail
- 1 oignon
- 5 à 6 pommes de terre
- 1 demi cuillère d"huile d'olive
- 1 bouillon cube de volaille dégraissée
- chapelure fine
- piments.

## **Préparation :**

La veille dessaler la morue dans l'eau.

Faire revenir dans l'huile d'olive l'ail pile, l'oignon coupe fin, le poivron coupe en des. rajouter les tomates mixées, le bouillon de volaille poivrer et pimenter légèrement; laisser réduire.

Faire précuire à l'eau, les pommes de terre coupées en des dans l'eau bouillante et les égoutter.

Cuire la morue dans de l'eau bouillante pendant 5 minutes, l'égoutter et l'effeuiller.

La mettre dans un plat à gratin, rajouter les pommes de terre, recouvrir avec la préparation.

Mettre la chapelure et passer au four chaud 1 demi heure déguster.



# Morue au four

## Ingredients :

1 kg de morue  
Bouquet garni  
6 pommes de terre  
1 petit verre d'huile  
3 oignons moyens  
3 gousses d'ail  
1/2 verre de vin blanc sec  
Poivre  
6 oeufs durs  
1 cuillère à soupe de persil

## Preparation :

La veille:

Dessaler la morue si elle ne l'est pas  
Placer les morceaux dans une cuvette pleine d'eau sur une passoire pendant 12 h au min  
Changer l'eau 3 ou 4 fois  
Goûter un morceau pour être sûr d'avoir assez dessalé  
Mettre la morue dans une grande quantité d'eau froide avec le bouquet garni et laisser cuire à frémissement pendant 20 mn  
CONSERVER l'eau de cuisson  
Retirer la peau et les arêtes de la morue  
Faire cuire les pommes de terre dans l'eau de cuisson  
Puis les peler et les couper en rondelles  
Préchauffer le four à thermostat 7/8  
Faire chauffer l'huile dans une sauteuse, ajouter les oignons et l'ail coupés en fines lamelles, les laisser blondir  
Ajouter alors la morue et les pommes de terre  
Laisser cuire 5 mn  
Mouiller avec le vin blanc, poivrer  
Verser le tout dans un plat à four et laisser gratiner 30 mn environ à four bien chaud  
Cuire les oeufs. Les écaler  
Couper 3 oeufs en rondelles et hacher les 3 autres avec le persil  
Au moment de servir: parsemer le plat avec le hachis d'oeuf et de persil, et décorer avec les rondelles  
Servir de suite



# Morue aux pommes de terre

## Ingredients :

1 kg de morue salée  
1 kg de pommes de terre  
6 oeufs  
1 gros oignon  
2 gousses d'ail  
1/2 verre d'huile d'olive  
1 poignée d'olives noires  
poivre

## Preparation :

La veille:

Placer les morceaux dans une cuvette pleine d'eau pendant 12 h au min

Changer l'eau 3 ou 4 fois

Goûter un morceau pour être sûr d'avoir assez dessalé

Dans une grande marmite pleine d'eau (sans sel!), mettre la morue, les pommes de terre lavées mais avec la peau et les oeufs

Porter à ébullition, puis baisser le feu et faire cuire environ 25 mn

Egoutter

Enlever peau et arrêtes de la morue et la couper en morceaux

Peler les pommes de terre et les couper en rondelles.

Ecaler les oeufs

Mettre l'huile d'olive dans une grande poêle et faire revenir doucement l'oignon

Ajouter ensuite les morceaux de morue, les pommes de terre, l'ail, les olives et le poivre

Mettre suffisamment d'huile pour bien enrober les pommes de terre et le poisson

Bien mélanger

Ajouter par dessus les oeufs

Servir bien chaud



# Moules marinières

## Ingredients :

1,2 kg de moules environ  
30 g beurre  
2 échalotes  
1 petite carotte  
1 verre de vin blanc sec  
persil  
1 cuillère à café de farine  
sel poivre

## Preparation :

Gratter et laver les moules à grande eau. Les mettre dans une cocotte avec, une petite carotte, les échalotes hachées, le vin blanc et quelques brins de persil.

Les faire ouvrir à feu vif. secouer la cocotte 2 ou 3 fois pendant la cuisson.

Retirer les moules dès qu'elles sont ouvertes. Les goûter en conservant le jus de cuisson.

Les débarrasser d'une de leurs coquilles, les mettre dans un plat creux et les tenir au chaud

Passer le jus de cuisson à travers une passoire garnie d'un linge fin (ou un chinois)

Dans une casserole, faire fondre le beurre, ajouter la farine et incorporer peu à peu le jus de cuisson

Laisser bouillir un instant

Saler, poivrer

Verser la sauce sur les moules

Parsemer de persil haché avant de servir



# Moussaka à ma façon

## Ingredients :

Recette pour 5/6 personnes:

- 500 g hachis de veau
- 1 gros oignon haché
- 2/3 tomates
- 1 feuille de laurier
- 1 gousse d'ail
  
- 4/5 aubergines
  
- 500 ml de crème béchamel environ.

Sauce béchamel:

- 30 g huile
- 30 g farine
- 500 ml de lait
- 1 sachet de fromage râpé type parmesan
- sel, poivre, muscade râpée.

## Preparation :

Dans une casserole, faire chauffer l'huile et faire revenir l'oignon à feu moyen.  
Ajouter ensuite le hachis et le faire sauter avec l'oignon pendant 10 mn.  
Ajouter ensuite tomates , ail, laurier, sel et poivre et laisser mijoter 1 h environ.

En attendant laver les aubergines, et les couper en tranches. Les laisser reposer 1 h dans une cuvette pleine d'eau salée pour qu'elles rendent leur goût amer.

Ensuite, les égoutter, les cuire à l'eau simplement en ajoutant un peu d'huile d'olive dans l'eau de cuisson et BIEN les égoutter.(Normalement on les fait frire: ici, je ne les fais pas frire).

Dans un plat à four, disposer les tranches d'aubergines en formant une couche; saler, poivrer.  
Ajouter une couche de hachis égoutté de son jus.

Puis former une seconde couche avec les mêmes ingrédients.

Napper le tout avec la crème béchamel qui doit être moyennement épaisse.

Recette de la crème béchamel:

Dans une casserole chauffée à petit feu, mettre l'huile avec la farine; mélanger en remuant avec une spatule en bois pendant 5 mn.

Verser le lait préalablement chauffé en remuant toujours.

Ajouter sel, poivre et un peu de muscade râpée. Cuire 5 mn tout en remuant. Ajouter à la fin le fromage râpé.

Saupoudrer le plat de parmesan et cuire à four chaud 20/25 mn.

Servir le moussaka chaud coupé en morceaux carrés.



# Mousse à l'orange

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes:

3 oeufs

70 g de sucre

3 cuillerées arasées de crème de riz (ou maïzena ou fécule)

50 g d'écorce d'orange confite

2 verres à liqueur de liqueur de curaçao (ou grand marnier ou cointreau)

500 g d'oranges environ (pour faire 1/4 l de jus d'orange).

## **Preparation :**

Crème à faire 2 ou 3 h à l'avance car elle se sert froide, mais pas plus car elle va retomber!

Couper finement l'écorce d'orange confite et la faire macérer 2 h environ dans la liqueur.

Battre les jaunes d'oeufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse et fasse le ruban.

Ajouter peu à peu la crème de riz en mélangeant bien pour obtenir une crème lisse.

Presser les oranges pour obtenir 1/4 de litre de jus. Passer ce jus et le faire chauffer.

Le verser en filet sur le mélange oeuf-sucre-crème de riz, sans cesser de tourner. Ajouter le jus de macération de l'écorce d'orange.

Porter à feu très doux en remuant sans arrêt. Retirer du feu lorsque le crème épaisse et que le premier bouillon va se produire.

Battre les 3 blancs en neige très ferme. Les placer dans une jatte à crème et verser doucement dessus la crème bouillante en remuant vivement.

Ajouter les fruits confits.

Porter au frais 2/3 h jusqu'au moment de servir.



# Mousse à la banane

## **Ingredients :**

Recette pour 4/5 personnes:

4/5 bananes

le jus de 1/2 citron

2 cuillères à soupe de sucre

1 ou 2 cuillères à soupe de rhum blanc selon le goût

250 g de crème liquide (ou battue)

2 sachets de sucre vanillé (ou 1/2 cuillère à café de vanille liquide)

2 blancs d'oeuf (les jaunes ne servent pas ici)

1 pincée de sel

décor:

1 tranche d'ananas confit coupée en morceaux

4 feuilles de menthe

4 fraises

des copeaux de chocolat.

## **Preparation :**

Peler les bananes et les mixer en ajoutant le jus de citron, le sucre et le rhum.

Ajouter ensuite la crème fouettée et la vanille.

Battre les blancs en neige ferme avec la pincée de sel et leur incorporer délicatement le mélange fruits- crème.

Remplir des coupes individuelles et conserver 1h au réfrigérateur.

Au moment de servir, décorer au choix.



# Mousse au chocolat

## **Ingredients :**

Recette pour 4/5 personnes:

150 g chocolat à cuire

40 g beurre

4 oeufs

parfum facultatif: 1/2 cuillère d'extrait de café ou café soluble ou vanille.

## **Préparation :**

Casser le chocolat en morceaux, et le chauffer avec 2 cuillères à soupe d'eau au bain-marie ou au MO.

Dès que le chocolat est ramolli à fond, le retirer du feu et ajouter le beurre qui ramollira au contact du chocolat chaud. Tourner avec une cuillère en bois pour bien mélanger afin d'obtenir une crème lisse. Ajouter l'extrait de café.

Casser les oeufs en séparant les blancs des jaunes. Réunir les blancs dans un grand bol.

Ajouter les jaunes un à un, à la crème au chocolat en mélangeant bien après chaque oeuf.

Mettre une pincée de sel dans les blancs et les battre en neige très ferme.

Mettre une cuillère de blancs battus dans la crème au chocolat et bien remuer. Ajouter le reste des blancs très délicatement sans tourner mais en soulevant doucement la crème pour incorporer les blancs sans les faire retomber.

Verser dans une grande jatte ou dans des coupes individuelles et porter au frais jusqu'au moment de servir.



# Mousse au chocolat et aux noisettes

## **Ingredients :**

Recette de Christel pour 6 personnes:

200g de chocolat noir  
100g de beurre  
40g de sucre en poudre  
4 oeufs  
40g de noisettes decortiquees  
1 pincée de sel  
1 cuillère à soupe de sucre glace.

## **Preparation :**

Cassez le chocolat en morceaux.faire fondre le chocolat au bain-marie ou au four à micro-onde ajoutez le beurre coupe en morceaux.melangez,ajoutez le sucre puis les jaunes d'oeufs (si vous souhaitez une mousse au chocolat plus souple,ajoutez 2 cuilleres à soupe de creme fraiche à la preparation) concassez les noisettes et les faire griller battez les blancs avec le sel en neige tres ferme,ajoutez le sucre glace incorporez delicatement les blancs en neige à la preparation au chocolat,puis les noisettes grillees. versez la mousse dans des coupelles gardez au moins 2 heures au frais avant de servir.



# Mousse aux abricots

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

purée d'abricots:

500 g d'abricots

100 g de sucre

1 dl d'eau

3 oeufs

75 g de sucre

20 g de maïzena

2 dl d'eau.

## **Préparation :**

Préparer la purée d'abricots:

Laver et dénoyauter les abricots. Les faire cuire 10 min avec l'eau et le sucre. Réduire le mélange en purée.

Séparer les blancs des jaunes d'œufs. Travailler les jaunes avec le sucre. Quand le mélange devient crémeux, ajouter la maïzena, puis l'eau. Incorporer enfin la purée d'abricots au mélange.

Faire chauffer à feu doux, en remuant. Retirer du feu au premier bouillon, quand le mélange épaissit.

Battre en neige les blancs d'œufs. Verser dessus la préparation très chaude en mélangeant vivement, sans brutalité.

Laisser refroidir, mettre au réfrigérateur. Servir très frais avec des biscuits secs.



# Mousse d'Aubergines

## **Ingredients :**

500 grammes d'Aubergines(4 pieces environ, suivant grosseur)  
4 oeufs  
4 cuillères à soupe de crème fraîche  
4 cuillères à soupe d'huile d'olive  
Sel (Saler normalement, avec du gros sel)  
Poivre.

## **Preparation :**

I/ Couper les aubergines en deux dans le sens de la longueur, les mettre à four chaud pour les cuire, jusqu'à ce que l'intérieur soit moelleux et de couleur brune, légèrement soutenue. Retirer ensuite la peau, (je les évide à l'aide d'une cuillère à soupe, cela le fait très bien). Ensuite, mélanger tous les ingrédients dans un mixer, jusqu'à ce que la pâte soit bien lisse.

II/ Prendre un moule à quatre-quarts, (si possible), le beurrer légèrement, y verser votre pâte, puis le mettre au four au bain-marie pendant 30 à 45mn. Une fois que la cuisson est terminée, laisser refroidir, puis mettre au réfrigérateur jusqu'à consommation. Peut aussi être accompagné d'un coulis de tomates fraîches.

Bon appétit!!



# Muffins anglais (scones)

## Ingredients :

Pour 12 muffins anglais (scones):

10 g de levure fraîche ou 2 cuillers à café de levure sèche (pour le pain)  
400 g de farine  
2 cuillers à café de sel  
2 cuillers à café de sucre  
2 cuillers à café de beurre  
(Il n'y a pas d'oeuf).

## Preparation :

Petit pain pour le petit dej ou tea-time:

Faire chauffer 22 cl d'eau (soit l'équivalent d'un grand verre). Elle doit être chaude mais pas bouillante. Y incorporer la levure pour la dissoudre.

Mélanger la farine, le sel et le sucre. Creuser un puit et y verser le mélange eau + levure. Faire fondre le beurre. Le laisser refroidir un peu pour qu'il soit à température ambiante. Verser dans le puit.

Ramener délicatement, petit à petit, la farine, avec les doigts, au centre. Mélanger la préparation. La travailler sur le plan de travail fariné. Pétrir avec les doigts pendant 3 mn environ.

Lorsqu'elle est souple et homogène, la verser dans un saladier, recouvert d'un film alimentaire.

La laisser reposer 1 h dans un endroit tiède et à l'abri des courants d'air.

La pâte a maintenant doublé de volume.  
Faire préchauffer le four 15 mn Thermostat 6-7 (210°C).

Fariner une plaque de cuisson.  
Pétrir à nouveau la pâte quelques minutes. L'étaler avec le plat de la main sur une épaisseur de 1 cm.  
Découper des ronds de 7cm environ avec un emporte-pièce (ou un verre) pour faire des scones.

Les installer sur la plaque. Laisser reposer à nouveau 20 mn pour qu'ils lèvent un peu.

Cuire 15 mn en les retournant à mi-cuisson.  
Laisser tiédir.

Cela marche très bien avec les moules siliconés.

Les muffins se suffisent à eux-mêmes, avec un peu de beurre ou de la marmelade d'orange amère, coupés en 2 et légèrement toastés.





# Muffins aux marrons

## **Ingredients :**

Pour 1 douzaine de petits gâteaux:

- 250 g farine
- 2 cuillères à café de levure chimique
- 80 g de sucre roux
- 1 cuillère de vanille liquide
- 50 g de beurre
- 1 œuf
- 180g de lait
- quelques cuillères à soupe de crème de marron.

## **Préparation :**

Préchauffer le four à 200°.

Dans un saladier mettre la farine, la levure et le sucre.

Ajouter le beurre fondu, l'œuf, la vanille et mélanger avec le lait tiède.

Bien mélanger, puis répartir la préparation dans les petits moules.

Mettre une petite cuillère de crème de marron au centre de chaque gâteau en l'enfonçant un peu.

Cuire 15 mn, puis laisser refroidir sur une grille.



# Muffins aux amandes d'Arlette

## **Ingredients :**

- 125/130 g d'amandes en poudre
- 150 g sucre en poudre
- 3 oeufs entiers
- 1 paquet de sucre vanillé
- 75 g de beurre en pommade.

## **Preparation :**

Mélanger tous les ingrédients et mettre dans les petits moules.  
Cuire 30 mn th 5 et sortir du four.



# Muffins aux cerises

## **Ingredients :**

Recette Mamie Arlette pour 2 plaques de 6 muffins:

- 250 g farine
- 1/2 sachet de levure
- 1 pincée de sel
  
- 125 g beurre
- 125 g sucre en poudre
- 3 œufs
  
- 1 citron
- 300 g de cerises amarena (ou cerises au sirop) éventuellement parfumée avec 1 cuillère à soupe de kirsch. La recette est bien aussi, en saison, avec des cerises fraîches lavées équeutées et dénoyautées.

## **Preparation :**

Préchauffer le four.

Dans un saladier mélanger la farine, la levure le sel.

Dans un autre saladier, travailler le beurre en pommade. Ajouter le sucre en poudre et mélanger pour obtenir une consistance crémeuse. Incorporer les œufs un à un en mélangeant bien.

Ajouter le mélange farine-levure-sel et mélanger à nouveau.

Laver le citron, râper finement le zeste et l'incorporer à la pâte.

Répartir la pâte et les cerises dans les moules.

Cuire au four 15 mn à 180°.

Laisser refroidir avant de servir.



# Muffins aux noix et aux raisins

## Ingredients :

Recette mamie Arlette:

- 125 gr de beurre
- 125 gr de farine
- 125 gr sucre en poudre
- 1 sachet de levure chimique
- 2 oeufs
- 20 gr de cerneaux de noix
- 20 gr de raisins secs
- une pincée de cannelle en poudre.

## Preparation :

Mélanger le sucre, le beurre, les oeufs; ajouter la farine avec la levure. Terminer avec les noix, les raisins et la cannelle.

mettre dans les petits moules. Cuire à thermostat 180°  
15 minutes.



# Muffins aux pépites de chocolat

## **Ingredients :**

Recette des "muffins américains" pour 12 petits moules:

200 g farine  
100 g de sucre (roux si possible)  
50 g beurre  
20 cl lait  
100 g de pépites de chocolat.  
1 oeuf  
1/2 sachet de levure chimique  
1 pincée de sel.

## **Preparation :**

Mélanger dans un saladier la farine, la levure le sel et le sucre.

Faire fondre le beurre.

Dans un bol, battre l'oeuf avec le lait. Ajouter le beurre fondu.

Verser le mélange dans le saladier en mélangeant progressivement la farine avec un fouet pour obtenir une pâte lisse et un peu liquide.

Ajouter 100 g de pépites de chocolat.

Remplir les moules aux 2/3.

Cuire au four Th 7 environ 15 mn.

On peut les conserver dans une boîte métallique un fois qu'ils sont refroidis.



# Navarin d'agneau aux légumes de printemps

## **Ingredients :**

1 kg d'agneau (poitrine, collier)  
500 g d'oignons nouveaux  
600 g de carottes nouvelles  
600 g de navets nouveaux  
600 g de petits pois frais non épluchés  
60 g de beurre/ huile  
40 g farine  
1/2 litre d'eau  
1 bouquet garni  
sel, poivre

## **Preparation :**

Couper la viande en morceaux  
Couper les légumes en quartier ou en rouelles  
La faire revenir dans le corps gras avec les légumes, sauf les petits pois  
Quand tout est bien doré, retirer la viande et ajouter la farine pour faire un roux  
Mouiller avec l'eau  
Saler poivrer  
Remettre la viande et les légumes  
Ajouter le bouquet garni  
Cuire à feu doux 1h 50 mn environ  
Ajouter les petits pois au bout de 30 mn  
Enlever le bouquet garni  
Rectifier l'assaisonnement  
Verser dans un plat creux et servir de suite



# Navarin d'agneau aux pommes de terre

## **Ingredients :**

1 kg d'épaule d'agneau  
2 cuillerées à soupe d'huile  
1 gros oignon  
15 g de farine  
1 cuillerée à soupe de concentré tomate  
1 l eau  
2 gousses d'ail  
1 bouquet garni (thym, laurier)  
sel, poivre  
1 kg pommes de terre

## **Preparation :**

Découper l'agneau en morceaux  
Faire rissoler la viande quelques mn  
Ajouter l' oignon haché et le faire colorer  
Saupoudrer la farine et bien mélanger  
Mouiller avec l'eau et la tomate concentrée  
Ajouter l'ail écrasé et le bouquet garni  
Assaisonner avec sel et poivre  
Cuire 45 minutes à feu doux  
Réserver les morceaux au chaud  
Passer la sauce  
Vérifier l'assaisonnement et la liaison et remettre la viande dans la cocotte.  
Ajouter les pommes de terre coupées en gros quartiers  
Continuer la cuisson environ 30 mn  
Les pommes de terre doivent rester fermes  
Dresser dans un plat creux et saupoudrer de persil



# Nouilles chinoises sautées au poulet

## **Ingredients :**

4 blancs de poulet  
1 paquet de nouilles chinoises  
2 oignons  
2 gousses d'ail  
sauce soja  
huile d'olive

## **Preparation :**

La veille, si possible, préparer la marinade de poulet: Découper le poulet en petits morceaux

Couper fin les oignons et l'ail

Mettre dans un plat

Arroser de sauce soja et d'huile d'olive

Couvrir et mettre au frais jusqu'au lendemain

Le lendemain:

Mettre à cuire dans une sauteuse à feu moyen le poulet et sa marinade.

Pendant ce temps, faire cuire les nouilles chinoises en les plongeant dans une grande quantité d'eau salée bouillante

Le temps de cuisson dépend des pâtes: les nouilles chinoises cuisent souvent en 3 mn; regarder l'emballage et goûter

Quand le poulet est cuit, y ajouter les nouilles et goûter

Bien mélanger le tout

Les nouilles doivent être mélangées au poulet, aux morceaux d'oignons et d'ail cuits

Servir chaud



# Nouilles sautées

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes:

Préparation: 10 mn. Cuisson: 30 mn.

- 250 g de nouilles chinoises aux œufs
- 1 cuillerée à soupe de maïzena
- 3 cuillerées à soupe d'huile
- 2 brins de persil (ou de la ciboulette).

## Preparation :

1. Mettre dans une grande casserole 1 litre d'eau froide et 1 cuillerée à soupe d'huile. Porter à ébullition sur grand feu.
2. En maintenant le feu vif, mettre les nouilles à cuire dans l'eau. A l'aide de baguettes ou d'une fourchette, les remuer pour les détacher les unes des autres.
3. Après environ 15 minutes, dès que les nouilles seront cuites mais resteront encore quelque peu croquantes (al dente), les retirer du feu, les verser dans une passoire et les passer immédiatement sous un robinet d'eau froide pour arrêter la cuisson.
4. Verser sur les nouilles 1 cuillerée à soupe d'huile, bien mélanger, ceci afin d'éviter que les nouilles ne se collent les unes aux autres.
  
5. Hacher finement le persil.
6. Délayer la maïzena dans 3 cuillerées à soupe d'eau.
  
7. Sur feu vif, faire chauffer 30 secondes une grande poêle. Y verser 1 cuillerée à soupe d'huile d'arachide et, en secouant la poêle, laisser chauffer 30 secondes.
8. Régler à feu moyen, ajouter les nouilles. Les faire cuire 15 minutes en remuant souvent.
9. Incorporer la maïzena délayée, remuer bien 1 minute.

Puis verser les nouilles dans un grand plat préalablement chauffé. Saupoudrez de persil. Servir immédiatement.

Remarques:

1. Les nouilles sautées peuvent se manger comme accompagnement de n'importe quel plat à la place du riz. Mais le plus souvent on les combine avec un plat sauté que l'on verse sur les nouilles.
2. Les nouilles chinoises ne se coupent pas car symbolisent la longévité.



# Oeuf bateau

## **Ingredients :**

oeufs sardine

## **Preparation :**

Faire cuire des oeufs durs ensuite les écailler; puis couper chaque oeuf en verticale; enlever le jaune d'oeuf en faisant attention de ne pas casser le blanc. Mélanger la sardine avec le jaune d'oeuf et remettre le tout dans les blancs d'oeuf; mettre des piques au milieu.



# Oeufs en sauce blanche

## **Ingredients :**

recette maman pour 4 personnes:

8 oeufs

Sauce béchamel:

40 g beurre

40 g farine

4 dl lait

sel, poivre, muscade.

## **Préparation :**

Faire cuire les oeufs durs 5 mn.

Pendant qu'ils cuisent, préparer la béchamel. Saler, poivrer, ajouter une pincée de muscade.

Sortir les oeufs et les mettre dans l'eau froide, enlever les coquilles.

Mettre les oeufs dans la sauce et ajouter du gruyère râpé.

On peut accompagner ce plat d'épinards.



# Omelette aux pommes de terre

## **Ingredients :**

- 750g de pommes de terre
- 7 oeufs
- 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Éplucher les pommes de terre; les laver; les éponger et les couper en rondelles fines. Faire chauffer l'huile d'olive dans une poêle et faire dorer les pommes de terre.

Pendant ce temps, casser les oeufs dans une terrine et les battre en omelette. Assaisonner de sel et de poivre.

Lorsque les pommes de terre sont cuites, verser par dessus les oeufs battus et faire cuire à feu vif 2 minutes.

Faites sauter l'omelette pour la retourner et laissez-la cuire 2 minutes sur l'autre face. Poser l'omelette sur le plat; servez chaud accompagné d'une salade.



# Omelette élaborée nature

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 8 oeufs entiers de ferme
- 60 g de beurre fin
- sel fin, poivre du moulin.

## **Preparation :**

Cassez les oeufs un à un dans un saladier, salez et poivrez, battez les oeufs avec un fouet assez longuement, à la différence d'une omelette classique, comme pour des blancs en neige pas trop fermes.

Faites chauffer le beurre à feu vif dans une grande poêle ronde à haut bord, versez les oeufs battus dans la poêle dès que le beurre est bien blond et mousseux.

Mettez en plein feu et donnez vivement à la poêle un mouvement de va-et-vient. Baissez légèrement le feu. Dès que les oeufs coagulent, cessez de mélanger et laissez cuire l'omelette en la retirant du feu pendant 10 secondes toutes les 15 secondes.

Une fois cuite, c'est-à-dire le dessus de l'omelette légèrement coagulé, donnez fortement un coup sur le manche de la poêle afin de décoller le bord de l'omelette opposé au manche. Décollez le second bord et rabattez-le sur le premier comme pour un chausson.

Glissez ensuite sur un plat et servez aussitôt.



# Omelette forestière

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 6 oeufs
- 50 g beurre
- 125 g champignons (+ vinaigre)
- 100 g lard fumé
- sel, poivre
- persil, cerfeuil ou ciboulette.

## **Preparation :**

Couper le lard en dés.

Nettoyer les champignons et les passer rapidement dans une eau vinaigrée. Les essuyer avec un linge fin et les émincer.

Mettre à chauffer la moitié du beurre dans une poêle, et faire revenir les champignons et le lard, en remuant à la spatule pour qu'ils ne brûlent pas pendant 10 mn.

Casser les oeufs, les battre de quelques coups de fourchette; saler, poivrer.

Débarrasser la poêle où se trouvaient champignons et lard: bien la vider mais ne pas la laver. Y faire cuire les œufs quand la poêle est bien chaude. Laisser prendre en mélangeant avec une fourchette; ajouter lard et champignons.

Quand l'omelette est un peu sèche sur les bords et baveuse au centre, parsemer de qq herbes, la replier et la retourner sur un plat chaud.

Servir de suite.



# Orangeade - citronnade

## Ingredients :

Pour l'orangeade:

200 g de sucre  
1/2 l eau  
4 oranges

Pour la citronnade:

200 g de sucre  
1/2 l eau  
3 citrons  
1 orange  
1 zeste de citron

## Preparation :

Dans une casserole, faire chauffer le sucre et l'eau

Bien mélanger et laisser bouillir jusqu'à ce que le mélange devienne transparent

Presser les oranges et mettre le jus dans un récipient d'au moins 1 litre

Verser le mélange eau-sucre sur le jus d'orange

Laisser refroidir et mettre au frais

On obtient une orangeade concentrée

Servir dans un grand verre: 1/3 d'orangeade 2/3 d'eau glacée

Idem pour la citronnade



# Oranges soufflées

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

6 grosses oranges à peau épaisse (c'est plus facile à vider!!)

3 oeufs

8 cuillères à soupe rases de sucre

2 cuillères à soupe rases de maïzena

1 cuillère à soupe de liqueur d'orange (Cointreau par ex).

## **Préparation :**

Une bonne recette bien classique, qui présente bien et parfaite l'hiver!

Le seul ennui: bien minuter les opérations par rapport à l'heure du dessert, car il faut servir sans attendre!

Retirer le chapeau de chaque orange avec un couteau bien tranchant. Couper une toute petite rondelle à la base juste pour empêcher que l'orange ne roule.

Vider délicatement la chair des oranges sans abimer l'écorce!

Ecraser la chair et filtrer le jus.

Travailler les jaunes d'oeufs avec le sucre puis ajouter la maïzena. Délayer avec le jus d'orange.

Porter à ébullition.

Retirer du feu au 1er bouillon, alors que le mélange a épaissi. Ajouter la liqueur d'orange.

Environ 30mn avant de servir: Battre les blancs en neige et les ajouter délicatement à la préparation.

Répartir dans les écorces; les poser dans un plat allant au four.

Cuire au four à 180°pendant 20 mn environ.

Servir de suite pour un bel effet.



# Osso bucco

## **Ingredients :**

1 kilo de jarret de veau coupé en tronçons d'environ 2/3 cm par le boucher  
3 cuillères à soupe d'huile  
30 g de farine  
2 carottes  
2 oignons  
1 gousse d'ail  
1 morceau de céleri rave  
1 verre de vin blanc sec  
250 ml d'eau environ  
bouquet garni  
sel poivre  
400 g de tomates  
1 citron  
1 orange  
qq brins de persil

## **Preparation :**

Dans une poêle, faire revenir dans l'huile les tronçons de viande des deux côtés  
Saupoudrer de farine  
Faire dorer  
Réserver  
Mettre dans la cocotte les oignons émincés, l'ail écrasé, les carottes coupées en rondelles, le céleri coupé en dés Couvrir et laisser éteuver quelques minutes en veillant à ce que rien n'attache  
Ajouter le vin blanc, l'eau, le bouquet garni, le zeste d'orange  
Saler et poivrer  
Portez à ébullition  
Ajouter les morceaux de viande  
Couvrir et laisser cuire doucement 1 heure  
Peler et épéiner les tomates et les couper en morceaux  
Les ajouter dans la cocotte  
Cuire encore 30 minutes  
Presser le jus de citron et le jus d'orange et ajouter en fin de cuisson  
Disposer la viande sur un plat  
Napper avec la sauce et les garnitures  
Décorer de brins de persil  
Accompagnement : spaghettis et parmesan



# Pâte à Pain au lait

## Ingredients :

500 g de farine  
15 g de levure de boulanger  
50 g de sucre  
10 g de sel fin  
1/4 l de lait  
1 oeuf  
125 g de beurre

## Préparation :

Mettre la farine dans un saladier avec le sel, le sucre, la levure et le lait

Mélanger tous les ingrédients jusqu'à obtention d'une pâte ferme et élastique

Pétrir environ 5 mn à la main

Mettre l'oeuf et pétrir encore 5 mn pour former une pâte bien homogène et élastique, mais moins ferme

Il faut qu'elle se décolle du saladier facilement et qu'elle ne colle pas trop aux mains

Ajouter le beurre ramolli, ni trop froid, ni trop mou et bien l'incorporer à la pâte

Laisser reposer environ 1h suivant la température ambiante, recouverte d'un film

alimentaire pour que la pâte double de volume

«Casser» la pâte (la repétrir 30 sec) et recouvrir à nouveau d'un film

Passer au réfrigérateur pour la faire refroidir environ 4 h ou plus, ensuite on peut l'utiliser

Utilisation:

%Pâtés Parisiens%

%pains au lait%



# Pain de campagne

## Ingredients :

Pour 500 g de farine simple type 55

20 g de levure de boulanger ou 1 sachet de levure de boulangerie déshydratée  
1/4 de l'eau

1 cuillère à café de sel

1 pincée de sucre

## Préparation :

Dissoudre la levure de boulanger dans 3cl d'eau tiède (40° environ)  
légèrement sucrée. La levure en sachet doit se réhydrater dans  
l'eau 15 mn environ

Dans une terrine, mélanger la farine, l'eau le sel avec 1 cuillère en bois ou  
à la main. Puis ajouter la levure et continuer à mélanger jusqu'à ce  
que la pâte soit homogène et ne colle plus aux parois. Si besoin est, rajouter un peu  
de farine

Sortir la pâte de la terrine et la travailler sur un plan de travail 15 mn en l'écrasant  
avec la paume de la main et en la repliant

Répéter cette opération jusqu'à ce que la pâte soit  
élastique

Mettre la pâte en boule dans la terrine farinée et la couvrir d'un torchon

Pour que la pâte lève, déposer la pâte dans un endroit tiède  
(par ex un four légèrement chauffé puis éteint ou fonction  
tue!)

Au bout de 1h, la pâte a doublé de volume. La pâte tripler nouveau sans  
la déchirer pendant 1/2 mn

Lui donner la forme du pain désiré et la déposer sur une tôle ou  
dans un plat enterré ou en verre à feu

Couvrir et laisser reposer 1h

Dorer le pain en badigeonnant la surface de la pâte avec un jaune d'oeuf  
dilaté dans de l'eau

Faire quelques incisions au couteau

Préchauffer le four et enfourner

Cuire 40 mn environ et ne pas ouvrir la porte les 20 premières mn

Vérifier la cuisson enfonçant la lame d'un couteau qui doit revenir sèche  
Éteindre le four et laisser le pain encore 5 mn



# Pain &agrave; la semoule

## Ingredients :

Recette pour 1 grosse galette (ou 2 moyennes)

500 gr de semoule de blé; tré; fine

300 ml d'eau tié;de environ

1/2 sachet de levure de boulangerie

1 cuillé;re &agrave; soupe d'huile d'olive

2 cuillé;res &agrave; café; rases de sel

Au choix: 2 cuillé;res &agrave; soupe de graines de s&eacute;same ou graines de pavot  
ou thym &eacute;mi&eacute;tt&eacute;;

## Preparation :

M&eacute;langer l'eau tié;de &agrave; la levure dans un bol

Mettre la semoule dans un saladier. Verser le m&eacute;lange eau/ levure sur la semoule, puis  
ajouter l'huile d'olive, le sel et les graines &eacute;ventuelles

Travailler la p&acirc;te &agrave; la main jusqu' &agrave; ce quelle devienne souple et ne colle  
plus.

Couvrir le saladier et laisser gonfler pendant 1 &agrave; 2 heures dans un endroit tié;de.

Quand la p&acirc;te a gonfl&eacute;, la travailler &agrave; nouveau pendant quelques minutes  
puis la partager en 2 boules

Aplatir les boules en galettes

Faire chauffer une po&ecirc;le anti adh&eacute;sive. Quand elle para&icirc;t bien chaude, la  
badigeonner d'un peu d'huile et mettre la galette &agrave; cuire.

Lorsque la p&acirc;te gonfle (4 &agrave; 5 mn environ) retourner la galette et poursuivre la  
cuisson quelques minutes

(La galette peut l&eacute;g&eacute;rement noircir par endroits)



# Pain d'épices

## Ingredients :

- 250 g miel ( plutôt liquide, d'un goût assez fort genre bruyère)
- 100 ml de lait chaud
- 100 g beurre fondu
- 200 g farine
- 1/2 sachet de levure
- 50 g cassonade (ou sucre)
- 1 oeuf
- 1 pincée de sel

## Epices:

- 1 cuillère à café d'anis vert
- 1 cuillère à café de cannelle
- 1/2 pincée de girofle et de muscade
- 1 pincée de quatre épices
- 1/2 cuillère à café de gingembre
- 1 zeste d'orange

On peut ajouter en plus, au choix: noix, écorces d'oranges...

## Preparation :

Délayer le miel dans le lait chaud.

Ajouter le beurre fondu, puis la farine en mélangeant énergiquement pour éviter les grumeaux.

Incorporer alors la levure, le sucre brun, l'oeuf et une pincée de sel.

Ajouter les épices et les noix à son goût.

Cuire dans un moule à cake 35 mn à four chaud ( 180°-200°).



# Pain de thon

## **Ingredients :**

200 g thon à l'huile ou au naturel

Sauce Béchamel:

50 g de beurre

60 g de farine

1/2 l de lait

4 oeufs

Sel, poivre

1 boîte de concentré de tomates ou coulis de tomates naturel

## **Preparation :**

Faire la %sauce Béchamel% en faisant fondre le beurre puis en rajoutant la farine hors du feu et remuer avec la cuillère en bois. Remettre un instant sur le feu en remuant. Retirer et verser le lait froid d'un coup. Bien mélanger et cuire à feu doux sans cesser de remuer pour obtenir la béchamel épaisse. Saler poivrer.

Laisser refroidir

Piler le thon.

Lui ajouter la béchamel refroidie et les jaunes d'oeufs

Rectifier l'assaisonnement

Battre 3 blancs et les ajouter doucement au mélange

Verser dans un moule à charlotte beurré

Cuire à feu moyen au bain-marie

Démouler

Napper avec la sauce tomate chaude ou le concentré dilué dans l'eau.

On peut servir dans un moule en verre transparent et napper de sauce dans l'assiette



# Pain perdu

## **Ingredients :**

1 oeuf  
1 verre de lait  
3 cuillères de sucre  
du pain dur  
de l'huile pour frire  
du sucre (glace si possible).

## **Preparation :**

Battre l'oeuf avec le sucre puis ajouter le lait.  
Couper le pain dur en tranches d'environ 2 cm.  
Faire tremper les tranches dans cette préparation quelques minutes pour qu'elles ramolissent.  
Faire cuire dans de l'huile chaude qq minutes de chaque côté pour les faire dorer.  
Les mettre sur du papier absorbant et les saupoudrer de sucre.



# Palets de veau au paprika

## Ingredients :

500 g de champignons de Paris  
3 &eacute;chalotes  
50 g + 50 g beurre (ou m&eacute;lange beurre/ huile)  
750 g de veau hach&eacute;;  
2 oeufs  
4 cuiller&eacute;es &agrave; soupe de cr&egrave;me fra&icirc;che  
sel, poivre  
5 tranches fines de lard fum&eacute;;  
quelques cuiller&eacute;es &agrave; soupe de chapelure  
1 verre de Mad&egrave;re  
1/2 cuill&eacute;r&eacute;e &agrave; caf&eacute; de paprika

## Preparation :

Faire revenir les champignons et les &eacute;chalotes &eacute;minc&eacute;s dans la moiti&eacute; du beurre(et/ou huile)  
Dans un saladier, mettre le veau hach&eacute;;, la cr&egrave;me, les oeufs  
Ajouter les champignons et les &eacute;chalotes  
Saler, poivrer  
Diviser la pr&eacute;paration en 5 portions  
Les aplatir &agrave; la main  
les entourer d'une tranche de lard fum&eacute;; et ficeler  
Rouler les palets dans un peu de chapelure et les cuire &agrave; la po&ecirc;le avec le reste du corps gras  
Quand ils sont cuits, les retirer de la po&ecirc;le  
Les recouvrir de papier alu pour les garder au chaud  
D&eacute;glacer la po&ecirc;le avec le Mad&egrave;re et 3 cuill&eacute;r&eacute;es &agrave; soupe d'eau  
Ajouter le paprika  
Laisser bouillir quelques minutes en grattant le fond de la po&ecirc;le  
Verser la sauce sur les palets de veau et servir de suite



# Palets des dames

## **Ingredients :**

100 g raisins de Corinthe  
rhum

5 oeufs  
300g sucre  
300g farine  
3 cuillères à soupe de crème  
1 pincée de vanille.

## **Preparation :**

Faire gonfler les raisins dans un peu d'eau que l'on fait chauffer sans bouillir, puis les tremper dans du rhum.

Travailler ensemble dans une terrine les oeufs, le sucre.

Ajouter la farine et la crème épaisse.

Parfumer à la vanille.

Faire de petits tas avec une cuillère à café et lisser la pâte avec une fourchette.

Disposer harmonieusement les raisins sur les palets.

Cuire à four moyen de 10 à 15 minutes.



# Palette fumée aux pommes de terre

## Ingredients :

1 kg de petites pommes de terre (rattes)  
600 g de palette de porc fumée  
4 brins de persil  
4 poireaux  
20 g de beurre  
3 cuillères à soupe de maïzena  
10 cl de crème fraîche  
100 g d'emmental  
1 pincée de muscade  
sel, poivre

## Preparation :

Dans un faitout, portez deux litres d'eau à ébullition  
Faites-y cuire la palette 15 mn  
Pendant ce temps, pelez les rattes, ébarbez les poireaux et lavez ces légumes  
Plongez-les dans le faitout avec la viande  
Prolongez la cuisson de 15 mn  
Préchauffez le four à 240°C  
Egouttez la palette de porc et les légumes, sans jeter l'eau de cuisson  
Déglaçez la maïzena dans une petite casserole avec juste un peu d'eau froide et ajoutez petit à petit 35 cl d'eau de cuisson de la palette  
Faites paissir 1 mn sur feu doux  
Incorporez la crème et la moitié de l'emmental râpé  
Salez, poivrez et parfumez d'un peu de muscade râpé  
Découpez la palette en morceaux et les poireaux cuits en rondelles  
Beurrez un plat à gratin  
Installez-y les pommes de terre, les poireaux et les morceaux de palette  
Nappez-les de sauce crèmeuse et parsemez du reste d'emmental râpé  
Faites gratiner 15 mn  
Décorez de persil haché  
Servez aussitôt



# Pan Bagna

## **Ingredients :**

Recette pour 1 pain rond:

- 1 petit pain (rond)
- 1 tomate
- 30 g de miettes de thon à l'huile d'olive
- 1/2 oeuf
- 2 filets d'anchois
- 4 olives noires
- 1/2 poivron
- 1 oignon blanc
- 1 peu d'huile d'olive
- 1 peu de vinaigre de vin
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Faire durcir l' oeuf. L' écaler et le couper en quartiers.

Laver et essuyer la tomate, la couper en rondelles. Éplucher l' oignon et l émincer.  
Laver le poivron; le fendre en deux, retirer les graines puis le couper en lanières.

Préparer la vinaigrette avec l'huile d'olive, le vinaigre, le sel et le poivre.

Ouvrir le petit pain.

Répartir les différents éléments : tomates, poivrons, thon, olives, anchois, oeufs durs.  
Arroser avec la vinaigrette et refermer le petit pain.



# Pancakes

## Ingredients :

Pour environ 12 pancakes:

Il faut une petite poêle d'environ 10 cm de diamètre,

280 g de farine

1 cuillère à café de levure chimique

1 cuillère à café de sucre

1 pincée de sel

1/2 l de lait (ou 5 yaourts)

3 oeufs

30 g de beurre

un peu d'huile pour graisser la poêle.

## Preparation :

Dans un grand saladier, verser la farine, la levure, le sucre et le sel.

Dans un 2ème saladier verser le lait, les oeufs battus, le beurre fondu. Mélanger au fouet.

Faire un puit dans le mélange farine/ sucre et y verser progressivement le mélange oeufs/lait.

Bien mélanger pour obtenir une pâte homogène.

Laisser reposer environ 1h.

Faire chauffer la poêle légèrement graissée, puis verser une louche de pâte: Cuire 2 à 3 mn de chaque côté en surveillant.

Garder au chaud et déguster avec de la sauce chocolat, du sirop d'érable...

Le pancake est plus épais que la crêpe!!

Variante: le lait peut être remplacé par des yaourts que l'on brasse.



# Panier de crudités

## **Ingredients :**

Pour 20/25 personnes:

- 2 concombres
- 1 kg de carottes
- 500 g de tomates cerises
- 1 chou fleur
- 1 céleri branche
- 2 bottes de radis
- gros sel

Sauce au fromage blanc:

- 500 g de fromage blanc
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 5 cuillères à soupe d'herbes ciselées
- sel, poivre

Sauce rose:

- 1 échalote hachée
- 6 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de mayonnaise
- 2 cuillères à soupe de vinaigre
- 1 cuillère à soupe de ketchup
- qq gouttes de tabasco
- 6 brins de ciboulette hachés
- sel, poivre

Matériel:

- piques en bois (cure- dents)
- Mousse pour décoration florale
- papier alu.

## **Preparation :**

Quelques heures avant la fête:

Eplucher et découper les légumes.

Tailler les concombres, carottes et branches de céleri en bâtonnets.

Séparer le chou fleur en petits bouquets, les faire blanchir 2 mn, rafraichir et égoutter.

Nettoyer les radis.

Envelopper les légumes séparément dans du film transparent étirable et conserver au frais.

Préparer les sauces en mélangeant les ingrédients, verser dans des coupelles, réserver au frais.

Disposer harmonieusement les crudités, vaporiser d'eau et recouvrir d'un torchon humide.

A l'arrivée des convives: retirer le torchon, placer les coupelles de sauce.

Variante déco:

Sur un bloc de mousse découpé selon son envie (acheté chez le fleuriste et recouvert de papier alu), piquer les cure-dents garnis de légumes, bien serrés en harmonisant les couleurs à son goût!



# Parfait aux marrons

## Ingredients :

Recette pour 12 personnes dans un moule à cake en verre ( noël 1980):

- 1 grosse boîte de crème de marron vanillée (4/4)
- 2 oeufs
- 1 verre à dégustation de rhum
- 500g crème fraîche

décoration possible:

- marrons glacés
- crème chantilly.

## Préparation :

Travailler la crème de marron avec les jaunes d'oeufs et le petit verre de rhum.

Fouetter la crème fraîche.

Ajouter la crème progressivement à la crème de marron pour obtenir une pâte lisse.

Battre les blancs en neige ferme.

Mélanger les blancs à la préparation en soulevant bien la masse avec une spatule.

Laisser prendre au congélateur et décorer.



# Paskha

## Ingredients :

Recette Nadine 1980, revue 2003:

- 1 livre de fromage blanc "dense", genre saint florentin; moi j'ai trouvé de la ricotta
- 4 jaunes d'oeufs
- 125 g beurre
- 250 g sucre en poudre ( au max)
- 2 gousses de vanille
- 100 g de poudre d'amandes.

## Preparation :

Attention: gâteau à préparer 2/3 jours à l'avance!

- Faire égoutter le fromage blanc 24 h dans une mousseline pendue à l'évier et dans le réfrigérateur au dessus d'une coupelle.

-Le lendemain, mélanger tous les ingrédients avec 100 de poudre d'amandes.

Remettre dans une mousseline, et garnir un pot de fleur propre (7cm de diamètre en bas, troué, 12cm de Diamètre en haut et 16 cm de haut pour cette quantité).

Mettre au réfrigérateur 1 nuit sur une coupelle avec un poids sur le dessus.

- Le surlendemain, aplatir en pyramide et décorer de fruits confits.

Se mange avec une brioche aux fruits confits : le koulitch.



# Pastilla au poulet

## Ingredients :

1 poulet (750 g environ de blanc de poulet)  
3 oignons  
2 cuillères à soupe d'huile  
1 cuillère à café de sucre  
1/2 bouquet de coriandre  
1 cuillère à café de safran  
2 cuillères à café de ras el hanout  
Sel, poivre  
3 œufs  
125 g amandes concassées  
1 cuillère à café de cannelle  
75 g sucre  
1 paquet de brick (10 feuilles)  
1 jaune pour dorer

## Preparation :

Faire chauffer l'huile dans une cocotte

Faire dorer le poulet et les oignons

Ajouter sucre, coriandre hachée, safran, ras el hanout, un peu d'eau, sel et poivre

Couvrir et laisser cuire 45 mn à feu doux jusqu'à ce que la viande se détache des os et que les oignons soient confits

Dégosser le poulet

Pour une recette plus rapide:

On peut utiliser des blancs de poulet coupés en petits morceaux mais c'est un peu plus sec !

Casser les œufs un à un dans la cocotte de cuisson

Bien mélanger avec la chair du poulet, les oignons et le jus de cuisson et cuire jusqu'au début de la coagulation

Dans un bol, mélanger cannelle, amandes et sucre

Préchauffer le four à 200°C

Tapiser le fond d'un plat rond de 4 feuilles de briks en les faisant border du plat

Étaler une partie de la préparation

Recouvrir d'une couche de feuilles de brik huilées

Alterner les couches jusqu'en haut du plat

Reserver 2 feuilles

Sur l'avant dernière couche, ajouter le mélange amandes, cannelle, sucre

Recouvrir des 2 dernières feuilles en les repliant pour envelopper l'ensemble

Passer le jaune d'œuf battu sur la surface

Ajouter dessus le reste du mélange d'amandes

Cuire au four 25 mn environ



# Pâte à beignets

## **Ingredients :**

Recette pour 16 beignets environ:

- 125 g de farine
- 1 oeuf
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- 1 verre de bière ou du lait

S'il s'agit de beignets aux fruits ajouter:

- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 parfum au choix: rhum, eau de fleur d'oranger, liqueur, sucre vanillé, etc..

## **Préparation :**

Mettez la farine dans une terrine.

Ajoutez l'oeuf, le sel, le sucre si la préparation est sucrée et l'huile.

Délayez progressivement en faisant peu à peu descendre la farine dans le mélange et, petit à petit, ajoutez le lait. La pâte doit être bien lisse et sans grumeaux.

Laissez reposer 30 minutes avant de confectionner les beignets.

Variantes pour obtenir des beignets plus "légers":

- A la place du lait vous pouvez utiliser de la bière.
- Vous pouvez aussi n'incorporer que le jaune de l'oeuf à la pâte, puis, à la fin de la préparation, incorporer délicatement le blanc battu en neige.



# Pâte à blini

## **Ingredients :**

Recette pour 8 pièces:

- 3 oeufs
- 250 g de farine
- 1 cuillère à café de sucre en poudre
- 15 g de levure fraîche de boulanger
- 25 cl de lait
- 30 g de beurre fondu
- 1 cuillère à café de sel
- Huile pour la poêle.

## **Preparation :**

Délayez la levure, le sucre et le sel dans 5 cl de lait tiède.

Dans une jatte, versez ce mélange, la farine et les jaunes d'oeufs. Mélangez avec une spatule en bois, puis versez lentement le reste de lait tiède et le beurre fondu. La pâte doit être semi fluide et lisse.

Couvrez d'un linge. Laissez lever 2 h à température ambiante.

Juste avant l'emploi, battez les trois blancs d'oeufs en neige, incorporez-les délicatement à la pâte. Graissez légèrement une petite poêle avec un chiffon huilé, puis faites-la chauffer à feu vif; Versez une louche de pâte de façon à former une crêpe de 5 mm d'épaisseur. Faites dorer sur chaque face. Réservez au chaud dans une feuille d'aluminium. Huilez la poêle entre chaque blinis.

Astuce: Utilisez de préférence une poêle à blinis car elle a juste la bonne taille (15 cm).

Variante: Vous pouvez panacher farine et sarrasin.



# Pâte à brioche

## **Ingredients :**

Recette pour 1 brioche de 28 cm de diamètre :

500 g farine  
15 g levure de boulanger  
40 g sucre  
10 g sel fin  
6 oeufs  
250 g beurre doux

## **Preparation :**

Sortir le beurre et le garder à température ambiante

Mettre la farine dans une bassine, le sel, le sucre, la levure et 5 oeufs

Mélanger les ingrédients jusqu'à obtention d'une pâte ferme et élastique

Pétrir environ 5 mn à la main

Mettre l'oeuf restant et repétrir la pâte environ 10 mn pour former une pâte bien homogène, élastique et moins ferme. Il faut qu'elle se décolle de la bassine facilement et qu'elle ne colle pas trop aux mains

Ajouter le beurre ramolli, ni trop froid, ni trop mou et bien l'incorporer à la pâte

Une fois terminé, laisser reposer la pâte environ 1 h suivant la température ambiante. La recouvrir d'un film alimentaire (pas de croûte); attendre que la pâte double de volume.

"Casser la pâte" (re pétrir 30 s) et recouvrir à nouveau d'un film

Passer au réfrigérateur pour la faire refroidir environ 4 h ou plus, ensuite on peut l'utiliser.



# Pâte à choux

## **Ingredients :**

200 g, de farine  
140 g. de beurre  
1/2 cuillerée à café de sel  
5 oeufs.

## **Preparation :**

Mettre, dans une casserole à fond épais 1/4 de litre d'eau, le sel et le beurre. Porter au feu jusqu'à ce que le beurre soit fondu et le mélange en ébullition. Retirer du feu;

Verser la farine d'un seul coup en mélangeant vigoureusement à la cuillère de bois. Remettre la casserole sur feu doux sans cesser de remuer pour dessécher un peu la pâte afin qu'elle se mette en boule autour de la cuiller et se détache en bloc. Retirer du feu; laisser tiédir quelques minutes.

Ajouter un oeuf entier et battre énergiquement puis un deuxième oeuf et ainsi de suite jusqu'au dernier, toujours en fouettant vigoureusement la pâte; elle doit être bien lisse et assez molle. Suivant la grosseur des oeufs, il peut être nécessaire d'en ajouter un de plus ou une cuillerée de lait.

On dresse généralement la pâte à choux sur une tôle beurrée à l'aide d'une poche à douille.

Si la pâte est destinée à une préparation salée, augmenter un peu la quantité de sel. Pour un dessert, on peut ajouter une cuillerée à soupe de sucre en poudre.

Utilisation : En salé : gnocchis, gougère, talmouse, pommes dauphine. En sucré : choux, éclairs, carolines, Saint-Honoré, Paris-Brest, profiterolles, etc.

Les "petits trucs " de la cuisinière :

Le secret de la réussite tient en grande partie à la vigueur avec laquelle on fouette la pâte en ajoutant les oeufs, car il s'agit, alors, d'emmagasiner le plus d'air possible.



# Pâte à crêpes

## Ingredients :

1/4 litre de lait  
1/4 l eau  
250 g farine  
3 oeufs  
2 cuillères à soupe de sucre si la préparation est sucrée  
2 cuillères à soupe d'huile  
1/2 cuillère à café de sel  
parfum: 1 cuillère à soupe de fleur d'oranger ou de rhum.

## Preparation :

TRES FACILE;

Mélanger la farine et la moitié du liquide sans faire de grumeaux. Travailler la pâte vigoureusement 2/3 mn.

Ajouter ensuite les 3 oeufs battus en omelette, puis le sucre, le sel et l'huile; ensuite le parfum et le reste du liquide (attention: la pâte doit être onctueuse, fluide sans excès).

Laisser reposer 1h si possible mais cela n'est pas impératif.

Faire un essai en cuisant la 1ère crêpe, si la pâte est trop épaisse, rajouter du liquide.

Utiliser une poêle siliconée avec une goutte d'huile pour éviter que la crêpe attache.



# Pâte à pizza

## **Ingredients :**

Pâte pour 2 pâtes fines de 28cm:

- 250 g de farine
- 1/2 paquet de levure
- 150 g eau
- 3 cuillères d'huile d'olive
- 1/2 cuillère à café de sel.

## **Preparation :**

Verser la farine dans un récipient, y creuser un puits. Faire fondre la levure dans l'eau bien chaude. Verser ce mélange dans le puits. Mélanger farine, eau et levure avec une spatule pendant quelques minutes.

Verser l'huile d'olive et malaxer jusqu'à rendre la pâte homogène.

Etaler la pâte sur les plaques de cuisson bien huilées. Laisser reposer une bonne demi-heure puis garnir.



# Pâte à tartiner à l'huile de noisettes façon Nutella

## Ingredients :

100 g de chocolat au lait à cuire (en tablette comme le chocolat noir pour dessert)  
100 g de margarine genre planta fin  
1/2 boîte de lait concentré non sucré  
1/2 cuillère à café d'extrait de vanille  
2 cuillères à soupe d'huile de noisette.

## Preparation :

Une recette bien onctueuse de "nutella" maison surement parmi tant d'autres!

Faire fondre le chocolat dans la margarine.

Ajouter le lait concentré, l'extrait de vanille et l'huile de noisette.

Mettre dans un pot "de confiture" au réfrigérateur.

Voir aussi: %pâte à tartiner à la poudre de noisettes%



# Pâte à tartiner à la poudre de noisettes - Nutella

## **Ingredients :**

Pour remplir un pot à confiture (de 500 g):

125 g chocolat à cuire au lait

100 g margarine genre planta fin; (on peut mettre du beurre)

1/2 boîte de lait concentré sucré

50 g noisettes moulues.

## **Preparation :**

Faire fondre la moitié de la tablette de chocolat (par ex au micro-ondes).

Ajouter le corps gras (également ramolli 1 min au micro-ondes).

Mélanger, puis ajouter la moitié de la boîte de lait condensé sucré.

Mixer les noisettes le plus fin possible: cela donne la texture +/- "granuleuse"!

Ajouter la poudre de noisettes.

Mélanger le tout et mettre au réfrigérateur.

NB. Pour qq chose de plus onctueux voir la recette de la %pâte à tartiner à l'huile de noisette%.



# Pâte Brisée

## **Ingredients :**

Pour un moule de 26 cm de diamètre:

- 200 g de farine
- 100 g de beurre
- 1/2 cuil. à café de sel fin
- 1/2 verre d'eau

Préparation sucrée :

1 cuillère à soupe de sucre.

## **Preparation :**

TRES FACILE et RAPIDE:

Mettez la farine, le sel et le beurre en très petits morceaux dans une jatte. Effritez du bout des doigts.

Versez lentement l'eau froide. Mélangez grossièrement les ingrédients sans pétrir.

Formez une boule. La pâte doit être souple mais pas molle. La plier en quatre ( elle sera plus facile à étaler).

Etalez-la sur le plan de travail fariné avec un rouleau.

Foncez un moule, faites adhérer la pâte en pressant très légèrement du bout des doigts.

Découpez la pâte en donnant un coup de rouleau sur les bords du moule. Pincez avec les doigts pour former les bords de la tarte.

Faites cuire 30 min dans le four th. 7 (210 °C).

Utilisation; tartes, tartelettes, tourtes, rissoles et chaussons.

Astuce:

Pour une cuisson sans garniture, piquez le fond à la fourchette et tapissez-le de papier sulfurisé garni de légumes secs Retirez-le à mi-cuisson.

La pâte peut se congeler.



# Pâté en croûte mamie Claire

## Ingredients :

Farce :

500 g chair de porc (échine, pointe ou filet)

300 g chair de veau (escalope ou épaule)

2 cuillères à café de sel

1 cuillère à café de poivre

1 cuillère à café de sucre

1/2 cuillère à café de muscade

1 échalote assez grosse

1 oignon

bouquet garni persil, thym, laurier

6/8 cuillères à café de cognac.

2 oeufs le lendemain.

Pâte façon Mamie Claire :

500 g farine

15 g sel

1 cuillère d'huile

1/4 l eau ou lait environ

250 g beurre.

## Preparation :

L'avant veille, préparer la farce :

Dénervier la viande et couper au couteau en petits morceaux une partie du maigre de porc et de veau; le reste soit environ 300g est haché au mixer ou à la moulinette de façon à obtenir une farce fine.

mélanger le tout dans un saladier avec sel poivre, muscade cognac et sucre.

Mettre dessus l'échalote, l'oignon coupé en morceau , le thym, le laurier le persil.

Recouvrir d'un couvercle et laisser mariner durant 2 jours.

La veille :

Passer la farine au tamis. Faire une fontaine au centre et mettre le sel et une bonne cuillère d'huile.

Ajouter petit à petit en tournant à l'aide de la cuillère l'eau et pétrir ensuite à la main le reste de la farine afin d'obtenir une pâte un peu ferme.

Etendre avec la paume de la main le pâton obtenu et placer le beurre coupé en lamelle en pliant la pâte afin que celle-ci l'absorbe

répéter l'opération plusieurs fois jusqu'à ce que la totalité du beurre se trouve enfermée.

Taper le pâton plusieurs fois et le laisser reposer toute la nuit.

Le jour de la cuisson :

La pâte :

Aplatir la pâte au rouleau et la plier en 3 en changeant de sens au moins 3 fois. Elle est prête à recevoir la farce.

La farce :

Au moment de faire le pâté, retirer l'assaisonnement. Hacher très fin l'échalote et un peu d'oignon et les faire blanchir dans un peu de beurre quelques seconds pour enlever l'âcreté.

Battre 2 oeufs entiers et mélanger le tout avec la viande

Montage :

Une fois la pâte étendue d'une épaisseur de 5 mm, mettre la farce au milieu et coller la pâte avec de l'eau ou du lait.

Aplatir les bords de chaque côté et relever la pâte aplatie sur le dessus ( réserver un peu de pâte pour couvrir la totalité du pâté).

Faire 2 trous pour mettre 2 cheminées afin d'évacuer la vapeur (2 cartes de visite roulées par ex).

Dorer au lait ou à l'oeuf.

mettre le pâté sur une feuille d'alu et le glisser dans un moule à cake.

Cuire 1h 30 mn au four th 7 pendant 1/4 h puis 6. Surveiller.



# Pâte feuilletée

## **Ingredients :**

Pour un moule de 26 cm de diamètre:

200 g de farine

1 verre d'eau ( 1 dl environ selon la farine)

1 cuillère à café de sel

150 g de beurre ( la moitié du poids de la détrempe) qui doit être à température ambiante, assez mou.

## **Preparation :**

C'est une pâte assez difficile à réussir qui demande du soin.

Mettez la farine dans une terrine, faire un puit, verser l'eau salée et délayer progressivement d'abord à la cuillère en bois, puis à la main.

Travailler la pâte rapidement puis la peser pour calculer le poids de matière grasse à incorporer, laisser reposer quelques minutes et étaler sur une planche farinée.

Enfermer la matière grasse dans la pâte en rabattant les bords après les avoir humectés.

Étaler ce pâton en un rectangle allongé en veillant à ce que la matière grasse ne s'échappe pas.

Plier en trois le rectangle de pâte, rabattre le 1/3 vers soi et le 3/3 en remontant.

Tourner la pâte d'1/4 et donner le 2ème tour : étaler à nouveau le rectangle, plier en 3, donner un 1/4 de tour à droite et laisser reposer.

Reprendre la pâte, placer l'ouverture à droite et donner les 3è et 4è tours, laisser reposer et donner les 2 derniers tours.

Après le 6è tour, la pâte est prête à être utilisée. La coupe de la pâte montre la superposition des feuillets.



# Pâte feuilletée façon mamie

## **Ingredients :**

Recette mamie Claire:

500 g farine  
15 g sel  
1/4 l eau environ ou lait  
250 g beurre

## **Préparation :**

Passer la farine au tamis; faire ne fontaine, mettre au centre le sel et une bonne cuillère d'huile.  
Ajouter l'eau petit à petit, en tournant à l'aide de la cuillère, et pétrir ensuite à la main le reste afin d'obtenir une pâte un peu ferme.

Etendre avec la paume de la main le paton obtenu et placer le beurre en lamelles en pliant la pâte afin que celle-ci l'absorbe.

Répéter l'opération plusieurs fois jusqu'à ce que la totalité du beurre se trouve enfermée.

Je tape alors le paton plusieurs fois et je le laisse reposer toute la nuit au frais.

Le lendemain, je l'aplatis au rouleau, en pliant la pâte en trois et en changeant de sens au moins trois fois.

Utilisation: pâté en croute, biscuits apéritifs au fromage...



# Pâte sablée

## Ingredients :

- 250 g. de farine
- 125 g de beurre
- 1 œuf
- 80 g. de sucre
- 1 pincée de sel.

Pour des biscuits:

- parfum au choix (muscade, vanille, rhum, zeste de citron, etc).

## Preparation :

Battre l'œuf, le sucre et le sel. Y jeter, d'un seul coup, toute la farine; mélanger du bout des doigts et effriter la pâte qui prend l'aspect d'un tas de sable (d'où le nom de la pâte).

Ajouter le beurre qui ne doit pas être trop dur, mais qu'il ne faut pas faire fondre, puis le parfum choisi, bien pétrir la pâte afin d'amalgamer le beurre.

Mettre la pâte en boule, l'envelopper d'un linge et la laisser reposer environ une heure dans un endroit frais.

L'abaisser au rouleau sur une planche farinée et, après découpage, la faire cuire sur tôle beurrée à four assez doux.

La cuisson ne doit pas être trop poussée. L'arrêter dès que la pâte prend une couleur blond doré.

Utilisation : tarte aux fruits, tartelettes, galettes et biscuits.

Pour les biscuits, on peut augmenter la quantité de sucre jusqu'à 125 g pour 250 g de farine, alors qu'on peut la réduire à 50 g pour les fonds de tarte.

Attention:

La pâte sablée est d'un maniement assez délicat.

Une astuce : pour éviter de casser la pâte, l'enrouler sur le rouleau et la dérouler ensuite sur la plaque de cuisson.

Il faut prendre des précautions la détacher de la plaque après cuisson et aussi pour la découper.



# Pâtes à la carbonara

## Ingredients :

Recette Rhapsody

Pour 8 personnes :

500g de pâtes

200g lard fumé

beurre+huile

4oeufs (75/100 jaunes, 25/100 blancs)

100g crème+lait

parmesan râpé à volonté

sel, poivre, muscade

## Preparation :

Faire bouillir une bonne quantité d'eau salée dans une grand faitout. Ajouter 1 cuillère à soupe d'huile. Quand l'eau bout, verser les pâtes et cuire "al dente"..

Pendant que l'eau des pâtes chauffe, couper le lard fumé en fins bâtonnets d'environ 0,5cm de large et le faire rissoler à feu doux dans une grande sauteuse (qui pourra contenir les pâtes) avec un mélange beurre huile pendant 10 mn en remuant.

Mettre les 3 jaunes dans un saladier et 1 blanc et les battre à la fourchette.

Dans un autre saladier mettre le fromage, la muscade et la crème; bien mélanger.

Verser dans la sauteuse,après avoir baissé le feu, le contenu des saladiers; mélanger sans arrêt.

Egoutter les pâtes et les verser sans attendre dans la sauteuse.

Bien mélanger le tout rapidement.

Ajouter un peu de lait si l'ensemble paraît un peu sec.

Rectifier l'assaisonnement et servir aussitôt.



# Pâtes au basilic

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes:

- 300 g de pâtes au choix
- 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 70 g de fromage râpé
- 1 gousses d'ail
- 1 bouquet de basilic
- sel, poivre.

## Preparation :

Faire cuire les pâtes à l'eau bouillante " al dente" 8/10 minutes environ.

Pendant ce temps, piler dans un mortier la gousse d'ail et les feuilles de basilic. Saler et poivrer. Ajouter l'huile d'olive. Mélanger bien pour obtenir une crème.

Égoutter les pâtes et les mettre dans un plat de service. Les arroser avec le mélange ci dessus. Mélanger bien.

Vérifier l'assaisonnement. Servir avec du fromage râpé.



# Pâtes au gorgonzola

## Ingredients :

Pour 4 personnes:

- 400 g de pâtes
  
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 petit oignon
- 300 g de courgettes (2 à 3 courgettes selon la taille)
- sel, poivre
  
- 200 g de Gorgonzola.

## Preparation :

Une petite recette très facile et rapide!!

Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, faire cuire les pâtes al dente 7/8 mn selon les pâtes.

Pendant ce temps:

Dans une poêle avec l'huile, faire revenir l'oignon quelques minutes, puis ajouter les courgettes émincées; saler légèrement (car le fromage est salé!), poivrer.

Cuire à feu moyen, pendant 5 minutes environ en surveillant, puis ajouter le gorgonzola coupé en morceaux et mélanger à feu doux.

Egoutter les pâtes. Les verser dans un plat de service. Les recouvrir du contenu de la poêle. Servir de suite.



# Pâtes gratinées

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes :

Très facile et rapide :

250g de pâtes au choix

100g beurre

sel, poivre

## **Preparation :**

On peut utiliser un reste de pâtes déjà cuites.

Sinon faire cuire les pâtes dans l'eau bouillante salée. Bien les égoutter et les sécher.

Faire dorer dans une grande poêle un bon morceau de beurre. Mettre une couche épaisse de pâtes comme une grosse crêpe. Laisser dorer à feu moyen sans remuer.

Prendre un plat le poser sur la poêle et retourner " la crêpe.

Remettre du beurre dans la poêle et la faire glisser et dorer de la même façon.

Servir bien chaud, légèrement saupoudré de poivre.



# Pâtés impériaux (nems)

## Ingredients :

Préparation 1h30

Pour 30 nems d'environ 6/7 cm:

- 300 g d'échine de porc
- 300 g de crevettes
- 1 boîte de 120 g de crabe (facultatif)
- 2 oignons hachés
- 1 paquet de galettes de riz de 22 cm de diamètre
- 50 g de vermicelle transparent
- 20 g de champignons noirs
- 100 g de germes de soja
- 1 carotte râpée
- sel, poivre, sucre
- huile de friture.

Sauce pour les nems:

- sauce nuoc- mam
- 1 citron (vert possible)
- sucre, eau
- du piment rouge ( chili)
- 1 gousse d'ail .

## Preparation :

Recette du Vietnam:

Bien hacher la viande, la mélanger avec la chair de crabe.

Tremper le vermicelle transparent dans de l'eau tiède pendant 5 minutes, l'égoutter puis le couper à l'aide de ciseaux en morceaux de 3 cm de long.

Tremper les champignons noirs dans de l'eau tiède pendant 20 minutes, les égoutter et les couper en forme d'allumette.

Décortiquer les crevettes.

Bien mélanger viande, vermicelle, champignons noirs, oignons et crevettes, germes de soja et carotte râpée; assaisonner de sucre, de sel et de poivre.

Tremper la galette de riz dans de l'eau tiède (pour rendre la galette plus croustillante, la plonger dans de l'eau tiède légèrement sucrée et vinaigrée), la retirer immédiatement, l'étendre sur un linge propre (en préparer 5 ou 6 à la fois).

Mettre une boule de farce (d'environ 30/40 g) sur chaque galette mouillée, lui donner une forme allongée en l'enroulant et en rabattant soigneusement les extrémités pour former des rouleaux de 6/7 cm de long environ.

Frirer les rouleaux dans de l'huile chaude et les retourner de temps en temps jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Les sortir puis les égoutter sur du papier absorbant.

A table, chaque convive peut enrouler le pâté chaud dans une feuille de salade et quelques feuilles de menthe et le tremper dans la sauce de nuoc màm.

Sauce: mélanger:

- 1 cuillère à soupe de sauce nuoc- mam
  - 2 cuillères à soupe de jus de citron (vert possible)
  - 1 cuillère à soupe de sucre
  - 5 cuillères à soupe d'eau
  - 1/2 cuillère à café de piment rouge ( chili)
  - 1/2 cuillère à café d'ail finement haché
- Ajouter qq morceaux de carotte râpée.



# Paupiettes de veau

## **Ingredients :**

1 paupiette par personne  
1 cuillère à soupe de farine  
30 g de beurre ou de margarine  
1 oignon  
1/2 verre de vin blanc sec  
1 gousse d'ail  
1 bouquet thym laurier  
sel poivre  
on peut mettre de la sauge

## **Preparation :**

Fariner les paupiettes

Dans une cocotte, mettre le corps gras ; chauffer et faire dorer les paupiettes puis l'oignon

Ajoutez le vin blanc avec un 1/2 verre d'eau, la gousse d'ail, le bouquet garni, le sel et le poivre

Couvrez et laissez mijoter environ 45 minutes

Avant de servir, retirez le bouquet garni de la sauce et retirez les fils de paupiettes

Variante: Les paupiettes sont encore meilleures si, à mi-cuisson, on glisse la cocotte ; four moyen pour laisser mijoter



# Pavés dorés à la semoule

## **Ingredients :**

Recette maman:

125 g semoule fine

1/2 l lait

1 oeuf

gruyère râpé: environ 80 g.

## **Preparation :**

Attention: à préparer un peu à l'avance le temps de laisser la semoule refroidir!

Faire cuire la semoule 10 mn dans le lait en ajoutant 50 g de gruyère râpé.

Incorporer le jaune d'oeuf.

Laisser refroidir.

Mettre la semoule coupée en morceaux dans un plat beurré allant au four.

Saupoudrer avec gruyère râpé et chapelure.

Arroser avec du beurre fondu.

Faire bien dorer au four 10 mn environ.



# Pavés parisiens au chocolat - Drops - Pepito

## **Ingredients :**

Recette pour 1 plaque de four( environ 6 pavés):

- 500 g de %pâte à pain au lait% (voir recette)
- 500 g de %crème pâtissière% pour garniture (voir recette)
- des drops (pépites de chocolat): 1 grosse poignée.

## **Preparation :**

ATTENTION: Préparer la %pâte à pain au lait% environ 5h à l'avance au min.

Préparer la %crème pâtissière% pour garniture et la laisser refroidir.  
Y incorporer les pépites de chocolat.

Etaler la pâte sur la table farinée. Cette quantité représente la surface d'1 plaque de four à double épaisseur.

Recouvrir de crème .

Rabattre la moitié de la pâte sur l'autre en s'aidant de la nappe par ex.

Garnir une plaque de four beurrée et farinée. Dorer à l'oeuf. On peut recouper chaque pâte pour obtenir 6 gros pavés.

Cuire environ 35 mn à four moyen.



# Pebre

## **Ingredients :**

Recette chilienne de René:

Un GROS bouquet de coriandre fraîche Deux gousses d'ail hachées Un oignon coupé en petits morceaux très fins ou haché Le jus d'un demi-citron (très important) Une cuillère à café de pâte de piment Sel Un verre d'huile de tournesol.

## **Preparation :**

Mélanger tous les ingrédients dans un bol et le tour est joué.

Tartinez avec des morceaux de pain frais ou avec des pitas...

Faites une salade de pommes de terre et ajoutez du "pebre"...

Utilisez comme condiment en ajoutant à la vinaigrette d'une salade...

Servez comme sauce avec du poisson...

Ajoutez sur une viande...

Servez à l'apéritif avec de petits crackers, mais attention! L'huile goutte...

Enfin vous verrez que tout le monde adore et une fois que quelqu'un commence à le goûter ne peut plus s'arrêter. C'est systématique.

Une merveille! Recette chilienne



# Pêches caramélisées aux pignons

## **Ingredients :**

Recette pour 2 personnes :

2 pêches

1 cuillère à soupe de miel liquide

1 cuillère à soupe de sucre

1 cuillère à soupe d'eau

1 cuillère à soupe de pignons de pin.

## **Préparation :**

Plonger les pêches dans une casserole d'eau bouillante un peu moins d'une minute. Les retirer, puis les peler et les couper en quartiers.

Faire chauffer le miel, le sucre et l'eau dans une poêle. Faire caraméliser les pêches 2-3 minutes sur chaque face.

Disposer les quartiers sur deux assiettes avec la sauce restante.

Réserver au frais une trentaine de minutes.

Au moment de servir:

Faire griller les pignons dans une poêle sans ajout de matière grasse en remuant sans arrêt pendant quelques instants en surveillant le brunissement.

Répartir sur les assiettes et servir de suite.



# Petites galettes de pommes de terre

## **Ingredients :**

Recette mamie Claire pour 4 personnes:

500 g de purée de pommes de terre

2 jaunes d'oeuf

100 g de gruyère râpé

1 noix de beurre

sel, poivre

1 pincée de muscade

1 oeuf entier pour dorer.

## **Preparation :**

Cuire les pommes de terre à l'eau salée 10 mn.

Egoutter et les remettre à la casserole pour les sécher.

Passer les pommes de terre.

Ajouter les jaunes d'oeuf, le gruyère, le poivre et la muscade.

Mélanger vivement.

Laisser tiédir.

Former des boules aplaties en galette et mettre au four sur une tôle beurrée.

Badigeonner à l'oeuf battu.

Cuire à four chaud 10 mn.



# Petites saucisses pour apéritif

## **Ingredients :**

Pour 32 bouchées:

250 g de pâte feuilletée

32 petites saucisses

1 oeuf

## **Préparation :**

Préparer les saucisses:

Les piquer avec une aiguille ou 1 pointe de couteau

Les chauffer au bain- marie

Étendre la pâte en rectangle

Poser sur un bord dans le sens de la longueur, les saucisses en rang

Rouler la pâte sur les saucisses

On obtient alors un rouleau long qui sera coupé du reste de la pâte après avoir appuyé les bords humidifiés pour les coller

Dorer avec l'oeuf

Couper entre chaque saucisse

Faire de la même façon avec un autre rang de saucisses posées sur le reste de la pâte

Poser les petits rouleaux sur une plaque beurrée et farinée

Cuire 12/14 mn avec four chaud (240°C).

Surveiller la cuisson!



# Petits choux et éclairs

## **Ingredients :**

1/ pâte à chou:

- 200 g, de farine
- 140 g. de beurre
- 1/2 cuillerée à café de sel
- 5 oeufs

2/ crème pâtissière:

- 1/2l de lait
- 125 g sucre semoule
- 50 g de farine
- 2 oeufs.

3/ fondant du commerce nature ou caramel.

## **Preparation :**

1/ Chauffer le four.

Préparer la %pâte à chou% (voir recette)

Sur la plaque du four beurrée, dresser les petits choux ou des bâtonnets de 4 ou 10 cm de long ( si on a une poche à douille).

Cuire 20 mn environ à 190°.

2/ Pendant ce temps préparer la %crème pâtissière pour garniture de gâteaux% (voir recette): soit nature, soit au café, au chocolat, ou au grand marnier par exemple.

3/ Quand les choux sont froids, les garnir de crème, puis les recouvrir de fondant (ramolli au préalable au micro onde), ou si on n'a pas de fondant de %caramel%: (125 g de sucre cuit avec 3 cuillères à soupe d'eau et 3 gouttes de citron).

Tenir au frais et déguster le jour même.



# Petits flans de courgette

## **Ingredients :**

Pour 6 moules genre "muffin":

- 2 belles courgettes
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- persil
  
- 4 oeufs
- 30 g de maïzena
- 120 g gruyère râpé (ou parmesan).
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Préchauffer le four 180°.

Couper courgettes et oignon en petits cubes.

Faire blanchir les courgettes dans l'eau bouillante salée, 10 minutes. Bien égoutter.

Mixez l'ail et le persil.

Dans un saladier mélanger les oeufs, la maïzena, le gruyère râpé.

Ajouter les dés de courgette, oignon, ail, persil.

Saler et poivrer.

Versez dans un plat beurré ou dans des moules individuels siliconés.

Faire cuire 15/20 mn à 180°



# Petits gâteaux à la confiture

## **Ingredients :**

125 g de beurre  
125 g de sucre  
1 pincée de sel  
2 oeufs  
50 g d'amandes en poudre  
200 g de farine  
1 sachet de levure chimique  
1 cuillère de crème fraîche  
1 pot de confiture.

## **Preparation :**

Coupez le beurre en morceaux et faites le fondre à feu doux (ou au MO).  
Mélangez le avec le sucre et le sel.  
Ajoutez les oeufs, la poudre d'amande, la levure et la farine, tout en mélangeant.  
Incorporez la crème, et mélangez pour obtenir une pâte lisse.  
Laissez reposer 15 min.  
Allumez le four à 200C (Th 6-7).  
Mettez un peu de pâte dans des petits moules (12 petits moules à cake mous).  
Faites un trou au milieu de la pâte et versez-y une cuillère de confiture.  
Enfournez env 10 min.



# Petits pains au lait

## **Ingredients :**

Recette de base pour pain au lait:

- 500g de farine
  - 10 g de sel
  - 50 g de sucre
  - 15 g de levure de boulanger
  - 250 ml de lait
- 
- 1 oeuf
  - 125 g de beurre doux à température ambiante.

## **Preparation :**

Préparer la pâte selon la recette de base : %pâte à pain%.

Temps de préparation 15 mn environ, plus 1h de repos à température de la pièce, puis 4 h au réfrigérateur.

Fariner le plan de travail et détailler des paquets de pâte égaux.

Pour chaque morceau, l'aplatir en carré, puis rabattre 2 extrémités l'une sur l'autre de façon à faire un petit " boudin" que l'on roule sur 12/15 cm de long.

Déposer sur la plaque de cuisson graissée et farinée. Inciser de traits obliques. Dorer au jaune d'oeuf dilué dans un peu d'eau.

Laisser doubler de volume pendant 1h. Préchauffer le four à 210°.

Cuire 15/20 mn en surveillant la couleur.



# Petits pois à la parisienne

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes :

- 1 kg de petits pois
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 2 oignons pas trop gros
- 2 carottes moyennes
- 1 gousse d'ail
- quelques feuilles de laitue
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 clou de girofle
- persil
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Dans une cocotte huilée, mettre 1 oignon piqué du clou de girofle, les carottes coupées en bâtonnets, l'autre oignon émincé, les petits pois, la laitue. Ajouter l'ail, le sucre, le persil, 1 cuillère à soupe d'eau. Saler, poivrer.

Couvrir et laisser mijoter environ 45 mn.



# Petits pois en jardinière

## Ingredients :

- 1 kg de petits pois
- 80g beurre
- 1 laitue
- 1 morceau de sucre
  
- 400g pommes de terre fermes
- 400g carottes
- 3 gros oignons
- 1 bouquet garni
- sel poivre.

## Preparation :

Ecosser les petits pois; les mettre dans une casserole avec la moitié du beurre, la laitue épluchée, lavée et séparée en 3 parties, le morceau de sucre, sel poivre.

Cuire 20 mn.

(On peut utiliser des petits pois surgelés et le temps de cuisson est de quelques minutes. On les mettra dans la casserole en fin de cuisson des autres légumes).

Dans une autre cocotte, faire revenir le reste du beurre, les oignons coupés non hachés, les carottes coupées en dés, le sel le poivre et le bouquet garni.

Mouiller d'eau ou de bouillon; couvrir; porter à ébullition et mijoter 15 mn environ.

Réunir le contenu des 2 casseroles et ajouter les pommes de terre coupées en dés.

Cuire encore 20 mn en veillant à ce qu'il y ait toujours assez de liquide, mais pas trop car il doit être à peu près absorbé en fin de cuisson.

Enlever le bouquet garni; rectifier l'assaisonnement.

Servir avec un peu de beurre frais; si ce plat accompagne de la viande, on peut ajouter du jus de viande.



# Petits pots de crème façon danette

## **Ingredients :**

1 l lait  
130 ml de chocolat amer en poudre  
130 ml de maïzena  
140 ml de sucre.

## **Preparation :**

Prélever 130 ml de lait et faire bouillir le reste.

Mélanger le lait froid, le sucre, la maïzena et le chocolat. Bien mélanger. (Si on a un shaker c'est bien).

Quand le lait commence à monter, verser la préparation dedans tout en remuant.

Baisser le feu et faire juste un bouillon.

Retirer du feu et mettre dans les ramequins et laisser refroidir.

Variantes:

petites crèmes à la vanille

petites crèmes au caramel.



# Petits sablés

## **Ingredients :**

Pâte sablée:

- 150 g farine
- 75 g beurre à température ambiante
- 75 g sucre en poudre
- 1 oeuf
- 1 pincée de sel.

## **Preparation :**

Préparer la %pâte sablée%:

mélanger avec soin farine, sucre, sel, beurre en morceaux en pressant et en frottant les paumes des mains l'une contre l'autre.

Incorporer rapidement l'oeuf à ce mélange sableux.

Mettre en boule et si possible laisser reposer dans un endroit frais.

Préchauffer le four.

Etaler la pâte au rouleau à 1/2 cm d'épaisseur.

Découper la en rondelles à l'aide d'un emporte-pièce ou d'un verre.

Déposer les sablés sur une plaque beurrée.

Cuire 10 mn environ à four chaud, en surveillant la cuisson.



# Pina colada

## **Ingredients :**

Recette Michel:

1/3 de rhum blanc

1/3 de jus d'ananas

1/3 de lait de coco

Sucre de canne liquide quantité variable: goûter...

1 pointe de muscade

un peu de cannelle et de vanille

1 citron

## **Preparation :**

Mixer les ingrédients avec 6 glaçons pour obtenir un mélange onctueux dû à la glace qui sera pilée

Servir dans un verre décoré avec un petit carré de citron (avec son zeste)



# Pipérade

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

6 oeufs  
250 g tomates  
2 poivrons  
60 g beurre  
1 oignon  
sel, poivre.

## **Preparation :**

Hacher l'oignon et le faire blondir légèrement dans une casserole avec 30 g de beurre.

Faire griller les poivrons au four, les peler. En couper un en lanières ( que l'on fait cuire dans un peu de beurre et que l'on met de côté pour la décoration) et l'autre en morceaux ainsi que les tomates.

Ajouter ces légumes à l'oignon. saler, poivrer, couvrir et laisser mijoter 20/30 mn.

On doit obtenir une purée que l'on peut passer au mixer pour la rendre plus lisse. Cette purée ne doit pas être trop claire: si besoin ,la faire épaissir quelques instants sur le feu en remuant sans cesse avec une cuillère en bois.

Casser les oeufs, les briser de quelques coups de fourchette sans trop les battre.

Leur ajouter peu à peu et en mélangeant bien la purée avec 1 cuillère de beurre fondu.

Saler, poivrer.

Verser dans une poêle contenant du beurre bien chaud et cuire comme une omelette.

Quand elle est encore baveuse, mais suffisamment cuite, la glisser sur un plat long chaud et la garnir des lanières du poivron réservé.



# Pizza Margherita

## **Ingredients :**

Recette pour une grande pizza:

1 pâte à pizza ( voir recette : pâte à pizza)

Garniture pour une Margherita:

- tomates ou 1 boîte de tomates pelées au jus
- 1 oignon
- 100 g olives noires
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 200 g de mozzarella
- 6 anchois
- 2 gousses d'ail
- origan
- sel poivre.

## **Preparation :**

Etalez la pâte sur une plaque à four légèrement huilée en vous aidant des doigts. Confectionnez un rebord sur tout le pourtour.

Préparez la fondue de tomates : épluchez et hachez l'oignon. Faites-le revenir à feu doux et à couvert dans l'huile sans coloration. Ajoutez les tomates pelées, le sel, le poivre ect. Laissez mijoter une dizaine de minutes.

Etalez ensuite la fondue de tomates froide sur la pâte.

Posez dessus des tranches de mozzarella en les espaçant. Parsemez d'olives noires, d'anchois, de gousses d'ail finement émincées et saupoudrez d'origan.

Faites cuire à four chaud (environ 220°): 15 minutes.



# Poêlée de figues

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes :

20 g de beurre

8 figues mûres

1 belle grappe de raisin

1 barquette de groseille ou l'équivalent de groseilles surgelées

4 cuillères à soupe de miel liquide

éventuellement : %glace à la vanille%.

## **Preparation :**

Fondre le beurre dans une grande poêle et faire revenir les figues coupées en croix pendant 5 mn environ. Ajouter les grains de raisin, les groseilles et le miel. Laisser caraméliser. A la fin, ajouter le jus de citron, remuer et servir.

Accompagnement : soit tel quel, soit avec une boule de glace à la vanille.



# Poires au vin

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes

4 poires bien mûres et d'une espèce fondante

1/2 l de vin rouge (genre Bordeaux)

80 g de sucre

2 clous de girofle

4 grains de poivre

1 pincée de cannelle

60 ml de crème de cassis

4 feuilles de menthe.

## **Preparation :**

Attention: à préparer 1h à l'avance pour laisser refroidir!

Dans une grande casserole porter à ébullition le vin, le sucre, les clous de girofle, le poivre et la cannelle, puis baisser le feu.

Pendant ce temps éplucher les poires en prenant soin de conserver la queue. Retirer les pépins par le fond de la poire avec un "vide pomme".

Si cela risque de démolir la poire ou selon la grosseur des poires on peut très bien les couper en deux et enlever les pépins.

Plonger les poires dans le vin et laisser cuire doucement environ 15 mn. Surveiller la cuisson car les poires doivent être tendres mais ne doivent pas s'écraser.

Les retirer de la casserole. Passer le vin dans une passoire et laisser refroidir.

Dresser les poires dans 4 coupes individuelles ou dans un grand compotier.

Arroser avec le vin.

Napper les poires avec la crème de cassis et décorer d'une petite feuille de menthe.

Servir frais (ou éventuellement tiède).



# Poivrons confits à l'huile d'olive

## **Ingredients :**

Recette pour 4/6 personnes à préparer 12 h à l'avance:

- 5 poivrons (verts, jaunes ou rouges)
- 30 cl huile d'olive
- 2 gousses d'ail.

## **Preparation :**

Préchauffer le four.

Poser les poivrons sur un papier alu sur la grille du four et faire cuire environ 1/2 h (Th 6/7) jusqu'à ce que la peau se boursoufle. Les tourner plusieurs fois.

Sortir les poivrons sur la feuille de papier alu que l'on va refermer sur elle même. Laisser les poivrons enfermés ainsi environ 15 mn.

Après ce temps, peler les poivrons: la peau doit s'enlever facilement.

Fendre les poivrons en 2; enlever le pédoncule, les graines et les filaments et les couper en lamelles.

Ranger les poivrons dans un ravier (ou dans un bocal). Les recouvrir d'huile d'olive. Parsemer d'ail passé au presse-ail.

Laisser mariner 12 h environ dans un endroit frais.

Très bon en hors d'oeuvre et aussi en accompagnement d'une viande grillé.



# Pommes au four

## **Ingredients :**

- 1 belle pomme par personne genre "canada"
- 1 cuillère de gelée de groseille ou confiture fraise...
- 1 petit morceau de beurre.

## **Preparation :**

Préchauffer le four.

Laver les pommes. Les creuser pour enlever les pépins et laisser une petite cavité dans laquelle on met la gelée. Ajouter le beurre.

Mettre les pommes dans un plat allant au four avec une goutte d'eau au fond.

Cuire à four chaud environ 20/25 mn et servir tiède.



# Pommes de terre au chorizo

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes :

- 1 kg de pommes de terre
- 2 oignons
- 3 cuillères à soupe d'huile
  
- 250 g de chorizo fort
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Eplucher, couper, laver et essuyer les pommes de terre. Couper les oignons.

Faire sauter dans l'huile les pommes de terre et les oignons en secouant la poêle pour bien les enrober de matière grasse et faire dorer.

Pendant ce temps couper le chorizo en rondelles et le mettre à feu doux dans une poêle anti adhésive. Jeter le surplus de graisse.

Quand les pommes de terre sont presque cuites, ajouter le chorizo et laisser mijoter encore 10 mn.



# Pommes et bananes en papillote

## **Ingredients :**

Recette de Christel pour 6 personnes:

- 4 pommes
- 4 bananes
- 4 cuillerées à soupe de sucre
- 1 jus de citron
- 4 feuilles de menthe.

## **Preparation :**

Preparation : pelez, epepinez et coupez les pommes en petits cubes dans le saladier. coupez les bananes en rondelles.

Decoupez 6 feuilles de papier d'aluminium.

Melangez les fruits avec le sucre et le jus de citron. prechauffez le four à 210°C(thermostat 7).  
deposez sur chaque feuille de papier d'aluminium le melange de fruits, ajoutez la feuille de menthe et refermez les papillotes.

faites cuire pendant 15 minutes servez tiede.



# Porc &agrave; l'aigre doux

## Ingredients :

750 g de saut&egrave; de porc  
1 verre d'huile  
Marinade:  
1 oeuf  
1 cuill&egrave;re &agrave; soupe de vermouth  
1 cuill&egrave;re &agrave; soupe de sauce soja  
2 cuill&egrave;res &agrave; soupe de f&egrave;cule  
un peu de sel (attention!) et poivre  
L&egrave;gumes:  
1 oignon  
1/2 concombre  
2 poivrons  
20 g de champignons noirs  
Sauce aigre doux:  
1 verre 1/2 d'eau  
1 cuill&egrave;re &agrave; soupe de f&egrave;cule  
1 grosse cuill&egrave;re &agrave; soupe de sucre roux  
2 cuill&egrave;res &agrave; soupe de sauce soja  
2 cuill&egrave;res &agrave; soupe de sauce tomate  
3 cuill&egrave;res &agrave; soupe de vinaigre  
1 piment (1/2 cuill&egrave;re &agrave; caf&egrave; de poudre)  
12 gouttes d'huile de s&egrave;same  
2 rondelles d'ananas

## Pr&egrave;paration :

Pr&egrave;parer la marinade 30 minutes avant:  
D&egrave;couper les morceaux de porcs en petits d&egrave;s (environ 2 cm)  
Les mettre dans la marinade  
Faire tremper les champignons dans un saladier d'eau ti&egrave;de  
Pendant ce temps, &egrave;mincer les oignons  
Enlever les graines et couper les poivrons en lamelles Couper le concombre en demi rondelles  
apr&egrave;s avoir enlev&egrave; les graines  
D&egrave;couper l'ananas en petits morceaux  
Hacher tr&egrave;s finement le piment apr&egrave;s avoir enlev&egrave; les graines  
Dans une casserole, pr&egrave;parer la sauce en m&egrave;langeant tous les  
ingr&egrave;dients  
Porter &agrave; &egrave;bullition en remuant  
Retirer du feu d&egrave;s l&egrave;paississement de la sauce  
Rectifier l'assaisonnement car la cuill&egrave;re de sucre plus ou moins pleine d&egrave;pend  
de la quantit&egrave; de sucre de l'ananas: en ajouter au besoin!  
Dans une grande cocotte, faire revenir la viande dans l'huile pour la faire dorer  
La retirer  
La remplacer par les l&egrave;gumes pr&egrave;par&egrave;s: oignon, poivron, concombre  
Ajouter les champignons noirs &egrave;goutt&egrave;s et recoup&egrave;s ainsi que l'ail  
&egrave;cras&egrave;  
Faire sauter le tout environ 1/4 h en remuant avec les cuill&egrave;res en bois

Quand les légumes commencent à cuire, mais restent croquants, ajouter les morceaux de porc et la sauce aigre douce

Bien mélanger

Servir de suite bien chaud

Les gourmands apprécieront des nouilles chinoises en complément cuites à l'eau bouillante salées 3 mn



# Porc &agrave; l'ananas

## **Ingredients :**

2 filets mignon de porc, ou morceaux pour saut&eacute; de porc  
2 cuill&egrave;res &agrave; soupe d'huile  
1 gros oignon  
1 pinc&eacute;e de gingembre  
sel, poivre  
1 bel ananas  
2 cuill&egrave;res &agrave; soupe de sucre  
Riz  
Persil pour d&eacute;corer

## **Preparation :**

Dans une cocotte faire revenir le porc coup&eacute; en rondelles, dans l'huile avec l'oignon hach&eacute;,  
Assaisonner  
Ajouter un petit verre d'eau  
Cuire 30 mn environ &agrave; feu doux en surveillant la cuisson: ajouter un peu d'eau si besoin pendant la cuisson pour &eacute;viter que cela n'attache et obtenir un peu de jus  
Pendant ce temps, &eacute;plucher l'ananas: retirer les yeux, couper en tranches; retirer le centre fibreux; recouper l'ananas en morceaux  
Dans une po&ecirc;le large anti adh&eacute;sive, mettre l'ananas avec le sucre et laisser caram&eacute;liser &agrave; feu doux  
Quand l'ananas a une jolie couleur dor&eacute;e, le rajouter &agrave; la viande  
Servir l'ensemble avec du riz blanc cuit &agrave; l'eau et d&eacute;corer d'un brin de persil



# Porc au caramel

## **Ingredients :**

500 g échine de porc  
2 gousses d'ail  
2 échalotes  
1 pincée de sucre, sel, poivre  
1 oignon  
2 cuillerées à soupe de caramel liquide  
5 cuillerées à café de nuoc mam pur  
1 verre d'eau tiède.

## **Preparation :**

Couper la viande en petits morceaux minces.

Laisser mariner la viande 1/4 h avec une gousse d'ail et les échalotes hachés; ajouter le sucre; saler, poivrer.

Dans une casserole, faire dorer dans un peu d'huile, l'oignon et la 2ème gousse d'ail hachés.

Ajouter la viande, le caramel, le nuoc mam.

Cuire 10 mn puis ajouter 1 verre d'eau. Mélanger, porter à ébullition puis baisser le feu.

Cuire à feu doux, en tournant de temps en temps pendant 20 mn.

Servir chaud avec du riz blanc.



# Porc sauté; aux crevettes

## **Ingredients :**

300 g d'&eacute;paule de porc  
150 g de crevettes fra&icirc;ches (ou surgel&eacute;es) d&eacute;co&icaron;tes  
100 g de pousses de bambou ou de c&eacute;leri en branche ou d'ananas  
3 champignons noirs (facultatif)  
3 cuiller&eacute;es &agrave; soupe de petits pois surgel&eacute;s  
2 cuiller&eacute;es &agrave; caf&eacute; de sucre roux  
2 cuiller&eacute;es &agrave; soupe de sauce de soja  
1 cuiller&eacute;e &agrave; soupe de sauce tomate  
1/2 verre de bouillon  
2 cuiller&eacute;es &agrave; soupe d'huile  
1/2 cuiller&eacute;e &agrave; caf&eacute; de sel  
10 gouttes d'huile de s&eacute;same (facultatif)

## **Préparation :**

D&eacute;coupez le porc en lamelles (pas dans le sens des fibres)  
Coupez les crevettes en deux si elles sont grosses  
Laissez tremper les champignons noirs 1 h dans de l'eau froide puis &eacute;gouttez-les bien  
D&eacute;coupez les pousses de bambou et les champignons en lamelles  
M&eacute;langez dans un bol le sucre, la sauce de soja, la sauce tomate et le bouillon  
Faites chauffer &agrave; feu vif l'huile dans une po&ecirc;le  
Ajoutez le sel, le porc  
Faites sauter 3 mn en remuant  
Ajoutez les crevettes  
Remuez pendant 1 mn  
Incorporez les pousses de bambou, les champignons et les petits pois  
Remuez continuellement avec une spatule pendant 2 mn  
Ajoutez le contenu du bol  
R&eacute;glez &agrave; feu moyen et laissez cuire le tout 2 &agrave; 3 mn &agrave;  
l'&eacute;tuv&eacute;e en tournant de temps en temps  
Enfin, ajoutez l'huile de s&eacute;same  
M&eacute;langez et servez de suite



# Pôt au feu du chemin vert

## Ingredients :

Recette pou 6/8 personnes:

- 1 kg de gîte
- 1 morceau de paleron
- 1 queue de boeuf bien dégraissée
- 1 morceau de joue de boeuf
- 1 os à moelle qu'il faut entourer plusieurs fois avec 1 fil pour qu'il reste entier.
  
- 1 oignon
- 2/3 clous de girofle
- 1 gousse d'ail
- 1 branche de céleri
- 1 bouquet garni

Légumes:

- 6 carottes
- 4 navets
- 4 poireaux moyens

1 paquet de vermicelles.

## Preparation :

Eplucher l'oignon et le piquer des clous de girofle.

Préparation à l'autocuiseur:

Mettre la viande, l'oignon, l'ail, le céleri et le bouquet garni dans la marmite.

Couvrir largement d'eau; saler poivrer.

Lorsque la soupape siffle, réduire la cuisson sur le 3 et cuire 50 mn.

Laisser tomber la vapeur, retirer l'oignon, le céleri et le bouquet garni.

Laisser la marmite au froid pendant la nuit.

Le lendemain:

Enlever avec l'écumoire tout le gras qui a dû se figer dans la marmite.

Laver et éplucher les légumes, puis les mettre dans le bouillon. Porter à ébullition et compter 20 mn après la rotation de la soupape.

Cuire le vermicelle dans le bouillon:

Pour éviter de retirer trop de bouillon, faire cuire le vermicelle avec 2 cubes de concentré dans l'eau.

Notes:

Cette recette est donnée pour la cocotte minute mais peut très bien se faire à la cocotte traditionnelle: simplement multiplier le temps de cuisson par 3 environ.

Si on désire davantage de carottes et navets: prélever du bouillon et les faire cuire en plus dans

un autre récipient, car trop de carottes font un bouillon trop sucré.

On peut inverser les proportions de gîte et de paleron.

On peut ajouter 2 cubes de concentré de boeuf dans le bouillon.



# Potage au cresson

## Ingredients :

Recette M&T:

- 1 botte de cresson
- 75 g. de riz ou 2/3 pommes de terre
- 1 3/4 d'eau
- 25 g. de farine
- 30 g. de beurre
- 1 Jaune d oeuf
- 100 g. de crème fraîche
- sel - poivre.

## Preparation :

Décapiter la botte de cresson pour en supprimer les grosses tiges. Le laver soigneusement, l'égoutter et mettre de côté quelques belles feuilles. Hacher le reste. Mettre le beurre dans une grande casserole, le faire mousser puis y jeter le cresson que l'on fera fondre à feu doux. Lorsqu'il est ramolli, saupoudrer avec la farine et couvrir avec l'eau bouillante. Saler et poivrer légèrement.

Laisser cuire 15 minutes. Ajouter le riz lavé. Continuer ta cuisson encore 20 minutes.

Rectifier l'assaisonnement.

Au moment de servir, ajouter hors du feu le jaune d'oeuf et la crème mélangés. Tout en continuant à remuer, remettre sur le feu mais, surtout, ne pas laisser bouillir.

Mettre le potage en soupière, disperser sur le dessus les quelques feuilles de cresson crues réservées et présenter en même temps quelques croûtons.

Les "petits trucs" de la cuisinière:

Il est possible de remplacer le riz par deux ou trois pommes de terre que l'on incorporera en 1 liés au début de la cuisson. On laissera ces dés tels quels ou on les broiera au mixer une fois le potage cuit.



# Potage au potiron et à la tomate

## Ingredients :

1 kg chair de potiron en dés  
2 cubes bouillon de légumes  
500 g tomates pelées  
2 oignons  
2 pommes de terre moyennes  
2 branches de céleri  
sel  
poivre  
noix de muscade  
facultatif : un peu de crème liquide ou fleurette

## Preparation :

Mettre tous les ingrédients dans une grande casserole et mettre de l'eau jusqu'au 3/4 environ (pas plus sinon la soupe est trop liquide).

Cuire pendant 1 heure environ (le potiron doit être "fondu") et passer au mixer.

Rectifier l'assaisonnement avec sel, poivre et noix de muscade.

Pour un potage plus crémeux, ajouter un peu de crème liquide dans chaque assiette au moment du service.



# Potage au surimi

## Ingredients :

Excellente recette envoyée par N Givron:

ATTENTION RECETTE POUR 10 PERSONNES:

- 75 g de margarine
- 500 g d'oignons
- 1/2 tête d'ail
- 250 g de carottes
- 100 g de farine
- 2 cubes bouillon viande
- 2 cubes bouillon poisson
- 1 boîte de tomates concassées de 420 g
- 2,5 l d'eau
- Sel, poivre
  
- 300 g de surimi "effiloché"
- 1/2 l de crème culinaire
- Persil haché.

## Preparation :

1. Nettoyer les légumes.
2. Découper les légumes en petits morceaux
3. Faire revenir les oignons dans la margarine
4. Ajouter l'ail et les carottes
5. "Singer" avec la farine
6. Ajouter la concassée de tomates, l'eau
7. Saler, poivrer
8. Mixer le potage
9. Ajouter la crème culinaire et le crabe "effiloché"
10. Rectifier l'épaisseur du potage avec du maizéna s'il est trop liquide ou de l'eau s'il est trop épais
11. Rectifier l'assaisonnement
12. Servir bien chaud.



# Potage crème de tomates

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes:

- 600 g. de tomates
- 1 oignon
- 1 bouquet garni
- 50 g. de beurre
- 40 g. de farine
- 1/2 litre de lait
- 2 cuillerées de crème
- sel - poivre
- persil ou cerfeuil.

Les " petits trucs " de "la cuisinière

On peut ajouter une garniture de petits croûtons frits au beurre à la dernière minute aussi délayer un jaune d'oeuf dans la crème avant de faire la liaison.

## **Preparation :**

Laver les tomates, les peler, les épépiner et les couper en morceaux; les mettre dans une casserole, de préférence non métallique, avec l'oignon et un petit bouquet garni. Ajouter une 1/2 cuillère à café de sel, un litre d'eau et cuire à petit feu environ 40 minutes.

Pendant ce temps, faire une béchamel en délayant la farine dans le beurre fondu, cuire quelques secondes en tournant, ajouter le lait et cuire à feu doux une dizaine de minutes sans cesser de tourner avec une cuiller de bois pour obtenir une sauce bien liée. Saler, poivrer.

Enlever l'oignon et le bouquet garni et passer les tomates et leur cuisson au mixer ou au moulin. Il doit rester à peu près 2/3 de litre de purée claire. La mélanger avec la béchamel et cuire le tout ensemble quelques minutes. Hors du feu, lier avec la crème en la délayant dans quelques cuillerées de potage puis verser le reste du potage sur cette liaison.

Saupoudrer, dans la soupière ou les assiettes, des pluches de cerfeuil ou de persil haché.



# Potage poireaux pommes de terre

## **Ingredients :**

Éléments de base :

- 2 pommes de terre
- 3 carottes
- 2 poireaux
- 2 navets
- 1 branche de céleri
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Faire bouillir 2 l d'eau salée environ.

Couper les carottes en dés.

Ajouter les pommes de terres, les navets,les poireaux feuilles bien lavées,et la branche de céleri.

Cuire à la casserole 35 mn.

Mixer selon le goût.

Ajouter au moment de servir un morceau de beurre ou un peu de lait ou encore de la crème.



# Poulet &agrave; l'indienne

## Ingredients :

1 poulet coupé; en morceaux  
40 g de beurre/huile  
2 oignons  
1 cuillerée;e &agrave; soupe de curry  
1 cuillerée;e &agrave; soupe de farine  
1 cuillère;re &agrave; café; de tomate concentrée;e ou 2 tomates fraîches  
1 gousse d'ail  
1 banane  
1 pomme- fruit  
1/4 l eau  
2/3 cuillerées;e &agrave; soupe de crème fraîche  
bouquet garni  
sel, poivre  
Accompagnement:  
250 g de riz  
1 poignée;e d'amandes  
1 poignée;e de raisins gonflés dans l'eau

## Préparation :

Dans une cocotte, faire chauffer la matière grasse et faire revenir les morceaux de poulet, les oignons coupés en lamelles  
Laisser cuire quelques minutes et saupoudrer de curry et de farine  
Mélanger  
Ajouter ensuite les tomates coupées en morceaux, puis ail, eau, banane, pomme en lamelles et bouquet garni  
Saler, poivrer  
Couvrir et cuire 45 mn environ  
Retirer la viande de la cocotte et la tenir au chaud  
Faire réduire la sauce si nécessaire &agrave; allure forte  
Incorporer la crème  
Laisser bouillir et la verser sur le poulet  
Accompagnement : riz pilaf auquel on peut ajouter des amandes grillées et des raisins de Corinthe que l'on aura fait gonfler dans de l'eau tiède



# Poulet &agrave; la citronnelle

## Ingredients :

4 petites escalopes de poulet  
2 petits oignons frais  
2 cuill&egrave;res d'huile  
3 tiges de citronnelle fra&icirc;ches (vendues dans les &eacute;piceries asiatiques)  
1 pointe de couteau de piment en poudre  
2 cuill&egrave;res de Nuoc Mam  
2 cuill&egrave;res de sauce de soja  
2 cuill&egrave;res de sucre  
poivre  
1 paquet de nouilles (chinoises)

## Preparation :

D&eacute;couper le poulet en travers, en fines lamelles.

Emincer les oignons

Couper la citronnelle TRES finement (qq mm)

Dans un faitout, faire dorer les oignons dans l'huile, puis faire dorer la viande

Ajoutez la citronnelle, le piment, le Nuoc Mam, et la sauce de soja et le sucre

Cuire &agrave; feu doux environ 20/25 mn

Cuire les p&acirc;tes:

Avant la fin de la cuisson du poulet, faire bouillir une grande casserole d'eau sal&eacute;e avec 1 petite cuill&egrave;re d'huile

A &eacute;bullition ajouter les p&acirc;tes

S'il s'agit de nouilles chinoises, elles sont souvent &agrave; cuisson rapide (entre 3 et 5 mn)

Les &eacute;goutter et les verser dans le plat de poulet

Bien m&eacute;langer, poivrer et servir de suite



# Poulet au raisin frais

## **Ingredients :**

5 filets de poulet  
2 cuillères à soupe d'huile  
sel, poivre  
600 g de raisin  
1 citron

## **Preparation :**

Faire dorer les morceaux de poulet dans une cocotte avec l'huile  
Mettre à dorer de toutes parts  
Ajouter ensuite un verre d'eau  
Saler, poivrer  
Cuire à feu doux 15 mn environ  
Laver, essuyer, égoutter le raisin.  
Mettre dans la cocotte, les grains et le jus de citron et chauffer pendant 5/6 mn en surveillant  
Servir chaud



# Poulet aux raisins

## Ingredients :

5 blancs de poulet  
2 cuillères soupe d'huile  
1 poignée de raisins secs  
Epices: cannelle, curry, piment de cayenne, gingembre  
girofle  
1 oignon  
1 gousse d'ail  
1 boîte de lait de coco (sinon 1 boîte de lait concentré non sucré;)

## Preparation :

Mettre les raisins à gonfler dans de l'eau  
Faire revenir les morceaux de poulet dans une grande poêle

Lorsqu'ils commencent à dorer, y ajouter les épices: 2 cuillères soupe de curry, 1 cuillère soupe de cannelle,  
1/2 cuillère soupe de gingembre, 1 pincée de girofle en poudre  
(ou 2 clous), 1 pincée de piment

Saler

Emincer l'oignon finement

Rincer la gousse d'ail

Les ajouter sur le poulet

Terminer la cuisson en ajoutant la boîte de lait de coco, puis les raisins à goûter  
Cuire environ 10 mn

Accompagnement:

Riz blanc cuit à l'eau ou riz pilaf



# Poulet fa&ccedil;on tandoori

## Ingredients :

4 cuisses de poulet ou escalopes de poulet  
2 yaourts nature  
3 cuill&egrave;res &agrave; soupe de poudre tandoori massala  
1/2 verre d'huile  
1 citron  
sel, poivre

## Preparation :

Dans un grand saladier, m&eacut;langer les yaourts, l'huile, le massala, le jus de citron, avec sel et poivre

Bien enrober les morceaux de poulet.

Laisser mariner au minimum 2h au frais

Pr&eacute;chauffer le four &agrave; 200 &deg;

D&eacute;poser le poulet avec la marinade dans un plat de cuisson

Cuire environ 30 mn en surveillant que cela ne dore pas trop

Servir chaud avec un filet de citron et du riz basmati nature



# Poulet Gaston Gérard

## **Ingredients :**

1,9 kg de poulet  
5cl d'huile  
2 oignons  
1 échalote  
30 cl de vin blanc sec  
50 cl de crème fraîche  
100 g de gruyère rapée  
80 g de moutarde de dijon  
sel, poivre.

## **Preparation :**

1. Couper le poulet en morceaux. Dans un sautoir, mettre l'huile et 50 g de beurre et le faire rissoler 15 mn.
2. Retirer les morceaux et dégraisser. Ensuite, dans le sautoir, faire revenir l'échalote et les oignons finement ciselés avec 50 g de beurre.
3. Ajouter le vin et remettre le poulet à cuire.
4. Faire mijoter quelques minutes, puis rajouter la crème. 5. Saler, poivrer et faire cuire à feu doux 20 minutes.
6. Retirer les morceaux de poulet du sautoir, et lier la sauce à la moutarde.
7. Dans le fond d'un plat à gratin, mettre la moitié du gruyère rapé, puis les morceaux de poulet et la sauce.
8. Recouvrir du gruyère rapé restant et gratiner le tout au four. Servir et bon appétit.



# Poulet grillé; &agrave; l'estragon

## **Ingredients :**

1 poulet pr&eacute;par&eacute; (vid&eacute;, sans t&eacute;te, sans pattes) de 1,5 kg environ  
50 g d'huile  
1 bouquet d'estragon frais  
sel, poivre

## **Preparation :**

A l'int&eacute;rieur du poulet, glisser le bouquet d'estragon  
(garder quelques feuilles pour le jus)

Avec la main, enduire le poulet d'huile sur toute sa surface

Faire r&ocirc;tir environ 45 mn en retournant et en arrosant avec un peu d'eau.

Saler

Le poulet doit &ecirc;tre bien dor&eacute; sur toutes ses faces

Au moment de servir,d&eacute;couper la volaille rapidement et placer les morceaux sur un plat  
chaud

D&eacute;graisser la sauce et y ajouter quelques feuilles d'estragon finement coup&eacute;es



# Poulet minceur

## **Ingredients :**

1 poulet ou 1 canard  
1 kg de citron  
sel

## **Preparation :**

Saler votre poulet et y ajouter le jus de citron que vous aurez préalablement pressé.

Mettre une rondelle de citron sur le dessus du poulet, une entre, chacune des cuisses, et une à l'intérieur du poulet.

Faire cuire pendant une heure environ selon la grosseur du poulet et selon votre four, et arroser le, tous les quarts d'heure environ en le piquant à chaque fois pour que le jus s'en imprègne.



# Poulet sauté Dauphinois

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes:

1 poulet de 1.250kg

4 têtes d'ail

200 gr de persil

beurre, huile

sel et poivre.

## **Preparation :**

Découper le poulet en petits morceaux. Découper la carcasse en 4.

Faire fondre le beurre et l'huile. A feu vif et sans laisser brûler la matière grasse, faire dorer les morceaux de poulets! saler et poivrer.

Couvrir et laisser cuire à feu doux 15 min.

Eplucher les gousses d'ail en essayant de ne pas enlever la dernière peau (brillante et rose); l'ail doit cuire dans son enveloppe.

Après 15 min de cuisson des morceaux de poulet ajouter les gousses d'ail et mélanger. Couvrir de nouveau. Laisser cuire à feu doux 20 minutes. Quand c'est cuit, disposer sur un plat et parsemer de persil hâché! et vider les gousses d'ail dans votre assiette! l'ail est réduit en purée qui avec le persil parfume votre plat sans aucune violence.

Astuce : vous pouvez déglacer votre poulet en milieu de cuisson en ajoutant un peu de vin blanc! bon appétit!



# Profiteroles au chocolat

## Ingredients :

Pâte à choux:

- 1/4 l eau
- 1 cuillère à café de sucre
- 1 pincée de sel
- 80 g beurre
- 130 g de farine
- 4 oeufs

Sauce au chocolat:

- 125 g de chocolat
- 30 g beurre
- 2 cuillères à soupe d'eau.

## Preparation :

Faire la pâte à choux:

Dans une casserole faire chauffer l'eau avec sucre, sel et beurre.

Dès que le tout est fondu, verser la farine d'un seul coup et mélanger énergiquement avec une cuillère en bois jusqu'à ce que la pâte n'adhère ni à la cuillère ni aux parois de la casserole.

Hors du feu, incorporer les oeufs un à un en battant vigoureusement.

Préchauffer le four.

Beurrer une tôle à pâtisserie. Disposer dessus des noix de pâte suffisamment espacées pour gonfler.

Dès que le four est chaud, enfourner et faire cuire 20/25 mn.

Sortir les choux lorsqu'ils sont assez durs pour résister à la pression des doigts.

Sauce au chocolat:

Dans une petite casserole, faire fondre le chocolat, le beurre coupé en morceaux et l'eau, jusqu'à obtenir une crème lisse.

Disposer les choux en pyramide dans une coupe. Arroser de la sauce au chocolat chaude et servir de suite.

Variantes: on peut garnir les choux de %crème pâtissière%, de %crème chantilly% ou de %glace à la vanille%.



# Pruneaux au bacon

## **Ingredients :**

Pour 20 personnes:

- 20 beaux pruneaux gonflés et moelleux
- 20 languettes de bacon ou de lard fumé;

## **Preparation :**

Dénoyauter les pruneaux

Les peler délicatement du bout des doigts. Inciser sur le côté pour retirer le noyau

Entourer chaque pruneau d'une languette

Reserver

Au moment de servir, les passer 3/4 minutes au four



# Pudding

## **Ingredients :**

Recette de Christiane:

- 300 g de restes de pain de campagne
- 1 litre de lait
- 3 oeufs
- 150 g de sucre
- 100 g de raisins secs
- 1 cuillère à soupe de rhum
- 1 sachet de vanille
- le jus de 2 oranges.

## **Preparation :**

Faire tremper le pain dans le lait pendant environ 1/2 h.

Faire tremper les raisins secs dans du thé de préférence.

Bien mixer le pain ramolli.

Ajouter les oeufs, le sucre, puis les raisins égouttés et le parfum: rhum vanille orange.

Mettre dans un moule beurré ou un moule silicone.

Cuire 45/50 mn à 190°.

Laisser refroidir avant de déguster.



# Pudding de Bourgogne

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes :

- 1/2 l lait
- 50 g sucre
- 1 zeste de citron
- 60 g farine
- 60 g beurre
- 3 oeufs
- 16 morceaux de sucre.

## **Preparation :**

Caraméliser un moule à charlotte.

Faire chauffer dans une casserole le lait, le sucre et le zeste de citron, en ruban. A ébullition retirer du feu, couvrir et laisser infuser quelques minutes.

Dans une autre casserole, faire fondre le beurre, ajouter la farine et mêler sur feu doux. Quand le mélange devient mousseux, exactement comme pour une sauce béchamel, retirer du feu, incorporer progressivement le lait tiède et sucré et remettre sur le feu en remuant jusqu'au premier bouillon.

Laisser tiédir, ajouter les 3 jaunes d'oeufs, puis les 3 blancs battus en neige.

Verser dans le moule caramélisé.

Placer le moule au bain marie et faire cuire au four 45 mn.

Laisser tiédir avant de démouler et servir froid.



# Punch du Broussard

## **Ingredients :**

Recette de Jean Claude:

3 vol. Rhum ambré,  
2 vol. vin blanc sec,  
1 à 1,5 vol. sirop de canne,  
6 vol. jus de fruit,  
vanille, cannelle

## **Préparation :**

Versez le tout dans un récipient et bien mélanger le tout. Préparez de préférence 3 jours à l'avance. Prévoir environ 1 litre pour trois personnes. A servir en ouverture de soirée. Se conserve parfaitement plusieurs semaines au réfrigérateur.



# Purée de brocoli

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 700 g de sommités de brocolis
- 2 pommes de terre
- 15 cl de crème épaisse
- 40 g de beurre
- sel et poivre

## **Preparation :**

Eplucher les pommes de terre et les couper en petits morceaux.

Laver, couper les brocolis pour garder les sommités.

Si on a une cocotte minute: mettre le tout dedans et faire cuire 10 mn à partir de la rotation de la soupape.

Une fois cuit, égoutter; passer le tout au mixeur avec crème fraîche ou un peu de lait chaud pour obtenir la consistance désirée; ajouter hors du feu, pour terminer 1 morceau de beurre; assaisonner avec muscade, sel et poivre.



# Purée de carottes

## **Ingredients :**

- 500 g de carottes
- sel, poivre
- 1 bon morceau de beurre
- 1 petit verre de lait environ ou de crème.

## **Preparation :**

Préparer la purée au dernier moment pour garder la saveur douce de la carotte!

Gratter et couper les carottes en rondelles minces.

Cuire à l'eau salée.

Egoutter; passer au moulin à légume.

Incorporer ensuite un morceau de beurre; bien mélanger et ajouter un peu de lait ou de crème pour obtenir la consistance désirée.

Vérifier l'assaisonnement.



# Purée de céleri

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes:

- 1 céleri- rave de 700 g environ
- 200 g de pommes de terre
- 40 g beurre
- 50 g de gruyère râpé
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Eplucher le céleri et les pommesde terre. Couper en quartiers et faire cuire le tout dans l'eau salée pendant environ 25 mn.

Egoutter. Passer au moulin à légumes.

Poiver et saler.

Fouetter la purée en incorporant le beurre, puis le gruyère râpé.

Variante: Pour changer on peut remplacer le beurre par qq cuillerées de crème et ajouter 1 pincée de muscade.



# Purée de pommes de terre

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

1 kg de pommes de terre

50 g de beurre

2/3 verres de lait

sel, poivre.

## **Preparation :**

La purée ne devant pas être réchauffée, la préparer juste avant le repas.

Eplucher les pommes de terre et pendant ce temps faire chauffer une casserole d'eau salée.

Ajouter les pommes de terre coupées en morceaux. Cuire 15/20 mn à partir de l'ébullition. (Vérifier la cuisson avec la pointe d'un couteau).

Les égoutter et les passer au moulin à légumes, grille fine ou les écraser à la fourchette.

Les mettre dans une casserole et, à feu doux, ajouter peu à peu le beurre en mélangeant énergiquement.

Faire chauffer le lait et le saler.

Incorporer en battant énergiquement avec une cuillère en bois, d'abord le beurre, puis, peu à peu le lait bouillant jusqu'à obtention de la consistance désirée.

Dès que tout le lait est absorbé, arrêter de mélanger sinon la purée devient élastique, et perd sa légèreté.

Rectifier l'assaisonnement et servir tout de suite.



# Quatre quarts

## **Ingredients :**

Recette pour 1 moule à cake de 25 cm :

3 oeufs

même poids de beurre

même poids de sucre

même poids de farine

1/2 paquet de levure chimique

2 pincées de sel

parfum facultatif :

sucre vanillé

zeste de citron ou d'orange.

## **Préparation :**

Préchauffer le four.

Faire fondre légèrement le beurre dans le moule, sans laisser chauffer.

Dans une terrine, mettre farine, levure, sucre, sel, parfum et oeufs entiers.

Battre au fouet jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

Incorporer ensuite peu à peu le beurre fondu jusqu'à obtenir un mélange très lisse.

Verser dans un moule, au fond duquel on aura mis un papier beurré.

Cuire 45 mn

Démouler sur une grille au sortir du four.



# Quenelles à la semoule

## **Ingredients :**

- 1 verre de lait
- 1 pincée de sel
- 30 g beurre
- 1 oeuf
- 75 g semoule.

## **Preparation :**

Recette de tatan Jeanine:

Dans une casserole, mettre le lait, le beurre et le sel.  
Lorsqu'il bout, jeter la farine et remuer vivement.

Laisser refroidir, ajouter le jaune d'oeuf, puis le blanc battus en neige.

Rouler.



# Quenelles au four

## Ingredients :

24 quenelles de brochet  
250 g crevettes  
1 petite boîte de concentré de tomates  
Sauce Béchamel:  
125 g de beurre  
5 cuillères à soupe rases de farine  
1 l de lait environ  
Sel poivre, muscade

## Preparation :

Faire gonfler les quenelles environ 6/8 mn dans l'eau bouillante  
Bien les égoutter et les poser sur un torchon pour qu'elles soient bien sèches  
Pendant ce temps, faire dorer au beurre, les crevettes épluchées  
Les tenir au chaud  
Préparer la %sauce Bechamel%  
Dans un plat à four mettre les quenelles et les crevettes  
Ajouter la sauce Béchamel dessus  
Faire gratiner au four



# Quenelles lyonnaises

## **Ingredients :**

- 250 ml d'eau
- 50 g de beurre ou de margarine végétale
- 1 bonne pincée de sel
- 200 g de farine type 55
- 3 oeufs

Eventuellement : chair de poisson mixée finement.

## **Preparation :**

Dans une casserole à fond épais, faire bouillir eau + beurre + sel.

Verser la farine d'un seul coup comme pour la pâte à choux, cuire 5 mn à feu doux en remuant pour dessécher la pâte.

Retirer du feu et incorporer 1 à 1 les oeufs en remuant entre chaque oeuf.

Ajouter éventuellement le poisson ou la volaille mixée.

Quand la pâte est tiède, en faire un gros boudin sur une planche farinée et le détailler en 20 tranches.

Prendre chaque tranche et la façonner en quenelle entre les 2 mains, (ou la faire rouler sur la planche) d'une longueur d'environ 7 à 8 cm.

Les pocher dans de l'eau frémissante salée et quand elles remontent à la surface les mettre dans une sauce tomate chaude avec olives vertes et champignons et les laisser mijoter pendant 1 quart d'heure.

On peut les mettre directement dans la sauce tomate chaude et les cuire dedans.

Dans tous les cas ne pas les laisser trop longtemps dans la sauce sinon elles éclatent et vous aurez de la bouillie.

Variantes:

- On peut aussi les couper en rondelles sans les avoir pochées et les faire frire.
- On peut aussi les cuire au four environ 30 mn dans une sauce blanche avec du gruyère râpé.



# Quenelles sauce Aurore

## **Ingredients :**

24 quenelles de brochet

1 litre de %sauce Béchamel%

1 petite boîte de concentré de tomates ou 250 g de %coulis de tomate%

Olives: 1 poignée

Champignons de Paris: 150g

## **Préparation :**

Préparer la sauce Béchamel et ajouter le concentré de tomates ou le coulis

Placer les quenelles directement dans une casserole où on a préparé la sauce

En fin de cuisson, ajouter les olives et les champignons coupés en lamelles

Couvrir et cuire à feu doux 20 à 30 mn

Servir de suite alors que les quenelles sont bien gonflées



# Quiche au bleu

## **Ingredients :**

1 rouleau de pâte brisée ou feuilletée  
6 oeufs  
200 gr de bleu  
1 petit pot de crème fraîche  
poivre.

## **Preparation :**

Tapisser le moule à tarte (ou le plat) de pâte brisée et la piquer à l'aide d'une fourchette  
Faire durcir 3 oeufs dans une casserole remplie d'eau bouillante  
Lorsqu'ils ont refroidi, les couper en tranches et les disposer sur le fond de la tarte  
Dans un bol, écraser le bleu à l'aide d'une fourchette  
Battre les 3 oeufs restants en omelette, puis les mélanger au bleu.  
Ajouter la crème fraîche et une pincée de poivre et verser la préparation sur les oeufs durs.  
Faire cuire une quarantaine de minutes à four chaud.



# Quiche au thon

## **Ingredients :**

1 pâte toute prête ou une pâte brisée  
Un peu de moutarde  
1 boîte de thon  
quelques tomates  
4 oeufs  
2 cuillères à soupe de crème  
du gruyère râpé.

## **Preparation :**

Préparer la pâte et garnir un moule beurré.  
Piquer le fond avec une fourchette.  
Mettre de la moutarde au fond puis le thon émietté.  
Recouvrir des tomates coupées en rondelles.  
Ajouter les oeufs battus avec la crème.  
Saler et poivrer.  
Saupoudrer de gruyère râpé.  
Cuire 20 mn au four.



# Quiche lorraine

## **Ingredients :**

1 pâte toute prête ou une %pâte brisée%

200g lard fumé  
une poignée de champignons de Paris  
100g gruyère en lamelles minces  
sel poivre

5 oeufs  
30 à 40 cl lait froid.

## **Preparation :**

Préparer la pâte et garnir un moule beurré. Piquer le fond avec une fourchette.

Déposer le lard coupé en tranches très fines sur la pâte.  
Ajouter quelques champignons coupés fins.  
Recouvrir avec les lamelles de gruyère.

Battre les oeufs en omelette avec le lait.  
Saler, poivrer; mettre une pincée de muscade râpée.

Cuire à four chaud 35 mn.

Variante:

On peut remplacer le lait par 100 à 150 g de crème, mais le plat est plus lourd.

Comme la crème est liquide, remplir le moule au maximum aux 3/4.  
La quiche peut être servie chaude ou tiède.



# Quiche sans pâte

## **Ingredients :**

Recette pour 1 quiche 5 personnes:

- 3 oeufs
- 1/2 l lait
- 100 g farine
- 100 g gruyère râpé
- sel

- 1 petite boîte de thon (185 g)
- ou 150 g de lard fumé.

## **Preparation :**

Verser dans un récipient hermétique et dans l'ordre: les oeufs, le lait, la farine, le gruyère et le sel.  
Fermer et bien mélanger.

Verser le mélange dans un moule à tarte beurré ou un moule souple.

Faire cuire à 220° pendant 40 mn environ.

Variantes:

on peut ajouter au mélange

- 1 boîte de thon égoutté
- ou 150 g de lard fumé en dés (qu'on aura fait revenir qq instants dans une poêle anti-adhésive).



# R&ocirc;ti de porc aux pruneaux

## **Ingredients :**

1 kg de r&ocirc;ti de porc  
12 pruneaux  
40 g d'huile  
1 kg de pommes de terre  
thym, laurier  
sel, poivre

## **Preparation :**

Dans une cocotte faire chauffer la mati&egrave;re grasse et faire dorer la viande de toutes parts  
Ajouter 1 verre d'eau, le bouquet garni (thym laurier), le sel et le poivre  
Couvrir et cuire &agrave; feu doux 1 h  
Pendant ce temps &eacute;plucher les pommes de terre et les couper en deux si elles sont  
grosses  
Ajouter les pommes de terres et les pruneaux 30 mn avant la fin de la cuisson  
Servir chaud



# Rôti de veau aux 3 purées

## **Ingredients :**

1 rôti de Veau de 1 kg (quasi par ex)  
2 cuillères à soupe d'huile  
1 bouquet garni  
1 oignon  
1 carotte  
sel, poivre

## **Preparation :**

Dans une cocotte, faire chauffer de l'huile à feu vif et faire dorer le rôti sur les 4 faces

Baisser le feu, ajouter 4 cuillères à soupe d'eau et le bouquet garni

Couvrir et laisser cuire 40 minutes en le retournant Arroser plusieurs fois la viande au cours de la cuisson Saler et poivrer en fin de cuisson

Laisser reposer le rôti une dizaine de minutes avant de le découper

Couper en tranche

Servir sur un plat chaud

Garniture: purée de pommes de terre.

Pour changer et décorer préparer 3 purées diffèrentes :

purée de céleri, purée de carotte et purée de brocolis



# Rôti de veau aux champignons

## Ingredients :

1 rôti de 1 kg  
1 kg de champignons: cèpes par exemple ou simplement champignons de Paris  
3 cuillères d'huile  
1 tête d'ail  
sel, poivre

## Preparation :

Dans une cocotte faire cuire les champignons coupés en gros dés avec l'huile  
Les retirer et les saler  
Faire dorer le rôti à feu vif dans l'huile des champignons  
Ajouter l'ail et 1/2 verre d'eau  
Laisser cuire à couvert 30 mn à feu doux  
Quand la viande est rosée, remettre les champignons à chauffer avec le rôti quelques minutes encore  
Saler, poivrer  
Servir de suite bien chaud



# Roesti de veau farci

## **Ingredients :**

1 roesti de 1,2 kg environ  
6 tranches fines de gruyère  
6 tranches fines de jambon de pays  
4 tranches fines de lard fumé; pour entourer le roesti  
2 cuillères d'huile  
2 oignons  
3 carottes  
1 gousse d'ail  
1 verre de vin blanc sec  
200g de champignons de Paris  
1 botte de petits oignons nouveaux  
1 jaune d'oeuf  
1 cuillère à soupe de crème

## **Préparation :**

Couper (ou faire couper) le roesti de veau en fines tranches sans couper la base  
Disposer entre chaque tranche 1 lamelle de gruyère, 1 lamelle de jambon de pays  
Reconstituer le roesti et l'entourer du lard fumé;  
Le ficeler  
Faire dorer la viande en cocotte avec 2 cuillères d'huile La retirer un moment et faire dorer les oignons émincés et les carottes  
Remettre la viande, ajouter l'ail haché; et le vin blanc  
Laisser mijoter 1 h à feu doux  
Pendant ce temps faire cuire séparément les petits oignons et les champignons sur feu doux et leur rajouter le jus de cuisson du roesti; avec le jaune d'oeuf et la crème  
Verser l'ensemble autour du roesti  
Servir bien chaud



# Ragoût d'agneau aux haricots

## **Ingredients :**

1,2 kg d'épaule d'agneau désossée ou de collier (os)  
300 g de haricots secs  
1 oignon  
2 gousses d'ail  
1 bouquet garni  
Persil  
3 cuillères à soupe de concentré de tomates  
Sel poivre

## **Preparation :**

Cuire les haricots:

Soit faire tremper les haricots la nuit précédente

Soit utiliser la cocotte minute:

Couvrir les haricots d'eau et laisser cuire 5 mn après la rotation de la soupape.

Vider la cocotte, la rincer et remettre les haricots dans de l'eau bouillante salée. Laisser cuire 45 mn. Puis les égoutter

Faire chauffer de l'huile dans une cocotte

Faire rissoler la viande sur toutes ses faces ainsi que l'oignon

Quand c'est bien doré, mouiller avec l'eau

Ajouter le concentré de tomates dilué

Ajouter les haricots, l'ail et le bouquet garni

Saler poivrer

Ajouter de l'eau au besoin pour recouvrir la viande

Cuire 1h 15 à feu doux

Servir avec du persil haché parsemé dessus



# Ratatouille niçoise

## Ingredients :

Recette internt pour 4 personnes;

100 g d'oignons

250 g de courgettes

250 g de tomates

150 g de poivrons

1 aubergine (Il n'entre pas d'aubergines dans la vraie ratatouille niçoise).

2 gousses d'ail

1 dl d'huile d'olive

Sel

## Preparation :

Emincer finement oignons et courgettes.

Enlever la peau des tomates, extraire l'eau et les pépins, couper finement les poivrons, hachez l'ail.

Mettre dans une poêle à fond épais l'huile d'olive et les oignons.

Faire sauter et ajouter les courgettes, les poivrons, l'ail et les tomates.

Faire sauter 2 ou 3 fois, réduire le feu, couvrir et laisser mijoter.

Si on prépare une ratatouille pour de nombreux convives faire sauter les légumes à part.



# Recette normande

## **Ingredients :**

jambon oignons crème

## **Preparation :**

Faire fondre un bon morceau de beurre dans un faitout; y ajouter les oignons émincés; les faire bien revenir ensuite y ajouter les petits morceaux de jambon; faire revenir 5 min en plus et mettre la crème. Vous pouvez servir avec: riz ou pâtes ou frites ou purée ect...



# Rillettes de thon

## **Ingredients :**

Recette pour un grand bol de rillettes:

- 300 g de thon au naturel: 1 grosse boîte
- 1 cuillère à soupe d'estragon haché (ou autre herbe au choix)
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 1 cuillère à café de moutarde
- le jus d'1/2 citron
- 2 petits suisses
- 1 pincée de paprika
- sel et poivre.

## **Preparation :**

Egoutter le thon et l'émietter à la fourchette.

Ajouter les petits suisses, la crème fraîche, la moutarde, le jus de citron, l'estragon, le sel et le poivre.

Bien mélanger.

Placer au réfrigérateur environ 1h et saupoudrer de paprika au moment de servir.

Très bon à l'apéritif sur des toasts ou bien en entrée avec tomates, olives, salade...



# Rillettes de thon au saint moret

## **Ingredients :**

Pour un grand bol:

- 1 grosse boîte de thon (200 g)
- 1 échalote
- 1 boîte de saint moret (familial)
- qq gouttes de tabasco
- sel
- 1 citron
- qq brins de ciboulette.

## **Preparation :**

Dans un grand bol, émietter le thon et ajouter l'échalote coupée en tout petits morceaux.  
Arroser avec le jus de citron, puis ajouter le St Moret.

Bien mélanger, versez ensuite le Tabasco; goûter et saler si besoin. Décorer de ciboulette hachée.

Mettre au frais.

A servir avec du pain en tartine à l'apéritif par ex, et également comme "farce" à tomates pour une entrée.



# Risotto aux pointes d'asperges

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes:

- 1/2 oignon
- 3 cuillères à soupe de riz par personne
- 4 cuillères à soupe de vin blanc
- 4/6 louches de bouillon de volaille
- safran
- 50 g de parmesan
- 2 noix de beurre
- sel
- quelques pointes d'asperges.

## Preparation :

Faites revenir un demi-oignon ciselé dans de l'huile d'arachide, sans coloration; Mettez-y 3 cuillères à soupe par personne de riz à grains ronds.

Laissez-le avec les oignons; mouillez de quatre cuillères à soupe de vin blanc; laissez absorber puis mouillez de deux petites louches de bouillon de poulet (fait avec de l'eau et des abattis de poulet) et saupoudrez d'une pincée de pistils de safran ou de deux pointes de couteau de safran poudre. La couleur jaune doit être soutenue, comme de l'or.

Ne cessez jamais de remuer sur un feu très doux, c'est le secret.

Quand le riz absorbe les deux premières louches, recommencez. L'opération risotto dure une vingtaine de minutes, jusqu'à ce qu'il soit à la fois cuit mais ferme, mouillé sans être liquide, surtout pas sec. Le safran est toujours présent.

Ajoutez 50 g de parmesan râpé et un peu de sel.

Il manque le beurre. On en met deux grosses noix, on couvre le récipient, on compte à voix haute jusqu'à cinq - pas trop vite - puis on mélange délicatement. Pourquoi un couvercle et pourquoi cinq? Ne posez pas de questions bêtes et si vous savez compter, faites-le.

Servez aussitôt - ce seigneur n'attend pas - en assiettes creuses chaudes.

Déposez dessus des pointes d'asperges.



# Risotto aux crevettes et aux petits pois

## **Ingredients :**

Recette pour 4/5 personnes:

400 g de riz "spécial risotto": par ex variété arborio  
une cuillère à soupe d'huile d'olive  
2 oignons  
2 gousses d'ail  
2 verres de vin blanc  
1,5 l de bouillon (eau avec un cube: fumet, herbes..)  
100 g de parmesan  
sel, poivre  
1 pincée d'origan par ex  
12 à 15 crevettes  
150 g de petits pois surgelés.

## **Preparation :**

ATTENTION: tenir compte du fait que cette recette se prépare au dernier moment: environ 20 mn et qu'il faut rester aux fourneaux pendant tout ce temps pour mélanger!

Faire chauffer l'eau et diluer le cube.

Cuire les petits pois. Réserver.

Dans une grande poêle, qui pourra contenir l'ensemble, faire chauffer l'huile d'olive, ajouter les oignons émincés et les faire revenir à doucement.

Ajoutez le riz puis remuer jusqu'à ce que le riz devienne translucide, puis ajouter le vin blanc tout en continuant à bien remuer.

Quand le vin a été absorbé par le riz, ajouter une louche de bouillon. Ajuster le feu car le riz doit mijoter à petits bouillon.

Ajouter les louches de bouillon les unes après les autres, tout en remuant et en attendant que le bouillon soit absorbé avant d'ajouter la louche suivante.

Le riz cuit en 15 minutes environ. Surtout, il faut remuer sans arrêt.

Goûter. Vérifier l'assaisonnement en sel et poivre.

Ajouter les petits pois et les crevettes. Mélanger et laisser mijoter encore 2/3 minutes.

Ajoutez les herbes ciselées.

Retirer du feu ajouter le parmesan.

Servir de suite car le risotto n'attend pas!



# Risotto classique

## **Ingredients :**

Recette pour 3/4 personnes :

- 1 gros oignon
- 70 g de beurre
- 200 ml de vin blanc sec
- 1200 ml de bouillon clair (volaille, veau, bœuf)
- 350 g de riz italien à grains ronds (Arborio par ex)
- 150 g de gorgonzola (sans mascarpone)
- 150 ml de crème fraîche
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Peler l'oignon, le hacher finement, le faire revenir dans 50 g de beurre jusqu'à ce qu'il devienne transparent. Pendant ce temps, porter le bouillon à ébullition. Déglacer l'oignon avec du vin. Laisser réduire un peu.

Ajouter alors le riz non lavé. Verser une louche de bouillon dans le riz et, à partir de ce moment-là, remuer constamment (c'est le secret de la réussite!)

Cuire le riz à feu moyen. Veiller à ce qu'il n'attache pas. Rajouter une nouvelle louche de bouillon chaud dès que la précédente est absorbée. Continuer à remuer et à ajouter du bouillon jusqu'à ce que le riz soit tendre, mais encore ferme sous la dent. Il ne doit être ni gorgé d'eau, ni trop sec, et surtout ne pas tourner à la bouillie. Compter pour cela entre 20 et 30 min. Commencer à goûter au bout de 20 min. S'il n'y a plus de bouillon, utiliser de l'eau chaude. Après 20 min, incorporer le gorgonzola coupé en tranches. Lorsque le riz est cuit, mais encore ferme, ajouter pour terminer la crème, le reste du beurre et un peu de bouillon.

Servir immédiatement: le risotto se consomme aussitôt cuisiné!



# Riz au fruits de mer

## Ingredients :

2 cuillères d'huile  
2 oignons  
500 g de tomates  
2 poivrons  
sel, poivre  
1 cuillère à café de paprika (colorao)  
qq brins de coriandre  
1 morceau de poisson à chair ferme par personne: lotte par ex...  
1 sachet surgelé de fruits de mer mélangés de 500 g  
250 à 300 g de riz non prétraité (qui donne un aspect moelleux à la cuisson comme le risoto...)  
qq brins de cerfeuil

## Preparation :

Préparer les tomates: enlever la peau après les avoir trempées 30 sec dans de l'eau bouillante  
Les presser pour enlever jus et pépins  
Les couper en morceaux  
Préparer les poivrons: les mettre à four chaud environ 20 mn puis les laisser refroidir dans un papier alu  
Les éplucher, enlever les graines et les couper en lamelles  
Dans une grande pôele, mettre l'huile et faire revenir les oignons coupés en morceaux  
Quand ils sont colorés, ajouter les tomates et les poivrons  
Saler, poivrer  
Ajouter le paprika  
Parsemer de coriandre  
Faire "fondre" à feu doux environ 25 mn  
Pendant ce temps faire cuire poisson et fruits de mer dans une casserole d'eau  
Quand le poisson est cuit, le retirer ainsi que les fruits de mer et GARDER l'eau de cuisson  
Mettre cette eau de cuisson dans une grande sauteuse  
Ajouter la préparation à base de tomates, poivrons et oignons  
Ajouter ensuite le riz et le faire cuire ainsi à feu doux jusqu'à ce qu'il soit al dente  
En fin de cuisson ajouter les fruits de mer, le poisson  
Parsemer de cerfeuil et servir chaud



# Riz au lait

## Ingredients :

1 litre de lait  
250 gr de riz rond  
4 cuillères à soupe de sucre  
un zeste de citron ou orange  
bâton de vanille  
Pour le caramel:  
100g de sucre  
2 cuillères à soupe d'eau.

## Preparation :

Blanchir le riz 2 minutes dans l'eau bouillante.  
L'égoutter, puis le mettre dans une casserole.  
Le recouvrir de lait.  
Ajouter la gousse ou l'extrait de vanille, le sucre.  
Faire cuire à feu doux 1/2 h environ.  
Ensuite le verser dans un plat dans lequel on a fait un caramel au micro ondes ou à la casserole.  
Caramel :  
Dans un récipient (le plat éventuellement), mélanger le sucre et l'eau.  
Surveiller la cuisson sans y toucher, à la casserole; Au M.O. pour le mien c'est 5 mn sur le 10;  
(attention cela dépend sûrement de la puissance des appareils donc surveiller!).  
Le riz se mange tiède ou froid.



# Riz aux raisins

## **Ingredients :**

- riz : 80 g par personne environ soit un verre
- raisins 1 grosse poignée
- 1 oignon
- 1 carotte
- épices : curry, cannelle, muscade, paprika.

## **Preparation :**

Faire gonfler les raisins dans du thé brûlant et bien infusé.

Cuire le riz à l'eau "al dente". Bien l'égoutter.

Faire revenir dans une poêle, l'oignon émincé; ajouter la carotte coupée en rondelles sans faire roussir.

Ajouter le riz, les épices et les raisins égouttés.



# Riz cantonnais

## **Ingredients :**

Recette du Vietnam pour 6 personnes:

- 375g de riz long
- 1/2 litre d'eau.

Garniture:

- 200 g de crevettes
- 200g de jambon
- 2 oeufs battus en omelette
- 2 oeufs pour jaunir le riz
- 1 oignon
- 100 g de petits pois cuits
- 1 cuillerée à soupe de nuoc nam pur
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Préparer le riz :

Le laver à l'eau froide; bien rincer et égoutter. Renouveler l'opération 3 fois.

Mettre la casserole contenant le riz et l'eau froide sur feu vif jusqu'à ébullition.

Quand l'eau est absorbée, baisser le feu au minimum, prendre une cuillère en bois, remuer le riz rapidement, mettre alors le couvercle et laisser cuire une quinzaine de minutes.

Faire cuire les crevettes dans de l'eau bouillante un peu salée 3 mn. Les décortiquer et enlever leur fil noir.

Couper le jambon et les crevettes en dés. Émincer l'oignon.

Avec les oeufs battus faire une omelette puis la découper en lanières.

Dans un peu d'huile, dorer les oignons puis ajouter le riz. Casser sur le tout deux oeufs et mélanger.

Ajouter enfin le jambon, les crevettes, les oeufs (en lanières), les petits pois, le sel et le poivre.

Bien mélanger le tout, décorer avec des feuilles de coriandre et servir chaud. Assaisonner avec du nuoc mam pur et du poivre.



# Riz complet

## **Ingredients :**

Cuisson pilaf :

1 verre de riz

3/4 verres d' eau salée

2 oignons

2 cuillérées d'huile olive

## **Preparation :**

Faire blondir les oignons dans l'huile.

Mettre le riz et remuer jusqu'à ce que les grains soient presque transparents.

Verser l'eau chaude. Saler poivrer.

A la place de l'eau, on peut mettre du bouillon.

Cuire à découvert à feu doux jusqu'à évaporation totale du liquide.

Cuisson à l'eau :

Mesure 1 volume de riz pour 2,5 volume d'eau salée. Porter à ébullition, couvrir la casserole et laisser cuire 25 mn environ. Egoutter.



# Riz Créole

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes :

250g de riz  
eau, sel.

## **Preparation :**

Laver le riz à grande eau, puis l'égoutter.

Dans une cocotte, mettre le riz et 2 fois son volume d'eau. Saler.

Couvrir. A ébullition, couper le courant et laisser cuire 15 mn environ.

Ne pas trop cuire le riz pour qu'il reste ferme.

Servir chaud ou froid en salade.

A la cocotte minute : 6 mn de cuisson dès la rotation de la soupape.

Attention à ne pas trop cuire le riz!



# Riz des indiens de Santa Barbara

## **Ingredients :**

- Riz: 1 verre pour 2 personnes
- 1 grosse poignée de cumin
- 1 cuillère à soupe d'huile
- sel.

## **Preparation :**

Une petite recette facile et goûteuse !

Cuire le riz à son habitude ; dans l'eau ou au rice cooker.

Dans une poêle, mettre l'huile et faire revenir quelques instants les graines de cumin en tournant et en surveillant sans arrêt.

Mettre le riz dans le plat de service ; saler et mélanger avec les épices !!



# Riz Pilaf

## Ingredients :

1 verre de riz  
1 1/2 eau  
2 oignons  
2 cuillérées d'huile

## Preparation :

Faire blondir les oignons dans l'huile.

Mettre le riz et remuer jusqu'à ce que les grains soient presque transparents.

Verser l'eau chaude. Saler poivrer.

A la place de l'eau, on peut mettre du bouillon.

Couvrir et cuire à feu doux 20 mn en remuant 2/3 fois.

Conseils :

ne pas laver le riz

le faire revenir assez longtemps dans 'huile

bien mesurer le riz : 1 vol1/2 eau pour 1 vol de riz

le pilaf peut attendre : arrêter la cuisson quand les grains sont encore un eu croquants. Ils finiront d'absorber le liquide et il suffira de réchauffer le plat.

Variantes :

On peut ajouter au début en même temps que l'oignon : 2 tomates coupées en 4,1 poivron en lamelles, 100g lardons, 300g calamars

On peut ajouter en fin de cuisson : 1 reste de poulet coupé en dés, des morceaux de jambon, des crevettes décortiquées, des petits pois ou des coeurs d'artichauts, des moules cuites, du crabe, du curry ou du safran.



# Rochers à la noix de coco

## **Ingredients :**

Pour 5 douzaines de biscuits :

75g coco râpé

50g amandes en poudre

50g sucre

4 blancs d'oeufs

50g sucre vanillé

## **Preparation :**

Battre ensemble la noix de coco râpée et les amandes, le sucre et 2 blancs d'oeufs.

Ajouter ensuite le sucre vanillé, et les 2 autres blancs battus en neige.

Faire des petits tas sur une plaque beurrée.

Cuire 10 mn à four très doux.



# Roti de porc bonne femme

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

1 kg de porc: filet,échine ou carré

30 g de beurre/ huile

1 kg de pommes de terre

6 petits oignons

bouquet garni

sel, poivre.

## **Preparation :**

Dans une cocotte,faire chauffer la matière grasse et y mettre le rôti de porc. Laisser dorer de toute part.

Couvrir et laisser cuire à feu doux 1h 15 mn environ.

Eplucher oignons et pommes de terre ( les couper en deux si elles ont trop grosses). Les mettre dans la cocotte autour du rôti avec bouquet garni, sel et poivre. Laisser mijoter de nouveau à couvert 45 mn environ. Retourner les pommes de terre à mi-cuisson.

Ôter le bouquet garni, et servir le rôti coupé en tranches et entouré des pommes de terre.

Parsemer de persil haché.



# Rösti de Lina

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 1 kg de pommes de terre
- 2 cuillères à soupe de beurre
- 1/2 cuillère à café de sel
- poivre

## **Preparation :**

Une excellente recette de Suisse:

- Peler environ 1kg de pommes de terre en robe des champs cuites la veille, et les passer à la râpe à rösti (râpe à gros trous).
- Chauffer 2c.à soupe de beurre dans une poêle, ajouter les pommes de terre, les rissoler légèrement en les remuant de temps en temps.
- Assaisonner de 1/2 c.à café de sel, un peu de poivre .
- Former une galette plate, couvrir et dorer sans remuer, 15mn environ.
- Quand la croûte a une belle couleur, retourner les rösti (à l'aide d'une assiette),et faire dorer l'autre face.
- Glisser sur un plat et servir.

Accompagnement : pour 4 personnes /plat principal : 2-3 pers.

On peut la faire aussi en ajoutant aux pommes de terre :

- 100gr de lardons ou de jambon / oignons .



# Sacristains au fromage

## **Ingredients :**

Pour 40 bouchées:

- 125 g pâte feuilletée
- 100 g gruyère râpé (emmenthal, comté, beaufort)
- 1 jaune d'oeuf.

## **Preparation :**

Abaisser la pâte sur 3 mm environ.

Dorer sa surface à l'aide d'un pinceau trempé dans le jaune d'oeuf délayé avec un peu d'eau.

Saupoudrer largement avec le gruyère râpé.

Couper la pâte en allumettes (sur environ 8 cm x 8 mm de large) qui seront tortillonnées.

Les déposer sur une plaque beurrée et farinée.

Cuire à four doux (180°) environ 10 mn. Surveiller la cuisson.



# Saint Honoré

## Ingredients :

Recette pour 6 personnes:

300 g de %pâte sablée%

300g de %pâte à choux%

Caramel:

- 100 g de sucre
- 1 cuillère d'eau

Crème:

- 3 oeufs
- 1/2 l lait
- 100 g sucre
- 50 g farine
- essence de vanille ou sucre vanillé.

## Preparation :

Préparer la %pâte sablée%.

Préparer la %pâte à choux%.

Monter le gâteau:

Abaisser la pâte sablée en forme de disque de 25 cm de diamètre. Poser ce disque sur une plaque de four beurrée. Mouiller le tour et y déposer une couronne de pâte à choux avec une douille.

Piquer le fond de tarte avec une fourchette et cuire à four assez chaud en surveillant.

Avec le reste de la pâte à choux, faire des petits choux de la grosseur d'une noix de pâte. Les cuire.

Faire un caramel à peine blond avec le sucre et l'eau.

Piquer chaque chou avec une fourchette et tremper RAPIDEMENT la partie plate et le sommet dans le caramel et poser les choux sur la couronne, la partie plate en dessous.

Préparer la crème:

Battre les jaunes d'oeufs avec le sucre, ajouter la farine et la vanille. Verser le lait bouillant en remuant vivement. Faire prendre en remuant sur feu très doux.

Ajouter les blancs battus en neige ferme à la crème.

Quand le gâteau est froid, verser la crème refroidie au centre de la couronne.



# Salade composée des Bermudes

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 1 coeur de laitue
- 1 grande boîte de coeur de palmiers
- 1 boîte de thon au naturel 400g environ
- 1 petite boîte de maïs en grains
- quelques crevettes pour décorer
- 1 bol de vinaigrette avec 1 petite cuillère de moutarde, huile et vinaigre dans le rapport 3/1, sel, poivre de Cayenne.

## **Preparation :**

Eplucher et laver la salade. Couper les feuilles en fines lanières.

Ouvrir toutes les boîtes, puis égoutter le contenu.

Couper les coeurs de palmiers en rondelles fines. Diviser le thon en petits morceaux après avoir retiré toutes les peaux.

Préparer la vinaigrette bien relevée.

Disposer tous les éléments de la salade dans un grand saladier, en ayant soin de garder quelques éléments pour la décoration. Garder au frais. Verser la vinaigrette et bien mélanger, puis décorer avec les éléments réservés et les crevettes.



# Salade à ma façon

## **Ingredients :**

haricots rouges/thon au naturel/pommes de terre/ail/oignons/pain grillé.

## **Preparation :**

Eplucher les pommes de terre et les faire cuire sans en faire de la purée!! égoutter les haricots rouges et le thon. Eplucher les oignons et l'ail.

Faire griller des tranches de pain et les frotter à l'ail et ensuite les couper en petits morceaux.

Dans un saladier mettre les haricots rouges le thon, les croutons aillés, les pommes de terre, et l'oignon émincé. Mélanger le tout et préparer une vinaigrette que vous servirez à part de la salade ainsi vous la conserverez plus longtemps.



# Salade au chou de Marie

## **Ingredients :**

Recette pour 5 personnes:

- 1/2 chou blanc
- 1 morceau de gruyère d'environ 100 g
- 2 tomates
- 50 g de raisins secs
- 50 g de noix de cajou
- Sel, poivre.

%mayonnaise%: 1 bol:

- 1 Œuf
- 1 cuillère à café de moutarde
- Huile
- 1 cuillère à café de vinaigre
- Sel, poivre de Cayenne.

## **Preparation :**

Couper le chou blanc en petites lanières et le gruyère en dés.

Couper les tomates en dés.

Dans un grand saladier, mettre les différents ingrédients; ajouter les raisins et les noix de cajou.

Assaisonner avec la %mayonnaise%. Saler, poivrer.

Bien mélanger et servir frais.



# Salade au crottin de chavignol

## **Ingredients :**

1 salade  
1/2 crottin de Chavignol par personne.  
1 poignée de pignons de pin  
250g de pâte feuilletée  
1 jaune d'oeuf.

## **Preparation :**

Nettoyez la salade.

Essorez avec soin.

Réaliser une vinaigrette  
(huile d'olive vinaigre )

Détaillez les chèvres en 2 rondelles.

Les poser chacune sur 1 carré de pâte de 10 cm de côté. Replier les pointes en les ramenant au centre pour former un petit chausson. Passer un peu de jaune d'oeuf sur le feuilletage

Mettre au four 20 mn à 170 °.

Disposer la salade au centre de l'assiette; y parsemer quelques pignons de pin. Déposer le chausson dessus et servir aussitôt.



# Salade au jambon italien

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 300 g de pissenlit ou salade mélangée (mesclun)
- 2 boules de mozzarella
- 4 tranches de jambon cru italien
- 2 belles tomates

Vinaigrette:

- 2 cuillères à soupe de vinaigre
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe d'huile
- sel et poivre.

## **Preparation :**

Laver les feuilles de pissenlit et les essorer soigneusement.

Couper les tranches de jambon en lamelles.

Faire des petites boules de mozzarella.

Laver les tomates et les couper en quartiers, puis retirer les pépins et le jus de végétation.

Dans un plat de service ou directement dans des assiettes, disposer le pissenlit, les quartiers de tomates et les boules de mozzarella entourées de jambon.

Préparer la vinaigrette:

Dans un bol, verser le vinaigre, et peu à peu l'huile en filet en battant avec une fourchette. Ajouter sel, poivre.

Arroser le pissenlit de la vinaigrette.

Présenter le reste dans un bol à part.

Servir bien frais.



# Salade d'endives au pamplemousse

## **Ingredients :**

Recette Michel pour 4 personnes:

- 2 endives
- 1 pamplemousse
- 1 pomme
- 1 poignée de cerneaux de noix
- 1 brin de persil

Sauce %vinaigrette% ou %sauce au yaourt%.

## **Preparation :**

- Enlever la peau du pamplemousse afin d'obtenir des quartiers pelés et les couper en morceaux.
- Eplucher et couper la pomme en cubes.
- Laver et couper les endives en morceaux.
  
- Dans un saladier, mélangez les cubes de pomme, les endives, les morceaux de pamplemousse.
  
- Préparer une sauce vinaigrette classique ou une sauce au yaourt.
- Mélanger le tout et parsemer de cerneaux de noix et de persil finement ciselé.



# Salade d'endives au thon et aux oeufs

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes :

4 endives  
150 g de thon en boîte  
4 oeufs  
le jus de 3 citrons  
5 cuillères à soupe de mayonnaise  
sel, poivre, ciboulette.

## **Preparation :**

Passer les endives sous l'eau, les essuyer. Enlever les premières feuilles si nécessaire. Couper les endives en rondelles. Mettre dans un saladier.

Faire durcir les oeufs 10 min. à l'eau bouillante. Les passer sous l'eau froide et les écaler.

Ecraser les oeufs à la fourchette et verser sur les endives.

Verser dans un mixer le thon, la mayonnaise et le jus des citrons. Saler et poivrer. Mixer et ajouter à la salade.

Saupoudrer de ciboulette ciselée. Mélanger.



# Salade d'endives aux pommes

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes :

1 laitue

3 endives

2 pommes golden

2 oeufs durs

des dés de gruyère ou de roquefort

quelques cerneaux de noix

sauce vinaigrette avec huile, vinaigre, sel poivre (ou mayonnaise)

persil, cerfeuil, ciboulette.

## **Préparation :**

Passer les endives sous l'eau, les essuyer. Enlever les premières feuilles si nécessaire. Couper les endives en rondelles. Mettre dans un saladier avec les feuilles de laitue.

Faire durcir les oeufs 10 min. à l'eau bouillante. Les passer sous l'eau froide et les écaler. Les couper en 4 et les mettre sur les endives.

Ajouter, cerneaux, pommes, gruyère ou roquefort.

Assaisonner.

Saupoudrer d'herbes. Mélanger.

On peut remplacer la vinaigrette par de la mayonnaise.



# Salade d'été aux pommes de terre

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 4 pommes de terre (variété qui tient à la cuisson)
- 200 g de haricots verts
- 2 oeufs durs
  
- 2 tomates
- 1 poivron
- 1/2 concombre
  
- 1 grosse boîte de thon au naturel
- 4/5 filets d'anchois à l'huile
  
- sel, poivre
- qq brins de persil
  
- %vinaigrette%.

## **Preparation :**

Cuire les pommes de terre dans une casserole d'eau bouillante pendant 1/2 h environ. Egoutter. Peler et couper en tranches.

Cuire également les haricots verts. Egoutter et recouper en petits tronçons.

Cuire les oeufs durs dans une casserole d'eau froide. Cuire environ 10 mn à feu doux. Passer sous l'eau, écaler, couper en quartiers.

Laver, essuyer et couper tomates, poivron et concombre en tranches.

Dans un grand saladier, réunir pommes de terre, haricots verts, tomates, poivrons, concombre. Bien mélanger avec le thon émietté, saler, poivrer. Ajouter dessus les oeufs, les anchois et le persil ciselé.

Servir à part une vinaigrette avec moutarde, vinaigre et huile.



# Salade de betterave

## **Ingredients :**

Recette pour 2 personnes:

- 1 betterave rouge cuite
- %vinaigrette%
- sel poivre
- ail, persil.

## **Preparation :**

Eplucher la betterave.

La découper en petits cubes réguliers. Ajouter, sel, poivre et persil ciselé.

Préparer la vinaigrette.

Si on a, on peut ajouter qq morceaux de féta coupée en dés.



# Salade de carottes râpées à l'orange

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes :

- 500 g de carottes
- 2 oranges
- 1 jus de citron
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 cuillère à soupe de fleur d'oranger
- 1 filet d'huile d'olive (facultatif)
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Laver et gratter les carottes. Les râper finement.

Peler les oranges en retirant la peau blanche. Les couper en petits morceaux en les mélangeant aux carottes râpées.

Assaisonner avec la fleur d'oranger, le sucre, le jus de citron, l'huile, du sel et du poivre.



# Salade de cerf du broussard

## **Ingredients :**

Recette de jean Claude:

Par personne :100 à 125 g de cerf dans le cuissot,  
jus de citron des 4-saisons,  
oignon vert et/ou ciboulette,  
persil frisé,  
ail,  
poivre de cayenne,  
shoyu (sauce de soja) Pas de sel, le shoyu est bien salé.

## **Preparation :**

Émincer le cerf en petit cube d'un demi cm de côté, mettre dans un gd saladier, le couvrir du jus de citron et laisser macérer une demi heure en remuant deux ou trois fois.

Entre temps, hacher finement l'ail, découper finement les oignons verts, la ciboulette. Hacher le persil.

Egoutter et presser la viande. mélanger avec l'ail, le persil. Arroser de shoyu. Bien brasser.

Décorer avec les oignons verts et la ciboulette.

Mettre au frais 20 minutes avant de servir.

Une salade de courgette à la vinaigrette peut très bien accompagner ce plat.

A défaut, le cerf peut être remplacé par du boeuf. C'est aussi excellent.



# Salade de champignons

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes

600 g de champignons de Paris bien blancs ou rosés mais tous frais!

vinaigrette

sel, poivre

ou crème fraîche avec un jus de citron

persil.

## **Preparation :**

Préparer la vinaigrette ou la sauce avec huile et le jus de citron ou la crème.

Préparer les champignons; couper la partie terreuse; Laver les champignons rapidement à l'eau vinaigée; les égoutter et bien les essuyer.

Emincer les champignons et les mettre rapidement dans la sauce pour qu'ils ne noircissent pas.

Parsemer de persil haché ou de ciboulette et mélanger à nouveau au moment de servir.



# Salade de courgettes

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 3 courgettes
- 2 tomates
- 1 oignon rouge (ou blanc)
- 1 citron
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Eplucher les courgettes et les râper (comme les carottes).

Les saler, puis les mettre dans une passoire au dessus d'un récipient et les laisser égoutter 1/4 h environ; jeter l'eau.

Couper les tomates et émincer l'oignon. Presser le citron.

Préparer la sauce en mélangeant huile d'olive, ail, jus de citron, sel, poivre.  
Ajouter les tomates, oignon, courgettes égoutées et bien mélanger.



# Salade de fruits frais

## **Ingredients :**

Recette pour 1 saladier :

- 1 orange
- 1 pamplemousse
- 1 banane
- 1 jus de citron
- fruits confits et raisins secs
- tranches d'ananas
- selon la saison:  
pêches abricots prunes...
- 1 petit verre de rhum ou kirsch.

## **Preparation :**

Une salade de fruits, c'est délicieux et tellement vite fait. On peut renouveler les recettes à l'infini.  
Il ne faut pas tourner la salade pour ne pas l'écraser.  
Sucrez et ajouter un petit verre de rhum ou du kirsch si on aime.



# Salade de gambas de Marie

## **Ingredients :**

Recette D'pour 5 personnes:

- 10 gambas
- 2 brugnons jaunes
- 2 brugnons blancs
- 1 courgette moyenne
  
- ciboulette
- baies roses

Sauce vinaigrette:

- 1 petite cuillère à café de moutarde
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre.

## **Preparation :**

Décortiquer les gambas; les passer à la poêle dans un peu d'huile d'olive. Saler légèrement.

Couper la courgette en tranches très fines.

Eplucher et couper les brugnons en tranches.

Présenter les gambas à l'assiette. Ajouter les tranches de brugnons et de courgette.

Asaisonner avec la vinaigrette.

Décorer avec les baies roses et la ciboulette.



# Salade de germes de soja

## Ingredients :

Recette pour 2 personnes:

Préparation : 10 mn. Cuisson : 3 mn.

- 300 g de germes de soja frais
- 1 concombre ( ou 1 poivron)
- 1 tranche de jambon cuit
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillerée à soupe de sauce de soja (ou nuoc mam)
- 2 cuillerées à soupe d'huile de sésame (ou huile de table)
- poivre (ou purée de piment).

## Preparation :

- Découpez le jambon et le concombre en fines lamelles.
- Écrasez et hachez finement la gousse d'ail.
- Mélangez intimement dans une tasse l'ail, la sauce de soja, l'huile de sésame et le poivre.
  
- Mettez dans une casserole 1 litre d'eau, 1 cuillerée à café de sel et 1 cuillerée à soupe de vinaigre, et portez à ébullition.
- Faites blanchir les germes de soja en les plongeant dans la casserole 30 secondes puis retirez-les et rincez-les immédiatement à l'eau froide. Égouttez-les bien.
  
- Mélangez soigneusement dans un saladier tous les ingrédients et la sauce. Laissez la préparation au réfrigérateur 30 minutes à 2 heures, mais pas plus.
  
- On peut remplacer le jambon par 100 g de petites crevettes décortiquées et cuites à l'eau (ou sautées), ou 100 g de poulet cuit à l'eau (ou rôti) et découpé transversalement en lamelles; ou encore du porc rôti.



# Salade de lentilles tiède

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes :

250g lentilles vertes si possible

1 oignon

2 clous de girofle

1 branche de thym et 1 feuille de laurier

vinaigrette.

## **Preparation :**

Laver les lentilles.

Les couvrir d'eau froide salée.

Ajouter l'oignon piqué des clous de girofle, le bouquet garni.

Cuire environ 30 mn dans une casserole ou 10 mn après la rotation de la soupape de la cocotte minute.

Egoutter.

Préparer une vinaigrette.

mélanger les lentilles à la vinaigrette et servir tiède.



# Salade de mâche au cabécou

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 4 cabécou petits fromages de chèvre du périgord)
- 4 tranches de pain de campagne tranché aux noix
- 125 g à 150 g de mâche
- huile d'olive
- quelques noix.

## **Préparation :**

Préchauffer le four.

Bien laver la mâche trois fois et l'essorer.

Disposer les tranches de pain sur une plaque de cuisson.

Les badigeonner d'huile d'olive.

Disposer sur chaque tranche un petit fromage de chèvre.

Mettre au four quelques minutes jusqu'à ce que le fromage fonde.

Sevir sur une assiette sur laquelle on a disposé la mâche avec un peu d'huile d'olive et quelques cerneaux de noix.



# Salade de maïs au surimi

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes:

- 10 à 20 bâtons de surimi
- 1 boîte de maïs de 150 g
- 1 grosse pomme verte
- 3 tomates
- 1 oignon blanc
- sel, poivre,
- 1 gousse d'ail
- feuilles de basilic.

Mayonnaise :

- 1 oeuf
- 1 cuillère à café de moutarde
- Huile
- 1 cuillère à café de vinaigre
- sel, poivre de Cayenne
- 1 cuillère à café de curry
- 1 cuillère à soupe de ketchup (ou de concentré de tomate).

## Preparation :

Couper les bâtonnets de surimi, la pomme et les tomates en dés.

Egoutter le maïs.

Couper l'oignon et l'ail en petits morceaux.

Mettre le tout dans un saladier.

Mélanger.

Au moment de servir ajouter la mayonnaise et décorer de

basilic coupé fin.

Mayonnaise:

Verser le jaune dans un récipient creux ou un bol. (le blanc ne sert pas).

-Ajouter la moutarde et mélanger.

-Mettre la valeur d'une cuillère à café d'huile et BIEN mélanger tous les ingrédients à l'aide d'un batteur, d'un fouet ou de 2 fourchettes.

-Verser l'huile peu à peu, et par toutes petites quantités sans cesser de tourner vivement. On va constater que le mélange se lie. (Tant que le mélange ne se lie pas, il faut mettre l'huile goutte à goutte et bien surveiller).

-On va sentir que la mayonnaise devient de plus en plus ferme, elle se forme. La quantité d'huile dépend des oeufs.

-Dès qu'elle tient à la cuillère ou au fouet, cesser de tourner.

-Ajouter 1 cuillère à café de vinaigre, saler et poivrer, puis le curry et le ketchup.





# Salade de pâtes à la mozzarella

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 350 g de pâtes (3 couleurs, c'est joli!)
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- sel
  
- 3/4 tomates
- 1 oignon rouge ou des petits oignons blancs
- 1 sachet de mozzarella 125 g
- 1 poignée d'olives noires
- 1/2 bouquet de basilic
- poivre ou piment pour relever un peu plus.

## **Préparation :**

Cuire les pâtes al dente dans une grande casserole d'eau bouillante salée pendant 5/6 mn selon les pâtes. Puis égoutter, arroser d'huile d'olive, mélanger et laisser refroidir dans un saladier.

Plonger les tomates dans une casserole d'eau bouillante pendant 1 mn puis retirer la peau.

Couper les tomates en tranches.

Emincer les oignons.

Couper la mozzarella.

Au moment de servir: ajouter aux pâtes, les tomates, l'oignon, la mozzarella et les olives.

Mélanger le tout. Vérifier l'assaisonnement et parsemer de basilic ciselé.



# Salade de pâtes au jambon

## **Ingredients :**

250 g de pâtes "3 couleurs" (nature, tomate, épinard)  
2 tranches de jambon  
1 tranche d'emmental  
qq cuillères à soupe de mayonnaise  
1 petit pot de crème fraîche  
1 petit bocal de cornichons  
1 citron  
sel, poivre

## **Preparation :**

Faire cuire les pâtes dans une grande casserole remplie d'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient al dente.

Couper les cornichons en fines rondelles, le jambon en lamelles et le fromage en dés

Préparer une petite %mayonnaise%

Mélanger les pâtes avec la mayonnaise

Ajouter qq cuillères de crème, le jus de citron

Saler, poivrer



# Salade de pâtes au saumon fumé

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 400 g de pâtes
- 2 tranches de saumon fumé
- 2 avocats

vinaigrette:

- 1 cuillère de vinaigre
- 3 cuillères d'huile d'olive
- sel, poivre
- aneth.

## **Préparation :**

Cuire les pâtes "al dente" dans une grande casserole d'eau bouillante salée. Egoutter, passer sous l'eau froide, égoutter à nouveau.

Couper le saumon en lanières.

Eplucher et couper les avocats en tranches.

Dans un grand saladier, mélanger les pâtes avec le saumon et l'avocat.  
Assaisonner avec la vinaigrette.

Garder au frais avant de servir.



# Salade de pois chiches

## **Ingredients :**

- 250 g de pois chiches
- 2 oignons blancs
- 3 cuillerées d'huile d'olive
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- sel, poivre.

## **Preparation :**

La veille, laver les pois chiches, les mettre dans l'eau froide et les laisser tremper 12 heures.

Le lendemain, les égoutter, les rincer et les mettre dans une casserole couverts d'eau avec un bouquet garni. Saler.

Cuire 2h30 environ.

Egoutter les pois chiches et les verser encore tièdes dans un saladier.

Ajouter les oignons coupés en rondelles.

Préparer la sauce vinaigrette et la verser sur les pois chiches.

Servir frais.



# Salade de pommes de terre au cervelas

## **Ingredients :**

800 gr de pommes de terre  
1 poignée de haricots verts

1 cervelas

4/5 cornichons

Vinaigrette : huile, vinaigre, moutarde.

sel et poivre

## **Préparation :**

Eplucher et couper les pommes de terre en rondelles

Les faire cuire une vingtaine de minutes dans une casserole remplie d'eau bouillante, puis les égoutter et les laisser refroidir

Faire une vinaigrette à la moutarde

Couper les haricots et quelques cornichons en petits morceaux

Couper le cervelas en rondelles

Les disposer dans un plat avec les rondelles de pommes de terre

Parsemer avec les haricots et les cornichons puis arroser de %vinaigrette%.



# Salade de pommes de terre aux harengs

## **Ingredients :**

Recette pour 5 personnes:

- 600 g de pommes de terre à chair ferme
- 1 paquet de harengs fumés extra- doux (5/6 harengs)
- 2 oignons moyens blancs ou roses
- ail, persil
- sel poivre

vinaigrette:

- 1 cuillère de moutarde
- 1 cuillère de vinaigre
- 3 cuillères d'huile
- sel, poivre.

## **Préparation :**

Cuire les pommes de terre à l'eau en robe des champs pendant une petite demi- heure ou 10 mn à la vapeur à la cocote minute; ne pas les laisser trop longtemps pour qu'elles n'éclatent pas. Les éplucher et les couper en rondelles.

Couper les harengs en petits tronçons.

Préparer la vinaigrette. Ajouter les oignons coupés en lanières, l'ail le persil.

Ajouter les harengs aux pommes de terre et arroser de vinaigrette.



# Salade de riz au thon

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 500g de riz long
- 2 feuilles de laurier
- 2 doses de safran
  
- 1 grosse boîte de thon à l'huile (450 g)
- 1 petit bocal d'olives vertes au poivron
- 2 oignons doux
- 2 cuillères à soupe de câpres
- 1 petit piment vert

Sauce:

- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 jus de citron
- sel, poivre.

## **Préparation :**

A préparer environ 3h à l'avance!

Dans une grande casserole, porter l'eau salée à ébullition.

Ajouter le laurier et le safran, puis le riz. Faire cuire 20 mn environ. Egoutter et laisser refroidir. Egoutter le thon.

Dans un grand saladier, mettre le thon émietté, les olives, les oignons finement hachés, les câpres et le piment émincé.

Ajouter le riz.

Préparer la sauce en mélangeant l'huile, le jus de citron, sel et poivre.

Arroser la salade avec et réserver 2h au moins au réfrigérateur avant de servir.



# Salade de roquette aux pignons

## **Ingredients :**

Recette pour 4/6 personnes:

- 100 g de roquette
- 1 salade verte pour mélanger: feuille de chêne, laitue...
- 4 tomates
- 30 g de pignons de pin
- des copeaux de parmesan
- huile d'olive
- 1 filet de jus de citron.

## **Preparation :**

Laver les feuilles de roquette et de salade verte.

Couper les tomates en petits cubes.

Faire griller légèrement les pignons dans une poêle sans ajouter de matière grasse. Bien surveiller.

Mélanger la salade et la tomate avec un filet d'huile d'olive et un filet de jus de citron.

Décorer de pignons et de copeaux de parmesan.



# Salade de saint jacques

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 8 noix de Saint-Jacques avec le corail
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
  
- 150 g de mesclun ou "salade mélangée"

Pour la vinaigrette :

- 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin et 1 cuillère à café de vinaigre balsamique
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre.

## **Preparation :**

Rincer et éponger les noix de Saint-Jacques.  
Les couper en deux.

Laver la salade.

Préparer la vinaigrette:

Mélanger le vinaigre de vin, le vinaigre balsamique, sel et poivre. Ajouter l'huile d'olive en fouettant.

Dans une poêle, mettre l'huile d'olive et saisir les Saint-Jacques et le corail 2 min sur feu vif.  
Saler et poivrer.

Répartir la salade sur chaque assiette, puis les noix de Saint-Jacques avec le corail.  
Verser la vinaigrette dessus et servir de suite.



# Salade de saint jacques au curry

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 18 noix de Saint-Jacques
- 300 g de salade mélangée (ou mesclun)
- 2 cuillère à soupe d'huile
- 1 cuillère à soupe de curry
- 50 g de pignons

Vinaigrette:

- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
  - 1,5 cuillère à soupe de vinaigre
  - sel, poivre
- 6 brins de ciboulette et/ou de coriandre.

## **Preparation :**

Laver et essorer la salade.

Préparer la vinaigrette: en mélangeant vinaigre, huile d'olive, sel, poivre.

Laver, ébarber et essuyer les noix de Saint- Jacques.

Faire rapidement dorer les pignons dans une poêle anti adhésive. Bien surveiller.

Au moment de servir, assaisonner la salade et la répartir avec les pignons dans 6 assiettes.

Dans une poêle, faire fondre l'huile et mettre les Saint-Jacques à dorer sur feu vif 1 mn de chaque côté.

Retirer du feu, saupoudrer de curry, saler, poivrer puis répartir les Saint-Jacques sur chaque assiette.

Parsemer de ciboulette ou de coriandre coupés fins.



# Salade de saint jacques et crevettes

## **Ingredients :**

Recette à préparer au dernier moment pour 4 personnes :

- 16 noix de saint- Jacques,
- 300 g de crevettes roses
- salade mélangée, mesclun...
- vinaigrette
- cerfeuil
- 1 tomate coupée en dés.

## **Preparation :**

Rincer les saint jacques et les crevettes et les essuyer.

Préparer la salade et l' assaisonner avec une vinaigrette à l'huile d'olive et au vinaigre.

Faire sauter 1 à 2 mn les saint- Jacques légèrement salées à l'huile d'olive bien chaude.

Dans une grande assiette, faire un lit de salade, ajouter les crevettes et les saint-Jacques. Décorer de quelques feuilles de cerfeuil et de dés de tomate.



# Salade grecque

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

6 tomates  
1 concombre  
3 oignons grelot  
24 olives noires  
300 grammes de feta  
1 bouquet de menthe fraîche  
10 centilitres d'huile d'olive  
1 citron  
sel, poivre.

## **Preparation :**

Dressez dans un grand plat les tomates coupées en 8, le concombre coupé en larges rondelles elles-mêmes coupées en 4, les oignons émincés et les olives noires.

Ajoutez la feta coupée en dés et quelques feuilles de menthe.

Dans un bol, mélangez huile d'olive, jus de citron, sel et poivre. Versez la sauce sur la salade juste au moment de servir.

Présentez dans un plat peu profond plutôt que dans un saladier.



# Salade niçoise

## **Ingredients :**

- 1/2 laitue
- 1 poivron vert et rouge
- 3 tomates
- 1 poignée de haricots verts
- 1 oignon blanc
- 2 oeufs durs
- 4 filets d'anchois
- 1 poignée d'olives niçoises

Pour la vinaigrette :

- 2 cuillères à soupe de vinaigre
- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail coupée en petits morceaux
- sel, poivre

On peut ajouter selon le goût:

- miettes de thon
- rondelles de concombre
- bulbe de fenouil.

## **Preparation :**

Faire cuire les haricots verts et les laisser refroidir.

Faire cuire les oeufs durs.

Trier et laver soigneusement (3 fois) la salade sans la laisser tremper. La secouer. Tapisser le fond du saladier avec quelques grandes feuilles et couper le reste en lanières.

Laver le poivron; ôter les filaments blancs et les graines; le découper en lanières.

Ecaler les oeufs durs et les couper en quartiers.

Rincer les tomates le essuyer et les couper en quartiers également.

Préparer la sauce dans un petit bol: délayer le sel et le poivre dans le vinaigre et ajouter peu à peu l'huile en remuant bien.

Dans une jatte mélanger les lanières de salade, avec les haricots verts, le poivron, les tomates, l'oignon et la 1/2 de la vinaigrette.

Verser le tout dans le saladier.

Décorer avec les filets d'anchois, les oeufs durs et les olives.

Arroser avec le reste de la sauce et servir.



# Salade zaalouk

## Ingredients :

- 1 kg d'aubergines
- 500 g de tomates
- 5 à 6 gousses d'ail
- 5 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillerée à soupe de jus de citron
- 1 cuillerée à soupe de piment doux
- 1 cuillerée à soupe de cumin
- sel
- 1/2 cuillerée à soupe de poivre
- olives noires (et lamelles de citron confit).

## Préparation :

Mettre à cuire les aubergines coupées en gros dés mais non pelées pendant 30 mn dans l'eau salée.

Monder les tomates et les couper en dés. Les mettre à cuire 5 mn dans une poêle avec huile, piment doux, cumin, ail, sel et jus de citron.

Quand les aubergines sont presque cuites, les égoutter et les presser pour en extraire l'excédent d'eau et les ajouter aux tomates.

Ecraser le tout en remuant jusqu'à évaporation complète de l'eau, à feu doux pendant 15 à 20 mn. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire avec du jus de citron.

Laisser refroidir avant de servir.



# Sangria

## **Ingredients :**

Pour 1 l de vin rouge 12/13°:

1 orange non pelée coupée en tranches

1/2 citron

2 pèches (facultatif)

3 cuillères de sucre en poudre

3 ou 4 cuillères soupe de rhum blanc ou de liqueur de son choix  
(curaçao, grand marnier, cognac)

## **Préparation :**

Laisser macérer dans le vin tous les ingrédients coupés en morceaux  
plusieurs heures dans un endroit frais

Ajouter au moment de servir 1 verre d'eau minérale gazeuse ou de limonade et quelque  
glacçons



# Sardines grillées

## **Ingredients :**

2 douzaines de sardines  
2 cuillères à soupe d'huile  
Beurre maître d'hôtel:  
50 g de beurre  
Citron  
Persil  
Sel poivre

## **Preparation :**

Vider les sardines sans ôter les têtes  
Les gratter  
Les laver à grande eau  
Les essuyer avec du papier absorbant  
Les enduire d'huile  
Mettre à griller 2/3 mn sur chaque face  
Préparer le beurre maître d'hôtel:  
Malaxer le beurre avec persil haché finement pour obtenir une pâte persillée que l'on découpe pour décorer  
Ou bien servir simplement avec un quartier de citron



# Sardines marinées au citron

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 8 sardines en filet (pas trop grosses)
- 1 verre d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de ras el hanout
- sel poivre
- 2 citrons
- persil
- cerfeuil.

## **Preparation :**

ATTENTION: recette à préparer la veille car demande de mariner 1 nuit!

(Demander au poissonnier de lever les filets de sardines).

Laver les filets et bien les sécher.

Les disposer dans un plat pouvant fermer, chair contre chair. Les recouvrir d'huile d'olive. Saler, poivrer et ajouter l'épice. Arroser de jus de citron.

Couper les herbes et les saupoudrer dessus. Recouvrir et laisser mariner la nuit au réfrigérateur.

A déguster avec une petite salade et du pain frais!



# Sauce américaine

## **Ingredients :**

3 cuillères à soupe huile d'olive  
3 oignons moyens  
2 échalotes  
2 gousses d'ail  
1 livre de tomates  
1 verre de vin blanc  
2 cuillères à soupe de cognac  
1 bouquet garni thym, laurier, persil, romarin  
sel poivre, paprika

## **Preparation :**

Faire revenir les oignons dans l'huile d'olive  
Puis ajouter les échalotes et l'ail qui ne doivent pas blondir  
Ajouter les tomates, puis le vin blanc, le bouquet garni et le cognac  
Assaisonner  
Passer au chinois ou au moulin à légumes  
Si la sauce est trop liquide, ajouter 1 cuillère de farine  
Cuire à la poêle à feu vif  
Utilisation:  
Tarte au crabe: verser sur le crabe avec le jus  
Lotte à l'américaine: faire revenir la lotte à l'huile d'olive  
Poulet à l'américaine



# Sauce au fromage blanc

## **Ingredients :**

150 g de fromage blanc  
1 cuillère à café de moutarde  
1 bouquet de persil  
1 bouquet de cerfeuil ou de ciboulette  
Sel, poivre  
Facultatif : 1 oeuf

## **Préparation :**

Mélangez le jaune d'oeuf, la moutarde et les herbes hachées  
Versez peu à peu le fromage blanc en montant la sauce comme une mayonnaise  
Salez, Poivrez  
Battez le blanc d'oeuf en neige ferme et incorporez le délicatement à la sauce



# Sauce au yaourt et variantes

## **Ingredients :**

Recettes pour 1 bol

Sauce yaourt à la moutarde:

1 yaourt nature

1 cuillère à café de moutarde

1 cuillère à café de vinaigre

Sel, poivre

Variante aux herbes:

1 yaourt nature

1 gousse d'ail

1 échalote épluchée

4 brins de persil

2 feuilles de basilic ou 3 brins de ciboulette

sel, poivre

1 c à soupe de vinaigre ou citron

## **Preparation :**

Sauce au yaourt à la moutarde:

Fouetter ensemble le yaourt et la moutarde

Assaisonner et fouetter à nouveau le mélange

Sauce au yaourt aux herbes:

Il suffit de mixer 15 secondes ou de couper très fin l'ail, l'échalote, le persil, la ciboulette, le basilic

Ajouter le yaourt, le vinaigre, saler et poivrer



# Sauce Béarnaise

## Ingredients :

30 de farine  
2 jaunes d'oeufs  
100 g de beurre  
2 échalotes  
1 bouquet d'estragon  
1/3 de verre de vinaigre  
Eau  
Sel poivre

## Preparation :

Hachez finement échalotes et feuilles d'estragon

Mettez les dans une petite casserole avec le vinaigre Faites bouillir à allure moyenne jusqu'à évaporation complète du liquide

Laissez refroidir hors de la plaque

Sur la même plaque et à la même allure préparez le bain-marie

Quand il est à température douce (environ 50°) mettez la casserole contenant la préparation d'échalotes et d'estragon

Ajoutez les jaunes, 2 cuillères à soupe d'eau, du sel et du poivre

Fouettez vigoureusement jusqu'à ce que le mélange épaississe et tienne aux branches du fouet  
Coupez le courant

L'eau doit rester aux environ de 50°

Incorporez le beurre mou noix par noix, en fouettant sans cesse

Dès que la sauce est terminée, versez la dans une saucière

NOTE:

Avec une plaque électrique à thermostat: pas besoin de faire de bain-marie: mettre directement sur la plaque électrique:

Pour réduire le vinaigre: Th 5/6

Pour la sauce: Th 1/2



# Sauce Béchamel

## **Ingredients :**

30 g farine (1 cuillère à soupe très bombée)  
30 g beurre  
1/2 l lait  
sel poivre

## **Préparation :**

Dans une casserole, mélangez à allure moyenne le beurre et la farine jusqu'à ce que la préparation soit mousseuse

Ajoutez le lait froid d'un seul coup

Salez, poivrez

Fouettez jusqu'à épaississement

Puis passez à allure douce et laissez mijoter quelques minutes en surveillant

ATTENTION:

Pour faire une béchamel épaisse pour mettre dans des crêpes par ex, utiliser 1/4 l de lait au lieu de 1/2 l

VARIANTES:

Sauce AURORE:

Au moment de servir incorporez à la béchamel 1 cuillère à café de concentré de tomate

Sauce MORNAY:

Hors de la plaque incorporez à la béchamel 50g de gruyère râpé et un jaune d'oeuf



# Sauce blanche et sauce moutarde

## **Ingredients :**

30 g de farine (1 cuillère à soupe très bombée)  
30 g de beurre  
1/2 l de bouillon de viande, volaille ou poisson  
Sel poivre

## **Preparation :**

Dans une casserole, mélanger à allure moyenne le beurre et la farine jusqu'à ce que la préparation soit mousseuse

Ajouter le bouillon froid d'un seul coup

Saler, poivrer

Fouetter jusqu'à épaississement

Puis passer à allure douce et laisser mijoter quelques minutes en surveillant

Accompagne : oeufs durs, viandes blanches, poissons au court-bouillon, les pâtes et certains légumes cuits à l'eau tels: épinards, choux-fleurs, salade cuite, carottes, bettes etc.....

Variante: La Sauce Moutarde:

Hors du feu incorporer à la sauce blanche: moutarde, noix de beurre et persil haché



# Sauce bolognaise

## **Ingredients :**

1 oignon  
4 cuillères d'huile  
200 g de viande hachée (boeuf par ex)  
20 g de champignons de Paris  
200 g de tomates  
1 cube de bouillon  
Sel poivre  
1 pincée d'origan

## **Preparation :**

Dans une grande poêle faire frire l'oignon et la gousse d'ail dans l'huile  
Ajouter la viande hachée et les champignons  
Faire revenir pendant quelques minutes  
Ajouter les tomates pelées, un cube de bouillon  
Saler et poivrer  
Mélanger et faire cuire à feu doux 30 mn environ  
Arrêter la cuisson, ajouter une pincée d'origan et mélanger  
Utilisation, pâtes, lasagnes...



# Sauce hollandaise

## **Ingredients :**

2 jaunes d'oeufs  
100 g de beurre  
2 cuillères à soupe d'eau  
Citron  
Sel, poivre

## **Preparation :**

Dans une petite casserole, mettre les jaunes d'oeufs, l'eau froide  
Saler, poivrer et ajouter quelques gouttes de jus de citron  
Mettre au bain- marie (50°) ou sur une plaque à thermostat allure douce:  
Mélanger vigoureusement au fouet jusqu'à ce que le mélange épaississe et tiende un peu aux branches du fouet  
Couper alors le courant et incorporer noix par noix le beurre sans cesser de fouetter.  
Verser dans une saucière chaude et servir de suite  
Utilisation:  
poissons cuits au court- bouillon, asperges....



# Sauce indienne &agrave; la menthe

## **Ingredients :**

1 avocat mur  
1 yaourt brassé;  
1 cuillère &agrave; rase de curry  
1 citron  
sel, poivre  
10 feuilles de menthe

## **Préparation :**

Mixer finement l'avocat  
Lui ajouter le yaourt, le curry et le jus du citron  
Bien mélanger  
Saler, poivrer  
Ciseler les feuilles de menthe et les répartir dessus



# Sauce salade au citron

## **Ingredients :**

Pour 1 bol environ:

20 cl de crème liquide allégée

5 cuillères à soupe de ciboulette ciselée

5 cuillères à soupe de jus de citron

2 petites échalotes hachées

sel, poivre

## **Préparation :**

Très facile:

Bien mélanger le tout



# Saucisse de marteau aux pommes de terre

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 1 saucisse de Marteau
- 4 grosses pommes de terre
- 2 oignons
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Une excellente recette transmise par Clara, très facile à réaliser à la cocotte à feu doux!

Peler et couper les pommes de terre et les oignons en tranches fines.  
Couper également le saucisson en tranches.

Dans une cocotte Anti adhésive, mettre alternativement des couches de saucisson, d'oignon et de pommes de terre.

Cuire à feu doux pendant 35 minutes environ.



# Saucisse de morteau aux pommes de terre

## **Ingredients :**

1 saucisse de Morteau  
4 grosses pommes de terre  
2 oignons  
sel, poivre

## **Preparation :**

Peler et couper les pommes de terre et les oignons en tranches fines

Couper également le saucisson en tranches

Dans une cocotte anti-adhésive, mettre alternativement des couches de saucisson, d'oignons et de pommes de terre

Cuire à feu doux pendant 35 minutes environ



# Saucisses aux lentilles

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 1 oignon
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 1 saucisse fumée par personne
- 1/2 paquet de lentilles
- 1 gousse d'ail
- 1 cube de bouillon
- 1 bouquet garni (laurier, thym)
- sel poivre.

## **Preparation :**

Dans une cocotte faire revenir l'oignon dans un peu d'huile.  
Ajouter les saucisses.

Laver les lentilles et les ajouter.

Mettre de l'eau pour recouvrir l'ensemble.

Ajouter l'ail, un bouillon cube émietté, le bouquet garni.

Saler poivrer.

Cuire à feu doux environ 30 mn.



# Saucisson de Lyon pistaché;

## Ingredients :

1 saucisson de Lyon pistaché; &grave; cuire  
1 kg de pommes de terre &grave; chair ferme  
Sel, poivre  
Persil (ou cerfeuil)  
Beurre frais pour accompagner

## Preparation :

Mettre le saucisson dans une casserole, le recouvrir largement d'eau froide  
Faire chauffer jusqu'à frémissement et laisser cuire sans bouillir 30 mn  
Retirer la casserole du feu et y laisser le saucisson encore 5 minutes  
Laver les pommes de terre  
Les faire cuire dans une autre casserole avec leur peau en défilant &grave; l'eau froide avec une poignée de gros sel  
Cuire environ 20 minutes  
Vérifier la cuisson  
Les éplucher et les couper chaudes en rondelles  
Découper le saucisson en rondelles épaisses  
Disposer les pommes de terre et le saucisson en rondelles (encore chaud), sur un plat  
Saupoudrer d'un peu de persil ou cerfeuil haché;



# Saumon fumé à l'avocat

## **Ingredients :**

Pour 5 personnes:

- 10 tranches de saumon fumé
- 1 bol de %guacamole%
- 1 bol de %sorbet à l'avocat%
- qq brins de persil ou autres pour décorer.

## **Preparation :**

Mettre 1 grosse cuillère de guacamole entre 2 tranches de saumon fumé et faire 5 petits paquets.

Dans chaque assiette, mettre ce petit paquet, avec une grosse boule de sorbet à côté. Décorer l'assiette avec un peu de safran et quelques herbes!



# Saumon grillé au citron vert

## **Ingredients :**

4 escalopes de saumon frais ou 1 grand filet (avec 1 côté peau)  
1/2 bouquet de menthe  
2 citrons verts  
4 gousses d'ail  
4 cuillères à soupe d'huile d'olive  
1 pointe de couteau de piment  
Sel et poivre

## **Preparation :**

Faites griller le saumon au four pendant 5 à 8 minutes selon l'épaisseur  
Préparer la sauce:  
Epluchez l'ail, hachez-le avec la menthe  
Pressez les citrons  
Mélangez dans un bol: huile, jus de citrons, menthe, ail, piment  
Salez et poivrez



# Sautée de dinde

## **Ingredients :**

4 tomates  
2 poivrons  
2 oignons  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive  
sel, poivre  
2 cuillères à soupe de paprika  
Facultatif: 2 cuillères de crème  
4 filets de dinde ou poulet  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive

## **Préparation :**

Préparer les poivrons en les passant au four pour enlever la peau  
Ebullianter les tomates 30 sec pour les peler facilement puis les égoutter  
Dans une grande poêle, faire revenir les oignons hachés dans l'huile  
Ajouter ensuite, les poivrons coupés en lamelles et les tomates coupées en dés  
Assaisonner avec sel, poivre, paprika  
Cuire doucement environ 30 mn  
Couper les filets de volaille s'ils sont épais  
Dans une autre poêle, les faire revenir dans l'huile pour les faire dorer et cuire 20 mn environ  
Servir avec les légumes tels quels  
Variante: Pour changer on peut rôtir les légumes en purée et ajouter 2 cuillères de crème.  
Accompagner avec des pâtes ou du riz



# Sauté de porc au curry

## **Ingredients :**

1,5 kg de sauté de porc  
2 cuillères d'huile  
200 g d'oignons  
100 g de pommes  
50 g de curry  
40 g de farine  
3 tomates  
4 gousses d'ail  
1 bouquet garni.  
Facultatif :  
100 g d'ananas  
100 g de banane  
1 cuillère de crème fraîche

## **Préparation :**

Faire rissoler la viande dans l'huile  
Dégraisser  
Ajouter les pommes en dés, les oignons ciselés et laisser suer doucement  
Ajouter la poudre de curry saupoudrer de farine  
Mouiller avec l'eau froide  
Ajouter les tomates concassées, l'ail et le bouquet garni  
Saler  
Porter à ébullition et cuire doucement à couvert pendant 45 minutes  
1 heure  
Facultatif: 10 mn avant la fin de cuisson, ajouter ananas et bananes en dés  
Terminer la sauce avec la crème fraîche  
Rectifier l'assaisonnement si besoin



# Sauté de veau au porto

## **Ingredients :**

1 kg de sauté de veau  
1 oignon  
1 verre de porto + 1 verre deau  
1 bol de sauce tomate (ou petite boîte de concentré de tomates)  
1 morceau de chorizo (15 cm environ) coupé en petites rondelles  
1 petite poignée d'olives noires  
1 gousse d'ail  
1 branche de thym  
sel, poivre  
Accompagnement: 5 grosses pommes de terre

## **Preparation :**

Couper la viande en gros carrés  
La faire revenir dans une cocotte avec un peu d'huile d'olive  
Ajouter l'oignon et faire dorer  
Ajouter l'eau, le porto et la sauce tomate  
Ajouter ensuite les rondelles de chorizo, les olives et les pommes de terre coupées en gros morceaux  
Ajouter l'ail, le thym  
Saler et poivrer  
Laisser mijoter pendant 1 heure en rajoutant un peu d'eau si besoin



# Sauté de veau aux aubergines

## **Ingredients :**

1 kg 200 d'&eacute;paule de veau  
4 aubergines  
50g de beurre  
4 cuiller&eacute;es d'huile d'olive  
2 verres de vin blanc sec  
1 cuiller&eacute;e &agrave; soupe de concentr&eacute; de tomates  
2 gousses d'ail  
persil  
sel, poivre

## **Preparation :**

Coupez l'&eacute;paule en morceaux  
Pelez et coupez les aubergines en tranches  
Saupoudrez-les de sel fin  
Laissez-les d&eacute;gorgier 30 minutes  
&Eacute;pongez-les  
Dans une cocotte, faites fondre le beurre avec une cuiller&eacute;e d'huile d'olive  
Faites revenir la viande  
Ajoutez l'ail hach&eacute;, le vin blanc  
Salez et poivrez  
Laissez cuire 10 minutes, &agrave; d&eacute;couvert, puis 50 minutes, &agrave; couvert,  
&agrave; feu doux  
En fin de cuisson, ajoutez le concentr&eacute; de tomates et faites r&eacute;duire 5 mn &agrave;  
d&eacute;couvert  
Faire frire les aubergines dans une po&ecirc;le chaude avec 3 cuiller&eacute;es d'huile d'olive  
&Eacute;gouttez-les  
Salez l&eacute;g&egrave;rement  
Servez dans un plat creux la viande avec les aubergines et saupoudrez de persil hach&eacute;



# Sauté de veau aux carottes

## **Ingredients :**

1,2 kg de veau en morceaux (tendron par ex)  
40 g beurre  
1 kg de carottes  
3 oignons  
1 verre de vin blanc sec  
1 cuillère de farine  
Bouquet garni (thym + laurier)  
un jus de citron  
Persil  
sel poivre

## **Preparation :**

Coupez les carottes en rondelles  
Épluchez et coupez les oignons en quatre  
Salez, poivrez et farinez légèrement les morceaux de veau  
Faites chauffer une cocotte contenant la matière grasse et faites dorer la viande  
Ajoutez : carottes, oignons, 1 verre de vin blanc et 1 verre d'eau, bouquet garni, sel, poivre  
Couvrez  
À ébullition, baissez le feu  
Faites cuire 1 heure 15  
Mettez la viande dans un plat creux  
Disposez carottes et oignons autour  
Versez dessus le jus de citron après avoir retiré le bouquet garni  
Parsemez de persil haché, avant de servir



# Sauté de veau aux olives

## **Ingredients :**

1,2kg veau en morceaux  
1 gousse d'ail  
1 oignon  
sel et poivre  
1 cuillère de farine  
1 verre de vin blanc  
10/15 olives vertes

## **Préparation :**

Faire revenir les morceaux de veau  
Ajouter la gousse d'ail et l'oignon coupé en petits morceaux et faire blondir  
Saupoudrer de farine  
Verser sur le tout l'eau et le vin blanc (mettre plus de vin blanc que d'eau)  
Saler et poivrer  
Bien remuer avec la cuillère en bois pour bien lier la sauce  
Laisser mijoter environ 1h 30 à feu très doux  
Mettre les olives vertes et 1/4 h avant de servir une boîte de champignons de Paris



# Sauté de veau indien

## **Ingredients :**

700 g de sauté de veau coupé en morceaux  
1 cuillère à soupe d'huile  
1 cuillère à café de curry  
1 petite boîte de lait de coco  
1 cuillère à soupe de raisins secs  
1 oignon  
1 banane  
sel, poivre

## **Preparation :**

Faire chauffer l'huile dans une sauteuse  
Ajouter la viande  
Laisser bien dorer  
Ajouter l'oignon haché et le curry  
Verser 2 verres d'eau  
Couvrir et laisser cuire 15 mn  
Au bout de ce temps, retirer le couvercle  
Ajouter la boîte de lait de coco, les raisins secs et la banane en rondelles  
Saler, poivrer  
Poursuivre la cuisson encore 20 mn  
Ajouter, si nécessaire, un peu d'eau en cours de cuisson  
Servir avec du riz blanc



# Sauté de veau Marengo

## **Ingredients :**

750 g de blanquette de veau  
10 cl bouillon de boeuf  
250 g champignons de Paris  
3 échalotes  
1 cuillère à café farine  
4 cuillères à soupe huile  
2 pincées persil haché  
2 tomates  
10 cl vin blanc

## **Preparation :**

Faites revenir dans l'huile les morceaux de veau dans une sauteuse  
Pendant ce temps, épluchez les oignons, les échalotes  
Lavez les tomates et nettoyez les champignons.  
Ajoutez le tout dans la sauteuse.  
Lorsque les oignons commencent à caraméliser, ajoutez la farine, le bouillon, le vin blanc  
Salez et poivrez  
Couvrez et faites cuire environ 1h30 à feu doux  
Parsemez de persil et servez accompagné de riz



# Savarin

## Ingredients :

Recette maman pour 1 moule à savarin :

- 3 oeufs
- 120 g sucre
- 3 cuillères à soupe de lait
- 90 g beurre fondu
- 210 g farine
- 3 cuillères à café de levure

Sirop:

- 1/2 l eau
- 250 g sucre
- 1 zeste de citron
- 1 gousse de vanille
- 2 cuillères à café de thé
- 1 verre de rhum.

## Préparation :

Travailler les oeufs entiers avec le sucre.

Lorsque le mélange est bien blanc, ajouter le lait et le beurre fondu.

Incorporer la farine et la levure.

Verser dans un moule à savarin beurré.

Cuire à th 5/6 pendant 1/2 h.

Préparer le sirop:

Faire un thé fort. Ajouter sucre, citron, vanille.

Faire bouillir quelques minutes.

Démouler chaud et imbiber immédiatement avec le sirop bouillant.

Au moment de servir, arroser avec un verre de rhum.



# Sirop pour sorbet (28°)

## **Ingredients :**

TRES FACILE mais à faire à l'avance car il doit être mis froid dans la sorbetière.

- 500 g sucre
- 1/2 l eau.

## **Preparation :**

Porter à ébullition l'eau et le sucre en remuant à la spatule jusqu'à ce que le sucre soit fondu.

Arrêter la cuisson dès l'ébullition et laisser refroidir.

Utiliser froid.

Conservation: 15 jours au réfrigérateur dans un pot hermétique.



# Sole Chifonnette

## **Ingredients :**

300 g de soles  
1 boîte de crème de champignons  
1 boîte oeufs de lump rouge  
30 cl crème fraîche épaisse

## **Preparation :**

Etaler les soles dans un plat à feu sans graisse.  
Saler, poivrer  
Tartiner de crème de champignons  
Battre la crème fraîche et la rajouter  
Saupoudrer d'oeufs de lumps.  
Cuire au four 30 mn



# Sorbet à l'avocat

## **Ingredients :**

Pour un grand bol de sorbet:

- 3 avocats MURS
- 4 citrons verts
- 50 g de sucre
- 100 ml eau.

## **Preparation :**

Eplucher les avocats; retirer les noyaux.  
Presser les citrons.

Mixer la chair des avocats avec le sucre, le jus de citron et l'eau pour obtenir un mélange onctueux.

Attention:

Utiliser des ingrédients bien frais; sinon faire la préparation un peu en avance pour la mettre au frais avant de la passer en sorbetière environ 15 mn (avec mon modèle!)



# Sorbet au citron

## **Ingredients :**

- 3 citrons
- 1 zeste
- 200g de sucre pour faire 1/2 l de sirop
- 2 blancs d'oeufs.

## **Preparation :**

Presser les citrons pour en extraire le jus, et râper le zeste d'un citron.

Préparer 1/2 l de sirop de sucre. Pour cela mettre 200g de sucre dans un verre doseur et ajouter de l'eau pour obtenir 1/2 l. Faire chauffer jusqu'à ce que tout le sucre se dissolve et laisser refroidir.

Mélanger le jus des citrons, le zeste et le sirop de sucre.  
Ajouter 2 blancs d'oeufs montés en neige.

Verser le tout dans la sorbetière.



# Sorbet aux fraises

## **Ingredients :**

500 g fraises

180 g sucre semoule

1 cuillère à soupe de jus de citron.

1 feuille de menthe pour décorer et des petits biscuits!

## **Preparation :**

Préparer le sirop:

Verser dans une casserole le sucre et 100 g d'eau

Porter à ébullition, puis retirer du feu

Laisser refroidir

Laver les fraises, les goûter, les queuter

Mixer les fraises au blender jusqu'à obtention d'une fine purée

Ajouter le jus de citron et la purée de fraises, puis le sirop refroidi

Verser dans une sorbeterie et laisser prendre



# Sorbet aux fruits

## **Ingredients :**

Recette de base:

- 500 g fruits
- 250 g %sirop à 28% (voir recette)
- 1 jus de citron.

## **Preparation :**

- Mixer les fruits.
- Ajouter le sirop. On peut utiliser du sirop utilisé pour les punches qui se conserve au froid et gagne du temps pour la prise de la glace. On peut aussi utiliser du sucre glace.
- Ajouter le jus de citron.
- Mettre au froid avant de mettre en sorbetière.



# Soufflé au fromage

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 4 oeufs
- 75 g gruyère râpé
- 1 noix de beurre
- sel

Béchamel épaisse:

- 30 g farine
- 30 g beurre
- 1/4 l lait
- sel poivre.

## **Preparation :**

Préchauffer le four.

Béchamel épaisse :

dans une casserole, mélangez à feu moyen, le beurre et la farine, jusqu'à ce que la préparation devienne mousseuse.

Ajoutez le lait froid d'un seul coup. Salez, poivrez. Remuez jusqu'à épaississement. Laissez cuire 5 minutes en continuant de tourner.

Hors de la plaque, incorporez à la béchamel le gruyère râpé, les jaunes d'oeufs puis, délicatement, les blancs battus en neige ferme.

Beurrez un moule à soufflé de 18 à 20 cm de diamètre. Versez dedans la préparation. Elle doit arriver aux 3/4 de la hauteur du moule.

Dès que le four est à la température voulue, enfournez.

Faites cuire sans ouvrir la porte de 25 à 30 minutes à four moyen ( th 5/6).

Servez le soufflé dès qu'il est cuit. Le soufflé n'attend pas!!!



# Soufflé au grand marnier

## **Ingredients :**

Recette pour 5/6 personnes:

4 dl lait  
80 g sucre  
50 g beurre  
50 g farine  
15 g fécule  
4 oeufs  
1 sachet sucre vanillé  
1 pincée de sel  
1/2 dl de grand marnier.

## **Preparation :**

Sucrer le lait et le mettre sur le feu. Ajouter la vanille et laisser infuser.

Dans une casserole, faire fondre doucement le beurre et lorsqu'il mousse y ajouter la farine et la fécule. Bien mélanger.

Verser ensuite le lait bouillant et porter le tout à ébullition.

Tout en tournant en permanence, laisser donner quelques bouillons.

Retirer du feu puis ajouter les jaunes un à un.

Verser ensuite la liqueur.

Battre les blancs en neige avec une pincée de sel.

Les incorporer à la masse délicatement.

Beurrer un moule à soufflé de 16 cm de diamètre environ et le saupoudrer de sucre cristallisé.

Cuire au four à 200° pendant 35 mn environ.



# Soupe à l'oignon gratinée

## **Ingredients :**

Temps de préparation et cuisson: 45 minutes.

Pour 4, il faut:

3 gros oignons

30 g de beurre

20 g de farine

1 litre 1/2 d'eau

fines tranches de pain (mie ou baguette

50 g de gruyère râpé

sel - poivre.

## **Preparation :**

Épluchez les oignons. Coupez-les en rondelles fines. Choisissez une jolie cocotte ou un poêlon allant au four. Faites chauffer à ALLURE MOYENNE la matière grasse. Lorsqu'elle est modérément chaude, faites blondir doucement les oignons.

Saupoudrez de farine et mélangez avec une cuiller en bois jusqu'à ce que le mélange blondisse un peu. Ajoutez 1 litre 1/2 d'eau, sel, poivre. Passez à ALLURE FORTE et mélangez jusqu'à ébullition. Faites cuire ensuite à ALLURE DOUCE 20 minutes environ. COUPEZ LE COURANT et laissez cuire quelques minutes encore.

Préparez le four: THERMOSTAT TRÈS CHAUD, ALLURE GRIL Lorsqu'il est rouge, enfournez dans le haut du four les tranches de pain posées sur la lèchefrite. Faites griller légèrement.

Déposez sur la soupe le pain grillé et parsemez de gruyère râpé. Faites gratiner quelques minutes dans le haut du four. COUPEZ LE COURANT • et servez chaud.

Les trucs de la cuisinière:

Pour couper les oignons sans pleurer, on peut les mettre dans un sac en plastique qui protégera les yeux.

Ne PAS laisser brûler les oignons, le potage serait peu digeste et âcre.



# Soupe à l'oseille

## **Ingredients :**

- 1 grosse poignée de feuilles d'oseille
- 400 g de pommes de terre
- 50 g de beurre
- sel, poivre
- du pain.

## **Preparation :**

Couper les tiges, laver les feuilles et les égoutter. Eplucher les pommes de terre et les couper en morceaux.

Dans une grande casserole, faire fondre l'oseille avec le beurre doucement en tournant à la cuiller de bois. Ensuite, mouiller avec 1,5 litre d'eau.

Ajouter les pommes de terre, assaisonner et porter à ébullition. Laisser cuire doucement environ 30 mn.

Passer à la moulinette. Servir chaud.

On peut servir avec des croûtons revenus dans du beurre ou simplement grillés au gril pain.



# Soupe au pistou

## **Ingredients :**

Pour 8 personnes:

2 grosses pommes de terre  
3 carottes  
300 g. de céleri en branche  
300 g de haricots verts  
200 g de haricots en grains blancs frais  
3 tomates bien mûres  
3 courgettes  
2 Oignons  
120g.de gros vermicelle ou de spaghetti  
1 poignée de feuilles de basilic  
6 cuillerées à soupe d'huile d'olive  
6 gousses d'ail  
sel - poivre  
parmesan râpé (à volonté).

On peut faire varier la quantité et la variété des légumes en fonction de ce que l'on a.

## **Preparation :**

Préparer les légumes : éplucher les haricots verts, les pommes de terre, les carottes, les oignons et le céleri qui seront coupés en dés, épépiner et concasser les tomates et les courgettes.

Mettre 2 litres et demi d'eau froide dans une grande casserole, saler, y plonger les haricots verts, les pommes de terre, les carottes, les oignons, le céleri, couvrir et porter à ébullition; laisser bouillir doucement.

Dix minutes plus tard, ajouter les tomates, les courgettes et les haricots en grains. Porter une seconde fois à ébullition.

Vers la fin de la cuisson, verser le vermicelle en pluie, tourner. Porter à nouveau à ébullition jusqu'à cuisson définitive.

Le PISTOU: Pendant ce temps, piler au mortier les feuilles de basilic et les gousses d'ail finement coupées. Verser sur la pâte lisse ainsi obtenue, l'huile d'olive en l'incorporant doucement (comme pour « monter une mayonnaise ») ; en dernier lieu, ajouter 2 ou 3 cuillerées du bouillon de légumes. Avant de servir, placer cette sauce dans la soupière, verser doucement le bouillon et les légumes dessus en tournant avec une cuillère de bois.

Servir accompagné de parmesan râpé présenté à part.



# Soupe au potiron

## **Ingredients :**

Recette M&T:

- 1kg de potiron
- 500 g de pommes de terre
- 1 litre de lait ou quelques cuillères de crème fraîche
- 1 petite cuillerée à café de sel - poivre - muscade

Facultatif:

- 1 tranche de pain
- 80 g. de beurre.

Préparation 20 minutes

Cuisson 3/4 d'heure.

## **Preparation :**

Eplucher assez largement le potiron; le couper en gros dés. Peler les pommes de terre, les couper également en gros dés.

Faire bouillir un bon litre d'eau; la saler. Jeter dans cette eau en ébullition les dés de potiron et de pommes de terre.

Couvrir la casserole et cuire à petite ébullition de trente à quarante minutes selon l'espèce et la maturité du potiron; il doit être parfaitement tendre et s'écraser facilement ainsi que les pommes de terre (si possible, choisir une espèce plutôt farineuse).

Passer le tout au moulin à légumes ou au mixer; on doit obtenir une purée assez claire. Y ajouter un litre de lait bouillant; assaisonner d'un peu de poivre et de muscade. Goûter pour doser exactement l'assaisonnement; ramener à ébullition.

(Pendant ce temps, couper les tranches de pain en petits cubes, puis faire dorer ces cubes à la poêle dans le beurre bien chaud. Mettre les croûtons frits dans les assiettes ou la soupière et verser dessus le potage bouillant).

Les " petits trucs " de la cuisinière:

On peut aussi ne pas prévoir de lait et faire cuire le potiron et les pommes de terre dans une plus grande quantité d'eau. On liera alors le potage, au dernier moment avec quelques cuillères de crème fraîche ou un morceau de beurre.

Ce potage doit être assez relevé car le potiron serait un peu fade sans assaisonnement.



# Soupe au potiron

## **Ingredients :**

- 500 gr de potiron
- 2 pommes de terre pas trop grosses
- lardons
- crème fraîche (facultatif).

## **Preparation :**

Faire revenir les lardons dans du beurre (attention à ce qu'il ne brûle pas).

Rajouter les pommes de terre et le potiron, coupés en dés.

Couvrir d'eau et laisser cuire 30 min.

Mixer le tout.

Pour plus d'onctuosité vous pouvez rajouter 1 à 2 cuillères de crème fraîche.

Bon appétit



# Soupe aux flageollets

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 1 oignon
- 1 poireau
- 1 branche de celeri
- 2 pommes de terre
- 250 g flageollets frais
- 100 g de crème
- 100 g de lardons (facultatif)
- 100 g de fromage (comté)

## **Preparation :**

Dans une cocotte, faire dorer l'oignon et le blanc de poireau coupés en morceaux.

Ajouter ensuite les flageollets écosés, les pommes de terre également coupées et la branche de celeri.

Mouiller avec 1,5 l et ajouter 2 cubes de bouillon de volaille.

Couvrir et cuire 1 h.

Pendant ce temps, faire revenir les lardons dans une poêle anti adhésive, sans graisse.  
Réserver.

Mixer l'ensemble.

Ajouter la crème, les lardons et le fromage. Bien mélanger et servir bien chaud.



# Soupe aux germes de soja

## Ingredients :

Recette pour 4 personnes:

- 100 g côte de porc (ou hachis)
- 2 échalotes
- 1 litre de bouillon
- 1/2 cuillère à café de gingembre (ou 1 petit tubercule de gingembre frais si on a)
  
- 1 cuillerée à soupe de vermouth blanc ou porto(facultatif)
- 200 g de germes de soja
- sel, poivre.

## Preparation :

Préparer les germes de soja: le mettre 30 sec dans de l'eau salée et vinaigrée bouillante. L'égoutter et le passer sous l'eau froide.

Découper la côte de porc transversalement en fines lamelles.

Hacher le gingembre.

Mettre dans une casserole le porc, les échalotes, le gingembre et le bouillon, et porter à ébullition.

Ajoutez l'alcool si on aime et faire cuire 10 mn à feu doux. Écumer.

Ajouter les germes de soja. Saler, poivrer. Laisser cuire encore 5 mn à feu doux.



# Soupe de pâtes

## **Ingredients :**

vermicelles ou pâtes alphabets  
concentré de tomates ou bouillon de légume

## **Preparation :**

Faire bouillir 2 l d'eau environ.

Ajouter dans l'eau, un cube de bouillon de légume et/ ou du concentré de tomates.

Saler au besoin.

Faire cuire les pâtes 3/4 mn

Déguster avec du gruyère râpé.



# Spaghettis aux légumes

## **Ingredients :**

Recette pour 5 personnes:

- 1 aubergine
- 2 courgettes
- 4 tomates
- 2 oignons
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 1 petit bouquet d'herbes (origan, persil, basilic)
- sel, poivre
  
- 250 g spaghettis
- 1 tablette de bouillon de boeuf

## **Preparation :**

Laver les légumes. Couper l'aubergine, les courgettes en petits morceaux. Peler les tomates, les couper et les épépiner.

Eplucher les oignons et les découper en fines lamelles.

Mettre l'huile à chauffer dans une sauteuse, puis y faire revenir les oignons.

Ajouter ensuite les légumes avec l'ail haché. Saler, poivrer et parsemer des herbes coupées finement.

Laisser cuire doucement pendant 25 mn, en remuant de temps en temps.

Remplir une casserole d'eau. Ajouter la tablette de bouillon et porter à ébullition.

Y jeter alors les spaghettis et laisser cuire 15 mn à petit frémissement.

Dès que les spaghettis sont cuits, les égoutter rapidement et les ajouter dans la sauteuse. Mélanger délicatement et rectifier l'assaisonnement.

Servir aussitôt.



# Spaghettis à la bolognaise

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes :

250g de spaghettis  
30g beurre  
25g gruyère râpé  
sel poivre

Sauce bolognaise :

1 oignon  
1 gousse d'ail  
200 g viande hachée  
20 g champignons de Paris  
200 g tomates pelées  
1 cube de bouillon  
sel poivre.

## **Preparation :**

Préparer la sauce (voir sauce bolognaise).

Cuire les spaghettis dans une grande quantité d'eau bouillante salée. Surveiller la cuisson " al dente".

Egoutter et ajouter une grosse noix de beurre, sel, poivre.

Beurrer un moule et saupoudrer l'intérieur de gruyère râpé, puis le remplir des spaghettis.

Verser la sauce dessus et servir aussitôt.



# Steak à l'oeuf

## **Ingredients :**

200 g de steak haché par personne

1 oeuf par personne

Sel, poivre

Persil ou fines herbes

Un peu de beurre

Accompagnement:

Salade ou pommes de terre

## **Préparation :**

Faire cuire les steaks hachés en forme de galette (on peut demander au boucher de le faire) dans un peu de beurre chaud quelques minutes de chaque côté

D'autre part faire cuire les oeufs sur le plat en faisant attention que le jaune reste bien au milieu du blanc

Sur un plat chaud si possible (ou l'assiette) poser le steak, Le recouvrir avec précaution d'un oeuf au plat

Mettre une pincée de sel et du poivre

Décorer avec les fines herbes

**ATTENTION:** la viande hachée achetée doit être hachée devant soi par le boucher. Il ne faut pas la conserver et mais cuisiner rapidement.



# Steak au poivre

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 4 steaks épais
- 30 g de beurre
- 1 verre de porto
- 2 cuillères à soupe de cognac
- 2 cuillères de crème fraîche
- 30 grains de poivre.

## **Préparation :**

Enrober de poivre grossièrement écrasé les 2 faces des steaks.

Faire chauffer une poêle contenant du beurre et quand elle est bien chaude, faire cuire les steaks selon son goût.

Saler. Jeter la matière grasse de cuisson.

Arroser les steaks de cognac et faire flamber.

Déposer la viande sur un plat chaud.

Sur la plaque bien chaude et dans la même poêle, ajouter: porto, crème, et un peu de sel.

Mélanger sans arrêt avec une cuillère en bois, le temps de faire bouillir la sauce.

Verser aussitôt sur les steaks et servir.



# Steaks hachés au fromage

## **Ingredients :**

Recette de Mamie pour 2 personnes:

- 2 steaks hachés
- sel, poivre
- 1 cuillère de moutarde
- 50 g de gruyère râpé.

## **Preparation :**

Faire cuire les steaks hachés dans une poêle. Ajouter sel et poivre.

Préchauffer le gril du four.

Mettre les steaks dans un plat à four. Tartiner le dessus de moutarde. Ajouter le gruyère râpé.

Faire gratiner au four qq minutes pour faire dorer.



# Steaks marchand de vin

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

- 6 steaks de 150 g environ
- 3 dl de Bordeaux rouge
- 125 g beurre à température ambiante
- 40 g échalotes
- 1 jus de citron
- persil
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Faire griller les steaks plus ou moins selon qu' on les aime saignants ou à point.

Hacher finement les échalottes, les mettre sur le feu avec le vin rouge, et laisser bouillir jusqu'à ce que le vin soit réduit de moitié. Ajouter un peu d'eau chaude additionnée d'une cuillère d'extrait de viande.

Saler, poivrer.

Réduire le beurre en pommade à la spatule et l'ajouter peu à peu à la sauce. Réchauffer doucement sans faire bouillir.

Ajouter 1 cuillère de jus de citron et du persil haché.

Dresser les steaks sur un plat. napper chacun d'eux d'une cuillère de sauce et mettre le reste en saucière.



# Surimi &agrave; la noix de coco

## **Ingredients :**

un paquet de surimi Saveur crabe  
un petit bol de noix de coco r&acirc;p&eacute;  
une cuill&egrave;re de curry  
une cuiller de Colombo  
un citron vert

## **Preparation :**

Pressez le citron.

M&eacute;langer les &eacute;pices avec le jus.

D&eacute;coupez le surimi en b&acirc;tonnets de 15 mm de long.

Tremper les morceaux dans le jus puis les rouler dans la noix de coco r&acirc;p&eacute;.



# Taboulé

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 200 g couscous
- 1 verre à moutarde eau
- 1 cuillère à café de curcuma pour colorer en jaune
- 1 citron
- sel, poivre
- 1 cuillère à soupe menthe
- 1 cuillère à soupe de persil
- 4 tomates
- 2 oignons
- 2 cuillères à soupe huile d'olive.

## **Preparation :**

A préparer 3 à l'avance!

Mettez le couscous dans un saladier. Mouillez le avec un verre d'eau tiède et ajoutez le curcuma éventuellement. Laissez le de côté 30 minutes environ en remuant de temps en temps à la fourchette pour éviter que les grains se collent entre eux.

Lorsque toute l'eau est absorbée, arrosez avec le jus de citron. Salez et poivrez.

Incorporez la menthe et le persil hachés. Mélangez en remuant à la fourchette.

Rincez les tomates et coupez les en petits morceaux. Epluchez les oignons et hachez les finement.

Mélangez les tomates et les oignons au taboulé. Arrosez avec l'huile d'olive.

Mélangez bien et laissez macérer 2h au frais.

Variante : on sert les tomates à côté en salade.



# Taboulé libanais

## **Ingredients :**

Recette Grâce :

- 4 bottes moyennes de persil plat
  - 1 gros oignon blanc
  - 4/5 grosses tomates rouges
  - quelques feuilles de menthe
  - 1/2 verre d'huile d'olive
  - 2 citrons pressés (selon goût)
  - sel
  - 1/2 verre de blé concassé fin : bourghol
- soit:
- 1 mesure de blé
  - 2 mesures de persil
  - 1/2 mesure de menthe
  - 1 mesure d'oignon
  - 1 mesure de tomates.

## **Preparation :**

- Laver sécher et hacher très finement le persil et la menthe
  - Couper en dés très fins l'oignon
  - Couper les tomates en petits dés
  - Laver le blé dans de l'eau et égoutter
  - Mélanger l'ensemble et servir frais.
- en principe le taboulé se mange avec 1 feuille de laitue sans fourchette ni couteau!



# Tagine d'agneau aux pruneaux et aux amandes

## Ingredients :

Recette pour 8 personnes:

- 1,5 kg d'agneau coupé en morceaux: épaule par ex
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 2 oignons
- 3 gousses d'ail
- 1 cuillère à café de sel

Epices en poudre:

- 1 cuillère à soupe de cannelle
- 1 cuillère à café de gingembre
- 1 pincée de safran

- 500 g de pruneaux entiers
- 100g d'amandes épluchées
- 50 g de graines de sésame
- 5 cuillérées à soupe de sucre.

## Preparation :

Dans une cocotte, mettre la viande, l'huile et faire revenir les morceaux quelques instants, puis ajouter les oignons et les laisser colorer.

Ajouter ensuite l'ail haché, 2 cuillères à soupe de sucre, le gingembre et le safran. Bien mélanger et couvrir la viande d'eau. Laisser mijoter 1h 30 environ.

Avant la fin de la cuisson de la viande, faire cuire les pruneaux environ 1/4 h dans une casserole avec 2 louches de bouillon de viande, 3 cuillères à soupe de sucre et la cannelle.

Pendant ce temps faire griller très légèrement dans une poêle sèche les graines de sésame.

Faire frire les amandes dans un peu d'huile et bien les égoutter.

Bien surveiller la coloration car cela va vite.

Ajouter à la viande les pruneaux et les graines.

Servir bien chaud avec de la semoule de couscous par ex.



# Tagine de pommes de terre et carottes

## **Ingredients :**

500 g agneau en morceaux  
1 oignon  
2 tomates  
sel, poivre, gingembre 2 gousses d'ail  
500 g pommes de terre  
4 carottes  
cumin, paprika, persil haché

## **Preparation :**

Dans une cocotte faire revenir l'oignon haché et la viande coupée en morceaux dans un peu d'huile d'olive  
Ajouter les tomates pelées, épépinées et coupées en dés  
Ajouter sel, poivre, ail haché et un peu de gingembre Recouvrir d'eau et cuire à couvert 30 mn environ  
Eplucher les pommes de terre et les carottes, les couper en gros morceaux, puis les mettre dans la cocotte  
Ajouter un peu de cumin, de paprika du persil haché  
Cuire encore 15 mn  
Terminer par les olives et faire réduire la sauce jusqu'à obtenir une sauce onctueuse  
Ajouter les légumes



# Tagine de veau aux carottes

## Ingredients :

4 gousses ail  
2 kg blanquette de veau  
1 kg carottes  
1 jus citron  
2 cuillères à café coriandre (graines)  
4 cuillères à café cumin  
4 cuillères à café curcuma  
20 cl eau  
2 cuillères à café gingembre en poudre  
3 cuillères à soupe huile d'olive  
4 cuillères à soupe miel liquide  
2 cuillères à café muscade  
1 oignon blanc  
4 cuillères à café paprika  
poivre  
sel  
2 tomates

## Preparation :

Faites revenir les morceaux de viande dans l'huile d'olive, pendant une dizaine de minutes  
Pendant ce temps, pressez l'ail et mélangez les épices dans un bol  
Emincez les tomates et l'oignon  
Lorsque la viande est bien dorée, ajoutez le miel, les épices, l'ail, l'oignon, les tomates et 20 cl d'eau  
Faites mijoter 30 minutes  
Pendant ce temps, découpez les carottes en grosses lamelles  
Goûtez et ajustez en sel et poivre. Ajoutez les carottes et laissez mijoter au moins 1h30  
Vous pouvez accompagner ce plat de semoule, de riz, ou encore de pâtes



# Tagliatelles au saumon frais

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes:

- 4 cuillères à soupe d'aromates frais (basilic, thym, ciboulette, aneth)
- 1 gousse d'ail
- 10 cl de crème liquide
- 1 pavé de saumon d'environ 500g

Pour la marinade:

- 5 c. à soupe d'huile d'olive
- 5 c. à soupe de jus de citron vert
- 2 gousses d'ail finement hachées.

## **Préparation :**

- Préparer la marinade : couper le saumon en cubes, laisser mariner environ 15 minutes dans l'huile d'olive et le citron..
- Faire cuire les pâtes al dente, environ une 10 à 15 min.
- Cuire les morceaux de saumon à la poêle et les mettre de côté.
- Verser un peu d'huile d'olive sur les pâtes cuites et y ajouter l'ail et les aromates hachés finement.
- Verser le reste de la marinade dans un récipient et ajouter la crème. Laisser cuire à feu doux pendant une minute.
- Verser le saumon et la sauce sur les pâtes.
- Servir sans attendre.



# Tagliatelles au saumon fumé

## **Ingredients :**

Recette pour 4 personnes :

- 300g de tagliatelles fraîches
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 15cl de crème fraîche épaisse
- 3 tranches de saumon fumé
- 3 branches d'aneth
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Laver et éponger l'aneth. Le ciseler.

Découper le saumon en fines lanières.

Faire bouillir une bonne quantité d'eau salée dans un faitout. Ajouter 1 cuillère à soupe d'huile d'olive.

Quand l'eau bout, verser les tagliatelles et surveiller la cuisson.

Egoutter les pâtes et les remettre dans le faitout.

Incorporer la crème et poivrer.

Ajouter le saumon et mélanger.

Verser dans un plat de service et saupoudrer d'aneth.

Servir de suite.



# Tarte aux abricots et à la crème pâtissière

## Ingredients :

Recette pour un grand moule à tarte:

Pâte brisée:

200 g de farine

100 g de beurre

1 pincée de sel

1/2 verre d'eau

1 kg d'abricots

Crème pâtissière:

250 ml de lait

1 gousse de vanille

3 jaunes d'oeuf

50 g sucre

25 g farine

100 g amandes en poudre

25 g amandes éfilées

50 g sucre.

## Preparation :

Préchauffer le four à 210°.

Etaler la %pâte brisée% et garnir le moule à tarte beurré et fariné.

Piquer le fond avec la fourchette. Recouvrir le moule d'un papier sulfurisé avec dessus des fruits secs éparpillés f cuire au four 10 mn.

Préparer la %crème pâtissière%:

Porter le lait à ébullition avec la vanille fendue et laisser infuser 5 mn. Ôter la vanille.

Dans une terrine, battre les jaunes d'oeufs avec les 50 g de sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporer la farine, puis délayer avec le lait brûlant. Faire cuire jusqu'à épaississement en remuant.

Hors du feu, ajouter à la crème pâtissière, la poudre d'amandes et mélanger.

Laver, essuyer les abricots. Les dénoyauter et les couper en quartiers.

Ôter le papier sulfurisé et les légumes secs du fond de tarte.

Etaler dessus la crème pâtissière.

Disposer dessus les abricots. Saupoudrer de 50 g de sucre et parsemer des amandes éfilées.

Cuire au four 20 mn à 180°.

Démouler et servir tiède ou froid.



# Tarte pommes amandes raisins

## **Ingredients :**

Recette pour 1 grand moule à tarte:

125 g de raisins secs

1/2 verre de rhum

1 pâte feuilletée ou 1 %pâte brisée%

4 pommes

2 oeufs

200 ml de crème fraîche

1 sachet de sucre vanillé

100 g de sucre

50 g de poudre d'amandes.

## **Préparation :**

Mettre les raisins secs à tremper dans le rhum pour les faire gonfler.

Préchauffer le four à 180°C.

Étaler la pâte feuilletée dans un moule à tarte ou préparer la %pâte brisée% et l'étaler.

Peler les pommes, les couper en lamelles, et les disposer sur la pâte.

Dans un saladier préparer le "flan":

Battre les oeufs, avec la crème, le sucre vanillé, le sucre et les raisins secs, les amandes.

Mélanger et verser le tout sur les pommes.

Cuire au four 35 à 40 minutes à 180°C. Surveiller la fin de la cuisson pour ne pas brûler les raisins.



# Tarte à la mimolette

## **Ingredients :**

Faire une pâte brisée ou utiliser une pâte à tarte toute prête  
200 g de mimolette en petits cubes  
200 g de lardons  
200 g de champignons (éventuellement surgelés ou 1 petite boîte)  
1 oeuf  
200 g de crème

## **Préparation :**

Préchauffer le four

Préparer la pâte et l'étaler dans un plat à tarte

Dans une poêle anti adhésive faire revenir les lardons quelques instants

Les réserver

Parsemer sur la pâte les champignons coupés en lamelles, les lardons et la mimolette

Dans un bol, battre l'oeuf et la crème, puis verser le mélange sur la préparation

Cuire au four 30 mn environ à 200°. Surveiller



# Tarte à l'endive

## **Ingredients :**

Pâte: beurre, farine, sel, eau.

Garniture: 2 belles endives, 1 oignon, 2 échalotes, du sucre, du vin blanc, 1 bouillon kub, du vinaigre balsamique.

## **Preparation :**

Pour la pâte: (cf. recette site "bases":%pâte Brisée%).

Pour la garniture:

Eplucher les endives et séparer les feuilles. Placer dans le panier de la cocotte. Eplucher les échalotes et l'oignon, placer dans le panier de la cocotte.

Mettre sous pression avec un peu de gros sel au fond.

Laisser cuire 10mn après que cela ait commencé à siffler

Ensuite faire revenir les légumes avec un peu de vin blanc, de sucre, et 1/2 bouillon kub.

Réduire.

Rajouter un peu de vinaigre balsamique.

Pendant ce temps,

Pré cuire la pâte à 180°C en plaçant un objet lourd de sorte à ce qu'elle ne gonfle pas. Placer les légumes sur la pâte, rajouter quelques noisettes de beurre et un rien de sucre.

Mettre au four quelques minutes pour faire caraméliser. Servir chaud, avec une salade verte par exemple.



# Tarte à la courgette

## Ingredients :

Recette pour un grand moule à tarte (6 personnes):

%pâte Brisée%:

- 200 g de farine
- 100 g beurre
- 1/2 verre d'eau
- 1 pincée de sel

- 3 belles courgettes
- 1 pot de 250 g de brousse (provençale en faisselle)
- 1 cuillère à soupe de crème liquide
- 1 oignon doux (blanc par ex)
- 1 cuillère à soupe de farine
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre.

## Préparation :

Préparer la pâte Brisée, en mélangeant farine, beurre coupé en petits morceaux, le sel et faire la boule en mélangeant avec l'eau. Etaler la pâte dans le moule.

Précuire le fond de tarte pendant 5/6 minutes pour le faire légèrement dorer.

Dans une poêle, faire fondre l'oignon émincé dans l'huile pendant 5 minutes à feu doux, puis ajouter les courgettes coupées en dés. Laisser cuire 8/10 minutes en remuant de temps en temps.

Dans un saladier mélanger la brousse, la crème, et la farine. Saler, poivrer.  
Ajouter les courgettes et les oignons.

Mettre la préparation sur le fond de tarte et cuire au four à 180° pendant 20/25 minutes.

Servir avec une salade verte.



# Tarte à la rhubarbe

## Ingredients :

Recette Laurence :

%Pâte Brisée% par ex

1 botte de rhubarbe

Flan :

2 oeufs

2 cuillères à soupe de sucre

2 cuillères à soupe de farine

2 cuillères à soupe de crème

Eventuellement:

Crème chantilly ou

Meringue : 2 blancs d'oeufs et 100 g de sucre glace.

## Preparation :

La veille:

Eplucher la rhubarbe en faisant attention d'enlever le maximum de fils et la découper en dés de 1 cm;

Mettre dans un saladier avec 3 à 4 cuillères à soupe de sucre et laisser dégorger une nuit.

Le lendemain :

Préparer la %pâte Brisée%.

Etaler la pâte sur un moule à tarte beurré et fariné.

Disposer la rhubarbe égouttée.

Faire le flan en battant bien les oeufs, le sucre, la farine et la crème.

Verser le flan sur la rhubarbe et cuire 1/2 h à 200 °.

Variante :

On peut décorer avec de la crème chantilly ou de la meringue:

Battre au batteur 2 blancs d'oeufs avec 100 g de sucre glace. Etaler sur la tarte et mettre 5 mn au gril. Surveiller le gril!!

Truc:

Pour gagner du temps et ne pas faire dégorger la rhubarbe toute une nuit, on peut mettre la rhubarbe avec du sucre dans une poêle et faire cuire à feu doux; la rhubarbe rend de l'eau que l'on jette ensuite.



# Tarte à la tomate

## Ingredients :

Recette pour 6 personnes:

- 1 pâte feuilletée
- 1 kg tomates
- 2 cuillères à soupe de moutarde
- thym laurier
- 1 oignon
- 15 olives noires
- sel poivre
- 5 cl huile d'olive
- 1 cuillère à café de sucre.

## Preparation :

Préchauffer le four th 7.

Mettre la pâte feuilletée dans le plat à tarte.

Laver et peler et épépiner 3/4 des tomates et les concasser.

Peler l'oignon l'émincer et le faire suer dans l'huile; ajouter les tomates concassées, le sucre et le thym et le laurier émiettés. Saler et poivrer et laisser cuire à feu doux jusqu'à évaporation totale du liquide.

A la fin de la cuisson, ajouter les graines de moutarde, mélanger et laisser refroidir

Garnir le fond de pâte avec la moutarde, puis ajouter la fondue de tomates.

Couvrir avec le reste des tomates coupées en rondelles et les olives.

Si on aime le gruyère râpé, on peut en rajouter pour gratiner

Cuire au four th7 pendant 35 min. Servir chaud.



# Tarte à la tomate

## **Ingredients :**

- %pâte Brisée%
- 3 ou 4 belles tomates
- gruyère râpé
- moutarde
- assaisonnement : huile d'olive -ail- thym.

## **Preparation :**

Etaler la pâte dans le plat à tarte, recouvrir d'une fine couche de moutarde et parsemer de gruyère râpé.

Couper les tomates en rondelles et les disposer en rosace dans le plat.

Saler et passer au four à thermostat 7 (210°) pendant 20 min.

Préparer l'assaisonnement en mélangeant 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 à 2 gousses d'ail (selon les goûts) et une branche de thym que vous aurez effeuillé.

Arroser la tarte avec ce mélange et repasser au four 10 min.

A manger tiède de préférence (à cause du fromage).



# Tarte à la tomate de Michel

## **Ingredients :**

Pour un grand moule à bord assez haut:

- 1 pâte feuilletée
- 2 cuillères à soupe de moutarde
- 500 g de tomates
- 1 boîte de thon
- 200 g de gruyère.

## **Preparation :**

Eplucher les tomates en les plongeant qq secondes dans de l'eau bouillante. Les épépiner. Les mettre dans une passoire pour faire égoutter le jus et saler.

Etaler la pâte dans la tourtière et piquer partout avec la fourchette.

Recouvrir ce fond avec la moutarde, puis avec une couche de gruyère coupé en lamelles.

Ajouter dessus les tomates en couche épaisse avec le thon émiétté par dessus.

Terminer avec le reste du gruyère râpé.

Cuire au four 220° pendant 30 mn environ.



# Tarte alsacienne du boulanger

## **Ingredients :**

Pour 6 à 8 personnes

- 1 très gros oignon jaune ou 2 moyens
- 400 g de pâte à pain (achetée chez le boulanger)
- 100 g de lard de poitrine fumé.
- 3 cuillères à soupe de crème épaisse.
- 40 g de beurre.

## **Preparation :**

Chauffez le four au maximum en laissant à l'intérieur la plaque à pâtisserie.

Pelez et hachez menu l'oignon. Faites-le fondre à la poêle avec 30 g de beurre pendant 5 mn, sur feu assez doux pour qu'il ne colore pas. Ajoutez la crème, laissez cuire encore 1 mn.

Pendant la cuisson de l'oignon, coupez le lard en dés minuscules et faites-les rissoler dans une autre poêle avec le reste de beurre.

Étalez la pâte en forme de grand rectangle très mince sur un plan de travail bien fariné. Retirez la plaque à pâtisserie du four sans vous brûler.

Huilez-la. Saupoudrez de farine la surface de la pâte étalée, repliez-la en quatre sans appuyer; posez-la sur la plaque, dépliez délicatement : la pâte doit recouvrir presque complètement la plaque. Versez par-dessus le mélange crème- oignon, étalez-le bien. Arrosez le tout avec le reste d'huile. Parsemez de lardons. Mettez au four et laissez cuire 10 à 12 mn.

N.B. Tout le secret de la réussite de cette entrée rustique tient dans la minceur de la pâte et dans la température du four qui doit être la plus élevée possible.



# Tarte au chocolat

## **Ingredients :**

Recette de Medhi:

250 g de pâte brisée ou sucrée

Appareil au chocolat :

400 g de couverture noire

3 œufs

125 g de sucre

300 g de crème fleurette

Pour la finition :

ganache au chocolat, cacao en poudre.

## **Preparation :**

1 Préparer les ingrédients.

2 Porter la crème fleurette à ébullition.

3 Blanchir les œufs avec le sucre.

4 Ajouter la crème chaude en remuant avec un fouet...

5 ... et enfin le chocolat haché qui va fondre peu à peu dans la préparation chaude. Bien mélanger afin d'obtenir une préparation homogène.

6 Foncer un moule à tarte avec la pâte brisée ou la pâte sucrée. Cuire le fond de tarte à blanc.

7 Verser l'appareil au chocolat dans le fond de pâte précuit...

8 ... et cuire à four chaud à 180°C...

9 ... jusqu'à cuisson complète de l'appareil au chocolat.

10 Au terme de la cuisson laisser refroidir et retirer le cercle à tarte.

11 Lorsque la tarte est bien froide, réaliser une bordure en ganache,...

12 ...à l'aide d'une poche à douille cannelée.

"Vous pouvez également boucher les fissures de l'appareil au chocolat avec un peu de ganache." Dans ce cas, utiliser une spatule métallique.

13 (bordure vue du dessus)

14 (bordure vue de profil)

15 Pour finir, saupoudrer la surface de la tarte avec le cacao en poudre.

16 Dresser et servir avec de la crème anglaise.

17 Bon Appétit



# Tarte au chocolat et noix de pécan

## Ingredients :

Recette Laurence:

Pâte à tarte:

200 g de farine

100 g de beurre

1 jaune d'oeuf

25 g de sucre

1 pincée de sel

1/2 verre d'eau

Garniture:

4 oeufs

120 g de sucre

1 sachet de sucre vanillé

1 cuillère à café de cannelle

120 g de chocolat

80 g de beurre

150 g de noix de pécan.

## Préparation :

Préparer la pâte:

Mélanger le farine, le sucre, l'eau, le jaune, puis ajouter le beurre ramolli. Travailler peu.

Laisser reposer 2 h.

Préparer la crème au chocolat:

Faire fondre le chocolat avec le beurre au micro-ondes ou sur feu doux.

Battre les oeufs avec le sucre et les épices juste pour dissoudre le sucre.

Mélanger les 2 préparations.

Garnir un grand moule à tarte avec la pâte étalée pas trop finement.

Verser la crème au chocolat sur le fond de tarte cru.

Garnir avec les demi cerneaux de noix.

Enfourner pour 30 mn Th 6/7.

Servir tiède ou froid.



# Tarte au citron meringuée

## Ingredients :

Recette Mamie Arlette pour 6/8 personnes:

1 %pâte sablée% :  
200 g de farine  
1 oeuf  
150 g de sucre en poudre  
100 g de beurre  
1 pincée de sel  
Pour le flan :  
150 g de sucre  
3 oeufs  
1/2 l de lait  
40 g de beurre  
30 g de farine  
20 g de maïzena  
le jus de 2 citrons  
1 zeste de citron, non traité.

## Preparation :

Préparer la %pâte sablée%.

Mélanger à la fourchette l'oeuf, le sel et le sucre; ajouter d'un coup la farine; effriter la pâte entre les doigts; ajouter le beurre en petits morceaux. Pétrir légèrement et laisser reposer un moment si possible. Etendre au rouleau et garnir un moule à tarte beurré et fariné.

Piquer la pâte, la garnir d'un papier blanc et dessus poser des noyaux ou des haricots afin que le fond ne se déforme pas.

Cuire à four moyen environ 20 mn.

Préparer la crème:

Casser les oeufs et séparer les jaunes des blancs.

Mettre dans un saladier la moitié du sucre et mélanger les trois jaunes, la farine, la maïzena, puis le zeste de citron râpé.

Faire chauffer le lait: verser le lait bouillant sur le mélange en remuant vivement.

Mettre le tout dans une casserole et porter à ébullition sans cesser de remuer.

Hors du feu, ajouter le beurre en morceaux et quelques minutes plus tard, le jus des 2 citrons.

La meringue:

Battre les blancs en neige très ferme avec le sucre restant.

Garnir le fond de tarte avec la crème et étaler le blanc d'oeuf dessus.

Remettre au four quelques instants pour durcir et dorer légèrement le meringue.

Attention, il faut surveiller le four: selon les fours la cuisson est + ou - rapide...mais de l'ordre de quelques mn!

TRUC:

Pour faciliter le démoulage toujours délicat avec la pâte sablée, poser le moule sur un torchon mouillé pendant 2 mn. On peut toujours laisser la tarte dans le moule!.

On peut remplacer la pâte sablée par une %pâte brisée%.



# Tarte au citron ou à l'orange

## Ingredients :

1 pâte brisée:  
200 g de farine  
100 g de beurre  
1 cuillère à soupe de sucre  
1/2 cuillère à café de sel  
1/2 verre d'eau  
Garniture:  
2 oeufs  
150 g de sucre semoule  
75 g beurre  
2 citrons.

## Préparation :

Préparer la %pâte brisée%.

Etaler la pâte et garnir un moule à fond mobile légèrement beurré de 26 cm de diamètre.

Travailler les oeufs entiers avec le sucre, ajouter le beurre fondu, le jus des citrons et le zeste d'un seul.

Verser cette crème sur la pâte.

Cuire au four TH 6 pendant 35 mn environ.

Démouler chaud et refroidir sur une grille.



# Tarte au citron rapide

## **Ingredients :**

- pâte feuilletée toute prête
- 3 oeufs
- 150 g de beurre
- 3 citrons non traités
- 150 g de sucre.

## **Preparation :**

Etaler la pâte feuilletée dans un moule à tarte,  
la piquer afin qu'elle ne gonfle pas.  
Allumer le four thermostat 6

Dans une terrine, mélanger les oeufs et le sucre jusqu'à ce que la préparation blanchisse, ajouter le beurre fondu, râper quelques zestes de citron.

Presser les 3 citrons et verser le jus dans le mélange oeuf/sucre/zeste.

Verser cette crème sur la pâte et enfourner pendant 25 à 30 minutes. (La crème, liquide au départ doit se solidifier).



# Tarte au comté

## **Ingredients :**

Recette pour un moule de 26 cm:

- 250 g de fromage râpé
- 10 cl de crème fraîche
- 3 oeufs
- sel, poivre, muscade

1 pâte Brisée:

- 200 g farine
- 100 g beurre à température de la pièce
- 1/2 cuillère à café de sel
- 1/2 verre d'eau

Sauce béchamel:

- 50 g beurre
- 1 cuillère à soupe de farine
- 250 ml lait.

## **Préparation :**

Préparer la pâte Brisée en mélangeant la farine, le sel, le beurre coupé en petits morceaux. Verser l'eau progressivement en mélangeant pour obtenir en quelques minutes une boule de pâte homogène.

Préparer la sauce béchamel avec le beurre fondu, la farine et le lait.

Y ajouter le comté râpé, la crème et les oeufs. Saler, poivrer et ajouter une pincée de muscade.

Etaler la pâte au rouleau; y déposer la préparation ci-dessus.

Cuire à four chaud 45 mn.



# Tarte au fromage blanc

## **Ingredients :**

Recette de Laurence pour un grand moule à tarte:

1 %pâte brisée% ou %sablée%

Garniture :

500 g de fromage blanc battu

150 g de crème fraîche

100 g de sucre

100 g de farine

4 oeufs

Eventuellement: 100 g raisins et de fruits confits.

## **Preparation :**

Préparer la %pâte brisée% et garnir un moule à tarte.

Dans un saladier mélanger le fromage blanc, la crème , 80 g de sucre et la farine. Ajouter ensuite les 4 jaunes.

Dans un autre saladier, battre les 4 blancs en neige en ajoutant le sucre restant lorsqu'ils commencent à prendre.

Mélanger délicatement 2 cuillères de blancs à la préparation, puis le reste avec un fouet en aérant bien.

Ajouter les raisins.

Garnir le moule.

Cuire 35/40 mn Th 6.

Servir tiède ou froid.



# Tarte au fromage de chèvre

## **Ingredients :**

Recette Auchan:

1 pâte feuilletée

Garniture béchamel:

30g beurre

30g farine

1/4 l lait

- 3 fromages de chèvre frais
- 100g jambon de Paris
- 110g parmesan
- 2 jaunes d'oeufs.

## **Préparation :**

Préchauffer le four th 6 (210°).

Etaler la pâte dans le moule en laissant le papier cuisson si la pâte est toute prête.

Dans une casserole à fond épais, faire une béchamel:

faire fondre le beurre à feu très doux et incorporer la farine en mélangeant constamment. Laisser cuire 2/3 mn sans que le mélange n'attache. Ajouter le lait en continuant à remuer, puis le parmesan.

Hors du feu, ajouter le jambon coupé en petits morceaux, les jaunes d'oeufs, les fromages de chèvre émiettés en morceaux grossiers.

Recouvrir la pâte à tarte de la préparation.

Cuire 25 mn au four th 6.



# Tarte au sucre

## **Ingredients :**

Recette pour un grand moule à tarte (28cm):

Pâte:

10 g de levure de boulanger

5 cl de lait tiède

250 g de farine

1 pincée de sel

20 g de sucre

100 g de beurre à température ambiante

2 œufs

Garniture:

1 jaune d'oeuf

2 cuillères à soupe de lait

125 g de sucre roux

30 g de beurre.

## **Preparation :**

Attention : dessert à préparer au moins 4 h30 à l'avance:

La pâte:

Dans un bol, délayer la levure avec le lait tiède.

Dans un saladier, mettre la farine, le sel puis au centre le sucre, le beurre ramolli et les oeufs.

Ajouter le mélange levure- lait.

Mélanger le tout. Bien travailler la pâte.

Former une boule. Couvrir avec un linge et laisser lever pendant environ 3 heures.

Étaler la pâte au rouleau et la poser dans un moule à tarte (en silicone sans beurrer).

Laisser reposer encore 1 heure.

Garniture:

Battre l'oeuf avec le lait et l'étaler sur la pâte.

Saupoudrer de sucre roux et parsemer de petites noisettes de beurre.

Cuire au four à 160° pendant 25 mn environ. Surveiller.

Servir tiède.



# Tarte aux fromages

## **Ingredients :**

- une pâte feuilletée toute prête

Fromages divers: au min 2:

- 1/2 bûche de fromage de chèvre

- 100 g de gruyère

- 100 g de roquefort

- une boule de mozzarella

- 20 cl de crème liquide

- un jaune d'œuf

- poivre.

## **Préparation :**

Une petite recette très facile avec une pâte toute prête, pour utiliser des restes de fromage:

Préchauffez le four à 200°.

Étalez la pâte dans le moule.

Répartir sur la pâte le fromage coupé en dés. Gardez un peu de gruyère à pour la fin.

Dans un saladier, mélanger le jaune d'oeuf et la crème. Verser ce mélange sur le fromage.  
Poivrer.

Saupoudrez du reste de gruyère rapé.

Cuire au 25 minutes environ. Surveiller.



# Tarte aux abricots

## Ingredients :

Recette pour un grand moule à tarte:

250 g de pâte feuilletée  
900 g d'abricots bien mûrs  
10 g sucre en poudre  
20 g de beurre

Pour la crème d'amandes:

50 g de sucre glace  
50 g de poudre d'amandes  
1/2 cuillère à café de fécule  
50 g de beurre fondu  
2 oeufs.

## Preparation :

Sortir la pâte du réfrigérateur. Beurrer et fariner un moule à tarte. Le garnir de pâte. Piquer le fond et remettre au réfrigérateur 30 mn.

Dénoyauter les abricots et les couper en 4.

Préchauffer le four à 190°.

Préparer la crème d'amandes en mélangeant dans un saladier, le sucre, la poudre d'amande et la fécule. Ajouter ensuite le beurre fondu et les oeufs. Bien mélanger.

Sortir le fond de tarte du réfrigérateur. Le couvrir d'un papier sulfurisé et répartir dessus des légumes secs ou des noyaux par ex (pour éviter les gonflements!) et cuire au four 15 mn.

Sortir le fond de tarte du four. Ôter le papier et les légumes.

Étaler la crème.

Poser dessus en les faisant se chevaucher, les morceaux d'abricots, côté peau en dessous.

Saupoudrer de sucre. Parsemer de noisettes de beurre.

Mettre au four 20 mn environ.

Laisser refroidir avant de démouler.



# Tarte aux anchois

## Ingredients :

Recette pour 6 personnes:

- 250 g petits pois surgelés (650 g de frais en saison!)
- 100 ml de crème
  
- 1 pâte feuilletée
  
- 200 g de filets d'anchois marinés au vinaigre et à l'huile (1 paquet)
- quelques poivrons rouges marinés à l'huile (1 tomate peut convenir)
- sel, poivre.

## Préparation :

Dans une casserole d'eau bouillante salée, faire cuire les petits pois pendant 10 minutes; les égoutter et les plonger aussitôt dans de l'eau froide puis les égoutter à nouveau.

Mixer les petits pois; saler, poivrer.

Préchauffer le four à 200°.

Étaler la pâte feuilletée et la piquer de coups de fourchette. La laisser reposer un petit moment, puis la cuire à blanc 10 à 12 minutes.

Couper les poivrons en fines lanières de 2 mm d'épaisseur(ou la tomate).

Battre la crème au fouet et la mélanger aux petits pois.

Egoutter les anchois si besoin.

Étaler la crème de petits pois sur le fond de tarte. Décorer avec les filets d'anchois (peau grise sur le dessus) et les lanières de poivrons.



# Tarte aux carottes

## Ingredients :

1 pâte brisée  
750 gr de carottes  
sel / 2 bouquets de persil  
4 à 6 tranches de jambon coupé en petits carrés  
200 gr de crème fraîche (liquide)  
125 gr de gouda ou autre, râpé  
2 oeufs / 1 cuil à café de féculé  
1 cuil à café de jus de citron  
poivre et muscade  
2 cuil à soupe de persil haché pour garnir.

## Preparation :

Très bonne recette de la maman de Lina:

Eplucher les carottes, les couper en rondelles et les cuire dans l'eau salée environ 10mn, puis ensuite ajouter le persil et mélanger.

Etaler la pâte dans une plaque beurrée allant au four et répartir le jambon sur la pâte et mettre les carottes dessus en éventail.

Mélanger la crème avec le gouda ou autre, les oeufs, la féculé, le jus de citron et répartir le tout sur les carottes et laisser

cuire au four préchauffé à 220°C pendant 45 à 50 mn.



# Tarte aux champignons

## Ingredients :

Pour la pâte :

1 pâte brisée ou 1 pâte toute prête si on est très pressé

Pour la garniture :

300g champignons

100g crème fraîche

50g beurre

30g farine

1 dl lait

30g gruyère râpé

échalote, muscade persil.

## Preparation :

Garnir un moule beurré avec la pâte et la piquer à la fourchette.

On peut, avec un pinceau passer l'oeuf battu en omelette sur les bords.

Cuire à four moyen pour sécher et dorer la pâte. Moi, j'ajoute des noyaux d'abricots pour éviter que la pâte ne se déforme. On peut mettre des cuillères... ne pas se brûler en les retirant!!! La cuisson est à point lorsque les bords se détachent du moule.

Emincer les champignons et les faire revenir dans le beurre.

Retirer les champignons et avec la farine et le lait faire une béchamel.

Y mettre les champignons, le gruyère, l'échalote hachée, le sel, le poivre et une pointe de muscade.

Laisser cuire quelques minutes puis, hors du feu, ajouter la crème fraîche.

Garnir le fond de tarte et passer à four chaud pour gratiner.



# Tarte aux figues

## Ingredients :

Recette pour un grand moule à tarte (6/8 personnes):

Pâte Brisée:

200 g de farine

120 g de beurre

1 pincée de sel

900 g de figues (plutôt bien mûres)

75 g d'amandes en poudre

75 g de sucre en poudre.

## Preparation :

Préparer la %pâte Brisée%:

Dans une terrine, mélanger le beurre coupé en petits morceaux, la farine et le sel. Ajouter 1/2 verre d'eau pour obtenir une pâte souple mais non collante; travailler assez rapidement du bout des doigts.

Mettre la pâte en boule et la laisser reposer si possible 1 h.

Préchauffer le four.

Pendant ce temps, essuyer soigneusement les figues, puis les équeuter, et les fendre légèrement en croix la partie pointue.

Mélanger sucre et amandes.

Beurrer un moule à tarte.

Etaler la pâte au rouleau et garnir le moule.

Saupoudrer le fond de tarte avec les 2/3 du mélange sucre- amandes.

Ranger dessus les figues avec soin, bien serrées, côté pointu tourné vers le haut.

Saupoudrer avec le reste du mélange sucre- amandes.

Cuire au four 35/40 mn à 220°.

Sortir du four sur une grille, puis servir tiède ou froid.



# Tarte aux fraises et à la crème pâtissière

## Ingredients :

Recette pour un grand moule à tarte:

1 pâte sablée:

250 g. de farine

125 g de beurre

1 œuf

80 g de sucre

1 pincée de sel

750 g de fraises environ

Crème pâtissière:

1/2 l de lait

4 jaunes d'oeufs

100 g de sucre

1 bâton de vanille fendu (ou 1 cuillère à café de vanille liquide)

30 g farine

1 pincée de sel

Nappage:

2 cuillères de gelée de fruits ou de confiture sans les fruits diluées dans 1 cuillère d'eau.

## Préparation :

Attention la préparation ne se fait pas à la dernière mn! Préchauffer le four à four moyen (180°).

Préparer la %pâte sablée% et l'étaler.

Garnir le moule à tarte de la pâte en épousant bien le fond du moule.

Cuire la pâte à blanc en mettant dessus un papier sulfurisé ou alu avec des noyaux ou légumes secs dessus (pour éviter les gonflements).

Avant la fin de la cuisson, retirer le papier pour que le fond cuise. Bien surveiller pour que cela ne soit pas trop brun!

Pendant ce temps préparer la %crème pâtissière%.

La laisser refroidir.

Laver les fraises rapidement, les égoutter et enlever les queues.

Quand le fond de tarte est refroidi, le garnir de la crème pâtissière.

Déposer dessus les fraises en rang serré.

Faire briller en déposant le nappage avec un pinceau sur les fruits.

DEGUSTER!



# tarte aux fraises ou aux framboises

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes pour un grand moule à tarte:

Pâte sablée:

250 g. de farine

125 g de beurre à température de la pièce

1 œuf

80 g de sucre

1 pincée de sel

Garniture:

500 g de fraises ou de framboises.

3 cuillères à soupe de gelée de groseille environ.

## **Preparation :**

Préparer la %pâte sablée%:

Travailler l'œuf, le sucre et le sel. Y jeter, d'un seul coup, toute la farine; mélanger du bout des doigts et effriter la pâte qui prend un aspect sableux.

Ajouter le beurre qui ne doit pas être trop dur, mais qu'il ne faut pas faire fondre, bien pétrir la pâte afin d'amalgamer le beurre.

Mettre la pâte en boule, et la laisser reposer au frais environ 1/2 h.

Sur une planche farinée, étater la pâte au rouleau sur 1/2 cm d'épaisseur et garnir le moule.

Piquer le fond.

La faire cuire sur tôle beurrée à four doux (th 4/5).

Retirer du four quand la pâte prend une couleur blond pâle. Démouler froid.

Recouvrir entièrement de fraises ou de framboises en serrant bien.

Faire tiédir la gelée de groseilles diluée dans quelques gouttes d'eau et en napper les fruits.



# Tarte aux griottes

## **Ingredients :**

Recette pour un grand moule à tarte:

1 pâte feuilletée

600 g de griottes surgelées (hors saison !)

100 g de sucre.

## **Preparation :**

Recette très facile avec une pâte toute prête!

Préchauffer le four à 200°.

Mettre les cerises et le sucre dans une casserole et porter à ébullition, en mélangeant délicatement sans arrêter.

Cuire environ 10 mn.

Egoutter les cerises et conserver le jus dans la casserole.

Étaler la pâte, la piquer avec une fourchette et la mettre au four environ 10/15 mn.

Pendant ce temps faire réduire le jus en le cuisant à petite ébullition et à découvert pour qu'il épaississe.

Garnir la pâte avec les fruits, et napper avec le jus. Déguster froid.



# Tarte aux mirabelles

## **Ingredients :**

Recette pour un grand moule à tarte:

%Pâte Brisée% :

200 g de farine

100 g de beurre

1 cuillère à soupe de sucre

1 pincée de sel

1/2 verre d'eau

Garniture :

750 g de mirabelles

1 oeuf

50 g de sucre

25 g de farine

50 g de lait ou de crème

1 cuillère à soupe de kirsch.

## **Preparation :**

Préparer la %pâte Brisée%:

Dans une terrine mettre la farine et le beurre coupé en petits morceaux.

Faire un puit, y mettre le sel, le sucre et verser l'eau en mélangeant. Former une boule, la rouler dans la farine sans pétrir. Etaler la pâte avec les mains sans la travailler et la plier en quatre (elle sera plus facile à étaler).

Etaler avec un rouleau sur une planche farinée.

Garnir un moule à tarte beurré; faire adhérer la pâte en pressant très légèrement du bout des doigts. Découper la pâte en donnant un coup de rouleau sur les bords du moule puis, pincer avec les doigts pour former les bords de la tarte.

Laver et dénoyauter les mirabelles.

Les ranger sur le fond de tarte cru.

Battre l'oeuf entier avec le sucre, la farine; ajouter le lait et le kirsch.

Verser sur les fruits.

Faire cuire à four moyen environ 35 mn.

Servir tiède ou froid.



# Tarte aux oignons

## **Ingredients :**

Recette pour 6 personnes:

Pâte:

200 g de farine

100 g de beurre

1 pincée de sel

1/2 cuillerée à café de levure Alsacienne.

Garniture:

700 g d'oignons

3 oeufs

4 cuillerées à soupe de crème ou de lait

40 g de farine

80 g de beurre

sel, poivre

Trucs:

Ne pas mettre d'emblée trop de lait ou de crème car la garniture ne doit pas être trop liquide et la quantité exacte dépend de la consistance de la purée d'oignons.

## **Préparation :**

Faire une %pâte brisée% avec la farine, le beurre, le sel et la levure en ajoutant un peu d'eau. Ne pas trop pétrir la pâte; la fraiser une ou deux fois et la laisser reposer un moment dans un endroit frais.

Éplucher les oignons, les couper en rouelles, les blanchir 2 mn à l'eau bouillante salée, les égoutter et les faire cuire doucement dans le beurre. Ils ne doivent pas colorer (10 à 15 minutes): quand ils commencent à blondir, les retirer et les écraser un peu à la fourchette.

Dans un saladier battre les œufs entiers; ajouter la farine, le lait ou la crème, sel, poivre, puis la purée d'oignons.

Étaler la pâte; foncer une tourtière beurrée; remplir avec la garniture. Cuire au four à 220° de 30 à 40 minutes. Surveiller!

Démouler au sortir du four et servir chaud.



# Tarte aux oignons et à la tomate

## **Ingredients :**

Pâte brisée :  
200 g de farine  
100 g de beurre  
sel  
1/2 verre d'eau.  
3 cuillérées d'huile d'olive  
750 g d'oignons  
1 gousse d'ail  
500 g de tomates  
100 g d'anchois  
100 g d'olives noires  
sel.

## **Preparation :**

Faire une %pâte brisée% avec la farine, le beurre, une cuillerée à café de sel et un peu eau. La fraiser et la cuire à blanc 20 mn à four chaud.

Laisser refroidir.

Faire la purée d'oignons:

Emincer les oignons, les faire fondre doucement dans l'huile d'olive chaude avec l'ail écrasé.

Laisser mijoter pour obtenir une purée onctueuse.

Désaler les anchois s'ils sont au sel, et dénoyauter les olives.

Peler les tomates, retirer les pépins et l'eau, les couper en morceaux et les cuire de 15 à 20 minutes en remuant avec une cuiller de bois. On doit obtenir une purée assez épaisse.

Garnir la croûte avec la purée d'oignons.

Décorer avec le coulis de tomates en ligne et les anchois en étoile.

Terminer par les olives et faire gratiner 10 mn au four.

On peut mettre anchois et olives dès le début de la cuisson. Ils donnent un peu plus de goût à la crème de tomates, mais sont plus secs.



# Tarte aux poireaux

## **Ingredients :**

Recette pour un moule à tarte de 26 cm:

Pâte Brisée:

- 200 g farine
- 100 g beurre à température ambiante
- 1 pincée de sel
- 1/2 verre d'eau

Garniture:

- 6 poireaux
- 2 oeufs
- 1 verre de lait
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Préchauffer le four.

Faire la pâte Brisée avec la farine, le beurre coupé en petits morceaux, le sel et l'eau.

Eplucher les poireaux, les laver, les faire cuire en les plongeant 5/6 mn dans l'eau bouillante salée. Les égoutter et les presser pour éliminer l'excès d'eau.

Dans une jatte, mélanger les oeufs entiers, le lait la crème; saler, poivrer.

Etendre la pâte au rouleau et garnir le moule à tarte. Piquer la pâte avec les dents d'une fourchette.

Etendre les poireaux sur le fond de tarte et ajouter le mélange lait oeufs crème.

Cuire 25 mn environ th 5 ( 200°).



# Tarte aux poires bourdaloue

## **Ingredients :**

Pâte brisée:

- 150 g de farine
- 75 g de beurre
- 1/2 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1/2 verre d'eau environ

Crème:

- 4 jaunes d'oeuf
- 100 g de sucre
- 40 g de farine
- 1/4 l lait
- 1/2 gousse de vanille
- 100 g de beurre

Fruits:

- 1 boîte 4/4 de poires au sirop
- 2 cuillères à soupe de gelée de groseilles
- 30 g amandes éfilées.

## **Preparation :**

Préparer la %pâte brisée%.

Foncer un moule à tarte de 26 cm de diamètre. Faire cuire la pâte à blanc puis démouler et laisser refroidir complètement.

Egoutter les poires de leur sirop.

Préparer la crème patissière:

Faire infuser la vanille dans le lait chaud.

Mélanger les jaunes avec le sucre et la farine. Ajouter le lait. Faire épaissir en remuant sur feu doux jusqu'au premier bouillon. Retirer du feu; laisser tiédir; ajouter le beurre.

Remplir le fond de tarte de crème froide.

Disposer sur la crème les 1/2 poires.

Napper de gelée de groseilles tiède et parsemer d'amandes éfilées.



# Tarte aux poires et au chocolat

## **Ingredients :**

Pour un grand moule à tarte

1 %pâte brisée%

3 poires

Crème aux amandes:

100 g de sucre

100 g de poudre amandes

100 g de beurre

2 oeufs

100 g de chocolat dessert.

## **Preparation :**

Sortir le beurre du réfrigérateur.

Préparer la %pâte brisée%.

Préchauffer le four à 220°.

Etaler la pâte à tarte et piquer le fond avec la fourchette.

Mélanger le sucre, la poudre d'amandes et beurre ramolli.

Ajouter les oeufs battus.

Faire fondre le chocolat au bain- marie ou au micro ondes, puis napper le fond de tarte.

Ajouter dessus la préparation aux amandes, puis recouvrir avec les poires coupées en lamelles.

Cuire au four 25/30 mn en surveillant.



# Tarte aux pommes à l'envers

## **Ingredients :**

Recette pour un moule à manqué de 22 cm:

- 1 pâte Brisée
- 4 ou 5 pommes de reinette
- 75 g de beurre
- 125 g de sucre.

## **Preparation :**

Préparer la %pâte Brisée% et laisser reposer 20 mn.

Eplucher les pommes, les couper en quartier puis en tranches régulières.

Beurrer très largement (avec 50 g) le fond du moule à manqué.

Saupoudrer avec 50 g de sucre.

Ranger très régulièrement une première couche de pommes, puis mettre le reste.

Saupoudrer 1 cuillère à soupe de sucre.

Etaler la pâte, en recouvrir les pommes.

Mettre à four chaud pendant 20 mn.

Sortir du four et démouler immédiatement sur une plaque ou un plat supportant un passage au four.

Saupoudrer les pommes avec le reste du sucre (50 g) et parsemer la surface du reste de beurre.

Porter à four très chaud ou au gril pendant une dizaine de minutes, les pommes doivent être caramélisées.

Laisser tiédir avant de servir.



# Tarte aux pommes classique

## Ingredients :

Recette pour 1 moule de 26 cm de diamètre:

1 pâte Brisée:

200 g de farine

100 g de beurre à température ambiante

1 pincée de sel

1 cuillère à soupe de sucre.

Pour la compote de pommes:

2 pommes

2 cuillères de sucre

Parfum au choix cannelle ou vanille

3 grosses pommes.

## Préparation :

Préparer la %pâte Brisée% avec la farine le beurre coupé en petits morceaux, le sel et le sucre.

Mélanger avec un demi- verre d'eau pour obtenir une boule.

Préparer une petite compote de pommes avec 2 pommes coupées en petits morceaux, le sucre, la cannelle ou un bâton de vanille fendu et un peu d'eau.

Faire cuire à la casserole à feu doux 15 mn environ ou 8 mn au micro ondes et mixer.

Etaler la pâte et garnir le moule à tarte. Piquer la pâte à l'aide d'une fourchette.

Peler et couper les pommes en fines lamelles.

Déposer une couche de compote de pommes sur le fond de la tarte, puis disposer dessus les lamelles de fruits. Saupoudrer légèrement de sucre éventuellement selon le goût.

Faire cuire à 200° environ 30 mn.



# Tarte aux pralines

## Ingredients :

%Pâte sablée%:

60 g de beurre

50 g de sucre

1 oeuf

125 g de farine

Garniture:

250 g de pralines roses (concassées)

250 g de crème fraîche liquide.

## Preparation :

Préchauffer le four à chaleur tournante à 180°C.

Préparer la %pâte sablée%.

L'étaler finement (2 à 3 mm d'épaisseur) et la déposer dans un moule à tarte sans faire de rebord.

Piquer à la fourchette et cuire à blanc environ 10 mn. Bien surveiller pour juste colorer la pâte.

Concasser les pralines si elles sont entières.

Préparer la crème aux pralines:

Porter doucement à ébullition la crème avec 1 cuillère à soupe deau. Bien remuer pour ne pas attacher.

Ajouter les pralines, et porter à petite ébullition pendant 15 minutes en remuant de temps en temps à l'aide d'un fouet.

Le plus simple est de posséder un thermomètre à sucre et quand la crème atteint 110°C, éteindre le feu et laisser refroidir.

Si on n'a pas de thermomètre, il faut bien surveiller en tournant avec le fouet: la crème devient plus épaisse, et on commence à voir le fond de la casserole en tournant.

Verser la crème de pralines sur la pâte et laisser refroidir.



# Tarte aux quetsches

## Ingredients :

Recette pour un moule à tarte de 26 cm de diamètre

Pâte Brisée:

150 g de farine

75 g de beurre

1/2 cuillère à café de sel

1/2 verre d'eau

1 cuillère à soupe de sucre.

Garniture:

1 oeuf

25 g de sucre

1 pincée de cannelle

1 kg de quetsches (ou autres prunes)

150 g à 180 g de sucre (selon le goût)

2 cuillères à soupe de farine

1/2 cuillère à café de cannelle

2 cuillères à soupe de sucre en poudre pour saupoudrer à la fin en décoration.

## Préparation :

Recette de Laurence.

Préparer la %pâte Brisée%:

C'est TRES facile ou utiliser une pâte toute prête. Laisser reposer 20 mn, puis l'étaler sur 4 mm et garnir un moule à tarte.

Badigeonner toute la surface de la pâte (fond et bords) avec l'oeuf entier battu avec les 25 g de sucre et la cannelle.

Couper les prunes en deux et des dénoyauter.

Par ailleurs, dans un saladier, mélanger le sucre la farine et la cannelle et y ajouter les fruits.

Mélanger soigneusement.

Verser les fruits sur la pâte.

Cuire 45 mn environ Thermostat 6/7.

Laisser refroidir et saupoudrer de sucre.



# Tarte aux raisins

## **Ingredients :**

1 pâte sablée au citron:  
1 jaune d'oeuf  
50 g de sucre  
1 pincée de sel  
125 g de farine  
1 cuillère à café de levure chimique  
60 g de beurre  
1 zeste de citron râpé  
Pour la garniture:  
1 kg de raisins  
2 oeufs  
1 sachet de sucre vanillé  
2 cuillères à soupe de sucre  
1 cuillère à café de fécule  
250 g crème fraîche.

## **Preparation :**

Préparer la %pâte sablée% au citron. La levure est incorporée à la farine.

Garnir un moule à tarte de 26 cm de diamètre.

Laver, égrener, sécher les raisins. En remplir le moule.

Préparer la crème:

Travailler les jaunes, la vanille, le sucre et la fécule. Incorporer la crème et les blancs battus en neige.

Verser cette crème mousseuse sur les raisins.

Faire cuire à feu doux TH 5/6 pendant 1h. Surveiller!

Laisser refroidir avant de démouler.



# Tarte feuilletée aux pêches

## **Ingredients :**

250 g de pâte feuilletée  
6 grosses pêches  
2 cuillères à soupe de sucre  
Facultatif: 4 cuillères à soupe de confiture d'abricot.  
Pour la crème d'amande :  
50 g de beurre  
50 g de sucre semoule  
60 g de poudre d'amande  
1 oeuf  
30 g de crème fraîche  
Nappage facultatif:  
4 cuillères de confiture d'abricot.

## **Preparation :**

Préchauffer le four à 180°C.

Étaler la pâte feuilletée et garnir un plat à tarte. Piquer la pâte avec une fourchette, et recouvrir avec des noyaux par exemple.

Enfourner 12 mn. Puis enlever les noyaux.

Préparer la crème d'amande:

Faire fondre le beurre, incorporer le sucre et la poudre d'amande, bien mélanger. Ajouter l'oeuf entier et la crème fraîche. Bien mélanger.

Étaler la crème d'amande sur la pâte, puis disposer les quartiers de pêches en rosace, peau en dessous, en les imbriquant les uns dans les autres. Soudrer de sucre.

Remettre la tarte au four pour environ 40 mn, jusqu'à légère caramélisation. A la sortie du four, attendre le complet refroidissement.

On peut étaler sur les fruits une fine couche de nappage abricot (4 cuillères de confiture + un peu d'eau chauffée dans une casserole), à l'aide d'un pinceau.



# Tarte tatin aux pommes

## **Ingredients :**

Recette pour 8 personnes avec un moule de 24 cm de diamètre.

Pâte Brisée:

200 g de farine

100 g de beurre

1 pincée de sel

1/2 verre d'eau

150 g beurre

125 g sucre

1 kg pommes.

## **Preparation :**

Préparer la %pâte Brisée% selon la recette; l'étaler selon un cercle de diamètre sup au moule d'environ 1 cm.

Prendre un moule à bord haut genre moule à manqué pouvant aller sur le feu et dans le four.

Le beurrer et parsemer le sucre.

Disposer par dessus les pommes épluchées coupées en gros quartiers et disposées côté bombé vers le moule. Bien les répartir car cela se voit une fois démoulé.

Préchauffer le four.

Pendant ce temps mettre sur le feu 15 mn environ pour surveiller le début de caramélisation, puis mettre au four 15 mn ensuite à 180°.

Retirer le moule du four et le recouvrir du fond de pâte Brisée. Remettre le tout au four encore 15 mn.

Sortir le moule du four et laisser reposer qq minutes. Ensuite démouler en retournant rapidement le moule sur le plat de service.

Servir tel quel ou avec une boule de glace.



# Tarte tiède au saumon fumé

## **Ingredients :**

1 pâte brisée  
200g de poireaux coupés en rondelles  
200g saumon fumé  
5 oeufs  
3 cuillères à soupe de crème fraîche  
20g beurre  
sel poivre.

## **Preparation :**

Dans une casserole, faire fondre au beurre les poireaux, en cuisant doucement sans colorer et laisser refroidir.

Couper les tranches de saumon fumé en lanières fines.

Dans une terrine, battre les oeufs en omelette.

Y incorporer, la crème, les poireaux et le saumon.

Saler, poivrer.

Etendre la pâte au rouleau et garnir un moule beurré. Piquer le fond avec une fourchette.

Verser sur le fond de tarte, la préparation.

Cuire à four moyen 30 mn.



# Tarte tropézienne

## Ingredients :

Recette de Saint Tropez pour 8 personnes :

- 1 pâte à brioche :
- 350 g de farine
  - 20 g levure de boulanger émiettée
  - 50 g de sucre
  - 1 cuillère à café de sel fin
  - 4 oeufs
  - 170 g de beurre fondu
  - 30 ml d'eau froide (2 cuillerées à soupe)
  - 1 jus de citron

- 1 crème pâtissière:
- 500 ml de lait
  - 125 g sucre semoule
  - 50 g de farine
  - 2 oeufs
  - 30 cl crème
  - 1 sachet de sucre vanillé

des grains de sucre.

## Préparation :

Préparer la pâte à brioche :

Délayer la levure dans le lait tiède.

Verser la farine dans une terrine et creuser un puit; y placer les oeufs battus, le jus de citron, le sel, le sucre.

Ajouter levure et lait et mélanger.

Ajouter le beurre ramolli et mélanger encore.

Former une boule et laisser reposer 1 h à température ambiante (ou étuve du four) pour que la pâte double de volume.

Préparer la crème pâtissière :

Porter le lait à ébullition avec la gousse de vanille fendue (ou de l'extrait de vanille) et laisser infuser

Bien mélanger les oeufs et le sucre; puis ajouter la farine et verser le lait chaud petit à petit sans cesser de fouetter.

Remettre la crème dans la casserole et faire épaissir en remuant jusqu'au premier bouillon.

Laisser refroidir et mettre au frais.

La brioche :

Malaxer la pâte pour la faire dégonfler et la laisser gonfler encore 1h à température ambiante.(ou 4 h au réfrigérateur).

La mettre dans un moule beurré de 28 cm de diamètre

Badigeonner la surface de la pâte au jaune d'oeuf délayé dans un peu d'eau et parsemer de

gains de sucre.

Cuire 25 mn à four chaud. La surface ne doit pas être trop dorée. Laisser refroidir sur une grille.

Le gâteau :

Couper le gâteau en deux horizontalement et le fourrer de crème: mélanger à la crème pâtissière 30 cl de crème battue en chantilly avec 1 sachet de sucre vanillé. Souvent j'"allège" en supprimant l'ajout de crème chantilly!

Poser dessus l'autre disque sans appuyer.

Servir aussitôt.



# Tartelettes aux cerises

## **Ingredients :**

Recette pour 2 plaques de petits moules à tarte:

Pâte Brisée:

- 200 g de farine
- 100 g de beurre
- 1 pincée de sel
- 1/2 verre d'eau

Crème d'amandes:

- 125 g de beurre
- 125 g d'amandes en poudre
- 100 g de sucre
- 2 oeufs
- 15 g de maïzena
- 1 cuillère à soupe de rhum (facultatif)

500 g de cerises environ.

## **Preparation :**

Préparer la %pâte Brisée% selon la recette.

Préchauffer le four à 200°.

Préparer la crème aux amandes:

Faire fondre le beurre au MO pour le ramollir. Ajouter le sucre et les oeufs, l'un après l'autre en mélangeant bien; ensuite, ajouter les amandes et la maïzena.

Etaler la pâte. Découper des cercles avec un verre de la taille des petits moules à tarte.

Garnir chaque moule avec la pâte.

Laver et dénoyauter les cerises que l'on aura choisi plutôt mûres. Mettre 2/3 cerises bien serrées dans chaque moule selon sa taille. Recouvrir d'une cuillère de crème d'amandes.

Cuire au four environ 25 mn, en surveillant la coloration.



# Tartiflette

## **Ingredients :**

Recette pour 8 personnes:

- 1,5 kg pommes de terre
  
- 2 oignons
- 250 g lardons fumés
  
- 20 cl crème fraîche
- 1 reblochon
  
- Salade verte.

## **Préparation :**

Lavez et éplucher les pommes de terre. Coupez-les en petits dés.

Découpez les oignons en fines tranches. Faites-les revenir à la poêle en même temps que les lardons.

Ajoutez ensuite les pommes de terre.

Vous pouvez aussi faire pré cuire vos pommes de terre à l'eau et les ajouter une fois cuites dans la poêle pour les faire dorer. (Attention à ne pas les faire trop cuire pour ne pas faire de la purée)...

Versez l'ensemble dans un plat à gratin beurré et ajoutez la crème fraîche.

Grattez la croûte du reblochon avec un couteau.

Coupez le reblochon dans le sens de l'épaisseur. Posez les deux moitié, croûte en l'air, sur le plat.

Mettez le plat au four pendant 1/2h thermostat 6, pour que le reblochon coule sur les pommes de terre.

Servir avec une salade.

Pour une version plus "light", vous pouvez supprimer les lardons et la crème, il reste malgré tout le reblochon... !



# Tartines italiennes

## **Ingredients :**

Recette de Christel pour 8 personnes:

2 tomates

2 boules de mozzarella

8 tranches fines de pain de campagne

8 fines tranches de jambon de Parme

huile d'olive

basilic frais ou à défaut persil.

## **Preparation :**

Coupez les tomates en 2; taillez la mozzarella en lamelles puis en batonnets; faites griller les tranches de pain au grille-pain. Frottez les avec les demi- tomates.

Disposez le jambon dessus en faisant des plis:le jambon ne doit pas dépasser de la tartine; inserez dans le creux de chaque pli un batonnet de mozzarella; saupoudrez de basilic ou de persil.

Prechauffez le four à 180°C(thermostat 6). Posez les tartines dans un plat, arrosez d'un filet d'huile d'olive et faites gratiner 10 minutes.

Servir en entree ou à l'aperitif.



# Terrine de campagne

## **Ingredients :**

Recette de Laurence:

Pour un grand moule

Marinade:

- 1 verre de vin blanc
- 1/2 verre de vinaigre de Xérès
- 1 petit verre de cognac
- 1 oignon
- 2 échalottes
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet garni
- 1/2 cuillère à café de muscade
- quelques grains de coriandre
- quelques grains de genièvre
- du poivre

Viandes:

- 300 g de porc ( échine)
  - 200 g de poitrine fraîche
  - 200 g de poitrine fumée
  - 300 g de foies (au choix volaille, lapin..)
  - de la barde pour couvrir fond, côtés et dessus de la terrine.
- 2 oeufs.

## **Preparation :**

Préparer la marinade et y ajouter les viandes.

Le lendemain, mixer les viandes avec l'oignon, les échalottes et l'ail.  
Ajouter les oeufs. Saler et bien mélanger.

Barder une terrine au fond et sur les côtés; la remplir avec la préparation et recouvrir avec une bande de barde.

Mettre à four chaud au bain marie en mettant de l'eau dans la lèche frite.  
Cuire à four th 6/7 pendant 2h.



# Terrine de légumes au jambon

## **Ingredients :**

pour 1 moule à cake standard:

- 2 courgettes
- 4 carottes
- 250 g de haricots verts
- 2 poivrons
  
- 700 g de talon de jambon
- 2 blancs d'oeufs
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 3 cuillères à soupe de vinaigre
- 3 cuillères à soupe de crème
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Attention! A préparer la veille!

Laver et préparer les légumes de la façon habituelle. Les cuire séparément pour qu'ils soient "al dente".

Les égoutter et les passer sous l'eau froide, puis les couper en bâtonnets.

Préparer la crème de jambon en mixant le jambon et en ajoutant le reste des ingrédients.

Tapisser le moule à cake d'une feuille de film alimentaire qui dépasse.

Faire des couches en alternant chaque légume et la crème de jambon. Cuire au bain marie 160° pendant environ 30 mn.

laisser refroidir puis conserver au réfrigérateur.

Au moment de servir, détailler en tranches et déguster avec une salade par ex, un %coulis de tomate%, une petite %sauce au yaourt%, voire une %sauce mayonnaise%, c'est plus riche!



# Terrine de lotte

## **Ingredients :**

Recette femme actuelle pour 8 personnes :

1,5 kg de lotte

Court- bouillon :1 oignon, 1 carotte 1 poireau et 1 bouquet garni, 30 cl de vin blanc

8 oeufs

375 g de crème

1 petite boîte de concentré de tomate

20 g de beurre

gros sel, sel fin

poivre en grain, moulu.

Pour la sauce :

1 oeuf

1 cuillère à café de moutarde forte

30 cl huile de tournesol

1 cuillère à café de vinaigre de framboise

1 botte de fines herbes estragon, cerfeuil, ciboulette

sel poivre.

## **Preparation :**

Dans un grand faitout, verser 2 l d'eau et le vin blanc. Ajouter les légumes. A ébullition saler de 2 cuillères à soupe de gros sel. Ajouter le bouquet garni et 15 grains de poivre. Laisser bouillir environ 20 mn.

Laisser tiédir le court bouillon avant d'y plonger la lotte. Reporter à ébullition et laisser pocher 10 mn à frémissement.

Faire refroidir la lotte dans le court bouillon. L'égoutter et la couper en dés de 2 cm de côté.

Préchauffer le four à 200° ( th 6/7).

Beurrer un moule rectangulaire de 2 l de contenance et tapisser le fond d'un papier alu beurré.

Casser les oeufs dans un saladier. Les battre à la fourchette en y incorporant le concentré de tomate et la crème. Travailler longuement le mélange pour qu'il soit bien homogène. Saler, poivrer.

Ajouter les dés de lotte dans ce mélange, puis verser le tout dans la terrine.

Placer le moule dans un plat à four contenant 2 cm d'eau et cuire ainsi 1 h au bain marie.

Laisser refroidir et réserver au réfrigérateur jusqu'au lendemain.

Préparer la sauce juste avant de passer à table, :

casser l'oeuf en séparant le blanc du jaune.

Mélanger le jaune, le vinaigre, la moutarde puis verser l'huile en filet sans cesser de fouetter afin d'obtenir une émulsion.

Saler, poivrer.

Battre le blanc en neige et l'incorporer délicatement à la sauce avec les fines herbes hachées.

Servir en saucière en accompagnement de la terrine démolée et coupée en tranches.

Une mayonnaise convient très bien.



# Terrine de pâté de foie

## Ingredients :

à diviser en 3 tiers pour que la quantité de chacun de ces trois premiers produits soit en égalité  
recette prévue pour une grosse terrine donc pour 1kg de chacun des 3 premiers produits environ  
soit :

- foie de porc
- chair fine à saucisses
- foies de volailles
  
- 1 tranche de lard gras
- 1 oignon
- 1 tête d'ail
- 1 rasade de vin cuit, ou cognac ou autre..
- sel, poivre
- herbes de provence
- 3 oeufs
- 1/2 verre de farine
- 1 verre de lait
- 2 sachets de gelée  
( dans le commerce - nature ou au madère )

## Preparation :

Hacher le tout, bien mélanger et mettre en terrine  
cuire au bain marie pendant une demie heure environ  
vérifier la cuisson vers la fin  
enlever le couvercle pour " crouter " les patés,  
préparer la gelée et la verser à chaud

à consommer ( si possible ) 2 jours après pour que ça murisse bien

Bon appétit..



# Terrine de poisson

## **Ingredients :**

Recette pour 12 petits moules ou un grand moule à cake:

- 1 kg de poisson, lotte (500g), saumon(1 tranche) ou mélange au choix
- 1 court- bouillon (1 carotte,1 oignon, ail persil, bouquet garni)
- 5 oeufs
- 250 g crème
- 100 g sauce tomate
- sel, poivre.

## **Preparation :**

Faire un court bouillon (une grande casserole d'eau avec les légumes avec, sel, poivre, ail, persil; faire bouillir et laisser refroidir).

Cuire le poisson au court bouillon. L'égoutter et laisser refroidir.  
L'émietter en enlevant d'éventuelles arrêtes.

Préchauffer le four.

Dans un saladier, mélanger les oeufs entiers, la crème, la sauce tomate. Saler poivrer.

Bien beurrer un moule à cake en verre ou utiliser un moule silicone ou des petits moules individuels. Verser la préparation dedans et cuire à 200° ( Th 6) 35 mn environ.  
(La lame d'un couteau doit piquée doit ressortir sèche).

Laisser refroidir et démouler délicatement.

Servir froid avec une mayonnaise et décorer avec tomate, mesclun...



# Terrine de saumon aux légumes

## Ingredients :

Recette Picard :

Pour 10 personnes :

2 filets de saumon

400g de légumes d'Armor ( mélange carottes haricots verts choux fleurs, brocolis)

Herbes coupées : estragon, ciboulette, persil, aneth

10 oeufs

100g crème fraîche

Huile, moutarde

1 citron pour le décor.

(25 cl de gelée en poudre ou en feuille; coriandre, baies roses, sel, poivre).

Mayonnaise.

## Preparation :

1-Préchauffer le four.

Dans une casserole d'eau bouillante, plonger les sachets de filets de saumon et laisser cuire 8 mn à partir de la reprises du frémissment.

Pendant ce temps, dans une casserole d'eau bouillante salée, plonger les légumes d'Armor et laisser cuire 5 mn à partir de la rébullition. Egoutter et réserver.

2-Dans une terrine,casser 9 oeufs; les battre en omelette, ajouter la crème,1 cuillère à soupe de chaque herbe,sel et poivre.

Incorporer les légumes blanchis et bien mélanger.

Beurrer un moule à cake en verre et y verser la moitié de la préparation.

3-Déposer les filets de saumon et remplir avec le reste du mélange oeufs et légumes.

Recouvrir d'un papier alu et placer au bain-marie.

Cuire 1 h.

Laisser refroidir.

Si on met de la gelée, la préparer et ajouter la coriandre, les baies roses et l'aneth.

Préparer la mayonnaise épaisse et lui incorporer de l'aneth par ex car je ne fais pas de gelée.

Démouler la terrine sur le plat de service et décorer de rondelles de citron.



# Thé à la menthe

## **Ingredients :**

Pour 5 verres:

- 1 cuillère à café de thé vert
- 1 poignée de menthe fraîche
- 6 carrés de sucre

## **Preparation :**

Faire bouillir de l'eau.

Mettre le thé vert dans la théière.

Verser un peu d'eau chaude sur le thé pour le rincer et jeter cette eau (cela retire l'amertume).

Mettre la menthe fraîche et le sucre

Verser de l'eau bouillante

Remuer en évitant la cuillère: transvaser plusieurs fois le thé de la théière dans un verre et du verre dans la théière

Laisser infuser quelques instants selon le goût

Servir en faisant bien mousser le thé



# Thon à la provençale

## Ingredients :

6 tranches de thon de 250 g  
6 filets d'anchois dessalés  
6 tomates  
4 oignons  
2 gousses d'ail  
2 citrons  
50 g de câpres  
1 verre d'huile d'olive  
1 verre de vin blanc sec  
1 bouquet garni: thym, laurier  
Sel, poivre

## Preparation :

Faites dégorger les tranches de thon à l'eau froide vinaigrée, pendant 1 heure  
Égouttez-les  
Faire une marinade:  
Disposez les tranches dans un saladier  
Arrosez-les avec le jus d'un citron et 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive  
Laissez mariner environ 30 minutes  
Retirez les tranches de thon  
Entaillez les d'un côté sur quelques centimètres et glissez à l'intérieur de chaque incision un filet d'anchois  
Dans une sauteuse, faites chauffer 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive et laissez-y dorer les tranches de thon  
Émincez les oignons, coupez les tomates en morceaux, coupez le citron en rondelles  
Garnissez le fond d'un plat allant au four d'oignons et de tomates  
Rangez les tranches de thon par dessus  
Salez et poivrez  
Recouvrez avec une couche d'oignons, de tomates et de rondelles de citron  
Assaisonnez, ajoutez le bouquet garni, les gousses d'ail écrasées  
Arrosez avec le vin blanc et le reste de l'huile d'olive  
Faites cuire 10 minutes à four chaud, puis 30 minutes à four moyen  
Avant de servir, saupoudrez de persil et de câpres hachés



# Thon au lait de coco de Tahiti

## **Ingredients :**

1 kg de thon frais  
8 citrons verts  
1/3 l lait de coco  
sel  
2 tomates émincées  
1 carotte râpée  
1 oignon vert haché  
Facultatif : oeufs durs, concombre

## **Preparation :**

Détailler le poisson en morceaux réguliers de 1 cm par 2 Déposer les morceaux dans un saladier  
Presser les citrons en poussant les pépins  
Saler  
Laisser mariner le poisson une dizaine de minutes  
Pendant ce temps couper les tomates en lamelles et râper la carotte  
Retirer une partie du jus et ajouter les crudités  
Verser le lait de coco  
Vérifier l'assaisonnement  
Servir frais mais non glacé pour éviter le givrage du lait de coco  
Facultatif:  
Ajouter quelques rondelles d'oeufs durs, des oignons verts hachés (cebette) et des rondelles de concombres



# Tian de courgettes

## **Ingredients :**

Recette maman pour 4 personnes:

- 600 g de courgettes
- 80 g de riz
- 2 oeufs
- 100 g de jambon
- 50 g de gruyère râpé.

## **Preparation :**

Eplucher les courgettes. les couper en morceaux et les faire cuire (5 mn à la vapeur) . Les égoutter et les écraser à la fourchette. Saler et poivrer.

Faire cuire le riz dans de l'eau bouillante salée pendant 10 minutes. S'il y a beaucoup d'eau dans les courgettes, on peut simplement ajouter aux courgettes une poignée de riz cru.

Ajouter 2 oeufs battus et le jambon mouliné. Mélangez bien le tout.

Verser le mélange obtenu dans un plat allant au four (le tian), préalablement huilé.

Saupoudrer de gruyère râpé.

Faire cuire au four pendant 40 minutes environ.



# Tiramisu

## Ingredients :

Recette pour 6/8 personnes pour un grand plat rectangulaire:

- 1 grande boîte de biscuits à la cuillère
- 3 tasses à café d'expresso
  
- 400 g de mascarpone
- 4 cuillères à soupe de sucre
- 4 oeufs
- 1 pincée de sel
  
- 2 cuillères à soupe de cacao en poudre non sucré.

## Preparation :

Préparer le café et le mettre dans une assiette creuse.

Tremper rapidement les biscuits dans le café et les disposer de suite dans un plat rectangulaire, bien serrés.

Casser les oeufs et séparer les jaunes des blancs.

Battre la crème au mascarpone avec un fouet; ajouter le sucre et les jaunes.

Battre les blancs en neige très ferme avec une pincée de sel et les incorporer délicatement au mélange précédent.

Recouvrir les biscuits de cette préparation et mettre au réfrigérateur pendant 2 h à 3 h.

Au moment de servir, saupoudrer le plat de cacao avec une petite passoire.

On peut présenter le plat tel quel ou servir dans des coupes individuelles.



# Tomates en compotée

## **Ingredients :**

- 500 g de tomates
- 1 gros oignon
- sel, poivre
- 2 gousses d'ail
- persil.

## **Préparation :**

Faire chauffer une casserole d'eau chaude. Quand l'eau bout, tremper 30 sec chaque tomate ce qui permet ensuite un épluchage très facile.

Donc éplucher les tomates, les couper en morceaux et les presser pour éliminer eau et graines. Hacher finement l'oignon.

Dans une grande poêle, mettre l'équivalent de 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Ajouter l'oignon et le faire revenir qq instants pour qu'il se colore.

Ajouter les tomates, puis l'ail haché et du persil. Saler, poivrer.

Laisser cuire à feu doux environ 25 mn en mélangeant de temps en temps.

Variante:

On peut ajouter en cours de cuisson des lanières de poivrons au préalable débarrassés de leur peau par un passage au four.



# Tomates farcies

## Ingredients :

Pour 4 personnes :

- 8 belles tomates
- 250 g de reste de viande rôtie (ou de chair à saucisse ou de jambon)
- 1 poignée de riz (pour changer, on peut mettre un peu de mie de pain trempée dans du lait)
- 1 gros oignon
- 1 gousse d'ail
- persil
- 1 oeuf.

## Preparation :

Couper un chapeau sur les tomates. Sans abîmer les chairs, retirer les graines, saler et retourner les tomates, partie coupée en bas sur une grille.

Préparer la farce:

Hacher le persil, l'oignon, et l'ail. Bien mélanger avec la viande hachée et lier avec l'oeuf entier. Saler et poivrer.

Presser légèrement les tomates, et les mettre bien serrées dans un plat beurré allant au four. Mettre au fond de chacune quelques grains de riz (si on n'a pas mis de mie de pain dans la farce).

Remplir avec le hachis et remettre les chapeaux.

Parsemer dessus quelques noisettes de beurre et éventuellement de la chapelure.

Cuire 40 mn à four moyen. Si la viande est déjà cuite, le temps est ramené à 15 mn.

(On peut couvrir avec un papier alu pendant la cuisson si les chapeaux ont tendance à brûler).



# Tomates farcies à l'avocat

## **Ingredients :**

Pour 2 personnes:

2 grosses tomates

2 avocats

1 portion de fromage frais (St Moret, Carré Gervais)

1 filet de jus de citron

Tabasco

sel, poivre

## **Preparation :**

Laver et évider les tomates (les poser tête en bas sur un papier absorbant)

Extraire la chair des avocats, la mélanger à la fourchette et l'arroser de jus de citron

Ajouter le fromage frais écrasé, puis quelques gouttes de Tabasco

Saler et poivrer

Farcir les tomates de cette préparation et les placer au réfrigérateur



# Tomates mozzarella

## **Ingredients :**

Recette pour 4/5 personnes:

- 2 sachets de mozzarella de 125 g
- 6 belles tomates
- 1 bouquet de basilic frais (ou origan)
- huile d'olive
- sel, poivre
- quelques olives noires.

## **Preparation :**

Couper les tomates et la mozzarella en tranches fines.

Les disposer dans un plat de service ou dans les assiettes en alternant mozzarella et tomates. Saler légèrement et verser dessus un filet d'huile d'olive. Décorer avec quelques olives noires.

Hacher le basilic frais et l'ajouter avant de servir. Si on n'a pas de basilic, on peut saupoudrer un peu d'origan.



# Tomates provençales

## **Ingredients :**

Pour 4 personnes :

8 belles tomates

4 gousses d'ail

1 poignée de persil

sel poivre

## **Preparation :**

Laver et épépiner les tomates.

Hacher le persil.

Eplucher les gousses d'ail et les mélanger avec le persil.

Ranger les tomates dans une poêle avec un peu d'huile.

Les recouvrir du hachis.

Poivrer et saler.

Cuire à feu doux pendant 1 h.

Surveiller la cuisson et si nécessaire ajouter un peu d'eau.

Accompagnées de haricots verts elles vont très bien avec les viandes grillées.



# Tournedos Rossini

## **Ingredients :**

4 tournedos de 150g bardés  
75 g beurre  
250 g de foie gras truffé  
1 boîte de pelure de truffes ou truffes en morceaux  
3 cuillères à soupe de Madère  
Sel, poivre, extrait de viande

## **Preparation :**

Faire saisir les tournedos à la poêle dans le beurre; diminuer la chaleur et les laisser cuire au goût de chacun

Tenir au chaud

Couper le foie gras en 4 rondelles et les faire revenir très rapidement dans la poêle où a cuit la viande

Surmonter chaque tournedos d'une tranche de foie gras

Déglacer la poêle avec le Madère et le contenu de la boîte de truffes

Ajouter une pointe d'extrait de viande

Si la sauce est trop courte, l'allonger avec un peu d'eau bouillante et la lier hors du feu avec un morceau de beurre

Disposer les tournedos sur un plat chauffé

On peut les servir sur des toasts ronds

Napper avec la sauce aux truffes

Servir dans des assiettes chaudes avec des pommes dauphines



# Tourte au thon

## **Ingredients :**

2 ronds de pâte feuilletée,  
2 oeufs  
1 petit pot de crème  
2 échalotes  
1 petit bouquet de persil  
2 boîtes de thon au naturel  
sel, poivre du moulin  
1 jaune d'oeuf pour dorer la pâte.

## **Preparation :**

Très bonne recette d'un visiteur:

Dans une terrine mélanger les deux boîtes de thon écrasées à la fourchette, ajouter les oeufs battus, les échalotes ciselées en fins morceaux et le persil haché.

Ajouter le petit pot de crème.

Saler et poivrer à votre goût.

Dans une tôle déposer le premier disque de pâte, recouvrir de la préparation au thon. Recouvrir du deuxième disque de pâte. Coller les bords à l'eau. Dorer le disque au jaune d'oeuf.

Cuire environ 30 minutes th 6 (180 °).



# Truite de mer au four

## **Ingredients :**

1 grosse truite de mer désarêtée par le poissonnier, si possible  
1 oignon  
500 g de tomates  
1 bouquet de coriandre  
2 gousses d'ail  
1 citron  
2/3 cuillères à soupe d'huile d'olive  
1 cuillère à café de cumin  
2 cuillères à café de paprika  
1/4 cuillère à café de piment fort

## **Preparation :**

Nettoyer le poisson

Le disposer dans un grand plat allant au four.

Couper les tomates et l'oignon en tranches et en couvrir le poisson

Ajouter l'huile, les rondelles de citron, le coriandre, l'ail écrasé et les épices selon le goût

Faire cuire à four moyen pendant 35/40 minutes.

En cours de cuisson arroser le poisson avec un peu de jus ou d'eau, pour éviter que les tomates ne soient trop sèches

Servir chaud



# Truites à la crème

## Ingredients :

4 truites de 250g  
20 g de beurre  
1 échalote  
1/4 l de vin blanc  
1 cuillère à soupe de ciboulette coupée  
1/2 citron  
4 cuillères à soupe de crème fraîche  
sel poivre

## Preparation :

Préchauffer le four  
Beurrer un plat à feu  
Parsemer dedans l'échalote hachée et déposer dessus les truites vidées et bien nettoyées  
Ajouter: vin blanc, ciboulette, sel poivre, jus de citron  
Faire cuire au four 10 mn environ  
Déposer les truites dans un plat de service  
Les tenir au chaud.  
Incorporer la crème fraîche à la sauce très chaude restée dans le plat de cuisson  
Saler, poivrer si besoin  
Verser sur les truites et servir aussitôt



# Truites aux amandes

## **Ingredients :**

6 petites truites  
Un peu de farine  
Sel poivre  
Un peu d'huile  
100g beurre  
100g d'amandes  
2 cuillères de crème fraîche  
1 citron

## **Preparation :**

Vider les truites et les essuyer  
Les assaisonner de sel et poivre extérieurement et intérieurement  
Ciseler la peau en plusieurs endroits  
Les badigeonner d'huile et les passer dans la farine  
Cuire au grill 5/6 mn de chaque côté en surveillant bien la cuisson  
Faire fondre les 3/4 du beurre dans une petite casserole Ajouter la crème, saler poivrer  
Monder les amandes et les effiler sous formes de lamelles  
Les faire légèrement blondir dans le reste du beurre  
Ces opérations doivent se faire simultanément car les truites ne doivent pas attendre quand elles sont à point  
Dresser les truites sur un plat  
Verser la sauce dessus, puis y parsemer les amandes  
Garnir avec des quartiers de citron



# Tuiles aux amandes

## **Ingredients :**

Recette maman du 14/02/1968

2 blancs d'oeufs

50g sucre en poudre

50g farine

50g beurre fondu

40g amandes

## **Preparation :**

Battre les 2 blancs 3/4 mn sans attendre qu'ils soient en neige, en versant petit à petit le sucre en poudre.

Ajouter en tournant toujours la farine, le beurre fondu et les amandes effilées.

La pâte est vite terminée dès que le mélange est homogène.

Huiler et fariner une tôle ou deux, puis former sur cette tôle des petits tas faits avec 1 cuillère à café de pâte, qui doivent s'étaler en petites galettes.

Mettre à four bien chaud 4/5 mn.

Aussitôt cuites, les décoller avec un couteau large et fin et les déposer sur un rouleau à pâtisserie sur lequel elles prennent la forme des tuiles.

Celles-ci sont extrêmement fragiles.

Conseils de la cuisinière:

Comme tous les biscuits, ceux-ci pour rester secs et croustillants, doivent être rangés dans une boîte en fer, dès qu'ils sont froids et pas avant.



# Vacherin de Lysiane

## **Ingredients :**

4 oeufs  
50 g de sucre en poudre  
50 g de sucre glace  
200 g de crème fraîche  
4 grosses meringues (environ 35 g chacune)  
500 ml de coulis: fraise, cassis...  
Facultatif:  
50 g de fruits confits  
1 cuillère à café de kirsch

## **Preparation :**

Séparer les blancs des jaunes  
Dans un saladier mélanger les jaunes avec le sucre en poudre, puis la crème  
Ajouter éventuellement les fruits confits et kirsch  
Monter les blancs en neige en ajoutant à la fin le sucre glace  
Incorporer délicatement les blancs au mélange initial  
Casser les meringues  
Garnir un bac à glace (ou un moule souple bien plus facile à mouler!)  
d'une couche de morceaux de meringue  
Verser la moitié du mélange  
Recouvrir d'une couche de meringue  
Verser le reste du mélange  
Recouvrir d'une dernière couche de morceaux de meringue  
Placer le bac au congélateur  
Démouler et servir avec un coulis



# Vin apéritif à l'orange amère

## Ingredients :

Recette pour un grand bocal hermétique de 3 l  
2 bouteilles 1/2 de rosé de Provence environ  
1/2 l eau de vie (alcool pour fruits)  
330 g de sucre en poudre  
4 oranges amères  
1 orange douce  
1/2 citron  
1 gousse de vanille  
1 morceau d'écorce de cannelle

## Préparation :

Brosser les oranges sous l'eau chaude pour bien les nettoyer  
Dans un grand bocal bien propre, vider les 2 bouteilles de vin. Ajouter l'alcool à fruits, le sucre, le jus de citron, la gousse de vanille fendue et la cannelle  
Ajouter les oranges coupées en quartier avec la peau. Compléter avec le reste du vin pour que la bouteille soit bien pleine  
Fermer le bocal, puis agiter  
Conserver dans un endroit sombre (placard) et laisser macérer pendant 40 jours  
Penser à remuer le bocal environ 1 fois par semaine  
Au bout de ce laps de temps: filtrer le contenu du bocal à travers une passoire fine en pressant un peu les oranges; mettre en bouteille.  
Ce vin se conserve très bien au frais  
A boire frais



# Vin chaud de Savoie

## **Ingredients :**

2 traits de jus de citron  
5 cl de vin rouge  
3 clous de girofle  
3 pinc&eacute;es de cannelle  
2 cuill&egrave;res &agrave; caf&eacute; de sucre

## **Preparation :**

Faire chauffer le tout dans une casserole &agrave; feu moyen pendant 10 minutes pour dissoudre le sucre et impr&eacute;gner le vin de l'odeur de cannelle  
Verser dans le verre en filtrant les clous de girofle  
Ajouter une rondelle d'orange



# Vinaigrette

## **Ingredients :**

Pour une sauce de salade:

- 1/2 cuillère à café de moutarde
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin
- 3 cuillères à soupe d'huile
- sel, poivre
- 1 gousse d'ail et qq brins de persil

## **Préparation :**

Mettre la moutarde dans un bol

Ajouter la cuillère de vinaigre et bien diluer la moutarde

Ajouter progressivement l'huile en mélangeant

Saler et poivrer selon le goût

Ajouter ail et persil ciselé

Variantes:

Remplacer le vinaigre de vin par du vinaigre balsamique ou de Xérès

Remplacer une cuillère d'huile de tournesol ou colza par de l'huile d'olive

Aromatiser avec des fines herbes (ciboulette) etc...



# Vinaigrette allégée

## **Ingredients :**

Dans un shaker ou une petite bouteille de 1/2 l

100 ml de vinaigre

150 ml d'eau

2 cuillères à café de sel fin

1 cuillère à soupe de moutarde

3 à 4 tours de moulin à poivre

250 ml d'huile (moitié huile olive, moitié huile de colza)

## **Preparation :**

Mélanger vinaigre et eau.

Ajouter la moutarde, le sel et le poivre

Mélanger

Compléter la bouteille avec l'huile

Fermer le couvercle et bien mélanger