

Recueil de recettes du

Domaine du Koala

Pour Grimoires & Tentacules

Par Thomas Avenard (www.thomphotos.fr)

"Parce-que manger, c'est bon ! Mangez-en !"

Liste des recettes :

1) Hamburgers maison et sa sauce curry	7
2) Tresse douceur	9
3) Ramen Boeuf ou poulet	11
4) Pizza maison	13
5) Pâtes maison	14
6) Pain tradi et céréales	15
7) Rose de pomme	16
8) Soupe des lièvres de Salamandastron	18
9) Pintxoak (tapas basques)	19
10) Gelée et pâte de coings	21
11) Sablés chats	23
12) Conserve de foie gras	24
13) Confits de canard	25
14) Pommes Sarladaises	27
15) Conserve de purée de tomates	28
16) Sauce tomate (conservé ou boulettes de viande)	29
17) Cannelés	30
18) Fondue méditerranéenne	31
19) Flamigade de Butternut	33
20) Figues farcies au foie gras	34
21) Fromage Saint-Frometon	35

22) Tartine "casse-dalle" grillée	37
23) Mousse trois-chocos.....	38
24) Makis et sushis	40
25) Pâte feuilletée.....	42
26) Chocolatines et croissants	44
27) Feuilletés à la noix de Saint-jacques, fondue de poireaux et chèvre.....	45
28) Tarte à la tomate.....	47
29) Conserves de tomates cerises confites	48
30) Tartiflette gourmande.....	49
31) Tartare de bœuf du koala.....	51
32) Saucisson-croûte	52
33) Tarte aux pommes sans pâte de maman	53
34) Bière maison Ce'Nedra	55
35) Liqueur de banane.....	57
36) Liqueur de pendu.....	58
37) Liqueur de P'tite Méli	59
38) Coup de Pépouze	60
39) Hypocras Polgara (et Variante blanche)	61
40) Croûtes au fromage.....	62
41) Moules au curry.....	64
42) Vatrouchki	65
43) Pavé de cuissot de sanglier sauce Grand Veneur aux morilles.....	67
44) Spätzlis.....	68
45) Fondue aux fromages.....	69
46) Fajitas bœuf, poulet et poivrons.....	71
47) Poulet 1 2 3.....	74
48) Spaghetti alla carbonara.....	75
49) Curry de poulet.....	76
50) Beef Jerky "Pépénator" et variantes.....	77
51) Courgettes jaunes et sauce Fourmernoix	79
52) Pain d'épices médiéval (XIIIème siècle) (variante aux fruits confits).....	80
53) Poulet et curry de fondue de poireau	81
54) Sel de vin.....	82
55) Sauce onctueuse au citron (pour riz blanc, poisson pané, etc...)	83

56) Mique (Farcidur) et petit salé	84
57) Sauce Béchamel (et Mornaix).....	86
58) Gratin de butternut	87
59) Poulet d'érable	88
60) Aligot	89
61) Crevettes sautées	90
62) Veau panko (tonkatsu).....	91
63) Saumon teriyaki au four.....	92
64) Endives au jambon	93
65) Tarte au citron meringuée.....	94
66) Tuiles du Relais	96
67) Paupiettes de veau mijotées	97
68) Filet de cabillaud et riz aux salicornes.....	99
69) Salade tomate-mozza.....	100
70) Sauce forestière.....	101
71) Veau farci campagne	102
72) Petits pains aux oignons confits	103
73) Couronne des rois brioche	104
74) Pithiviers et galette frangipane.....	106
75) Oranges confites.....	107
76) Compote de pommes	109
77) Cotriade des profonds	110
78) Caribou	111
79) Sauce au poivre vert.....	112
80) Pesto.....	113
81) Conserve de pâté à la volaille.....	114
82) Soupe à l'oignon	115
83) Crêpes.....	116
84) Sauce paprika	117
85) Sauce aux oignons.....	118
86) Goulash de Prague	119
87) Caramels mous.....	121
88) ratatouille.....	122
89) Fingers de poulet croustillants	123

90) Purée façon mamie	124
91) Magret de canard.....	125
92) Clafoutis aux cerises	126
93) Gâteau aux noix	127
94) Galette de courgette	128
95) Macarons.....	129
96) Confit d'oignons	130
97) Carotte-Céleris rémoulade	131
98) Brownies noisettes	132
99) Madeleines	133
100) Salade d'endives.....	134
101) Poulet caramel	135
102) Drêches en sauce.....	136
103) Bar aux herbes.....	137
104) Saumon à l'oseille.....	138
105) Bouillon de légumes façon miso.....	139
106) Nouilles sautées au poulet et légumes.....	140
107) Raviolis maison.....	141
108) Cabillaud en sauce de safran.....	143
109) Fraisier 4 étages	144
110) Nouilles sautées au curry et crevettes.....	146
111) Riz sauté façon pilaf	147
112) Sauce à l'ail pour wok.....	148
113) Rouleaux de viande	149
114) Röstis à l'espagnol.....	150
115) Riz sauté aux fruits de mer	151
116) Wok cabillaud et curry vert	152
117) Omurice	153
118) Salade "Heu" qui fleure bon le Sud.....	154
119) Wok de lamelles de porc, nouilles, légumes et sauce cacahuète.....	155
120) Mousse de framboises.....	157
121) Hachés de veau au fromage et girolles à la crème	158
122) Wok au bouillon	159
123) Tourtous	161

124) Mille-feuille d'ardoisier.....	162
125) Gourmandise framboise.....	163
126) Meringues.....	164
127) Pâte à choux.....	165
128) Nougat.....	166
129) Mini-choco-muffins	167
130) Cookie-Ninu	168
131) Boulettes de bœuf.....	169
132) Pains sils	170
133) Velouté de butternut truffé.....	171
134) Magret fumé	172
135) Truffade.....	173
136) Quiche-ramequin.....	174
137) Saumon fumé	175
138) Sandwich façon pan bagnat.....	176
139) Champignons façon steak	177
140) Poulet farci et sauce chorizo	178
141) Délice de Noël.....	180
142) Biscuits de rando	183
143) Potatoes maison.....	183
144) Lasagnes maison	184
145) crêpes fourrées.....	184
146) Parmentier de butternut	185
147) Rillettes de porc.....	186
148) Gaufres.....	187
149) Raviolis vapeur au poulet.....	187
150) Bugnes.....	188

1) Hamburgers maison et sa sauce curry



Pour 3 burgers de 650gr :

Ingrédients :

- Pour les pains à burger :

- 380gr de farine T65 de froment (ou de blé)
- 1 bel œuf de poule
- 5cl d'eau tiède dans laquelle on dissous 1/3 de cube de levure fraîche (type Hirondelle)
- 15cl de lait
- 40gr de beurre fondu
- 1 pincée de sel
- un peu de graines de sésame pour la déco
- un peu de poudre de curry jaune comme variante pour ajouter dans le pain

- Pour la sauce curry (~500gr):

- 450gr de mayonnaise (amora ou à faire maison)
- 3 cuillères à soupe de curry jaune moyennement fort
- 3 cuillères à soupe de miel toutes fleurs
- 1 bonne cuillère à soupe d'oignon haché très fin
- 1 bonne cuillère à soupe de moutarde forte de dijon (amora)
- 1 cuillère à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à café de vinaigre balsamique
- 1 cuillère à café de jus de citron

- 6 grandes feuilles de salade (type feuille de chêne)
- 750gr de viande de bœuf hachée fraîche

- 600gr de fromage (Bricou, typé saint-nectaire)
- 6 tranches fines d'une grosse tomate à chaire ferme
- 3 cabécous (petit fromage de chèvre frais, type palet) comme ajout possible dans la moitié basse du burger

Marche à suivre :

Pour la sauce curry (à préparer 48h en avance) :

- 1) Dans un pot en verre avec bouchon, mélanger tous les ingrédients.
- 2) Laisser au repos, au frigo pour 48h minimum.
- 3) Mangerrrrrrrrr !

Pour les pains à burger :

- 1) Dans un petit bol, dissoudre la levure dans l'eau tiède.
- 2) Dans un saladier, cul de poule ou autre récipient d'au moins 2,5L de contenance, mélanger la farine, le sel et la poudre de curry si vous en mettez. Puis creuser un puits au milieu.
- 3) Verser dans le puits l'œuf (sans la coquille !), le beurre fondu et le lait. Commencer à mélanger.
- 4) Ajouter l'eau avec la levure au mélange, et bien mélanger.
- 5) Faire une boule bien souple sans trop travailler la pâte (en ajoutant un peu de farine au besoin) et la laisser reposer 1h sous couvert et à température ambiante.
- 6) Prendre la boule de pâte, la dégazer en la travaillant/pétrissant à peine 1 ou 2 minutes.
- 7) Couper la pâte en 3, former trois boule des pâtes et mettre sur une plaque pour le four, sur du papier sulfurisé.
- 8) On peut saupoudrer le dessus des pains de graines de sésame et/ou d'un peu de poudre de curry. Laisser pousser pendant 20 minutes.
- 9) Préchauffer le four à 185°C.
- 10) Faire cuire 20-25 minutes à 185°C. Possibilité de faire griller légèrement en mode rôtissoire le dessus à la fin pendant une quinzaine de seconde (ou jusqu'à ce que la couleur vous plaise).
- 11) Faire ressuer (refroidir) sur une grille.

Préparation des burgers :

- 1) Couper le pain des burgers en 2 dans l'épaisseur, en laissant assez d'épaisseur dans la partie basse (3cm). Possibilité d'aplatir le centre de la partie basse avec le cul d'un verre afin d'y déposer un cabécou.
- 2) Passer les pains, face tranchée vers le haut, au four, afin de les faire légèrement griller (et faire fondre légèrement le cabécou).
- 3) Dans une poêle bien chaude, faire cuire les steaks hachés, à raison de 250gr par burger (faire une boule avec les mains et lui donner une forme de disque assez épais un peu moins large que la taille du pain à garnir).
- 4) Lorsqu'un côté de la viande est cuite, la retourner et déposer dessus le fromage type bricou/saint-nectaire afin de le faire fondre.
- 5) Sortir les pains du four, y mettre de la sauce curry (ou autre), une feuille de salade et 2 tranches de tomate. Faire glisser la viande chaude de la poêle dessus, recouvrir d'une feuille de salade, tartiner de sauce au curry le capot de pain du burger et le déposer sur le tout.
- 6) Bon appétit !

2) Tresse douceur



Pour une tresse d'environ 1kg

Ingrédients :

- 700gr de farine de blé T55
- 3 oeufs
- 60gr de beurre ramolli
- 3dl de lait tiède
- 6 cuillères à soupe de sucre
- 1 cuillère à café de sel
- 1/2 cube de levure fraîche (type Hirondelle)
- Un peu de lait pour badigeonner avant le four
- Amandes effilées, fruits confits, copeaux de chocolat, et autres décorations

Variante :

- ajouter 300gr de fruits confits trempé dans un bol dans du rhum
- ajouter 200gr de farine

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre et le sel (Variante : ajouter toute la farine). Et y creuser un puits.
- 2) Ajouter dans le puits le beurre, le lait, les œufs et la levure émiettée (Variante : ajouter les fruits confit + le rhum de trempé). Bien pétrir jusqu'à obtention d'une pâte lisse (ajouter un peu de farine au besoin).
- 3) Laisser reposer à couvert jusqu'au doublement du volume.

- 4) Pétrir rapidement, couper la pâte en 3. Étirer les 3 pâtons en les travaillant pour qu'ils mesurent environ 80cm chacun.
- 5) Faire un tressage à 3 brins avec les pâtons, déposer sur une plaque de cuisson avec du papier sulfurisé.
- 6) Badigeonner de lait (ou de jaune d'œuf, mais l'œuf fait un croûte plus craquante, le lait fait une croûte plus moelleuse) et décorer à l'envie avec des amandes effilées, des copeaux de chocolats (de différentes couleurs), pépites, fruits confits ou tout ce que vous voudrez.
- 7) Laisser finir de lever 1h.
- 8) Préchauffer le four à 170°C.
- 9) Enfourner pour 40 minutes à 170°C (ajouter 5 à 10 minutes de cuisson pour la variante).
- 10) Faire ressuer (refroidir) sur une grille.
- 11) Déguster !

3) Ramen Boeuf ou poulet



Pour 3 personnes ou bols d'un litre chacun

Ingrédients :

- 450gr de bœuf en 3 beaux morceaux ou 3 beaux blancs de poulet
- 50gr de bœuf en petits dés ou 50gr de blanc de poulet en petits dés
- 3 œufs
- 1 oignon
- 1 gros poireau
- 1 petit poireau ou oignon nouveau
- 3 gousses d'ail
- 2 grosses carottes
- 4 champignons de paris
- 3 parts de nouilles au blé
- 1 cuillère à café de gingembre frais râpé
- 3 cuillères à café de ciboulette fraîche hachée
- 2dl de sauce soja
- 3 cuillères à soupe de sauce teriyaki
- 6 cuillères à soupe de vinaigre de riz + 3 cuillères à café pour le dressage des bols
- 3L d'eau
- 3 cuillère à café de saké
- graines de sésame grillé (3 à 6 pincées)
- 1 feuille de nori coupée en 3
- Sel et poivre
- 3 rondelles de citron si la viande est du poulet

Marche à suivre (à préparer le matin pour le repas du soir ou la veille pour le repas du midi) :

- 1) Dans un faitou, mettre l'eau, 1/2 oignon coupé fin, les petits dés de bœuf, 1 carotte en rondelle, l'ail coupé fin, le gros poireau en morceaux, 2 champis en morceaux, le gingembre, 2 cuillères à soupe de ciboulette, sel et poivre. Cuire à feu vif pendant 3h puis réserver jusqu'au repas.
- 2) Faire cuire les œufs mollets, les plonger de suite après dans l'eau froide et retirer la coquille en faisant attention de ne pas abimer les œufs.
- 3) Mettre les 3 morceaux de bœuf ou de poulet et les œufs dans un sac congélation avec la sauce soja, le vinaigre de riz et le reste de ciboulette, bien imprégner sans abimer les œufs et réserver au frigo au moins 8h.
- 4) Au moment de préparer le plat, détailler en lamelles fines le reste d'oignon, champignon et carottes. Tailler en rondelles fines le petit poireau ou oignon nouveau.
- 5) Faire réchauffer le bouillon de légumes.
- 6) Dans chaque bol, mettre au fond une cuillère à soupe de sauce teriyaki et la portion de nouille.
- 7) Faire saisir la viande de bœuf et la cuire saignante / ou faire saisir la viande de poulet et la cuire juste ce qu'il faut à cœur. Découper chaque morceau pour un bol en fines lamelles de 3 à 4mm d'épaisseur.
- 8) Sortir les œufs du sachet et les mettre de côté. Ajouter la marinade dans le bouillon de légumes et remettre à feu vif.
- 9) Dès que le bouillon bout fort, le répartir dans les bols.
- 10) Répartir joliment dans les bols les légumes coupés fin + le nori + les lamelles de viande.
- 11) Couper les œufs en 2 dans la longueur et les répartir dans les bols.
- 12) Ajouter 1 cuillère à café de vinaigre de riz dans le bol, proche de la viande. Saupoudrer de sésame et laisser infuser 3 minutes.
- 13) Itadakimasu !

4) Pizza maison



Pour une pizza de 25cm de diamètre

Ingrédients :

- 150gr de farine de blé T45
- 85gr d'eau à température ambiante
- 10gr de levure fraîche (type Hirondelle)
- 4gr d'huile d'olive
- 3gr de sel

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mettre la farine, le sel et mélanger. Y creuser un puits.
- 2) Dissoudre la levure dans l'eau puis la mettre dans le puits. Rabattre les bords du puits de farine sur le liquide et laisser 10 minutes.
- 3) Commencer à pétrir le tout et ajouter l'huile d'olive. Finir de pétrir.
- 4) La pâte peut soit être utilisée maintenant, soit être laissée à lever pendant 1h.
- 5) Pour l'utiliser, abaisser la pâte en la pétrissant en étirant et en roulant.
- 6) Garnir la pizza (avec de la purée de tomates maison par exemple, de la mozza, du fromage, des champignons, du fromage, du thon, du fromage, du basilic, du fromage, du fromage de chèvre, et pourquoi pas un peu de fromage ?).
- 7) Cuisson dans un four chaud une vingtaine de minutes à 210°C (dépendant du four).

5) Pâtes maison



Pour une part pour une personne

Ingrédients :

- 100gr de farine T45
- 1 oeuf
- 1 cuillère à café d'huile d'olive

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger tous les ingrédients.
- 2) Pétrir jusqu'à avoir une pâte bien homogène. Et laisser poser 10 minutes.
- 3) Laminer la pâte selon les goûts (au laminoir ou au rouleau à pâtisserie, mais c'est plus long avec ce dernier). 1mm est une bonne épaisseur.
- 4) Découper les pâtes selon envies (tagliatelles, spaghettinis, lasagnes...).
- 5) Faire sécher une nuit (8h minimum) sur une tringle à rideau entre 2 chaises pour des tagliatelles ou des spaghettinis par exemple.
- 6) Pour le temps de cuisson, le mieux reste de faire à l'oeil. Si les pâtes sont pas trop épaisses, ça sera facile, sinon elles risquent d'être trop cuites à l'extérieur et pas cuites à l'intérieur.

6) Pain tradi et céréales



Pour un pain

Ingrédients :

- 600gr de farine de froment T55 ou T65
- 320gr d'eau à température ambiante
- 3 gr de sel
- 1/2 cube de levure fraîche (type Hirondelle)
- Variante céréales : graines à volonté (par exemple une cuillère à soupe de graines de courges, tournesol, lin, sésame et une cuillère à café de graines de pavot)

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger la farine, le sel et les céréales (variante). Creuser un puits.
- 2) Dissoudre la levure dans l'eau et ajouter dans le puits.
- 3) Fraser la pâte (mélanger les ingrédients soigneusement) et laisser lever à couvert pendant 1h (et aux environs de 25°C).
- 4) Pétrir la pâte sur un plan de travail assez fariné pendant une dizaine de minutes.
- 5) Donner la forme voulu au pain (en baguette, en pain, en couronne, en épis, etc...) et déposer sur une plaque de cuisson avec du papier sulfurisé.
- 6) Grigner la pâte (faire des entailles rapides de formes au choix (déco ou juste utiles) avec une lame de cutter ou un couteau bien aiguisé) afin de permettre à la pâte de bien pousser pendant 30 à 45 minutes (environ 25°C).
- 7) Préchauffer le four à 220°C et enfourner ensuite pendant 40 à 45 minutes. (dépendant du four).
- 8) Faire ressuer (refroidir) sur une grille.
- 9) **Bonus conservation** : emballer le pain dans de l'alu puis dans un torchon afin qu'il sèche moins vite.

7) Rose de pomme



Pour environ 10 roses

Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 100gr de sucre blanc en poudre
- 3 à 4 belles pommes
- 1/2L d'eau
- Chocolat liquide ou à faire fondre (pour la déco de tige)
- Sucre glace (pour la déco)
- 1 cuillère à soupe par rose de gelée de coing, de pomme, etc... ou compote pomme ou poire
- 1 cuillère à café de cannelle en poudre à répartir sur les 10 roses
- 2 cuillère à café de beurre fondu par rose

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole, mettre l'eau et le sucre, faire cuire à feu doux (environ 3 sur 8) pour faire un sirop.
- 2) Laver les pommes, laisser la peau et les couper en deux afin de retirer le centre avec les pépins. Couper les pommes en fines lamelles de 1 à 2mm d'épaisseur.
- 3) Lorsque le sirop est à ébullition, y plonger délicatement les lamelles de pommes par petit nombre. Les faire cuire jusqu'à ce qu'elles soient presque fondantes (environ 5 minutes).
- 4) Lorsque les pommes sont cuites, les égoutter sur papier sopalin.
- 5) Pendant ce temps, étaler la pâte feuilletée et y découper des lanières de 3cm de large et sur toute la longueur de la pâte.
- 6) Badigeonner les lanières avec du beurre fondu ou de la confiture, et saupoudrer avec la cannelle.
- 7) Déposer les lamelles de pommes sur les lanières en faisant se chevaucher les pommes sur 1/5 et en laissant une portion sans pomme à la fin de 3 cm comme ceci :



- 8) Rouler les bandes sur elles-mêmes comme un escargot, avec le talon bien à plat (le côté opposé à l'arrondi des pommes) suffisamment serré pour que ça ne s'ouvre pas seul, afin de former une rose.
- 9) Déposer les roses dans des moules à muffin ou des cerclages et déposer sur une plaque de cuisson.
- 10) Préchauffer le four à 180°C puis enfourner pendant 30 minutes.
- 11) Après cuisson, déposer la rose sans son cerclage/moule dans une petite assiette, la saupoudrer légèrement de sucre glace, tirer un trait en chocolat depuis la rose jusqu'en bas de la petite assiette afin de dessiner la tige de la rose. Y mettre 2 lamelles de pomme sur la tige afin de signifier les feuilles.
- 12) Une fois les roses réalisées (une ou plusieurs par assiette selon l'envie de gourmandise), les mettre au frigo au moins 1h.
- 13) Déguster, recommencer la recette !

8) Soupe des lièvres de Salamandastron

[Pas encore de photo]

Pour 5L de soupe (ou un seul Lièvre de Salamandastron)

Ingrédients :

- 3L d'eau
- 20gr de champignon noir chinois séchés (type oreilles d'âne)
- 5 cuillères à soupe de câpres
- 1dl de sauce soja
- 2dl de vin blanc
- le jus d'un demi citron
- 100gr de pâtes cheveux d'ange (ou vermicelle)
- 250gr de saumon fumé en lamelle
- 350gr de saumon en morceaux de 3 à 4cm
- 500gr de crevettes décortiquées
- 1 oignon
- 400gr de petites carottes
- 10 belles feuilles de basilic
- un peu d'huile d'olive
- POIVRE
- Variante : ajouter 300gr de terrine de saumon coupé en petit dés

Marche à suivre :

- 1) Découper les carottes en rondelles et hacher l'oignon grossièrement.
- 2) Dans une grande soupière, faire revenir à feu moyen l'oignon et les carottes dans l'huile d'olive.
- 3) Ajouter le vin blanc pour déglacer puis l'eau.
- 4) Dès que l'eau frémit, ajouter tous les autres ingrédients sauf le poivre et le basilic.
- 5) Dès que l'eau frémit à nouveau, faire cuire 30 à 35 minutes en brassant délicatement.
- 6) Poivrer selon les goûts (la soupe est sensé être assez forte en poivre et bien réchauffer l'hiver, les Lièvres de Salamandastron font souvent des concours avec les Loutres pour savoir qui arrivera à ingurgiter la soupe avec le plus de poivre).
- 7) Ajouter le basilic et servir chaud.

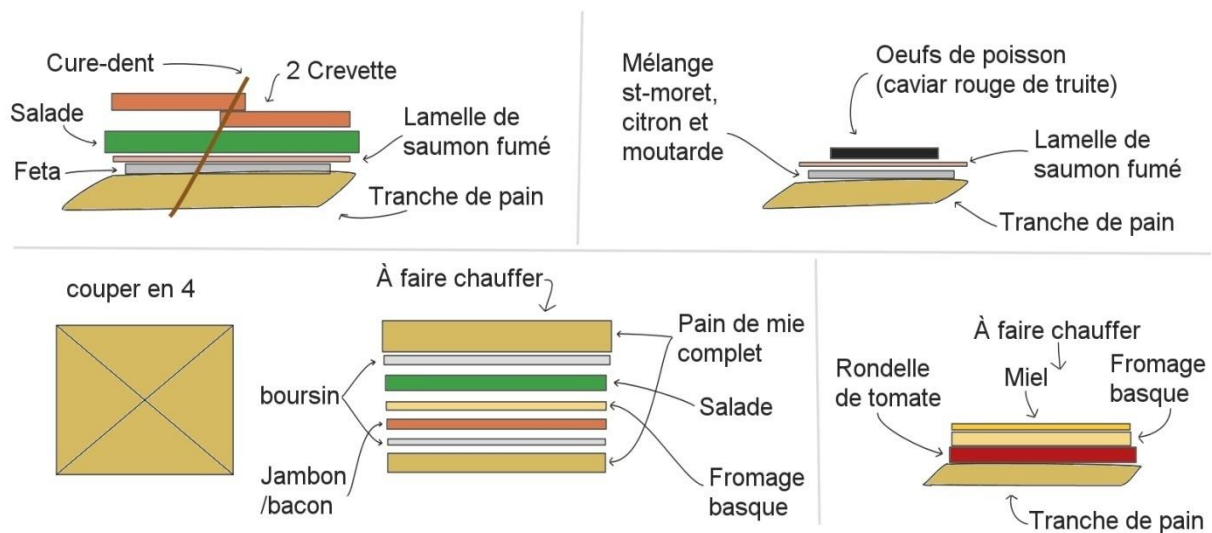
9) Pintxoak (tapas basques)



Pour plein de plats et de monde

Pour ces recettes, c'est plus compliqué de donner une liste des ingrédients car c'est fait à l'assiette. Je vous donnerai donc les images d'empilement avec les ingrédients par étage.

Le pain doit être coupé en tranche en biseau et d'une épaisseur de 1cm.



Il y a aussi les agencements suivants, requérant des préparations :

Les roulés frais :

Dans une galette de blé type fajitas, étaler sur la moitié de la galette de la salade croquante et sur l'autre moitié du boursin ou tartare. Rouler bien serré en commençant du côté salade. couper en tronçons de 3cm de large, mettre sur un plat au frigo pendant 2h afin que les pintxoak soient bien frais.

Préparation au poisson :

Ingrédients :

- Prendre une boîte de thon de 300gr
- Un "petit billy" entier (fromage de chèvre frais de 200gr)
- 1/2 cuillère à café de poudre de piment d'espelette séché
- 3 cuillères à soupe de petits pois cuits
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de câpres
- 1 cuillère à café de moutarde amora forte de dijon
- 1 cuillère à café de vinaigre balsamique
- Variante : 1 cuillère à café de soja à ajouter; 3 surimi hachés.

Tout mélanger et garder au frais.

Préparation au fromage :

Prendre un "petit billy" entier (fromage de chèvre frais d'environ 200gr), y ajouter 1 cuillère à soupe de poudre de piment d'espelette séché et une cuillère à soupe de miel. Bien mélanger, garder au frais.

Autres idées de Pintxoak :

a) Sur une tranche de pain coupé en biseau, tartiner une grosse cuillère à soupe de préparation au poisson, lisser et poser une lamelle de saumon fumé dessus ainsi qu'une rondelle de piment d'espelette frais.

b) Sur une tranche de pain coupé en biseau, tartiner une grosse cuillère à soupe de préparation au poisson, lisser et y déposer une lamelle de mozzarella fraîche (4 à 6mm) ainsi qu'une très fine lamelle de tomate (2mm).

c) Sur un demi œuf dur, mettre une cuillère à café de préparation au poisson en forme de cône tronqué, déposer au sommet une goutte de mayonnaise afin de coller une rondelle de piment d'espelette.

d) Sur une tranche de pain coupé en biseau, tartiner une grosse cuillère à soupe de préparation au fromage et lisser.

e) Sur une tranche de pain coupé en biseau, tartiner une grosse cuillère à soupe de préparation au fromage, lisser et y déposer une lamelle de fromage basque (etorki par exemple). Y ajouter un carré de pâte de fruit (coing, fraise, cerise ou autre fruit rouge) et planter un cure-dent afin de maintenir le tout en place.

Ne pas hésiter à faire vos propres mélanges et adaptations, il y a autant de recettes de pintxoak qu'il y a de gens qui en cuisinent.

10) Gelée et pâte de coings



Pour entre 15 et 20 pots de confitures de 350gr et 2 boîtes de pâte de fruit

Ingrédients :

- 20 coings bien mûrs
- sucre blanc en poudre (le poids dépendra du poids de jus de coing récupéré)
- 1 gousse de vanille
- le jus d'un demi citron (+ le jus d'un demi citron pour la pâte de coing)
- une petite assiette mise au frigo

Marche à suivre :

- 1) Laver les coings afin d'enlever les poils. Les couper en 4 ou en 8 sans enlever la peau, ni les pépins, ni le cœur.
- 2) Mettre les morceaux dans un faitout, recouvrir d'eau et faire bouillir à feu vif pendant 10 minutes environ (dès que le bouillonnement est visible), jusqu'à ce que les coings soient ramollis.
- 3) Filtrer le contenu du faitout dans une passoire fine, ne pas hésiter à presser un peu (sans se brûler !) pour récupérer un peu plus de jus. Garder les restes pour plus tard.
- 4) Peser le jus obtenu, et peser le même poids en sucre.
- 5) Mettre le jus dans le faitout vidé, le sucre, le jus de citron. Fendre la gousse de vanille en 2 dans la longueur, l'incorporer et bien mélanger afin de dissoudre le sucre.
- 6) Faire bouillir à feu moyen pendant au moins 20 minutes. Écumer régulièrement pour enlever la mousse présente.
- 7) Pendant la cuisson, rincer les bocaux à confiture à l'eau bouillante et faire sécher.
- 8) Pour vérifier si la gelée "prend" bien, sortir la petite assiette du frigo, laisser tomber une ou deux gouttes de gelée sur l'assiette, si au bout de quelques secondes, la goutte coule toujours quand on incline l'assiette à la verticale, continuer à cuire et remettre l'assiette au frais.
- 9) Si au contraire la goutte ne coule presque pas, **garder la gousse de vanille de côté** mettre la gelée en pot et fermer bien (attention, c'est chaud !). Et retourner les pots, couvercles vers le bas.
- 10) Laisser refroidir au moins 8h que la gelée prenne bien, stocker en remettant la tête en haut. La gelée est terminée...

11) ... nous attaquons maintenant la pâte de coing.

- 12) Reprendre les restes de cuissons des morceaux de coings, retirer la peau, les pépins et les morceaux durs (du centre généralement).
- 13) Peser la purée / pulpe / compote de coing, peser même le poids en sucre en poudre.
- 14) Dans le faitout vidé (encore), mettre la purée de coings, le sucre, le jus d'un demi citron restant, et la gousse de vanille utilisée.
- 15) Faire chauffer à feu moyen jusqu'au bouillonnement et laisser chauffer pendant 1h.
- 16) Dans un grand plat à rebord, mettre du papier sulfurisé. Verser la préparation en faisant en sorte que l'épaisseur de la pâte ne dépasse pas 2cm.
- 17) Laisser refroidir au frais toute une nuit.
- 18) Démouler les plaques de pâte de fruits en les retournant sur du papier sulfurisé, laisser une journée de plus au frais.
- 19) Au choix : saupoudrez de sucre en poudre.
- 20) Découper des carrés de 3cm de côtés, stocker dans des boîtes en tôle avec du papier sulfurisé sous chaque épaisseur de carrés de pâte de fruits afin que ça ne forme pas une grosse brique.
- 21) À manger dans les 6 mois (et protéger de la chaleur, de la lumière et de l'évaporation, car ça sèche vite !).

11) Sablés chats



Pour une cinquantaine de têtes de chat (ou autre forme)

Ingrédients :

- 250gr de farine T45
- 175gr de beurre
- 75gr de sucre
- 1 cuillère à café de sucre vanillé
- 1 pincée de sel
- 1 cuillère à soupe de lait
- Variante : 50gr de poudre de noisettes
- 1 poignée de pépites de chocolat pour la déco des yeux

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, réduire le beurre en pommade.
- 2) Ajouter les autres ingrédients sauf la farine et mélanger jusqu'au blanchissement.
- 3) Ajouter la farine et bien mélanger de manière homogène.
- 4) Étaler la pâte sur un plan de travail fariné, abaisser la pâte à 4 à 5mm d'épaisseur avec un rouleau à pâtisserie.
- 5) Découper à l'emporte pièce des têtes de chats, koalas, Cthulhu ou autres bestioles. Ou alors simplement en utilisant un verre à moutarde comme emporte-pièce rond.
- 6) Refaire une boule avec le reste, ré-abaisser et recommencer.
- 7) Déposer les biscuits sur une plaque de papier sulfurisé et sur une plaque de cuisson.
- 8) Faire des petites marques au couteau sur les biscuits pour faire les moustaches ou autres déco, utiliser les pépites de chocolat pour faire les yeux.
- 9) Faire préchauffer le four à 200°C, puis enfourner pendant 10 à 12 minutes.
- 10) Après cuisson, faire ressuer sur une grille et dévorer goulûment les biscuits !

12) Conserves de foie gras



Pour 2 pots de 350gr et 3 pots de 250gr

Ingrédients :

- 3 beaux fois gras frais de canard (environ 1,2kg au total)
- Gros sel
- Poivre vert au moulin
- Poudre de piment d'espelette séché

Marche à suivre :

- 1) Déveiner (retirer les veines) du foie gras en faisant attention de ne pas les casser. C'est un travail long, fastidieux et salissant, mais c'est important.
- 2) Une fois les foies déveinés (sans avoir les foies... humour/20), remplir les pots à moitié avec les foies, mettre 3 tours de moulins à poivre dans chaque pots, ainsi qu'une pincée de gros sel et 3 pincées de piment d'espelette.
- 3) Finir de remplir les pots de foie, redonner 3 tours de moulin à poivre, nouvelle pincée de sel, 3 pincées de piment. Les pots devraient être remplis à 2cm du bord.
- 4) Nettoyer les bords des pots, mettre une capsule adaptée à la conserve utilisée, fermer les couvercles, et les dévisser d'un sixième de tour.
- 5) Mettre les pots dans le stérilisateur, les fixer et recouvrir d'eau les conserves à 1cm au-dessus. mettre le couvercle du stérilisateur.
- 6) Mettre à chauffer à feu vif, lorsque l'eau bout, compter 1h30 et couper le feu. Laisser refroidir petit à petit comme ça.
- 7) Le lendemain, vider le stérilisateur, dévisser le couvercle, vérifier que la capsule est bien hermétique, bien essuyer pour ne pas laisser d'humidité. Revisser correctement les couvercles. Les conserves seront optimales à partir de 6 mois de cave.

13) Confits de canard



Pour 5 bocaux de 2 cuisses

Ingrédients :

- 10 belles cuisses de canard gras
- 3kg de gros sel à saumure
- un bouquet garni
- du gras de canard en rab' pour s'il en manque pour compléter les bocaux

Marche à suivre :

- 1) Finir de bien plumer les cuisses, mettre dans de grands plats un fond de sel, y mettre les cuisses, mettre le bouquet garni et recouvrir le tout de sel. Laisser 24h au frais.
- 2) Le lendemain, brosser les cuisses afin de retirer le maximum de sel. Découper de grandes lardées de gras des cuisses, les couper en morceaux et faire fondre le gras à feu moyen (thermostat 3 / 8) dans des cocottes en fonte.
- 3) Une fois que le gras a fondu en majorité, faire cuire les cuisses 40min (20 minutes de chaque côté des cuisses) à feu moyen (th. 3/8).
- 4) Une fois cuites, mettre 2 cuisses têtes-bêches dans les bocaux. Faire en sorte que rien ne dépasse du bord.
- 5) Récupérer les morceaux qui se trouvent encore dans la graisse, ce sont des gratons de canard, ça accompagne facilement une salade quercynoise.
- 8) Remplir les pots contenant les cuisses avec de la graisse jusqu'à 2cm du bord.
- 9) Nettoyer les bords des pots, mettre une capsule adaptée à la conserve utilisée, fermer les couvercles, et les dévisser d'un sixième de tour.
- 10) Mettre les pots dans le stérilisateur, les fixer et recouvrir d'eau les conserves à 1cm au-dessus. mettre le couvercle du stérilisateur.

- 11) Mettre à chauffer à feu vif, lorsque l'eau bout, compter 1h et couper le feu. Laisser refroidir petit à petit comme ça.
- 12) Le lendemain, vider le stérilisateur, dévisser le couvercle, vérifier que la capsule est bien hermétique, bien essuyer pour ne pas laisser d'humidité. Revisser correctement les couvercles. Les conserves seront optimales à partir de 6 mois de cave.
- 13) ça se mange parfaitement bien avec des pommes sarladaises (recette juste après).

14) Pommes Sarladaises

[Pas encore de photo]

Pour 4 personnes

Il faut savoir que cette recette est l'accompagnement habituel du confit de canard, dont on utilise une partie de la graisse lorsqu'on fait réchauffer ce dernier pour le sortir du bocal.

Ingrédients :

- 1kg de patates à chaire ferme
- 2 belles cuillères à soupe de graisse de canard (provenant de pots de confit de canard par exemple)
- un petit bouquet de persil
- 4 gousses d'ail
- 300 à 400gr de cèpes frais (ou 80gr séchés, à faire regonfler dans l'eau)
- Sel et poivre

Marche à suivre :

- 1) Dans une cocotte en fonte, faire fondre doucement la graisse de canard.
- 2) Pendant ce temps, peler les patates et les découper en tranches de 3 à 5 mm d'épaisseur.
- 3) Hacher l'ail et le persil grossièrement.
- 4) Couper en morceaux large les cèpes. Les faire revenir dans la graisse à feu moyen.
- 5) Réserver les cèpes de côté et faire cuire les patates à feu moyen en les tournant de temps en temps pour pas que ça accroche au fond de la cocotte, mais en faisant attention à ne pas réduire en purée les patates.
- 6) Une fois les patates presque cuites, ajouter les cèpes, l'ail et le persil.
- 7) Finir de cuire en mélangeant doucement pour ne pas faire de purée.
- 8) **Bonus 1** : pour le confit de canard, le cuire au bain marie afin de faire fondre le maximum de graisse, récupérer cette dernière pour la remettre dans le bocal par la suite. faire réchauffer les cuisses dans une poêle avec leur fond de graisse.
- 9) **Bonus 2** : Servir le confit avec les pommes sarladaise, et comme vin pour accompagner le plat, un "premières grives" du Domaine du Tariquet (un côte de Gascogne) ira parfaitement.

15) Conserves de purée de tomates



Pour... en fait, ça dépend de la quantité d'eau que vous arrivez à retirer des tomates (selon l'espèce ou le mûrissement), mais en sachant qu'en moyenne, 1kg de tomate fraîche donnera environ 200gr de purée de tomate.

Ingrédients :

- Plusieurs kilos de tomates fraîches (en sachant que 1kg égal environ un pot de 200gr de purée)
- de l'huile de coude en quantité

Marche à suivre :

- 1) Plonger les tomates par groupe dans de l'eau bouillante pendant 4 à 6 minutes et les plonger dans l'eau froide.
- 2) Peler les tomates ébouillantées, couper en 4, retirer le pédoncule et la partie intérieure du pédoncule.
- 3) Passer les tomates au presse-purée ou écrasées à la fourchette dans un grand saladier. Ne pas utiliser de mixeur pour éviter une soupe trop fine.
- 4) Prendre un faitout ou une grande gamelle, y mettre une grande passoire et recouvrir le fond de celle-ci d'un linge style vieux torchon de cuisine un peu épais.
- 5) Filtrer les tomates broyées dans le torchon, et presser le torchon pour en extraire autant de jus que possible sans forcer la pulpe à travers le tissu.
- 6) Mettre la pulpe, se trouvant dans le torchon, dans des pots de conserves de 200gr.
- 7) Nettoyer les bords des pots, mettre une capsule adaptée à la conserve utilisée, fermer les couvercles, et les dévisser d'un sixième de tour.
- 8) Mettre les pots dans le stérilisateur, les fixer et recouvrir d'eau les conserves à 1cm au-dessus. mettre le couvercle du stérilisateur.
- 9) Mettre à chauffer à feu vif, lorsque l'eau bout, compter 30 minutes et couper le feu. Laisser refroidir petit à petit comme ça.
- 10) Le lendemain, vider le stérilisateur, dévisser le couvercle, vérifier que la capsule est bien hermétique, bien essuyer pour ne pas laisser d'humidité. Revisser correctement les couvercles. Les conserves seront optimales à partir de 6 mois de cave.

16) Sauce tomate (conserves ou boulettes de viande)



Pour un plat pour 4 personnes

Ingrédients :

- 6 belles tomates
- 1 piment d'Espelette frais
- 2 gousses d'ail
- 1/2 poivron rouge
- 1 bel oignon jaune
- 1 grosse cuillère à soupe de moutarde forte de dijon (amora)
- 2dl de lait entier
- 1/2dl de vin blanc
- 6 à 8 belles feuilles de basilic frais
- 16 à 20 boulettes de bœuf de 4 à 5 cm de diamètre

Marche à suivre :

- 1) Dans une poêle à bords hauts, faire revenir les boulettes dans un peu d'huile d'olive à feu moyen-fort. Ensuite les mettre de côté.
- 2) Hacher fin les oignons, l'ail, le piment d'Espelette et le demi poivron.
- 3) Faire revenir tout ça dans la poêle avec un peu d'huile d'olive à feu moyen-fort.
- 4) Couper en petits dés les tomates et les ajouter dans la poêle.
- 5) Faire cuire à feu moyen pendant 30 à 45 minutes afin de bien réduire l'eau des tomates en mélangeant bien.
- 6) Ajouter le lait, le vin blanc et la moutarde. Continuer à cuire en remuant 5 minutes.
- 7) Ajouter les boulettes de viande. Ciseler le basilic et l'ajouter.
- 8) Couvrir 2 minutes et servir ou mettre en conserve.
- 9) **Bonus :** Pour le choix des pâtes, prendre des pâtes en tortillons (type Fusilis, Tortilles, Serpentina, etc...) ou des penne pour mieux accrocher la sauce (comparés à des pâtes lisses qui accrochent mal comme les spaghetti, les tagliatelles, etc...).

17) Cannelés



Pour 14 cannelés ou 30 mini-cannelés

Ingrédients :

- 1/2L de lait
- 50gr de beurre
- 250gr de sucre
- 125gr de farine
- 2 œufs + 1 jaune d'œuf
- 1 gousse de vanille
- 40ml de rhum brun
- 1 pincée de sel
- 1 sachet de sucre vanillé

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole faire fondre le beurre. Y verser ensuite le lait et la gousse de vanille fendue en deux.
- 2) Porter à ébullition tout en mélangeant bien. Retirer du feu et laisser tiédir.
- 3) Dans un saladier, battre, au fouet, les œufs avec le sucre et le sucre vanillé jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Puis y ajouter le contenu de la casserole en mélangeant avec le fouet.
- 4) Ajouter la farine, le sel et le rhum. Mélanger avec le fouet jusqu'à obtenir une pâte lisse (sans grumeaux). Laisser au frigo toute la nuit en laissant la gousse de vanille.
- 5) Après une nuit, mélanger la pâte sans trop la travailler et retirer la gousse.
- 6) Remplir les moules à cannelés jusqu'à 5mm du bord.
- 7) Préchauffer le four à 220°C, enfourner pendant 15 minutes. Abaisser la température à 200°C pendant 50 minutes. Sortir du four et laisser refroidir sur une assiette.

18) Fondue méditerranéenne



Pour 4 personnes

Ingrédients :

Pour le bouillon :

- 2L d'eau
- 1 poireau
- 2dl de vin blanc
- 1 carotte
- 2 rondelles de citron
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 belle gousse d'ail
- 1/2 oignon ou un petit oignon
- Aneth, basilic, sel, poivre
- Variante : Une cuillère à café de curry vert, une petite poignée de champignons noirs chinois

Pour la fondue :

- 600gr de crevettes décortiquées
- 600gr d'un beau pavé de thon
- 600gr d'un beau pavé de saumon (dans la queue pour réduire le nombre d'arêtes)
- 600gr de dos de cabillaud (moins d'arêtes encore une fois)
- 8 filets de sole
- 4 beaux oignons
- un pot de 150gr de salicornes au vinaigre
- 1dl de vin blanc

Marche à suivre :

Bouillon :

- 1) Hacher finement l'oignon, la carotte et l'ail.
- 2) Dans une grande casserole, faire revenir dans un peu d'huile d'olive l'oignon et la carotte hachés.
- 3) Déglacer au vin blanc, ajouter l'ail, l'eau, le poireau coupé fin, la sauce soja et faire bouillir pendant 45 minutes à feu moyen-fort.
- 4) Ajouter les condiment selon goût. Le bouillon est prêt. Vous pouvez soit l'utiliser tel quel, soit le filtrer sur une passoire.
- 5) **Variante** : ajouter une cuillère à café de curry vert dans le bouillon pour bien relever le goût. Possibilité aussi d'ajouter des champignons noirs chinois.

La fondue :

- 1) Découper en lanières de 5 à 7mm d'épaisseur les poissons et si possible en morceaux pas plus larges que 3cm et longs de 6cm. Réserver au frais avec les crevettes (une assiette par poisson).
- 2) Hacher grossièrement les oignons, les faire revenir et caraméliser avec un peu d'huile d'olive dans une poêle bien chaude. Ajouter le vin blanc pour déglacer, réserver au chaud.
- 3) Mettre le bouillon dans un caquelon ou une casserole en fonte ou terre cuite. Le poser ensuite sur un réchaud (gaz, alcool à brûler, ou gel combustible) et allumer ce dernier.
- 4) Lorsque le bouillon est assez chaud, mettre son poisson enroulé ou piquer la crevette au bout d'un pique et les faire cuire dans le bouillon.
- 5) Servir avec l'oignon caramélisé et les salicornes. De la sauce tartare ou curry accompagnent très bien tout ça.
- 6) À la fin, boire le bouillon.
- 7) **Bonus** : Un peu de riz parfumé au vinaigre de riz accompagne très bien un repas comme ça.

19) Flamique de Butternut



Pour une flamique pour 6 parts

Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée ronde
- 1,5kg de courge butternut
- 1 bel oignon
- 4 cuillères à soupe de moutarde forte de dijon (amora)
- 80gr de beurre
- 100gr de crème fraîche bien épaisse
- 3 œufs de taille moyenne
- sel, poivre et noix de muscade en poudre

Marche à suivre :

- 1) Peler et retirer les graines et fibres de la courge puis la couper en gros dés.
- 2) Dans une grande casserole, y mettre les dés de courge, hacher grossièrement l'oignon et l'y ajouter. Couvrir à peine d'eau et faire bouillir 15minutes.
- 3) Bien égoutter afin d'éliminer le plus d'eau, écraser à la fourchette.
- 4) Remettre dans la casserole avec le beurre, sel, poivre et la muscade en poudre. Ajouter une cuillère à soupe de moutarde.
- 5) Bien mélanger et laisser cuire 15 minutes à couvert à feu doux en mélangeant pour que ça n'accroche pas. Puis ajouter les œufs, la crème fraîche et mélanger.
- 6) Dans un moule à tarte, mettre la pâte feuilletée, étaler le reste de moutarde en fond de pâte.
- 7) Garnir le fond de tarte avec le contenu de la casserole, préchauffer le four à 220°C.
- 8) Faire cuire environ 40 minutes (dépendant du four).
- 9) **Bonus** : se mange aussi bien chaud que tiède ou froid.

20) Figues farcies au foie gras



Pour 10 figues

Ingrédients :

- 10 belles figues sèches
- 150gr de foie gras en bloc
- 1/2L de muscat de Rivesaltes
- Fleur de sel

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mettre les figues à tremper avec le muscat. Couvrir et laisser 24h au frais.
- 2) Le lendemain, sortir les figues du frigo 1h à l'avance, ainsi que le foie gras.
- 3) Tailler le bloc de foie gras en 10 morceaux de tailles égales.
- 4) Sortir une figue du saladier, l'égoutter vite fait.
- 5) Entailler le fond, et avec le manche d'une cuillère, lui redonner une bonne forme et retirer un petit peu de la chaire s'il y en a trop.
- 6) Mettre un peu de fleur de sel à l'intérieur de la figue.
- 7) Mettre un morceau de foie gras en faisant attention de ne pas déchirer la figue. Refermer doucement la figue pour que le foie gras soit bien emballé.
- 8) Recommencer avec toutes les figues.
- 9) Mettre sur un plat, couvert et réserver au frais pour le service.
- 10) Récupérer le muscat pour la prochaine fois.

21) Fromage Saint-Frometon



Pour une tomme de 300gr

Ingrédients :

- 3L de lait cru frais
- Présure
- Sel fin
- De la patience
- Variante : possibilité d'ajouter des ferments lactiques

Marche à suivre :

- 1) Dans une grande casserole ou un faitout, avec couvercle, mettre le lait et à feu très doux, le monter à 29°C (surveiller avec un thermomètre).
- 2) Retirer du feu, ajouter la présure selon la notice (dans mon cas, présure achetée en pharmacie, je dois mettre 3 gouttes pour 1L de lait). Et même chose pour les ferments, si vous en avez.
- 3) Mélanger doucement, remettre le couvercle et laisser cailler 24h dans un coin tranquille à température ambiante.
- 4) Le lendemain, vérifier le caillage. Il devrait y avoir un bloc de fromage flottant dans du petit lait. Incliner doucement le faitout pour retirer le maximum petit lait au-dessus de l'évier ou d'une gamelle pour récupérer le petit lait (peut servir à alléger les pâtisseries en remplaçant une partie du lait). Attention de ne pas faire tomber de fromage !
- 5) Une fois la majorité de petit lait retiré, prendre un pic à brochette en métal, et tailler grossièrement des cubes de 5 à 6 cm de fromage dans le bloc. Ça permet d'aider à retirer encore un peu de petit lait.

- 6) Mettre le fromage frais (car c'est du fromage frais!) dans des moules-égouttoirs (je prend un petit seau de 1L percé de pleins de trous de Ø3mm pour mettre le fromage tiré de 3L de lait). Laisser égoutter toute une nuit à l'abris des mouches et autres insectes.
- 7) Après égouttage, démouler le fromage sur une planchette en bois brut propre et bien lisse (ponçage fin). Saler au sel fin le fromage (environ 2 cuillères à soupe).
- 8) Stocker le fromage à 14°C et protégé TOTALEMENT des mouches. J'insiste bien fort là-dessus, car même dans un garde-manger, dans une boîte avec des collants comme parois ou même un frigo... elles arrivent à passer.... Du coup, ce que j'ai fais, c'est que j'ai pris une petite cave à vin La Sommelière (réglage de la température), que j'ai totalement étanchéifiée, et pour la condensation, j'ai mis une éponge au fond, que j'essore tous les jours.
- 9) Du coup, donc, stocker vos fromages à 14°C. Et chaque jour, pendant une semaine, retourner le fromage sur la planche (ou une autre planche pour que la première sèche), saler et remettre en affinoir. Attention à avoir à chaque fois les mains bien propres !
- 10) Au bout d'une semaine, ne plus saler les fromages et les retourner qu'une fois tous les 2 jours. Quand il y a de la moisissure trop haute, utiliser un pinceau moyennement dur pour les brosser (ou le faire à la main) afin de réduire. Mais ne pas retirer la moisissure, celle-ci est nécessaire, c'est elle qui forme la croûte.
- 11) Choisir votre temps d'affinage, selon si vous voulez que votre fromage soit plus ou moins fait. Sachant qu'il va se réduire petit à petit avec le temps et l'évaporation de l'eau. Mais entre 1 mois et 3 mois me semble une bonne durée d'affinage pour des tommes de cette taille. Les fromages sont assez secs et un peu serrés.

Il y aurait beaucoup à dire pour les fromages, la température d'affinage, le type de lait, les ferments utilisés, l'ensemencement (avec de la croûte du brie ou du penicillium roqueforti par exemple), le type de salage (à sec comme je fais, en brossage ou avec une éponge et de la saumure), etc etc... font les fromages presque aussi nombreux qu'il y a de producteurs. Le mien est à pâte ni pressée, ni cuite, au lait cru de vache et des ferments de mon laitier. Je les laisse en général 2 mois à 3 mois et demi avant de les manger. Mais certains restent plus longtemps pour essayer le résultats et d'autres moins longtemps pour un fromage moins compact, plus léger.

22) Tartine "casse-dalle" grillée



Pour 1 personne. De quoi casser la croûte de manière gourmande et assez vite, en toute saison

Ingrédients :

- 2 belles tranches de pain de campagne
- 4 grandes tranches de fromage à raclette
- 2 tranches de jambon blanc
- 1/2 tomate coupée en 6 rondelles
- Ail haché finement (ou ail séché en semoule)
- basilic séché haché
- poudre de curry jaune

Marche à suivre :

- 1) Sur chaque tranche de pain, déposer 2 tranches de fromage, puis une tranche de jambon pliée en 2 dans la longueur, 3 rondelles de tomate.
- 2) Saupoudrer au goût de chacun de poivre et aromates.
- 3) Faire préchauffer le four à 220°C puis enfourner pendant 10 minutes.
- 4) Déguster chaud.
- 5) Bonus : s'accompagne agréablement d'un vin rouge un peu fort type haut-médoc ou cahors.

23) Mousse trois-chocos



Pour 4 parts (4 bols taille moyenne)

Ingrédients :

Couche choco noir :

- 100gr de chocolat noir dessert
- 16gr de sucre blanc
- 4cl de crème fraîche liquide
- 1 jaune d'œuf
- 2 blancs d'œuf
- une petite pincée de sel

Couche choco blanc :

- 100gr de chocolat blanc dessert
- 16gr de sucre blanc
- 2cl de crème fraîche liquide
- 1 jaune d'œuf
- 2 blancs d'œuf
- une petite pincée de sel

Couche choco lait :

- 100gr de chocolat au lait dessert
- 16gr de sucre blanc
- 2cl de crème fraîche liquide
- 1 jaune d'œuf
- 2 blancs d'œuf
- une petite pincée de sel

Marche à suivre :

Couche chocolat noir :

- 1) Dans une casserole, faire fondre le chocolat au bain marie avec la crème fraîche.
- 2) Incorporer le jaune d'œuf en fouettant puis laisser refroidir.
- 3) Dans un saladier bien froid, monter les blancs en neige avec la pincée de sel, ajouter le sucre à mi-parcours.
- 4) Ajouter les blancs en neige délicatement à la crème au chocolat et mélanger doucement avec une marise (une spatule souple) afin de ne pas casser la neige.
- 5) Quand la mousse est homogène, la verser doucement au fond des bols. Réserver au frigo.

Couche chocolat blanc :

- 1) Dans une casserole, faire fondre le chocolat au bain marie avec la crème fraîche.
- 2) Incorporer le jaune d'œuf en fouettant puis laisser refroidir.
- 3) Dans un saladier bien froid, monter les blancs en neige avec la pincée de sel, ajouter le sucre à mi-parcours.
- 4) Ajouter les blancs en neige délicatement à la crème au chocolat et mélanger doucement avec une marise (une spatule souple) afin de ne pas casser la neige.
- 5) Quand la mousse est homogène, la verser doucement dans les bols, sur la couche de chocolat noir. Réserver au frigo.

Couche chocolat au lait :

- 1) Dans une casserole, faire fondre le chocolat au bain marie avec la crème fraîche.
- 2) Incorporer le jaune d'œuf en fouettant puis laisser refroidir.
- 3) Dans un saladier bien froid, monter les blancs en neige avec la pincée de sel, ajouter le sucre à mi-parcours.
- 4) Ajouter les blancs en neige délicatement à la crème au chocolat et mélanger doucement avec une marise (une spatule souple) afin de ne pas casser la neige.
- 5) Quand la mousse est homogène, la verser doucement dans les bols, sur la couche de chocolat blanc. Réserver au frigo au moins 2h avant de servir.

Bonus : un ou deux spéculoos plantés dans la coupe et décorée de 2 ou 3 framboises sont un magnifique (mais mortel) apport (à Jurassic Park).

Variantes : Peut se faire aussi avec d'autres chocolats : praliné, noir corsé, au café, etc...

24) Makis et sushis



Pour 30 sushis et 60 makis

Ingrédients

Pour environ 1.6kg de riz à sushi :

- 700gr de riz rond gluant japonais (ou de riz à risotto si vous n'avez pas de riz rond)
- 1L d'eau
- 6 cuillères à soupe de sucre blanc en poudre
- 8 cuillères à soupe de vinaigre de riz (il a un goût particulier qui n'est pas remplacé par du vinaigre blanc !)
- 2 pincées de sel

Pour les sushis :

- 100gr d'un beau pavé de saumon très frais
- 100gr d'un beau steak de thon très frais
- 1/2 avocat
- 1/2 feuille de nori
- Wazabi à discrétion

Pour les makis :

- 80gr d'un beau pavé de saumon très frais
- 80gr d'un beau steak de thon très frais
- 80gr de blanc de poulet
- 4 cuillères à soupe de sauce teriyaki
- 1 avocat et demi
- 6 feuilles de nori
- Variante : 80gr de fromage frais type Saint-Moret

Marche à suivre :

Pour le riz à sushi :

- 1) Dans une grande passoire, rincer le riz à l'eau courante froide jusqu'à ce que l'eau soit claire, bien égoutter.
- 2) Dans une grande casserole, verser le riz et l'eau. Laisser tremper 30 minutes et porter à ébullition à découvert. Baisser à feu doux, laisser évaporer l'eau jusqu'à la formations de petits cratères dans le riz.
- 3) Couvrir et laisser à feu doux 10 minutes sans ouvrir le couvercle.
- 4) Dans une petite casserole à-côté, faire chauffer doucement le sucre, le sel et le vinaigre de riz jusqu'à ce que le sucre soit dissous.
- 5) Étape acrobatique : Dans un saladier, mettre le riz, le mélanger délicatement avec une palette large en bois, tout en le ventilant avec un éventail et en ajoutant goutte à goutte le mélange de la petite casserole.
- 6) Couvrir d'un linge humide et laisser le riz reposer 10 à 15 minutes.

Pour les sushis :

- 1) Prendre 200gr de riz et en faire 10 boules un peu allongées (façon quenelle) et peu tassées.
- 2) Découper le saumon en 10 lamelles, mettre un petit peu de wazabi sur l'une des face et mettre cette face contre une des boules de riz.
- 3) Découper une lamelle de nori (8 à 10cm de long et 1cm de large), entourer le sushi avec à la perpendiculaire de la longueur.
- 4) Faire la même chose pour le thon et l'avocat.
- 5) Réserver, sur un plateau, au frais. À manger très rapidement, pas plus de 4h, pour garder toute la fraîcheur.

Pour les makis :

- 1) Prendre une feuille de nori, la mettre sur une natte en bambou (ou du film plastique), prendre un quart du riz restant, l'étaler sur la feuille de nori en laissant à découvert une bande de 2cm en haut.
- 2) Détailler le saumon en bande afin de le répartir au bas de la feuille de nori sur toute la longueur.
- 3) Tailler un demi-avocat en lamelles, répartir la moitié sur toute la longueur à-côté du saumon.
- 4) **Variante** : ajouter un peu de fromage sur toute la longueur.
- 5) Rouler bien serré en partant du bas. Arrivé en haut, humecter le bord libre de nori, ferme le maki.
- 6) Couper en tronçons de 2cm avec un couteau bien affûté et dont la lame est humide. (Afin de ne pas accrocher le riz lors de la découpe. Passer la lame sous un mince filet d'eau avant chaque coupe.)
- 7) Recommencer avec une autre feuille de nori (il y a 2 feuilles par type de nori (saumon, thon, poulet)).
- 8) Faire la même chose pour le thon.
- 9) Pour le poulet, le faire revenir à la poêle avec la sauce teriyaki puis faire comme précédemment.
- 10) Réserver, sur un plateau, au frais. À manger très rapidement, pas plus de 4h, pour garder toute la fraîcheur.

Se déguste nature ou avec de la sauce soja. On prend le sushi avec le poisson en bas, on le trempe légèrement dans la sauce soja et on le mange tel quel, poisson en premier au contact de la langue.

25) Pâte feuilletée

[Pas de photo (voir les prochaines recettes pour un résultat avec ladite pâte feuilletée)]

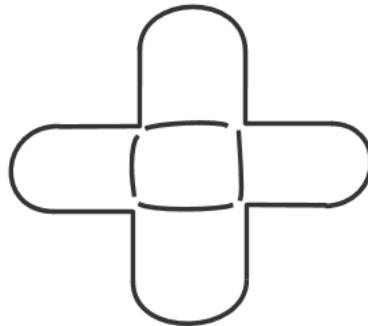
Pour 1kg de pâte feuilletée

Ingrédients :

- 500g de farine T45
- 250ml d'eau à température ambiante
- 8gr de sel fin
- 10gr de levure fraîche de boulanger type Hirondelle
- 50gr de beurre (de préférence du beurre doux, n'en déplaie à mes amis bretons)
- 325gr de beurre (de préférence doux, encore) ou de beurre de tourage ou de margarine à feuilletage, le tout à température ambiante

Marche à suivre :

- 1) Dans un bol, diluer la levure dans l'eau.
- 2) Dans un saladier, mélanger dans cet ordre la farine, le sel, les 50gr de beurre préalablement fondu et la levure diluée dans l'eau.
- 3) Mélanger puis pétrir jusqu'à obtenir une boule de pâte bien homogène.
- 4) Emballer dans du film alimentaire et laisser au frigo 30 minutes au moins.
- 5) Sortir la pâte, la déballer et se mettre sur un plan de travail bien fariné (la boule de pâte, pas vous sur le plan de travail !).
- 6) Abaisser, au rouleau à pâtisserie, la pâte en croix, avec le centre laissé à 2cm d'épaisseur et les branches à 5mm comme ceci :



- 7) Aplatir le beurre afin qu'il corresponde, en dimensions, à la surface du centre de la croix. Et l'y déposer.
- 8) Replier la branche à droite sur le beurre, puis la gauche, ensuite celle du bas, puis celle du haut. Faire attention aux coins de ne pas avoir de trou et en faisant bord à bord les rabats, pour que ce soit bien propre et le feuilletage bien fait.
- 9) Taper doucement (on veut pas éclaffer le truc !) avec un rouleau à pâtisserie sur la pâte afin de répartir le beurre un minimum. Attention à le garder bien carré !
- 10) Vérifier que notre plan de travail est bien fariné, et abaisser la pâte dans la longueur sur 1cm d'épaisseur (ça va former un long rectangle) en faisant attention que le beurre ne perce pas la pâte.
- 11) Lui faire faire un quart de tour dans le sens horaire. Abaisser doucement les angles afin d'avoir des angles droits (ou presque) bien propres.
- 12) Rabattre le tiers droit de la pâte sur le tiers central. Brosser le surplus de farine de la pâte.
- 13) Rabattre le tiers gauche sur l'empilement central. Mettre une petite marque de doigt en bas à droite.

- 14) Envelopper de film alimentaire et au frigo 2h. (On a fait 1 tour)
- 15) Sortir la pâte du frigo et du film, la déposer sur la table bien farinée avec la marque de doigt au même endroit.
- 16) Recommencer du point 9 à 13. Nous sommes à 2 tours.
- 17) Recommencer encore un coup, nous sommes ainsi à 3 tours.
- 18) Garder la pâte au frais 3h pour l'utiliser sous 2 jours ou la congeler pour l'utiliser bien plus tard.

En fin de compte, dès qu'on a le coup de main, la pâte feuilletée n'est pas si terrible que ça à faire. C'est long et compliqué de ne pas percer la pâte avec le beurre, mais on fini par y arriver et à nous les viennoiseries maison !

26) Chocolatines et croissants



Pour 10 chocolatines ou 20 croissants

Ingrédients :

- 1kg de pâte feuilletée
- **Pour les chocolatines** : 10 barres de chocolat (Branche Cailler, des barres de chocolat praliné recouvertes d'éclats de noisette)

Marche à suivre :

- 1) Sur une table bien farinée, abaisser la pâte feuilletée en un rectangle de 50x30cm. En faisant attention de ne pas casser la pâte en faisant percer le beurre de feuilletage.
- 2) **Pour les chocolatines** : Découper 10 rectangles de 10x15cm (couper la pâte dans la longueur pour découper en 5 tronçons chacune).
- 3) Placer la barre de chocolat d'un côté large du rectangle, rouler un peu serré.
- 4) appuyer un peu plus sur le rebord pour fermer le roulage, déposer sur papier sulfurisé sur plaque de cuisson, avec la fermeture sur le dessous. Écraser légèrement afin de lui donner une forme aplatie.
- 5) Laisser lever 1h à température ambiante (20°C minimum).
- 6) Faire préchauffer le four à 220°C, enfourner ensuite 20 minutes.
- 7) Une fois cuit, faire ressuer sur une grille le temps que ça refroidisse.
- 8) **Pour les croissants** : Découper 10 rectangles de 10x15cm comme les chocolatines, et retailer en diagonal afin d'avoir 20 triangles.
- 9) Prendre le côté base du triangle, rouler à partir de là et finir sur la pointe. L'appuyer légèrement pour la coller. Déposer sur papier sulfurisé et plaque de cuisson.
- 10) Faire les mêmes manipulations que pour la cuisson des chocolatines (points 5 à 7).

27) Feuilletés à la noix de Saint-jacques, fondue de poireaux et chèvre



Pour 6 grand feuilletés

Ingrédients :

- 1kg de pâte feuilletée
- 6 gros poireaux
- 6 cabécous (fromages de chèvre frais) ou alors 6 tranches de 1cm d'épaisseur d'une bûche de chèvre frais
- 12 belles noix de saint-jacques + 18 pour l'accompagnement
- 2 cuillères à soupe de moutarde fine et forte de dijon (amora)
- 3dl de vin blanc sec
- 200gr de crème fraîche épaisse
- Un peu d'huile d'olive pour faire revenir les poireaux

Marche à suivre :

- 1) Hacher grossièrement les poireaux et les faire revenir à feu vif dans une grosse casserole avec un fond d'huile d'olive et en remuant régulièrement pour que ça n'accroche pas.
- 2) Lorsque les poireaux ont commencés à bien caraméliser, ajouter la moutarde et la crème fraîche. Continuer à mélanger sur feu moyen pendant 30 minutes.
- 3) Ajouter le vin blanc et mélanger tranquillement à feu très doux pendant 1h.
- 4) Pendant ce temps, faire revenir à feu vif à la poêle, les noix de saint-jacques. 2 minutes de chaque côté, réserver au chaud.

- 5) Sur une table bien farinée, abaisser la pâte feuilletée en un rectangle de 30x45cm. Découper en 6 carrés de 15x15cm.
- 6) Poser les carrés sur du papier sulfurisé et une plaque de cuisson.
- 7) Au centre de la pâte, mettre une bonne cuillère à soupe de fondue de poireaux.
- 8) Tailler 12 noix de st-jacques en 2, répartir 4 demi-noix de st-jacques par feuilleté (1 en face de chaque angle de la pâte).
- 9) Rabattre les coins de pâte sur le centre, et replier le bout des coins pour faire comme un repli pour ouvrir le centre du feuilleté. Comme sur la photo.
- 10) Au centre, déposer un cabécou et une pointe de couteau de moutarde forte au centre.
- 11) Préchauffer le four à 220°C, puis enfourner 20 minutes.
- 12) Servir avec 3 noix de st-jacques réservées au chaud par feuilleté.
- 13) **Bonus** : s'accompagne très bien d'un vin blanc sec.

28) Tarte à la tomate



Pour une tarte (4 à 6 parts)

Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée ronde (ou 450gr à abaisser en rond de 35cm de diamètre)
- 3 belles tomates (rondes, type Saint-pierre ou Marmande)
- 6 feuilles de basilic frais
- 4 grosses cuillères à soupe de moutarde fine et forte de dijon (amora)
- 50gr de parmesan râpé

Marche à suivre :

- 1) Dans un plat à tarte, mettre la pâte et étaler la moutarde en fond.
- 2) Couper les tomates en rondelles, les répartir sur la tarte.
- 3) Ciseler le basilic et le répartir. Saupoudrer le parmesan.
- 4) Faire préchauffer le four à 220°C, puis enfourner pendant 20 à 25 minutes. Puis 2 à 3 minutes avec la fonction grill.
- 5) Cette tarte, simple et rapide, peut se manger chaude ou froide. ^^

29) Conserves de tomates cerises confites



Pour 1 pot de conserve de 350gr (à multiplier par le nombre de bocaux que vous voulez faire, ou en fonction de votre quantité de tomates-cerises)

Ingrédients :

- une vingtaine de tomates-cerise (en fonction de la taille) J'ai utilisé pour ma part un tiers de race rouge, un tiers de race jaune et un tiers de race noire.
- Variante : 2 à 3 mini boules de mozzarella
- 2 à 3 cubes de feta
- 2 tronçons/rondelles de piment doux (type espelette ou des landes)
- 1 feuille de basilic frais
- 1 pincée de gros sel
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Marche à suivre :

- 1) Ho bha c'est simple : vous agencez tous les ingrédients dans le bocal.
- 2) Nettoyer les bords des pots, mettre une capsule adaptée à la conserve utilisée, fermer les couvercles, et les dévisser d'un sixième de tour.
- 3) Mettre les pots dans le stérilisateur, les fixer et recouvrir d'eau les conserves à 1cm au-dessus. mettre le couvercle du stérilisateur.
- 4) Mettre à chauffer à feu vif, lorsque l'eau bout, compter 1h30 et couper le feu. Laisser refroidir petit à petit comme ça.
- 5) Le lendemain, vider le stérilisateur, dévisser le couvercle, vérifier que la capsule est bien hermétique, bien essuyer pour ne pas laisser d'humidité. Revisser correctement les couvercles. Les conserves seront optimales à partir de 6 mois de cave.
- 6) En apéro, c'est un régal ! Et si en plus vous avez des tomates-cerises bien mûres et sucrées, ça confirmera d'autant mieux !

30) Tartiflette gourmande



Pour 4 gourmands ou 6 personnes

Ingrédients :

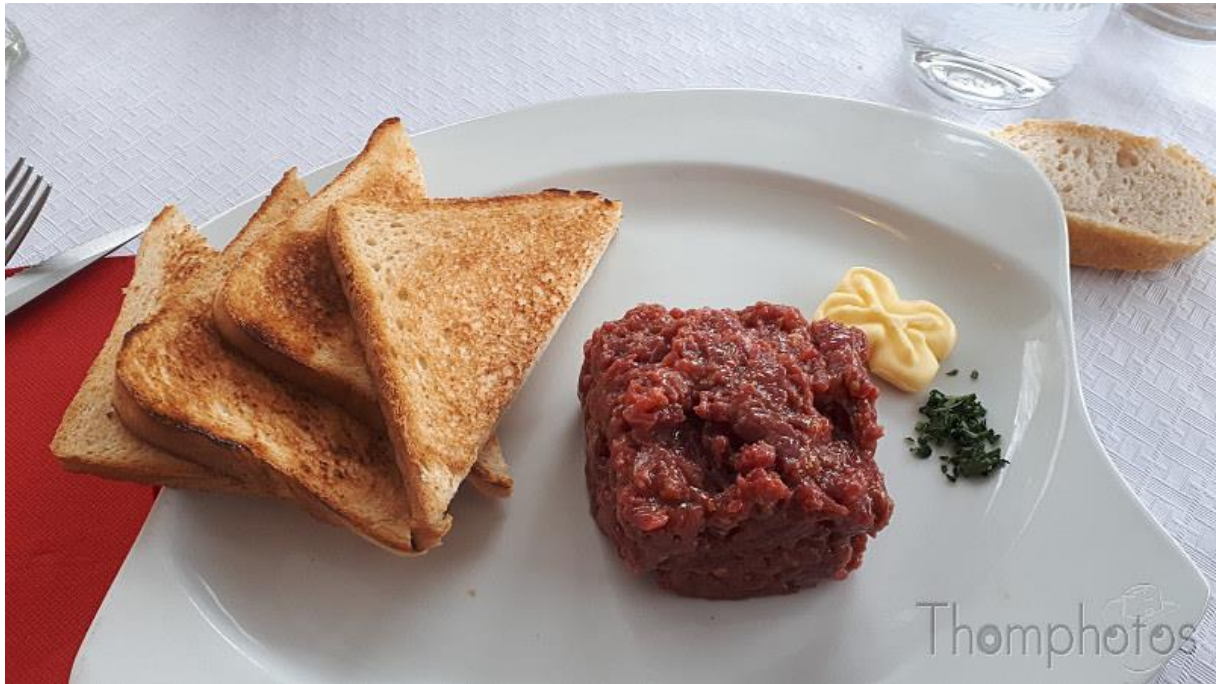
- 1,5kg de patates à frites
- 5 beaux oignons
- 400 à 500gr de lardons fumés
- 2 beaux reblochons
- Sel, poivre
- Variante gourmande : ajouter 500gr de fromage à raclette, 200gr de crème fraîche épaisse, ciboulette à discrétion

Marche à suivre :

- 1) Faire cuire les patates dans l'eau bouillante jusqu'à ce qu'une fourchette les perce sans soucis.
- 2) Dans une grande poêle, faire revenir les lardons à feu moyen pour leur faire rendre un peu de gras. Réserver les lardons de côtés et le gras dans la poêle.
- 3) Hacher grossièrement les oignons, les faire revenir dans la poêle avec le gras des lardons.
- 4) **Variante :** à la fin de cuisson des oignons, leur ajouter la crème fraîche épaisse et la ciboulette hachée.
- 5) Couper en rondelles de 5mm d'épaisseur les patates (ou en morceaux de formes diverses et variées si vous préférez).
- 6) Dans un grand plat (faut pouvoir tout faire rentrer !), mettre la moitié des patates, puis la moitié des oignons/lardons/(et crème), puis les 2/3 du fromage à raclette si vous en mettez.

- 7) Mettre le reste de patates, puis le reste d'oignons/lardons(/et crème).
- 8) Poser les 2 reblochons sur tout ça (pas les deux empilés évidemment...), et la variante : mettre le reste de fromage à raclette pour finir de recouvrir le plat de fromage là où il n'y a pas de reblochon.
- 9) Saler, poivrer à discrétion (et ciboulette hachée de même).
- 10) Préchauffer le four à 220°C, puis enfourner pendant 20 minutes.
- 11) Passer en mode grill et laisser quelques minutes sous surveillance (attention que ça ne crame pas, c'est juste pour faire une belle croûte !).
- 12) Sortir du four, **MANGER !** (Attention, c'est chaud !)
- 13) **Bonus** : s'accompagne bien d'un vin blanc moelleux (même du vin de Savoie utilisé pour démarrer la tondeuse.... oups !).

31) Tartare de bœuf du koala



Pour une personne

Ingrédients :

- 250gr de bonne viande de bœuf fraîche (du rumsteak par exemple) (en morceau ou à faire hacher par votre boucher)
- 1 cuillère à café de câpres
- 1 cuillère à café de moutarde fine et forte de dijon (amora)
- 1/4 cuillère à café de purée de tomate (ou de concentré)
- 1 jaune d'œuf
- 1 cuillère à café d'échalote hachée finement
- quelques gouttes de tabasco (à discrétion)
- Basilic, persil, ciboulette, sel et poivre vert, le tout à discrétion
- 2 tranches de pain de mie (aux céréales, c'est encore meilleur !)
- **Variante** : ajouter une demi-cuillère à café de cognac

Marche à suivre :

- 1) Faire griller le pain de mie au grille-pain, puis le couper en triangle.
- 2) Hacher au couteau la viande (taille selon vos goûts, j'ai une préférence pour des bouts de moins de 5mm de côtés.).
- 3) Dans un grand bol ou petit saladier, mettre tous les ingrédients sauf les épices (et tabasco) et le pain (qui servira dans l'assiette à manger le tartare si on oublie la fourchette).
- 4) Goûter, corriger l'assaisonnement.
- 5) Ajouter les épices et tabasco, goûter et corriger l'assaisonnement.
- 6) Manger tant que la viande est fraîche, avec le pain. (Dans une assiette évidemment !)
- 7) **Bonus** : une noix de beurre demi-sel sur le pain peut être une idée agréablement gourmande.

32) Saucisson-croûte



Pour un moule à cake de 26cm de long

Ingrédients :

- 350gr de farine T55
- 1/2 cube de levure fraîche (type Hirondelle) ~20gr
- 3 cuillères à soupe de lait tiède + un peu de lait pour la dorure de cuisson
- 1 cuillère à café de sel
- 3 œufs de taille moyenne
- 150gr de beurre ramollis
- 1 beau poireau
- 1 beau saucisson à l'ail
- 3 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne (grains)

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier mettre la farine, le sel, les œufs et le beurre. Commencer à mélanger.
- 2) Ajouter la levure émiettée et le lait. Bien mélanger afin d'avoir une pâte homogène.
- 3) Laisser lever à couvert 30minutes à température ambiante.
- 4) Pendant ce temps, couper le poireau en deux dans la longueur, détacher les feuilles et les faire blanchir 2 minutes dans une casserole d'eau bouillante. Mettre dans l'eau froide afin de stopper la cuisson.
- 5) Égoutter et sécher le poireau sur du Sopalín.
- 6) Beurrer le moule à cake et mettre la moitié de la pâte.
- 7) Retirer la peau du saucisson à l'ail, le badigeonner avec la moutarde gros grains et l'envelopper comme une momie avec les bandes de poireau.
- 8) L'enfoncer un peu dans la pâte, recouvrir avec le reste de pâte et laisser lever 30min.
- 9) Dans un four préchauffé à 200°C, enfourner 40minutes en badigeonnant d'un peu de lait.
- 10) Remettre un peu de lait en badigeonnant à la sortie du four. Bon appétit !

33) Tarte aux pommes sans pâte de maman



Pour 6 parts

Ingrédients :

- 50gr de beurre fondu
- 185gr de sucre (dont 10gr pour le saupoudrage)
- 2 beaux œufs
- 250gr de noisettes moulues
- 250gr de compote de pommes (*Faire cuire dans un peu d'eau citronnée et à petit feu des pommes pelées et coupées en petits morceaux, écraser à la fourchette*)
- 100gr de farine T55
- un sachet de levure sèche
- 4 belles pommes
- 1/2 plaque de chocolat noir dessert
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche épaisse

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mettre le beurre, les 175gr de sucre et les 2 œufs. mélanger jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- 2) Ajouter les noisettes en poudre et la compote de pommes, la farine et la levure sèche. Bien mélanger jusqu'à avoir une pâte homogène.
- 3) Dans un moule à tarte (Ø24cm), beurrer le moule et verser la pâte.
- 4) Peler et couper en fines lamelles les pommes. Puis les enfoncer aux 2/3 dans la pâte en les faisant se chevaucher (comme des cartes en ligne dans les tours de magie).
- 5) Saupoudrer le reste de sucre sur la tarte.
- 6) Dans un four préchauffé à 180°C et enfourner pendant 1h.

- 7) Pendant ce temps, faire fondre doucement le chocolat cassé en morceaux et la crème fraîche.
- 8) Une fois la tarte cuite, faire des filets de chocolat fondu dessus en sortir de four ou au moment de servir, sur chaque part.
- 9) Servir et déguster avec un verre de cidre.

34) Bière maison Ce'Nedra



Pour 12L de bière

Ingrédients :

- 500gr de blé complet
- 500gr d'orge mondé
- 500gr de sarrasin
- 1 cube de levure fraîche (type Hirondelle) ~42gr
- 1kg de miel toutes fleurs
- 1kg de sucre de canne
- **Variante : soit 2kg de miel, soit 2kg de sucre de canne (dépendant du taux d'alcool que vous voulez. pour 2kg de miel et cette recette, j'ai eu 4,5° d'alcool. Pour 1kg de miel et 1kg de sucre, je suis monté à 10,5°)**
- 100gr de houblon en pellets T90 (pour ma part, c'est du houblon Triskell à indice d'acide Alpha à 2.6%, donc faible amertume)
- 3L d'eau pour la cuisson des céréales
- 0.5L d'eau tiède pour diluer la levure
- 3L d'eau froide pour abaisser la température avant l'adjonction de levure
- 1L d'eau pour le houblon
- 6L d'eau à T° ambiante pour rincer les drêches

- Un peu de sucre pour la refermentation en bouteille

Marche à suivre :

- 1) Dans une poêle assez large, torréfier les céréales à feu vif et en remuant régulièrement jusqu'à avoir une bonne odeur (attention de pas faire brûler !).
- 2) Diluer la levure dans les 0.5L d'eau tiède et laisser travailler tranquillement.
- 3) Dans un faitout, mettre les céréales torréfiées et les 3L d'eau, monter à 45°C et tenir la température 15 minutes.
- 4) Monter ensuite à 85°C et tenir 1h. Toujours bien brasser pour éviter aux céréales d'accrocher et pour bien disperser les farines des céréales.
- 5) Dans un bidon de 20L type jerrican avec un robinet en bas, mettre le sucre et le miel.
- 6) Dans un sac en tissu à maille fine façon torchon de cuisine, mettre le houblon.
- 7) Dans une casserole, mettre le litre d'eau pour le houblon, mettre à bouillir et mettre le sac en tissu avec houblon dedans, façon thé à infuser (mais à continuer à bouillir).
- 8) Le temps d'infusion du houblon dépend de l'amertume que l'on recherche (dépend aussi du taux d'acide Alpha dans le houblon). Les arômes du houblons s'infusent les 12 premières minutes, puis vient l'amertume. Plus longtemps le houblon est infusé, plus l'amertume sera présente.
- 9) Une fois infusé, presser le sac de houblon pour en retirer autant de jus que possible. mettre le jus dans le bidon.
- 10) Lorsque les céréales ont finies de cuire, les presser sur une passoire, les rincer avec l'eau dédiée. Les restes de céréales (appelés drêches) peuvent ensuite finir comme alimentation animale, ou pour manger (dans des pains aux céréales, c'est super bon ! ou mangé avec du miel et du vinaigre balsamique).
- 11) Transférer le jus de céréales rincée dans le bidon, vérifier la température (entre 15 et 30°C) et ajouter l'eau restante.
- 12) Agiter un peu le bidon pour mélanger. Ajouter la levure diluée (qui a sans doute commencée à buller en travaillant et se multipliant).
- 13) Bien fermer le bidon, l'agiter dans tous les sens afin de tout bien mélanger et dissoudre miel et sucre.
- 14) Stocker le bidon dans un lieu tempéré et dans le noir, avec un barboteur ou un sopalin avec un élastique à la place du bouchon (afin de permettre l'échange gazeux pour les bactéries).
- 15) Pendant 7 à 10 jours, garder un œil sur le dégagement gazeux du bidon, la formation du Krauser (la mousse brune en surface), et l'odeur. Mise à part ça, ne pas triturer le bidon ni le secouer.
- 16) Au bout de ce temps de macération, prendre 12 bouteilles d'un litre de limonade en verre avec bouchon mécanique, les ébouillanter afin de les nettoyer.
- 17) Ici, il va falloir savoir si on veut une bière qui est très gazeuse ou pas trop. On va ajouter, par litre de bière, entre 5 et 10gr de sucre de canne dans les bouteilles. À peser précisément afin de savoir si on en a trop mis ou pas lors de la prochaine cuvée. Ce sucre ajouté permettra une refermentation de la bière, en bouteille, afin de gazéifier.
- 18) Pour ma part, je mets 6gr de sucre par bouteille d'un litre. Ensuite remplir doucement les bouteilles sans remuer le bidon, afin de ne pas transférer le fond du bidon qui troublera énormément la bière.
- 19) Bien fermer les bouteilles et les stocker, droites, en cave, pendant 2 semaines.
- 20) **Note : si il y a trop de sucre pour la refermentation ou que la bière n'a pas fini sa macération de base, les bouteilles ont un risque d'explosion.**
- 21) Ensuite, déguster bien fraîches. Sans secouer !
- 22) **Note bis : Même chose, si trop de sucre, ou secouage, les bouteilles peuvent faire un geyser à l'ouverture (du genre à plusieurs mètres...).**

35) Liqueur de banane



Pour 3L de liqueur

Ingédients :

- 6 grosses bananes
- 1,5L de rhum Charrette à 49°
- 1L d'eau
- 750gr de sucre de canne

Marche à suivre :

- 1) Dans une Dame-Jeanne, mettre l'alcool et les bananes épluchées et écrasées grossièrement à la fourchette.
- 2) Laisser macérer à l'abri de la lumière et au frais pendant 6 mois, en mélangeant chaque jour un instant.
- 3) Au bout de 6 mois, filtrer sur passoire fine et transvaser l'alcool dans une bouteille de 3L ou répartir pour 3L.
- 4) Dissoudre le sucre dans l'eau et compléter l'alcool avec.
- 5) Conserver les bouteilles 1 mois au frais et à l'abri de la lumière.
- 6) Déguster sur un glaçon.
- 7) Bonus : la purée de banane peut être utilisée pour des cakes et gâteaux.

36) Liqueur de pendu



Pour 3L de liqueur

Ingrédients :

- 4 grosses oranges bien juteuses
- 1,5L de rhum Charrette à 49°
- 1L d'eau
- 750gr de sucre de canne

Marche à suivre :

- 1) Dans un pot assez grand et fermable avec un couvercle, mettre l'alcool au fond.
- 2) Presser 2 oranges et mettre le jus dans l'alcool.
- 3) Avec une aiguille et de la ficelle à poulet, accrocher les 2 dernières oranges et les accrocher dans le pot de façon à ce que les oranges ne touchent juste pas le liquide et soient pendue juste au-dessus.
- 4) Laisser comme ça à l'abri de la lumière et de la chaleur pendant 6 mois.
- 5) Au bout de ce temps, ouvrir le pot, retirer les orange et les presser pour récupérer le jus, mettre le jus dans le pot, refermer pendant une semaine.
- 6) Filtrer sur passoire fine et mettre dans une bouteille de 3L ou répartir en plusieurs bouteilles pour atteindre 3L.
- 7) Dissoudre le sucre dans l'eau et compléter l'alcool avec.
- 8) Conserver les bouteilles 1 mois au frais et à l'abris de la lumière.
- 9) Déguster bien frais (bouteille au frigo ou au congélateur, comme du Limoncello).

37) Liqueur de P'tite Méli

[Pas de photo, j'ai déjà tout bu]

Pour 3L de liqueur

Ingrédients :

- 1,5L de rhum Charrette à 49°
- 500gr de feuilles fraîches de mélisse
- 1L d'eau
- 750gr de sucre de canne

Marche à suivre :

- 1) Passer à l'eau les feuilles de mélisse afin de les nettoyer et éviter les bestioles, terre et autres.
- 2) Dans une Dame-jeanne de 4L, mettre l'alcool et les feuilles de mélisse.
- 3) Laisser macérer à l'abri de la lumière et de la chaleur pendant 2 mois, secouer pendant un instant tous les jours.
- 4) Ajouter l'eau et le sucre dans la Dame-jeanne, secouer, et laisser comme au point 3 pendant 2 semaines.
- 5) Répartir en bouteilles en filtrant afin de retirer les feuilles de mélisse.
- 6) Boire bien frais, en digestif.

38) Coup de Pépouze



Pour 2L

Ingrédients :

- 1L d'eau-de-vie blanche à 70°
- 2kg de framboise bien mûres, juteuses et aromatiques
- 4 feuilles de menthe fine russe d'un pied centenaire

Marche à suivre :

- 1) Dans une Dame-jeanne de 4L, mettre les framboises sans les écraser et l'alcool.
- 2) Laisser macérer à l'abri de la lumière et de la chaleur pendant 5 semaines.
- 3) Ajouter les feuilles de menthe, remettre à macérer une semaine.
- 4) Filtre doucement sur un épais torchon de cuisine.
- 5) Presser le torchon en faisant attention qu'il n'y ait que du jus claire qui en sort.
- 6) Mettre en bouteille, laisser reposer 2 semaines en cave.
- 7) Se déguste en digestif, bien frais.

39) Hypocras Polgara (et Variante blanche)



Pour 1,5L

Ingrédients :

- 1,5L de vin rouge de campagne (type bergerac, cahors...)
- 188gr de sucre de canne
- 1 grand bâton de cannelle
- 3 clous de girofle
- 1,5gr de muscade en poudre
- 1 gousse de vanille
- 1,5dl d'eau-de-vie de prune

Marche à suivre :

- 1) Dans une dame-jeanne de 4L, mettre tous les ingrédients, et la vanille fendue dans la longueur.
- 2) Laisser macérer et remuer pendant au moins une semaine, dans un lieu frais à l'abris de la lumière.
- 3) Filtrer, mettre en bouteille.
- 4) Déguster un peu frais.

Variante hypocras blanc :

Ingrédients :

- 1,5L de blanc sec (type Anjou ou Bergerac)
- 188gr de sucre blanc
- 1 bâton de cannelle
- 3 clous de girofle
- 3/4 de cuillère à café de muscade moulue
- 1 gousse de vanille fendue dans la longueur
- 1dl d'eau-de-vie de pêche ou de poire

Marche à suivre identique à l'Hypocras Polgara.

40) Croûtes au fromage



Pour une personne

Ingrédients :

- 1 baguette de pain tradition (quantité selon la taille du plat)
- 2 gousses d'ail
- 1/2 oignon
- 5 tranches de jambon blanc
- 2dl de vin blanc demi-sec
- 1 bloc de 300gr de gruyère suisse
- sel, poivre, paprika
- **Variante** : un œuf

Marche à suivre :

- 1) Couper la baguette en tranche de 2 à 3cm d'épaisseur, frotter avec les gousses d'ail et répartir sur une seule épaisseur dans une plat à tarte de 20 à 25cm de diamètre (selon votre appétit).
- 2) Couper le demi-oignon en fines lamelles, répartir sur les tranches de pain.
- 3) Verser le vin blanc afin de bien imbiber le pain dans tous le plat.
- 4) Répartir le jambon par-dessus.
- 5) Faire des tranches de 2mm d'épaisseur de gruyère (avec une trancheuse ça va vite, sinon au couteau) et répartir en tournant comme un éventail le fromage sur tout le reste (au centre il va y avoir une belle épaisseur avec les bords intérieurs du fromage).

- 6) Saler/poivrer à l'envie, saupoudrer un peu de paprika.
- 7) Enfourner pendant 20 minutes environ dans un four préchauffé à 220°C.
- 8) Lorsque le fromage est bien gratiné/croûté, sortir du four et déguster.
- 9) **Variante** : faire cuire l'œuf au plat dans une petite poêle, et le mettre sur les croutes au fromage.
- 10) **Bonus** : peut s'accompagner de cornichons, d'une simple salade verte et d'un verre du vin blanc utilisé pour la préparation.
- 11) *Fait autant de bien qu'une fondue ou une raclette après une journée froide !*

41) Moules au curry



Pour 3 à 4 personnes

Ingrédients :

- 2kg de moules de bouchot fraîches
- 1 bel oignon
- 4 cuillères à soupe de curry jaune
- 1 cuillère à café d'estragon
- 1dl de lait entier
- 300gr de crème fraîche épaisse entière
- 3 cuillères à soupe de moutarde fine et forte de dijon (amora)
- le jus d'un demi citron
- 1dl de vin blanc sec

Marche à suivre :

- 1) Préparer les moules : les laver, gratter, retirer les berniques et restes de support. **Si une moule est ouverte -> poubelle.**
- 2) Dans un faitout, faire chauffer les moules à feu vif en les remuant sans les casser pendant 5 à 10 minutes, afin de les cuire (quand elles sont toutes ouvertes, c'est bon).
- 3) Hacher fin l'oignon et dans un grand bol, mélanger tout les ingrédients (sauf les moules).
- 4) Ajouter le contenu du bol dans le faitout, mélanger doucement avec les moules à feu moyen pendant 20 minutes.
- 5) Servir et manger !
- 6) **Bonus :** S'accompagne bien entendu de frites (maison) et de vin blanc.
- 7) **Si une moule est totalement fermée -> poubelle.**

42) Vatrouchki



Pour 8 Vatrouchki

Ingrédients :

Garniture :

- 300gr de fromage frais (voir recette précédente)
- 40gr de miel toutes fleurs (ou de sucre blanc)

Pâte :

- 320gr de farine T65
- 30gr de sucre de canne
- 1gr de sel
- 10gr de levure de boulanger fraîche (type hirondelle)
- 1 œuf gros
- 1 yaourt blanc (~125gr)
- 50gr de beurre fondu
- 20ml d'eau tiède
- un peu de lait pour badigeonner

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre et le sel.
- 2) Dans un petit bol ou un verre, diluer la levure dans l'eau.
- 3) Dans un autre bol, mélanger le yaourt et l'œuf, puis ajouter dans le saladier. Commencer à mélanger.
- 4) Ajouter le beurre fondu, mélanger un peu et ajouter ensuite la levure diluée dans l'eau. Pétrir 5 minutes jusqu'à obtention d'une pâte homogène et un peu collante.

- 5) Former une boule et laisser reposer et lever la pâte pendant 1h30 à température ambiante dans le saladier recouvert d'un torchon.
- 6) Lorsque la pâte a levée, diviser en 8 boules égales.
- 7) Abaisser en rond de 10cm de diamètre environ et 1cm d'épaisseur. Déposer sur une plaque de cuisson avec papier sulfurisé.
- 8) Laisser lever pendant 30 minutes.
- 9) Pendant ce temps, mélanger le fromage frais et le miel.
- 10) Creuser jusqu'à mi-épaisseur les ronds de pâte, au centre, avec le cul d'un verre à moutarde fariné.
- 11) Badigeonner la pâte avec un pinceau et le lait.
- 12) Répartir le fromage au miel dans les creux.
- 13) Préchauffer le four à 180°C puis enfourner pendant 30 minutes.
- 14) Mettre le four sur la fonction grill, et faire légèrement griller le dessus pendant 45 à 90 secondes.
- 15) Laisser tiédir et profiter !

43) Pavé de cuissot de sanglier sauce Grand Veneur aux morilles



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1,6kg d'un beau pavé de cuissot de sanglier
- 1 doigt de cognac
- 2 gros oignons
- 3 belles carottes
- 80gr de morilles séchées
- 75cl de vin rouge fort (type Bergerac, Cahors, Bourgogne)
- 75gr de beurre
- 15cl de crème fraîche épaisse
- 3 gousses d'ail
- 4 cuillères à soupe de farine
- 1 bouquet garni (laurier, thym, ciboulette)

Marche à suivre :

- 1) Dans une cocotte en fonte, faire fondre le beurre. Détailler en gros morceaux la viande de sanglier.
- 2) Lorsque le beurre est bien chaud, faire accrocher à feu vif la viande sur toutes les faces.
- 3) Retirer la viande et faire caraméliser les oignons et carottes coupés fins.
- 4) Ajouter ensuite le vin, la farine et l'ail. bien mélanger pour éviter les grumeaux de farine. Baisser le feu à moyen.
- 5) Ajouter les morilles, la crème fraîche et le cognac. Mélanger doucement pour ne pas abimer les morilles.
- 6) Ajouter la viande et le bouquet garni.
- 7) Baisser un peu le feu et laisser mijoter à feu moyen-faible (thermostat 2 sur 6) à découvert pendant 20 minutes, puis couvrir pendant 1h.
- 8) Servir avec des spätzlis (recette suivante) et du Gamaret ou un vin fort de chasse.

44) Spätzlis



Pour 3 à 4 personnes en accompagnement

Ingrédients :

- 300gr de farine T55
- 1dl de lait entier
- 0.5dl d'eau
- 3 beaux œufs
- 1/2 cuillère à café de sel

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mettre la farine et le sel, mélanger et faire un puits.
- 2) Y verser l'eau, le lait et les œufs. Bien mélanger jusqu'à avoir une pâte homogène.
- 3) La pâte est un peu liquide, c'est normal. On aura besoin de cette texture pour la suite.
- 4) Laisser reposer 30 minutes la pâte à température ambiante et bien couverte.
- 5) Dans une grande casserole, mettre de l'eau et la saler légèrement (comme pour l'eau des pâtes). Faire frémir.
- 6) Prendre une plaque à découper lisse, la mouiller.
- 7) Mettre une portion de pâte sur la plaque, et avec un couteau, faire des petits brins de pâte et les basculer un par un dans l'eau frémissante.
- 8) Lorsque les spätzlis remontent à la surface, ils sont cuits ! Les récupérer avec un écumoire.
- 9) Cuire toute la pâte.
- 10) Faire revenir les spätzlis sur feu moyen dans un peu d'huile dans une poêle. Afin de griller un peu les spätzlis, c'est bien meilleur !
- 11) **Bonus** : accompagne très bien les viandes en sauce, principalement les viandes fortes.

45) Fondue aux fromages



Pour 2 à 3 personnes

Ingrédients :

- 400gr de gruyère suisse (ou appenzeller)
- 400gr de beaufort ou de comté
- 2dl de vin blanc moelleux
- 2 gousses d'ail
- 4 cuillères à soupe de kirsch
- 1 cuillère à soupe de maïzena (féculé de maïs)
- **Variante** : un bol de 2dl de kirsch pour la trempette
- **Variante** : un poignée de champignons (au choix : des trompettes de la mort, des girolles, des morilles)
- **Variante** : un œuf par personne
- 2 à 3 baguettes de pain

Marche à suivre :

- 1) Couper le pain en dés de 2 à 3cm de cotés.
- 2) Dans un caquelon à fondue en fonte, mettre le vin blanc et les 4 cuillères à soupe de kirsch.
- 3) Hacher l'ail, l'ajouter dans le caquelon, mettre à chauffer à feu moyen (thermostat 4 sur 6). Durant tout le reste de la recette, ne pas arrêter de mélanger avec une cuillère en bois.
- 4) Râper les fromages sur la grosse râpe. Et transvaser dans le caquelon.
- 5) Lorsque le fromage est fondu à moitié, ajouter la maïzena.
- 6) **Variante** : Lorsque le fromage a fondu, ajouter les champignons de la variante.
- 7) Mélanger jusqu'à avoir une fondue bien lisse en faisant attention que le fromage ne rende pas son gras.
- 8) Ramener le caquelon à table, allumer un petit réchaud dessous et s'installer.
- 9) Piquer un dés de pain avec son pic à fondue, tourner dans le fromage. Il faut toujours avoir quelqu'un pour tourner et éviter que le fromage ne brûle sur le dessous ou rende son gras.

- 10) **Variante** : Tremper rapidement son pain dans le bol de kirsch avant de plonger et tourner dans la fondue.
- 11) *Si quelqu'un perd son pain, et même s'il arrive à le récupérer, il a un gage donné par un ou plusieurs convives autour du caquelon.*
- 12) Lorsqu'il ne reste que la couche de fromage grillée au fond (la Religieuse), au choix, gratter doucement et manger le fromage grillé, ou faire **la variante** et y casser les œufs. Les faire légèrement brouillés. Et déguster.
- 13) **Pour accompagner la fondue, le mieux est une boisson chaude, du vin blanc ou du coca. Pas de liquide froid afin d'éviter au fromage de faire une boule dans l'estomac.**
- 14) **Bonus** : une fois fini, laisser tremper dans l'eau le caquelon toute la nuit, le nettoyage n'en sera que plus simple le lendemain.

46) Fajitas bœuf, poulet et poivrons

Recette pour 4 à 6 personnes, en plusieurs parties car plusieurs photos.

a) Préparation au bœuf :



Ingrédients :

- 1,7kg de bœuf haché
- 3 belles tomates
- 2 oignons
- 2 cuillères à soupe de moutarde
- 2dl de lait entier
- 1 cuillère à café de basilic séché haché fin
- un peu d'huile d'olive pour faire revenir les oignons

Marche à suivre :

- 1) Hacher les oignons et les faire revenir dans un peu d'huile d'olive à feu vif dans une grande poêle profonde.
- 2) Quand les oignons ont commencés à caraméliser, couper les tomates en dés, les ajouter dans la poêle. Continuer à feu vif.
- 3) Quand les tomates commencent à faire de la purée, ajouter la moutarde, le lait et mélanger.
- 4) Ajouter la viande et bien mélanger, toujours à feu vif, pendant 20 minutes.
- 5) Ajouter le basilic, mélanger et baisser à feu moyen-faible pour laisser doucement mijoter pendant la préparation du reste du repas en remuant de temps en temps.

b) Préparation au poulet et les poivrons



Ingrédients :

- 1kg de blanc de poulet
- 2 cuillères à soupe d'épices tex-mex
- 2 gros poivrons rouges
- un peu d'huile d'olive pour la cuisson

Marche à suivre :

- 1) Tailler les poivrons en lamelles d'environ 1cm de large et entre 10 et 15cm de long.
- 2) Les faire revenir à feu vif dans une grande poêle à bords hauts avec l'huile d'olive.
- 3) Pendant ce temps, tailler le poulet en morceaux de taille moyenne (3 à 4cm).
- 4) Après cuisson, réserver les poivrons au chaud, faire revenir dans la poêle avec le fond d'huile et de jus de poivron le poulet en plusieurs fois, afin de bien griller ledit poulet et éviter qu'il rende son jus.
- 5) Une fois tout le poulet passé, remettre la totalité du poulet dans la poêle, ajouter les épices tex-mex et mélanger sur feu vif pendant quelques minutes.

c) Construction et assemblage des fajitas :



Ingrédients :

- préparation au bœuf
- préparation au poulet
- poivrons réservés
- un peu de salade
- fromage râpé
- guacamole
- sauce salsa
- galettes fajitas au blé, blé complet et/ou maïs (préférence pour le blé, les galettes se cassent moins et sont plus moelleuses)

Marche à suivre :

- 1) Mettre une galette dans son assiette, mettre une ligne d'un peu de guacamole ou de salsa (ou rien) au milieu.
- 2) Mettre une ligne d'un peu de salade au centre, puis de la préparation de viande de votre choix.
- 3) Mettre un peu de poivron sur tout ça et saupoudrer de fromage râpé.
- 4) Attention de ne pas trop en mettre, car il faut maintenant fermer tout ça en roulant. Et ne pas oublier de replier une des extrémités pour éviter que toute la sauce dégouline par là.
- 5) Manger la galette roulée et recommencer au point 1) !

47) Poulet 1 2 3



Pour 1 part

Ingrédients :

- 1 blanc de poulet (environ 200gr)
- 1 cuillère à soupe de miel
- 2 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne en grains
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive

Marche à suivre :

- 1) Mélanger dans un bol les ingrédients sauf le poulet.
- 2) Dans un plat adapté à la taille, verser la marinade réalisée en 1) et y plonger le poulet, le tourner dans tous les sens afin qu'il soit bien recouvert.
- 3) Couvrir le plat d'un film plastique et laisser mariner au frigo pendant 2 à 3h.
- 4) Faire griller le poulet sur le bbq ou dans une poêle bien chaude.

48) Spaghetti alla carbonara



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 500gr de spaghettis
- 150gr de Pancetta
- 1 oignon
- 4 œufs
- 120gr de parmesan + parmesan au service
- muscade, sel, poivre
- Variante : 3dl de crème fraîche épaisse à la place des œufs et 150gr de lardons fumés à la place de la pancetta

Marche à suivre :

- 1) Faire cuire dans une grande casserole d'eau bouillante les spaghettis.
- 2) Quand elles sont Al dente, les égoutter.
- 3) Tailler la pancetta en lamelles, et faire revenir à feu vif dans une poêle chaude.
Variante : faire de même avec les lardons fumés.
- 4) Réserver la pancetta, mais garder son gras dans la poêle.
- 5) Hacher finement l'oignon et le faire revenir à feu vif dans la poêle avec le gras de la pancetta. Compléter avec une cuillère à soupe d'huile d'olive au besoin.
- 6) Baisser le feu à moyen, ajouter la pancetta et les spaghettis. Bien remuer.
- 7) Dans un grand bol, mélanger les œufs, le parmesan et les aromates selon envie.
Variante : utiliser la crème fraîche.
- 8) Verser le contenu du bol sur le reste, bien mélanger délicatement le tout.
- 9) Servir de suite.
- 10) Saupoudrer de parmesan sur le plat de spaghettis dans l'assiette selon les goûts.
- 11) **Note** : la version de base est plus proche de la "vraie" version italienne, tandis que la variante est une version simplifiée.

49) Curry de poulet



Pour 2 à 3 personnes

Ingrédients :

- 3 blancs de poulet
- 1/2L de lait de coco (ou de lait de vache)
- 1 petit oignon
- 3 cuillères à soupe de vin blanc
- 6 cuillères à soupe de curry jaune
- 3 cuillères à soupe de miel
- 3 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte de Dijon
- 2 cuillères à soupe de maïzena
- Coriandre selon envie (ou basilic)

Marche à suivre :

- 1) Hacher fin l'oignon et couper en morceaux fins le poulet. Les faire revenir dans une poêle à feu vif avec un peu d'huile d'olive.
- 2) Déglacer au vin blanc, ajouter le curry, le miel, la moutarde et la sauce soja. Bien mélanger et garder à feu vif.
- 3) Dissoudre la maïzena dans le lait et l'ajouter après quelques instants dans la poêle.
- 4) Laisser mijoter à feu moyen pendant 10 minutes.
- 5) Ajouter la coriandre (ou le basilic), mélanger 1 minute et servir avec un dôme de riz nature ou au vinaigre de riz.

50) Beef Jerky "Pépénator" et variantes



Pour 200gr de Beef jerky

Ingrédients :

- 400-500gr de viande de bœuf fraîche (morceau pour brochettes et fondues)
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de sauce worcestershire
- 1 cuillère à café d'oignon séché
- 1/2 cuillère à café de paprika
- quelques tours de moulin à poivre vert

Marche à suivre :

- 1) Détailler le bœuf en lamelles de 3cm de large.
- 2) Dans une plat, mettre tous les ingrédients, mélanger et mettre la viande à macérer 4h couvert au frigo.
- 3) Après macération, répartir la viande sur une grille du four (ne pas oublier le lèche-frites dessous, ou une plaque pour récupérer le jus).
- 4) Mettre à cuire 2h à 80°C, porte du four légèrement entr'ouverte afin d'évacuer l'humidité.
- 5) Retourner la viande et remettre 2h à cuire à 80°C, le four toujours entr'ouvert.
- 6) Sortir, conserver au sec et déguster !

Variante curry :

Ingrédients :

- 400-500gr de viande de bœuf fraîche (morceau pour brochettes et fondues)
- 2 cuillères à soupe de curry jaune moyen
- 2 cuillères à soupe de miel
- 1 cuillère à café d'oignon séché
- 1/2 cuillère à café de vinaigre de riz

Marche à suivre :

La même chose que pour la version de base.

Variante pimentée :

Ingrédients :

- 400-500gr de viande de bœuf fraîche (morceau pour brochettes et fondues)
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte de dijon (amora)
- 1 cuillère à café de paprika en poudre
- 2 cuillères à café de mélange d'épices tex-mex

Marche à suivre :

La même chose que pour la version de base.

51) Courgettes jaunes et sauce Fourmenoix



Pour 2 personnes

Ingrédients :

- 150gr de fourme d'Ambert ou de Montbrison
- 1dl de lait
- 1/2 cuillère à café de poivre vert moulu
- 2 feuilles de basilic frais
- 6 belles noix (+ 4 noix pour la déco)
- 1 belle courgette jaune

Marche à suivre :

- 1) Décortiquer les noix, passer les 6 belles noix au mixer et garder les 4 autres simplement en brisures.
- 2) Tailler les courgettes en 4 dans la longueur afin d'avoir 4 belles lanières. Les faire cuire sur toutes les faces à feu vif dans une poêle avec un peu d'huile d'olive.
- 3) Pendant ce temps, prendre une casserole et y mettre la fourme d'Ambert coupée grossièrement. Faire fondre à feu moyen.
- 4) Une fois le fromage en partie fondu, ajouter le lait, les noix mixées et le poivre vert moulu. Bien mélanger.
- 5) Lorsque la crème est homogène et le fromage bien fondu, ajouter le basilic haché grossièrement.
- 6) Présenter dans l'assiette les courgettes avec la sauce nappée dessus.
- 7) **Bonus** : accompagne agréablement un haché de veau farci au gruyère et panné comme sur la photo.

52) Pain d'épices médiéval (XIIIème siècle) (variante aux fruits confits)



Pour un pain d'épice de 30cm de long

Ingrédients :

- 280gr de farine de blé T65 (ou farine complète si vous avez)
- 50gr de poudre d'amande
- 1 bel œuf
- 1/2 sachet de levure sèche (ou 1/3 de cube de levure fraîche)
- 300gr de miel toutes fleurs
- 10cl de lait entier
- 1 cuillère à café de cannelle en poudre
- 1 cuillère à café de gingembre en poudre
- 4 clous de girofle en poudre (ou écrasés)
- Variante : 16 cerises confites et 3 cuillères à soupe de fruits confits divers

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole, faire fondre à feu doux le miel et le mélanger avec le lait.
- 2) Dans un saladier, ajouter tous les ingrédients (dont les fruits confits de la variante) sauf l'œuf et bien mélanger.
- 3) Ajouter l'œuf et commencer à mélanger puis ajouter le contenu de la casserole.
- 4) Une fois que la pâte est bien mélangée, beurrer un moule à cake de 30cm de long, verser la pâte dedans.
- 5) Dans un four préchauffé à 165°C, enfourner en bas le moule à cake pendant 55 minutes. (La pointe de couteau doit remonter juste sèche.) Démouler et servir !

53) Poulet et curry de fondue de poireau



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 blancs de poulet
- 5 beaux poireaux
- 3dl de lait
- 2dl de vin blanc
- 3 cuillères à soupe de curry jaune
- 3 cuillères à soupe de maïzena
- 2 cuillères à soupe de moutarde fine et forte
- 4 cuillères à soupe de sauce Teriyaki
- 2 cuillères à soupe de miel toutes fleurs

Marche à suivre :

- 1) Dans un petit plat, faire mariner le poulet avec la sauce teriyaki.
- 2) Pendant ce temps, couper les poireau en fines rondelles (2 à 4mm de large) et les faire revenir à feu vif dans une poêle avec un peu d'huile d'olive pendant 20 minutes.
- 3) Mélanger dans un bol le lait, la maïzena, la moutarde, le curry et le miel.
- 4) Déglacer les poireaux avec le vin blanc, laisser à feu vif jusqu'à évaporation complète du vin.
- 5) Ajouter le mélange du bol, bien mélanger et laisser mijoter à feu moyen pour épaissir.
- 6) Faire cuire le poulet à feu vif avec le teriyaki.
- 7) Mettre le poulet dans le curry de poireau, l'y enfouir, laisser mijoter à feu moyen pendant 5 à 10 minutes.
- 8) Servir avec un vin blanc moelleux et/ou du riz blanc ou des pâtes.

54) Sel de vin



Pour environ 1dl de sel

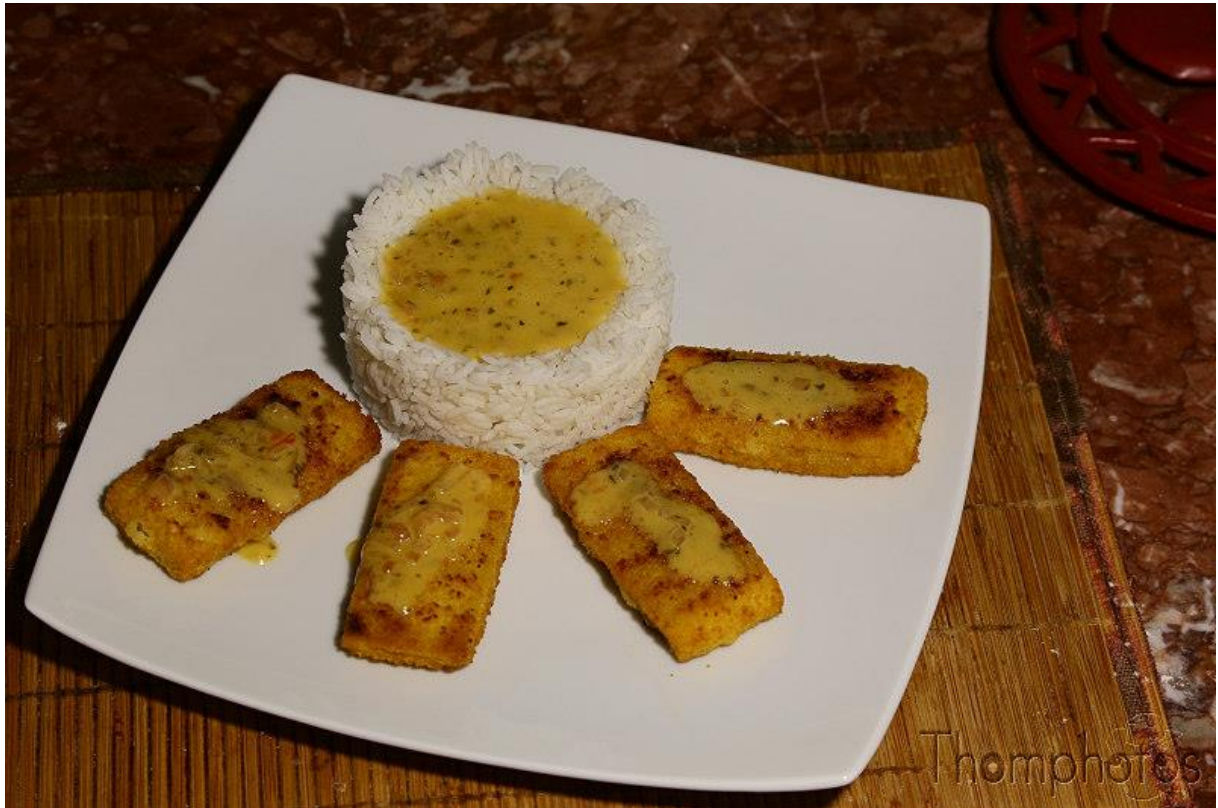
Ingrédients :

- 1dl de gros sel de qualité
- 0,5dl de vin très aromatique (ici du Gamay d'Anjou)

Marche à suivre :

- 1) Dans une assiette large, déposer le sel et l'étaler.
- 2) Ajouter la moitié du vin sur le sel et mélanger doucement.
- 3) Mettre à évaporer doucement sur un radiateur en hiver ou au soleil en été.
- 4) Lorsque le liquide est évaporé, mettre la moitié du vin restant, mélanger doucement et recommencer l'étape 3.
- 5) Finir d'ajouter le vin, remettre comme à l'étape 3.
- 6) Une fois le sel bien sec et imbibé, le conserver dans un pot à épices.
- 7) **Bonus** : s'utilise très bien sur du foie gras ou de la viande.
- 8) **Variante** : remplacer le vin rouge par un vin blanc liquoreux façon sauternes ou vin de paille.

55) Sauce onctueuse au citron (pour riz blanc, poisson pané, etc...)



Pour 4 assiettes

Ingrédients :

- 1dl de bouillon de légumes
- 1,5dl de vin blanc sec
- 150gr de beurre doux
- 1 échalote
- 1 cuillère à café de coriandre hachée sèche (ou 1 cuillère à soupe pour de la coriandre fraîche)
- le jus d'un demi citron
- Sel et poivre selon les goûts

Marche à suivre :

- 1) Hacher finement l'échalote et la mettre dans une casserole avec 1dl de vin, le bouillon de légumes, la coriandre, le jus de citron.
- 2) Réduire sur feu vif jusqu'à obtenir un volume de 0,5dl. Baisser à feu doux.
- 3) Ajouter morceau par morceau le beurre, le faire fondre en remuant bien.
- 4) Une fois le beurre fondu, ajouter le reste de vin selon l'épaisseur de la sauce désirée
- 5) Saler et poivrer selon les goûts.
- 6) **Bonus** : se marie agréablement avec un riz blanc, du poisson blanc (même du poisson pané) ou du saumon.

56) Mique (Farcidur) et petit salé



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1kg de petit salé
- 1 andouille de viande salée
- 4 carottes
- 4 navets
- 4 patates
- 2 poireaux
- 1 oignon pelé et piqué de clous de girofle
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet garni

Pour la mique :

- 300gr de farine T55
- 40gr de graisse de canard (ou de beurre)
- 15cl de lait tiède
- 1 œuf
- 10gr de levure de boulanger fraîche (type Hirondelle)
- 1 pincée de sel

Marche à suivre :

- 1) Préparer la mique 3h avant pour avoir le temps de lever.
- 2) Dans un petit bol ou un verre, dissoudre la levure dans le lait.

- 3) Dans un saladier, mettre la farine, la graisse (ou le beurre en petits morceaux), le sel et bien mélanger.
- 4) Ajouter le lait et la levure dans le saladier, commencer à mélanger et ajouter l'œuf.
- 5) Bien pétrir jusqu'à avoir une pâte très souple mais pas collante. (Ajouter un peu de lait ou de farine afin d'avoir ce rendu.)
- 6) Couper en 4 parts égales et répartir dans 4 grand bols bien farinées, couvrir et laisser lever au chaud (25-30°C).
- 7) Après 2h, déposer le petit salé et l'andouille dans un faitout. Recouvrir d'eau et mettre à feu doux (thermostat 3/8) pendant 30 minutes.
- 8) Éplucher les légumes, les couper en gros morceaux puis les ajouter, **sauf les patates**, après les 30 minutes dans le faitout avec la viande.
- 9) Couvrir le faitout et continuer à cuire à feu doux pendant encore 30 minutes.
- 10) Ajouter les patates et continuer à feu doux 30 minutes.
- 11) Retirer avec un écumoire les légumes et viandes du faitout sans les abîmer. Les réserver dans un plat au chaud.
- 12) Mettre délicatement les miques (une à la fois si elles sont trop grandes) dans le bouillon et continuer de chauffer à feu moyen (th 4 / 8) pendant 10 minutes.
- 13) Retourner dans le bouillon délicatement la mique en faisant attention de ne pas la déchirer ! Et finir de cuire pendant 10 minutes. Refaire de même pour les autres miques (possibilité d'en faire cuire plusieurs en même temps si le faitout est assez grand. **Sachant que les miques vont tripler de volume pendant la cuisson !**).
- 14) Servir une mique par personne, répartir équitablement les légumes et la viande. Le plat se mange avec de la moutarde fine et forte ou de la moutarde violette de Brive. Le bouillon se boit à la fin.

57) Sauce Béchamel (et Mornaix)

[Faire une photo la prochaine fois...]

Pour 5dL de sauce

Ingrédients :

- 5dL de lait
- 40gr de beurre
- 2 à 3 cuillères à soupe de farine
- Muscade en poudre, sel et poivre selon goût

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole mettre le beurre et la farine, faire chauffer à feux doux et mélanger le beurre à la farine.
- 2) Lorsque le beurre est bien fondu et mêlé à la farine, ajouter le lait, la muscade, le sel et le poivre.
- 3) Augmenter à feu moyen et mélanger avec le fouet jusqu'à ce que la sauce épaississe. **Si la sauce n'épaissit pas assez selon votre goût, ajouter une cuillère à soupe de farine et mélanger à nouveau vigoureusement au fouet.** Sortir du feu.
- 4) **Variante Mornaix :** En retirant la casserole du feu, ajouter 100gr de gruyère râpé et mélanger jusqu'à ce qu'il soit fondu.

58) Gratin de butternut



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1 à 1,5kg de butternut
- 5dl de sauce béchamel (variante gourmande : sauce Mornaix)
- 200gr de gruyère râpé
- Muscade en poudre, sel, poivre selon goût

Marche à suivre :

- 1) Retirer la peau et les graines de la butternut et couper la chair en gros morceaux (3 à 5cm).
- 2) Les mettre dans une grande casserole, couvrir d'eau et mettre à chauffer à feu vif.
- 3) Lorsque l'eau bout, compter 15 minutes puis couper le feu. Mettre à égoutter.
- 4) Préparer la sauce béchamel (ou Mornaix).
- 5) Dans un plat allant au four, mettre les morceaux de butternut et enfourner à 200°C pendant 15 minutes.
- 6) Une fois la butternut prête, répartir la sauce dessus. Répartir dessus le gruyère râpé.
- 7) Mettre dans le four avec la fonction grill activée et faire gratiner pendant quelques minutes.
- 8) Manger !

59) Poulet d'érable



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 blancs de poulet
- 1dl de sirop d'érable
- une rasade de whisky (Jack Daniels par exemple)

Marche à suivre :

- 1) Faire mariner les poulet dans le sirop d'érable au frigo pendant 3h minimum.
- 2) Dans une poêle avec un fond d'huile d'olive bien chaude et à feu vif, mettre les poulet (sans la marinade pour le moment).
- 3) Faire revenir le poulet. Lorsqu'on le retourne pour faire cuire le dos, ajouter la marinade.
- 4) Quand le poulet est cuit, ajouter le whisky et tout de suite apporter une flamme afin de flamber le plat. Attention à ne pas vous brûler !
- 5) Arroser le poulet de la sauce pendant le flambage et juste après.
- 6) Servir rapidement (s'accompagne très bien d'un gratin de butternut).

60) Aligot



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1kg de patates à purée
- 500 à 600gr de tomme de cantal fraîche (non affinée)
- 100gr de crème fraîche
- 80gr de beurre
- 2 gousses d'ail
- poivre moulu selon goût

Marche à suivre :

- 1) Brosser les patates et les faire cuire sans retirer la peau dans l'eau bouillante salée pendant 30 minutes.
- 2) Pendant ce temps, tailler en petits dés le fromage et hacher l'ail.
- 3) Une fois les patates cuites, les peler (en faisant attention de ne pas se brûler) et les écraser à la fourchette dans une grande casserole pour en faire de la purée.
- 4) Mettre à feu moyen et ajouter la crème le beurre et l'ail dans la casserole. Mélanger jusqu'à ce que tout soit bien incorporé et que la purée soit chaude.
- 5) Ajouter les dés de fromage et mélanger vigoureusement jusqu'à ce que le mélange soit homogène et file (fasse des fils).
- 6) Une fois que l'aligot est bien filant, couper le feu, donner quelques tours de moulin à poivre, mélanger rapidement.
- 7) Servir de suite.
- 8) **Bonus** : L'aligot accompagne très bien des saucisses ou un bon rumsteak ou autre belle pièce de bœuf.

61) Crevettes sautées



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 500gr de crevettes roses calibre 20/30
- 4 gousses d'ail
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de basilic haché et séché
- 1/2dL de vin blanc

Marche à suivre :

- 1) Décortiquer les crevettes entièrement.
- 2) Hacher grossièrement l'ail.
- 3) Dans une poêle bien chaude à feu vif, mettre l'huile d'olive.
- 4) Ajouter les crevettes et l'ail, sauter les crevettes fréquemment pour éviter que ça accroche trop. Faire cuire à feu vif 5 minutes.
- 5) Ajouter le basilic, continuer à faire sauter pour mélanger.
- 6) Déglacer au vin blanc, en continuant de faire sauter.
- 7) Servir de suite.
- 8) **Bonus** : S'accompagne bien d'un riz au citron ou vinaigre de riz.

62) Veau panko (tonkatsu)



Pour 2 personnes

Ingrédients :

- 2 escalopes de veau (coupées dans de la noix) d'un centimètre d'épaisseur
- 1 œuf
- 3 cuillères à soupe de farine
- 80gr de pain (maison)

Marche à suivre :

- 1) Sur une râpe à gros trous, râper le pain dans une assiette.
- 2) Passer les escalopes de veau sous un marteau à viande.
- 3) Fariner les escalopes sous toutes les coutures.
- 4) Dans une assiette, caser l'œuf et mélanger le jaune et le blanc. Y tremper les escalopes une par une.
- 5) Passer ensuite les escalopes une par une dans le pain râpé.
- 6) Réserver 10 minutes. Pendant ce temps, mettre un fond d'huile (2-3mm) dans une poêle et chauffer à feu vif.
- 7) Quand l'huile est bien chaude, déposer les escalopes à cuire dedans.
- 8) Quand une face est bien dorée, la retourner.
- 9) Couper les escalopes en lamelles de 1 à 1,5cm de large et servir sur le plat.
- 10) **Variante :** marche aussi avec du porc (coupé dans le filet mignon ou dans le quasi) ainsi que le poulet (dans le blanc) ou le poisson (en filet).
- 11) Pour la photo, ce sont des ramen où le bouillon a été remplacé par un curry épais.

63) Saumon teriyaki au four



Pour 2 personnes

Ingrédients :

- 2 pavés de queue de saumon (~250gr chacun)
- 1 gousse d'ail
- 1 petit oignon
- 2 cuillères à soupe de miel toutes fleurs
- 1dl de sauce soja (ou teriyaki kikkoman)
- 1/2 cuillère à café de vinaigre de riz
- 3 brins de ciboulette (ou une cuillère à soupe de sèche taillée)

Marche à suivre :

- 1) Hacher fin l'ail, l'oignon et la ciboulette.
- 2) Dans un bol, mettre tous les ingrédients sauf le saumon et mélanger.
- 3) Retirer doucement la peau des pavés de saumon ainsi que les éventuelles arêtes.
- 4) Dans un plat pouvant aller au four, mettre la moitié de la sauce, mettre les pavés de saumons bien à plat et recouvrir avec le reste de sauce.
- 5) Laisser macérer au frigo au moins 4h.
- 6) Faire préchauffer le four à 200°C.
- 7) Enfourner le saumon pendant 25 minutes.
- 8) Servir chaud avec la sauce.
- 9) **Bonus** : s'accompagne très bien de riz basmati avec une pointe de vinaigre de riz.

64) Endives au jambon



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 grosses endives
- 4 tranches épaisses (4-5mm) de jambon blanc
- le jus d'un demi citron
- 20gr de beurre
- 5dl de sauce Mornaix (Variante recette N°57)
- 100gr de gruyère râpé
- Muscade, sel et poivre selon goût

Marche à suivre :

- 1) Dans une poêle, faire fondre le beurre à feu moyen et ajouter les endives, ajouter le jus de citron et cuire à couvert 30 minutes.
- 2) Retourner les endives et continuer la cuisson 30 minutes.
- 3) Pendant ce temps, préparer la sauce Mornaix (variante de la recette 57).
- 4) Lorsque les endives sont cuites, les enrouler chacune dans une tranche de jambon.
- 5) Les disposer alignées dans un plat pour aller au four.
- 6) Répartir la sauce Mornaix sur les endives au jambon.
- 7) Épicer avec la muscade, sel et poivre selon vos goûts.
- 8) Répartir le fromage râpé sur le plat.
- 9) Enfourner sur fonction "grill" et four entr'ouvert jusqu'à avoir une belle croûte grillée (environ 5 minutes).
- 10) **Bonus** : Peut s'accompagner d'une julienne de légume sautés.

65) Tarte au citron meringuée



Pour 6 personnes

Ingrédients :

- 1 pâte brisée
- 100gr de sucre en poudre
- 3 beaux citrons
- 3 œufs
- 1 cuillère à soupe de fécule de patate (maïzena)
- 1.5 dl de lait
- 1 cuillère à soupe de sucre en poudre pour la cuisson
- **Variante** : 40gr de sucre glace

Marche à suivre :

- 1) Faire cuire au four la pâte à blanc dans un moule à tarte 20 minutes à 220°C.
- 2) Zester un citron (passer la peau d'un citron à la petite râpe).
- 3) Dans un saladier, mettre les jaunes d'œufs (garder les blancs de côté), le sucre en poudre et le zeste de citron et bien mélanger jusqu'à avoir un mélange bien crémeux.
- 4) Presser les 3 citrons et filtrer le jus avec une petite passoire.
- 5) Ajouter dans le saladier le jus de citron, la maïzena et le lait. Mélanger au fouet.
- 6) Verser le contenu du saladier dans une casserole. Et, à feu doux, laisser cuire jusqu'au premier bouillon en remuant continuellement au fouet.
- 7) Une fois la crème épaissit, la répartir sur le fond de tarte cuite à blanc.
- 8) Monter les blancs en neige ferme.
- 9) **Variante** : Monter les blancs en neige avec en plus le sucre glace afin d'avoir une meringue façon meringue italienne.

- 10) Répartir la meringue sur la tarte, lisser avec une spatule coudée afin que ce soit bien propre.
- 11) Répartir la cuillère de sucre en poudre sur la meringue (pas besoin si c'est la variante meringue italienne).
- 12) Enfourner en fonction grill le temps de faire dorer/brunir la meringue (moins d'une minute en général).
- 13) Sortir et laisser refroidir.

66) Tuiles du Relais



Pour 15 tuiles environ

Ingrédients :

- 125gr de beurre
- 100gr de sucre blanc
- 75gr de farine T55
- 50gr de maïzena
- 1 sachet de sucre vanillé
- 2 cuillères à soupe de poudre de noisette
- 3 blancs d'œufs (taille moyenne)
- 30gr d'amandes effilées

Marche à suivre :

- 1) Faire fondre le beurre. Le mettre dans une terrine, y ajouter sucre et sucre vanillé.
- 2) Ajouter la poudre de noisettes, la farine et la maïzena, bien mélanger.
- 3) Ajouter les blancs d'œufs, bien mélanger jusqu'à avoir une pâte homogène.
- 4) Sur une plaque de cuisson avec papier sulfurisé ou silpat, mettre une cuillère à soupe de la pâte et mettre en forme de disque avec le dos de la cuillère.
- 5) Mettre quelques amandes effilées sur le disque.
- 6) Compléter la plaque en laissant beaucoup de place entre les disques, car la pâte s'étale beaucoup à la cuisson (pour une plaque de 30x40cm, répartir 6 disques).
- 7) Enfourner à four chaud pendant 5 à 8 minutes à 200°C.
- 8) Une fois la cuisson finie, rapidement sortir les tuiles du four et les mettre à cheval sur un rouleau à pâtisserie en appuyant un peu afin de leur donner la bonne forme.
- 9) Laisser refroidir tel quel pendant 5-10 minutes. (Pendant ce temps, continuer les fournées de ronds.)

67) Paupiettes de veau mijotées



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 paupiettes de veau du boucher
- 4 carottes
- 4 patates de belle taille
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 150gr de petits champignons de paris entiers
- 1dl de vin rouge (type bordeaux)
- 2dl d'eau
- 20gr de maïzena
- 2 cuillères à soupe de fond de veau en poudre
- 1 bouquet garni
- 1 cuillère à soupe de ciboulette fraîche ciselée

Marche à suivre :

- 1) Dans une cocotte en fonte, mettre un filet d'huile d'olive et faire griller les paupiettes à feu vif pendant quelques minutes, sur chaque faces.
- 2) Réserver ensuite les paupiettes dans une assiette.
- 3) Hacher l'oignon et l'ail, couper les patates et carottes en morceaux de 2-3cm et les mettre dans la cocotte.
- 4) Dissoudre la maïzena et le fond de veau dans l'eau, l'ajouter ensuite dans la cocotte.
- 5) Mettre à cuire pendant 30 minutes à feu moyen et à couvert, mais en remuant régulièrement pour éviter de trop accrocher au fond.

- 6) Vérifier la cuisson des patates et carottes avec une fourchette afin qu'elles soient bien tendre.
- 7) Ajouter les champignons dans la cocotte, laisser mijoter 5 minutes.
- 8) Ajouter les paupiettes et le vin, mélanger doucement le tout.
- 9) Ajouter le bouquet garni et la ciboulette ciselée. Laisser mijoter à couvert, sur feu doux pendant 20 minutes.
- 10) Retirer le bouquet garni et servir.

68) Filet de cabillaud et riz aux salicornes



Pour 2 personnes

Ingrédients :

- 2 filets de cabillaud de 250gr chacun
- le jus d'un demi-citron
- 4 cuillères à soupe de vin blanc
- 1 cuillère à café d'estragon
- 150gr de riz blanc (basmati)
- 1dl de lait
- 1 cuillère à café d'aneth
- 2 cuillères à soupe de salicorne au vinaigre
- 3 cornichons au vinaigre
- 4 cuillères à soupe de vinaigre de macération des salicornes
- une pincée de fleur de sel

Marche à suivre :

- 1) Dans un plat allant au four, mettre les filets de poisson avec le jus de citron, le vin blanc et l'estragon.
- 2) Enfourner à four chaud pendant 20 minutes à 200°C.
- 3) Pendant ce temps, faire cuire le riz à l'eau.
- 4) Dès que le riz est cuit, l'égoutter et le remettre dans la casserole avec le reste des ingrédients sauf les salicornes, les cornichons et le sel.
- 5) Hacher moyen-fin les salicornes et cornichons et les ajouter à la casserole.
- 6) Tout mélanger doucement. Ajouter le sel selon vos goûts.
- 7) Servir dans une assiette chaude avec le poisson.

69) Salade tomate-mozza



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 boules de mozzarella di buffala
- 4 tomates Saint-Pierre
- huile d'olive
- fleur de sel
- poivre vert
- 8 feuilles de basilic frais (ou 4 cuillères à café de basilic séché et haché)

Marche à suivre :

- 1) Couper en tranches de 5mm d'épaisseur les tomates et la mozza.
- 2) Répartir dans les assiettes une tomate et une mozza par personne en disposant les tranches de mozza sur celles de tomate.
- 3) Verser un filet d'huile d'olive sur l'assiette.
- 4) Hacher le basilic et le répartir sur les assiettes.
- 5) Saler et poivrer selon goût. Je mets généralement 2 pincées de sel pour l'assiette et 1 tour de moulin à poivre vert par tranche de mozza.

70) Sauce forestière



Pour 6dl de sauce (4 personnes)

Ingrédients :

- 5dl de lait
- 200gr de champignons frais (cèpes, giroles, champignons de paris, trompettes de la mort) ou 60gr de champignons séchés.
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte
- 1/4 de cuillère à café de poivre vert moulu
- 1/2 cuillère à café de basilic séché haché (ou une cuillère à café de basilic frais ciselé)
- une pointe de couteau de coriandre séchée hachée
- 1/2dl de vin blanc
- 2 cuillères à soupe de maïzena
- 1 gousse d'ail
- 1 petit oignon

Marche à suivre :

- 1) Hacher finement l'ail et l'oignon, les faire revenir dans une poêle dans un peu d'huile d'olive.
- 2) Dans une casserole, verser le lait, la maïzena, la moutarde, l'ail et l'oignon puis bien mélanger au fouet.
- 3) Mettre à chauffer à feu moyen tout en mélangeant jusqu'à ce que la sauce épaississe.
- 4) Ajouter les champignons coupés en lamelles, le poivre, basilic et coriandre.
- 5) Mélanger doucement toujours à feu moyen, pendant 10 minutes.
- 6) Pendant ce temps, faire cuire la viande ou les légumes qui seront nappés de sauce.
- 7) Déglacer la poêle de cuisson de la viande ou légumes avec le vin blanc, ajouter le déglçage à la sauce.
- 8) Servir rapidement afin d'éviter qu'une pellicule de sauce sèche ne se forme en surface.

71) Veau farci campagne



pour 4 personnes

Ingrédients

- 4 grandes escalopes fines de noix de veau
- 200gr de lardons fumés au bois de hêtre
- 100gr de comté 18 mois
- 2 échalotes
- 2dl de muscat de Rivesalte

Marche à suivre :

- 1) Faire macérer les escalopes de veau dans le muscat pendant 4h.
- 2) Tailler fin le comté, les lardons et échalotes.
- 3) Dans une poêle, faire revenir à feu vif les oignons et les échalotes.
- 4) Étaler les escalopes, répartir au centre de chaque escalope le comté, les échalotes et lardons.
- 5) Refermer les escalopes en vérifiant bien que la farce à l'intérieur ne puisse pas sortir.
- 6) Maintenir en place avec des cure-dent (comme des points de couture).
- 7) Faire cuire à feu vif dans la poêle avec le fond de cuisson de lardon et échalotes.
- 8) Quand les faces des farcis sont bien cuites, déglacer avec le muscat qui a servi à faire la marinade.
- 9) **Bonus** : s'accompagne très bien de patates à la bordelaise et d'une compotée de tomates au vin rouge et bouquet garnis.

72) Petits pains aux oignons confits



Pour une dizaine de petits pains

Ingrédients :

- 650gr de farine T55
- 300ml de lait
- 20gr de levure de boulanger fraîche type hirondelle
- 3gr de sel
- 3 gros oignons
- 2 cuillères à soupe de basilic séché haché
- 1 cuillère à soupe de miel
- 0.5dl de muscat

Marche à suivre :

- 1) Hacher les oignons et les faire revenir dans une poêle, à feu vif, avec un peu d'huile d'olive.
- 2) Les déglacer ensuite avec le muscat.
- 3) Ajouter le miel et laisser caraméliser en remuant régulièrement à feu moyen.
- 4) Dans un saladier, mélanger la farine, le sel, le basilic haché et les oignons caramélisés.
- 5) Dissoudre la levure dans le lait pendant quelques minutes.
- 6) Faire un puits dans la farine, y verser le lait avec la levure.
- 7) Fraser la pâte et laisser lever 1h à 25-30°C.
- 8) Sur un plan de travail fariné, pétrir la pâte et former une dizaine de petits pains de forme allongée.
- 9) Les mettre sur une plaque de cuisson avec silpat ou papier cuisson et laisser lever à couvert pendant 20 minutes.
- 10) Enfourner dans un four chaud à 220°C pendant 40 minutes.
- 11) Faire ressuer sur une grille pendant 20 minutes. C'est prêt !
- 12) **Bonus** : accompagne très bien les foie gras, pâtés et fromages.

73) Couronne des rois brioche



Pour une galette pour 4 à 6 personnes

Ingrédients :

- 540gr de farine T45
- 2,5dL de lait tiède + un peu de lait pour dorer au four
- 1 œuf de 65gr
- 1 pincée de sel
- 150gr de sucre en poudre
- 4 cuillères à soupe de fruits confits
- 3 cuillères à soupe de rhum
- 20gr de levure fraîche de boulanger
- 100gr de beurre à température ambiante
- une fève

Marche à suivre :

- 1) Dans un bol, faire macérer les fruits confits et le rhum.
- 2) Dans un second bol, dissoudre la levure dans le lait tiède avec une cuillère à soupe des 150gr de sucre.
- 3) Dans un saladier, mélanger la farine, le reste de sucre et le sel.
- 4) Ajouter le bol de fruits confits et de rhum dans le saladier, bien mélanger.
- 5) Ajouter ensuite le bol avec la levure et le lait.
- 6) Commencer à mélanger la pâte puis ajouter l'œuf.
- 7) Bien pétrir à la main pendant 15 minutes.
- 8) Ajouter le beurre en morceaux et pétrir à nouveau 15 minutes jusqu'à ce que la pâte très collante à la base attache moins aux parois.
- 9) Laisser lever 3h à température ambiante à couvert.

- 10) Pétrir sur un plan de travail fariné, donner la forme que l'on souhaite (pour moi ce sera une couronne !), ajouter la fève.
- 11) Déposer sur une plaque de cuisson avec silpat ou papier sulfurisé.
- 12) Laisser lever recouvert d'un torchon pendant 1h.
- 13) Passer le lait pour la dorure au pinceau sur la couronne.
- 14) Enfourner dans un four chaud à 180°C pendant 40 minutes.
- 15) Laisser ressuer un moment sur une grille au sortir du four et déguster !

74) Pithiviers et galette frangipane



Pour 6 personnes

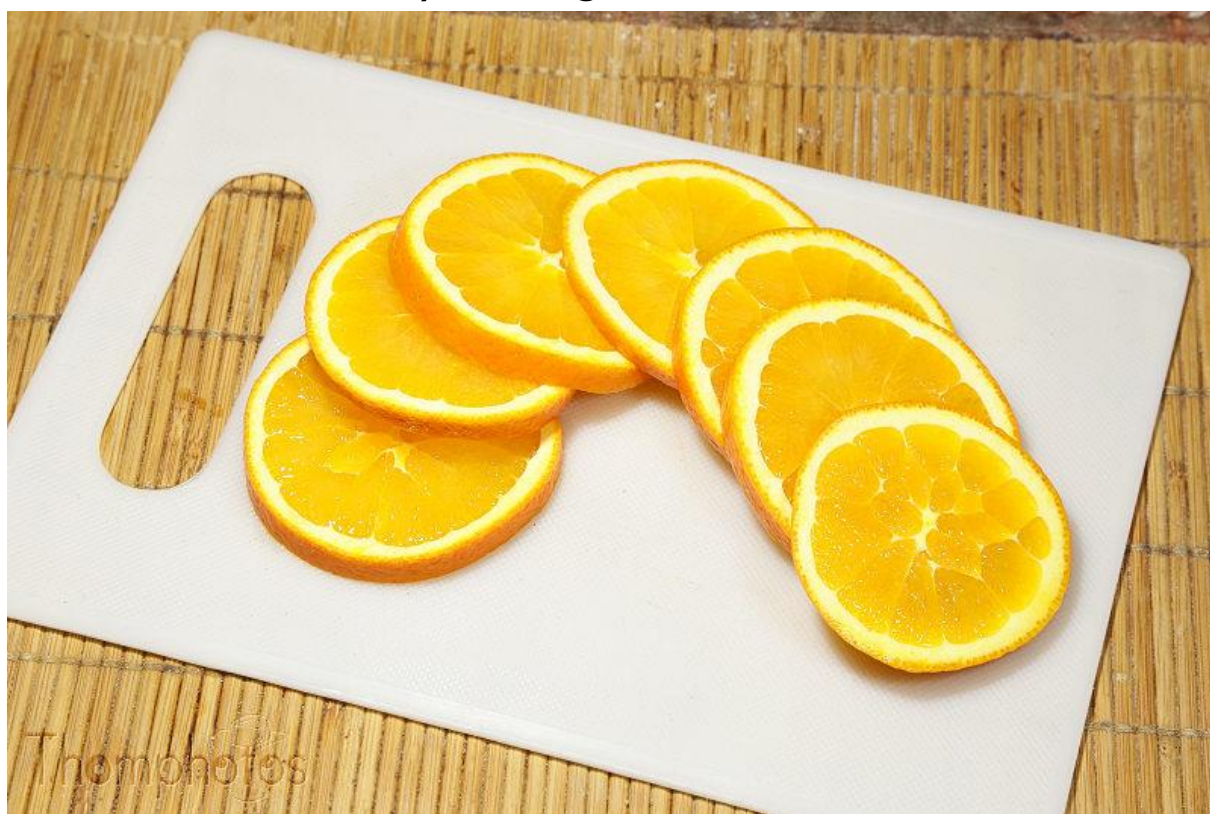
Ingrédients :

- 2 pâtes feuilletées rondes
- 100gr de poudre d'amandes
- 100gr de sucre en poudre
- 2 œufs + 1 jaune pour la dorure
- 40gr de beurre fondu
- 1dl de rhum
- 1 fève
- 1 cuillère à café de miel
- **Variante frangipane** : ajouter 150gr de crème pâtissière

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger la poudre d'amande, le sucre, les deux œufs, le rhum et le beurre fondu.
- 2) **Variante** : ajouter dans le saladier la crème pâtissière et mélanger.
- 3) Dans un plat à tarte, mettre du papier sulfurisé et étaler un des ronds de pâte feuilletée.
- 4) Déposer la crème d'amande au centre de la pâte, sans trop l'étaler, à 1cm du bord.
- 5) Placer la fève et recouvrir avec la seconde pâte feuilletée.
- 6) Humecter et replier les bords de la première pâte sur la seconde afin de la sceller.
- 7) Appuyer sur tout le tour avec les dents d'une fourchette pour finir de coller les bords.
- 8) Dans un bol, mélanger le jaune d'œuf et le miel. Badigeonnez-en le dessus de la pâte.
- 9) Avec une pointe de couteau, dessiner les motifs de décoration sur la pâte sans trop appuyer pour ne pas la percer.
- 10) Enfourner à four chaud à 210°C pendant 30 minutes.

75) Oranges confites



Pour 500gr d'oranges confites

Ingrédients :

- 3 grosses oranges bio bien juteuses
- 850gr de sucre en poudre
- 4dl d'eau
- **variante** : 100gr de chocolat pâtissier

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole large, mettre 400gr de sucre et l'eau, faire chauffer à petite ébullition sur feu moyen afin de dissoudre le sucre.
- 2) Pendant ce temps, couper sur 1 à 1,5cm le haut et le bas des oranges, puis couper en rondelles de 5mm d'épaisseur les oranges.
- 3) Répartir les rondelles d'orange dans le sirop de sucre, sans mettre les 2 extrémités.
- 4) Laisser à feu moyen 1h, puis couper le feu et laisser refroidir tranquillement à couvert pendant 24h.
- 5) Le lendemain, retirer les rondelles d'orange, dissoudre 100gr de sucre dans le sirop, remettre à feu moyen et juste avant ébullition, ajouter les rondelles en sens inverse. C'est-à-dire mettre celles du dessous lors de la cuisson la veille sur le dessus pour cette fois-ci, et inversement.
- 6) Laisser à feu moyen sans ébullition pendant 1h, couper le feu et couvrir pour 24h.
- 7) Recommencer les 2 jours suivants.
- 8) Le 5ème jour, retirer les rondelles
- 9) Ajouter le reste de sucre, le dissoudre à feu moyen. Ajouter ensuite les rondelles en sens inverse.
- 10) Laisser à feu moyen sans ébullition pendant 1h
- 11) Couper le feu, couvrir et laisser 48h.

- 12) Après ces 2 jours de repos, égoutter les oranges confites sur une grille jusqu'à ce qu'elles soient assez sèches. Possibilité de les sécher au four à basse température et four entr'ouvert pendant quelques heures.
- 13) Déguster !

Variante : Tout à la fin, faire fondre le chocolat et y tremper la moitié de chaque rondelle d'orange. Faire sécher sur une grille. En profiter !

76) Compote de pommes



Pour 1 personne

Ingrédients :

- 2 pommes (Chanteclerc)
- 20gr de beurre
- 1 cuillère à soupe de cassonade
- **Variante** : 1 cuillère à soupe de rhum

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole, faire fondre à feu doux le beurre.
- 2) Peler, épépiner et couper en demi-quartier les pommes.
- 3) Les faire cuire dans le beurre, à feu doux et à couvert pendant 15-20 minutes.
- 4) Quand les pommes sont cuites, et qu'on peut les écraser facilement, couper le feu.
- 5) Les écraser grossièrement à la fourchette.
- 6) Ajouter ensuite la cassonade et mélanger.
- 7) Déguster !

Variante : à la fin, ajouter le rhum et mélanger.

Bonus : Se mange seul, ou avec des petits Lu. Peut aussi servir de lit pour tarte aux pommes ou à faire des chaussons aux pommes.

77) Cotriade des profonds



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 3L d'eau
- 500gr de crevettes
- 500gr de saumon
- 500gr de cabillaud
- 4 carottes
- 2 poireaux
- 1 oignon
- 10gr de champignons chinois séchés
- 1dl de vin blanc
- 1/2dl de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de moutarde fine et forte de dijon
- le jus d'1 citron

Marche à suivre :

- 1) Dans une grande casserole (de 5 à 6L), verser l'eau et la mettre à chauffer à feu vif.
- 2) Tailler les poireaux et les carottes en rondelles, hacher grossièrement l'oignon.
- 3) Verser les légumes dans l'eau et continuer à feu vif jusqu'au bouillonnement.
- 4) Décortiquer les crevettes.
- 5) Retirer la peau du saumon.
- 6) Couper les poissons en gros dés de 3cm.
- 7) Quand le bouillon avec les légumes bout, cuire 20min à feu vif.
- 8) Ajouter ensuite les champignons séchés, la moutarde fine et la sauce soja.
- 9) Mélanger puis ajouter les poissons et crevettes.
- 10) Baisser le feu à moyen, mélanger doucement pour ne pas casser les poissons.
- 11) Après 15 minutes, ajouter le vin blanc et le jus de citron.
- 12) Mélanger doucement 2 minutes, couper le feu et servir dans des assiettes à soupe.

78) Caribou

Pour 0.8L

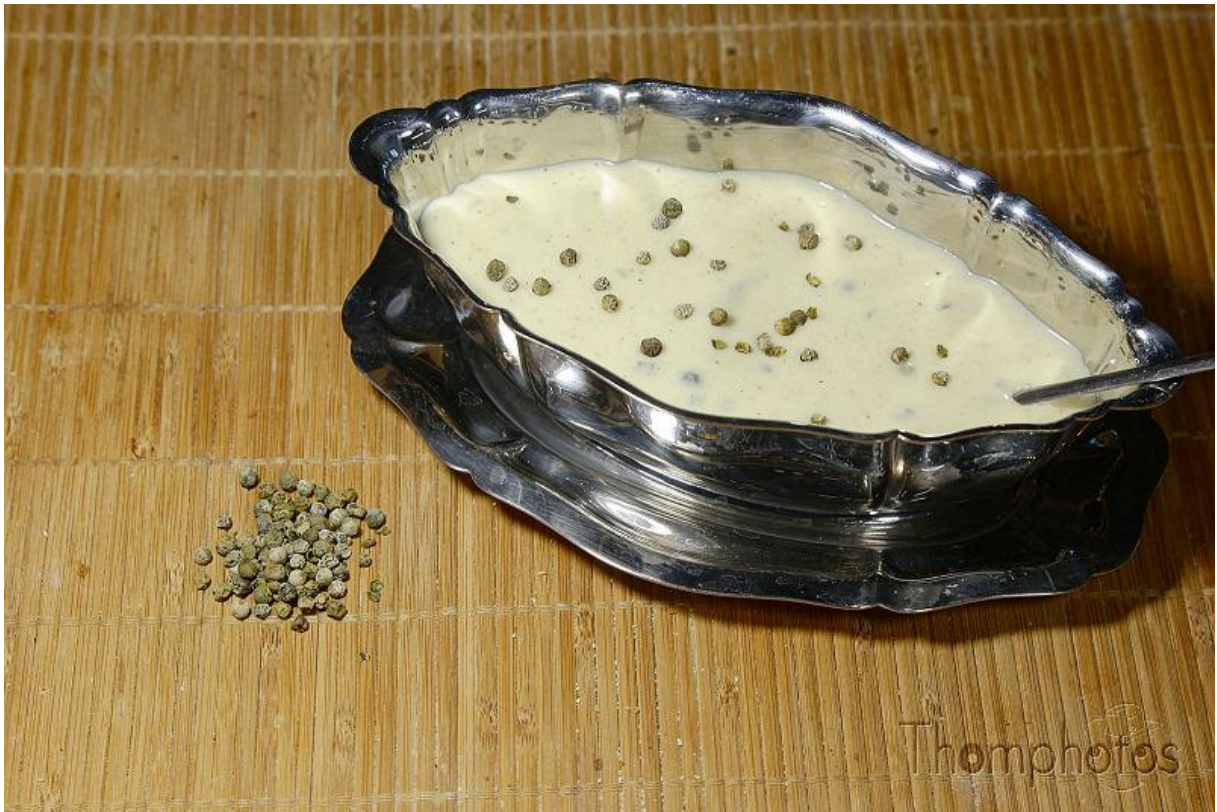
Ingrédients :

- 4dl de porto
- 2dl de whisky
- 2dl de sirop d'érable

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole, verser tous les ingrédients.
- 2) Faire chauffer 5 minutes à feu moyen sans atteindre l'ébullition.
- 3) Transvaser dans un cruchon et servir chaud.

79) Sauce au poivre vert



Pour 3,5dl

Ingrédients :

- 100gr de farine
- 3dl de lait
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte de Dijon
- 2 cuillères à soupe de poivre vert moulu
- 1 cuillère à soupe de poivre vert en grain
- 1 cuillère à soupe de ciboulette hachée

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole, verser le lait et la farine.
- 2) Bien mélanger au fouet.
- 3) Ajouter le reste des ingrédients et bien mélanger à nouveau au fouet.
- 4) À feu moyen, faire chauffer et épaissir la sauce en mélangeant continuellement afin d'avoir une sauce bien homogène et sans grumeaux.
- 5) Lorsque la sauce a épaissi, couper le feu.
- 6) Utiliser la sauce rapidement afin qu'elle reste bien chaude.

80) Pesto

Pour 4,5dl

Ingrédients :

- 100gr de parmesan
- 100gr de basilic frais
- 100gr de pignons de pin
- 60cl d'huile d'olive
- 40gr d'ail

Marche à suivre :

- 1) Nettoyer les feuilles de basilic.
- 2) Râper fin le parmesan.
- 3) Mixer les pignons de pin et l'ail.
- 4) Dans une casserole, ajouter tous les ingrédients.
- 5) Mixer la préparation avec un mixer-plongeur à soupe jusqu'à obtenir une pâte grossièrement homogène.
- 6) Ici, vous avez trois solutions :
- 7) - Soit vous utilisez la sauce de suite en la mélangeant aux pâtes.
- 8) - Soit vous la mettez en pots et bocaux pour les stocker au congélateur.
- 9) - Soit vous faites chauffer en mélangeant continuellement jusqu'à avoir un début d'ébullition, couper le feu et transvaser en pots et bocaux, comme pour de la confiture.

81) Conserve de pâté à la volaille

Pour 6 pots de 500gr

Ingrédients :

- 750gr de poitrine de porc
- 750gr d'épaule de porc
- 1 à 1,2kg de blancs de poulet
- 4 gros oignons
- 2dl de vin blanc
- 4 œufs
- 6 cuillères à soupe de basilic haché
- 6 cuillères à soupe de ciboulette hachée
- sel et poivre vert moulu
- Variante : 1,5kg de chaire à saucisse ou de farce à légumes

Marche à suivre :

- 1) Passer les viandes de porc et de volailles à la moulinette, grille de 5mm.
- 2) Variante : hacher fin les viandes au couteau (5mm).
- 3) Hacher grossièrement les oignons.
- 4) Dans une poêle, à feu vif et avec un peu d'huile d'olive, faire revenir les oignons jusqu'à ce qu'ils soient bien colorés.
- 5) Déglacer les oignons au vin blanc et finir de cuire 5-10 minutes à feu vif en remuant toujours.
- 6) Dans un grand saladier, mélanger les viandes hachées, les oignons, les œufs, les herbes et épices.
- 7) Lorsque tous les ingrédients sont bien mélangés, remplir les pots de conserve à 2cm du bord.
- 8) Nettoyer les bords des pots, mettre une capsule adaptée à la conserve utilisée, fermer les couvercles, et les dévisser d'un sixième de tour.
- 9) Mettre les pots dans le stérilisateur, les fixer et recouvrir d'eau les conserves à 1cm au-dessus. mettre le couvercle du stérilisateur.
- 10) Mettre à chauffer à feu vif, lorsque l'eau bout, compter 1h et couper le feu. Laisser refroidir petit à petit comme ça.
- 11) Le lendemain, vider le stérilisateur, dévisser le couvercle, vérifier que la capsule est bien hermétique, bien essuyer pour ne pas laisser d'humidité. Revisser correctement les couvercles. Les conserves seront optimales à partir de 6 mois de cave.

Variante : remplacer la viande de porc par de la chaire à saucisse ou de la farce à légume.
Pour éviter d'avoir à passer la viande à la moulinette.

82) Soupe à l'oignon



Pour 3 à 4 personnes

Ingrédients :

- 5 gros oignons jaunes
- 2 échalotes
- 3 gousses d'ail
- 3 cuillères à soupe de graisse de canard
- 1,5L de bouillon de légumes
- 50gr de farine
- 1/2 dL de vin blanc
- 1dl de vin rouge par personne
- 1 grande tranche de pain de campagne grillée par personne

Marche à suivre :

- 1) Dans une grande casserole, faire fondre la graisse de canard.
- 2) Hacher les oignons, échalotes et aulx.
- 3) Faire caraméliser les oignons et échalotes hachés dans la casserole avec la graisse de canard, à feu vif.
- 4) Lorsque les oignons brunissent, ajouter l'ail haché.
- 5) Mélanger constamment et à feu vif pendant 30 minutes.
- 6) Ajouter la farine et mélanger jusqu'à ce que la farine brunisse à son tour.
- 7) Déglacer rapidement au vin blanc puis ajouter le bouillon de légumes.
- 8) Baisser à feu moyen et laisser mijoter une heure en mélangeant de temps en temps.
- 9) Avant de servir, faire griller une tranche de pain de campagne par personne. La mettre au fond de chaque assiette à soupe.
- 10) Couvrir avec la soupe à l'oignon bien chaude.
- 11) Quand il ne reste qu'un quart de soupe dans les assiettes, ajouter le dl de vin par assiette afin de faire chabrol (chabrot).

83) Crêpes



Pour 12 crêpes

Ingrédients :

- 150gr de farine T45
- 1 pincée de sel
- 3 œufs
- 5dl de lait
- 20gr de beurre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 cuillère à soupe de sucre en poudre
- 3 cuillères à soupe de rhum

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger la farine, le sel, le sucre et le sucre vanillé.
- 2) Ajouter les œufs, bien mélanger jusqu'à avoir une pâte lisse.
- 3) Faire fondre le beurre et l'ajouter, ainsi que le lait et le rhum, au saladier.
- 4) Battre la pâte au fouet jusqu'à ce qu'elle soit bien homogène.
- 5) Couvrir et laisser au frigo 1 à 2h.
- 6) Faire cuire sur une poêle à crêpe bien chaude, à feu vif. Une louche à la fois.
- 7) Quand la crêpe est cuite d'un côté, la retourner. Vous pouvez ici ajouter des garnitures à fondre.
- 8) Servir de suite et manger rapidement.

Bonus : On peut mettre sur les crêpes du sucre, du caramel (au beurre salé ou non), du chocolat, de la compote, des fruits, de la chantilly, de la confiture, etc... L'important, c'est que ça vous plaise !

84) Sauce paprika



Pour 4dl

Ingrédients :

- 2 cuillères à soupe de farine
- 40gr de beurre
- 1 petit oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillère à soupe de paprika en poudre
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- 3 cuillères à soupe de vin blanc
- 1 cuillère à soupe de ciboulette hachée séchée
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte
- sel, poivre
- 2dl de lait
- 1dl de bouillon de légumes

Marche à suivre :

- 1) Hacher fin l'oignon et l'ail, les faire revenir dans une casserole avec le beurre, à feu vif, pendant 15-20 minutes.
- 2) Déglacer au vin blanc, baisser à feu moyen puis ajouter la farine, bien mélanger.
- 3) Ajouter le lait et le bouillon, la moutarde, le concentré de tomate, paprika et ciboulette.
- 4) Mélanger au fouet jusqu'à ce que la sauce épaississe.
- 5) Saler et poivrer à discrétion.
- 6) Servir rapidement après.

Bonus : Ajouter un peu de jus de cuisson de viande afin d'allonger la sauce et de lui ajouter les arômes de la viande servie avec la sauce.

85) Sauce aux oignons



Pour 4dl de sauce

Ingrédients :

- 3,5dl de lait
- 2 beaux oignons
- 1 échalote
- 2 gousses d'ail
- 50gr de beurre
- 2 cuillères à soupe de farine
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte
- Quelques tours de moulin à poivre vert

Marche à suivre :

- 1) Hacher très fin les oignons, échalote et ail.
- 2) Dans une casserole, faire fondre le beurre.
- 3) Faire revenir à feu vif dans le beurre les oignons, échalote et ail en remuant bien.
- 4) Quand ça a bien caramélisé, ajouter la farine et bien mélanger.
- 5) Quand on a une sorte de pâte dans la casserole, baisser à feu moyen.
- 6) Ajouter le lait puis la moutarde.
- 7) Bien mélanger jusqu'à ce que la sauce épaississe.
- 8) Moudre un peu de poivre vert dans la casserole et bien mélanger.
- 9) Passer un coup rapide de mixer-plongeur à soupe afin de réduire un peu les morceaux d'oignon.
- 10) Ici, au choix : servir la sauce telle quelle ou la passer à la passoire afin d'avoir une sauce fine sans morceaux.

Bonus : Accompagne très bien les viandes rouges, blanches, volailles et légumes vapeur.

86) Goulash de Prague



Pour 6 à 8 personnes

Ingrédients :

- 2kg de viande de bœuf à mijoter
- 6dL de bière Tchèque (ou mieux, de Prague)
- 4 gros oignons
- 6 cuillères à soupe de paprika
- 1 grosse patate
- 4 carottes
- 5 gousses d'ail
- 1 beau poivron rouge
- 100gr de farine
- 3 cuillères à soupe de concentré de tomate
- 1 cuillère à café de carvi (facultatif car pas simple à trouver)
- 1 boule de pain de 20cm de diamètre par personne

Marche à suivre :

- 1) Couper la viande en morceaux de 2 à 3cm, la saisir rapidement à feu vif dans un peu d'huile d'olive dans une grande casserole (qui servira pour tout le plat).
- 2) Hacher grossièrement les oignons, le poivron et l'ail.
- 3) Réserver la viande et dans la casserole, remettre un peu d'huile d'olive et faire revenir l'ail et l'oignon pendant une vingtaine de minutes à feu vif et en mélangeant souvent.
- 4) Ajouter la farine et bien mélanger.
- 5) Ajouter le poivron.
- 6) Couper la patate en petits dés de 5mm, l'ajouter à la casserole.
- 7) Déglacer avec la moitié de la bière et mélanger.
- 8) Tailler la carottes en rondelles en biseau, les ajouter à la casserole.
- 9) Ajouter le paprika, le concentré de tomate, le carvi (si vous en avez).

- 10) Ajouter le reste de bière et bien mélanger.
- 11) Baisser à feu doux et laisser mijoter à couvert, en mélangeant de temps en temps pendant 2h.
- 12) Avant de servir, décalotter et creuser les boules de pain (en gardant le chapeau). La mie pourra être utilisée pour saucer. Faire attention de ne pas percer la croûte, car la boule de pain servira de bol !
- 13) Répartir le goulash dans les bols en pain, remettre le chapeau et servir.

S'accompagne parfaitement de bière Tchèque (ou de Prague), et le bol en pain se mange aussi.

87) Caramels mous



Pour 600gr de caramels

Ingrédients :

- 500gr de sucre en poudre
- 150gr de crème fraîche
- 100gr de beurre salé (ou de beurre doux, mais ajouter alors une grosse pincée de fleur de sel)
- **Variante** : ajouter 150gr de crème fraîche pour la crème à tartiner
- **Variante** : retirer 50gr de crème fraîche pour le caramel semi-mou

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole, ajouter le sucre et à feu moyen/fort, le faire fondre sans trop remuer.
- 2) Quand le sucre a bien fondu et a coloré, ajouter la crème fraîche et le beurre.
- 3) Bien mélanger (attention de ne pas vous brûler) jusqu'à ce que ce soit homogène et liquide.
- 4) Si le beurre utilisé n'était pas salé (ou si le salage ne vous semble pas suffisant), ajouter ici la pincée de fleur de sel.
- 5) Bien mélanger puis verser sur une plaque de cuisson à rebords recouverte de papier sulfurisé ou dans des moules.
- 6) Laisser prendre au frais pendant 3h.
- 7) Démouler ou tailler la plaque dans les formes que l'on veut.

Variante : Pour faire de la crème à tartiner, il faut mettre plus de crème fraîche et mettre en pots, mais la recette reste la même.

Variante : Si les caramels sont trop mous à votre goût, réduire un peu la crème fraîche. Le reste de la recette est identique.

88) ratatouille



Pour 4kg de ratatouille

Ingrédients :

- 1kg de tomates
- 1kg de courgettes
- 1kg d'aubergines
- 300gr de poivrons rouges
- 2 gros oignons
- 4 gousses d'ail
- un bouquet garni (laurier, thym, ciboulette)
- sel, poivre
- **variante** : 1kg de semoule de blé

Marche à suivre :

- 1) Couper en morceaux de 2-3cm les tomates, aubergines, courgettes et poivrons (en retirant le centre pour ces derniers).
- 2) Hacher grossièrement les oignons et l'ail.
- 3) Dans un peu d'huile d'olive, faire revenir en premier les oignons, puis les aubergines, laisser 10 minutes, viennent ensuite les poivrons, puis l'ail, les courgettes et tomates.
- 4) Saler, poivrer, mélanger.
- 5) Ajouter le bouquet garni et laisser mijoter à feu doux pendant 40 minutes sans couvrir.

Variante 1 : Dans une casserole à part, faire cuire 1kg de semoule de blé dans de l'eau. Mélanger avec la ratatouille afin de la rendre plus consistante.

Variante 2 : Mettre cette ratatouille en conserve dans des pots de conserve en verre, et faire la stérilisation pendant 1h.

89) Fingers de poulet croustillants



Pour 3 personnes

Ingrédients :

- 3 beaux blancs de poulet
- 8 Krisprolls "complets"
- 1 œuf
- 3 cuillères à soupe de lait
- 50gr de farine
- un peu d'huile d'olive (pour faire cuire)

Marche à suivre :

- 1) Dans une première assiette, mettre la farine.
- 2) Dans une seconde assiette, battre l'œuf et le lait.
- 3) Dans une troisième assiette, broyer grossièrement les krisprolls.
- 4) Détailler le poulet en long, comme des "doigts" (les fingers).
- 5) Faire chauffer une poêle avec un fond d'huile d'olive, à feu vif.
- 6) Tremper et bien envelopper les fingers de poulet dans l'ordre : dans la farine, puis l'œuf et le lait, puis les krisprolls.
- 7) Faire frire dans la poêle à feu vif, en retournant quand une face est prête.
- 8) Les égoutter sur du papier absorbant pour retirer un peu d'huile et manger rapidement.

90) Purée façon mamie



Pour 3 à 4 personnes

Ingrédients :

- 1kg de patates à purée
- 2dl de lait
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte
- 50gr de beurre
- sel et poivre selon goût

Marche à suivre :

- 1) Peler les patates et retirer les yeux.
- 2) Dans une grande casserole, les faire cuire en couvrant d'eau, à feu vif jusqu'à ce qu'on puisse les piquer avec une fourchette sans résistance. (Environ 30 minutes)
- 3) Égoutter ensuite les patates puis les écraser à la fourchette dans la casserole.
- 4) Ajouter le beurre, le lait et la moutarde, bien mélanger.
- 5) Saler et poivrer selon vos envies.

91) Magret de canard



Pour 2 personnes

Ingrédients :

- 1 beau magret de canard
- 1 cuillère à soupe de miel
- 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique

Marche à suivre :

- 1) Tailler un quadrillage profond dans le magret du côté peau.
- 2) Dans une poêle bien chaude, faire cuire 5 minutes le magret côté peau, le retourner et 5 minutes côté chair.
- 3) Dans un petit bol, mélanger le miel et le vinaigre ensemble.
- 4) Quand le magret est cuit, le sortir et le tailler en lamelles de 6mm d'épaisseur.
- 5) Couper le feu, les remettre dans la poêle et arroser avec le mélange du bol.
- 6) Laisser imbiber une trentaine de secondes dans la chaleur restante de la poêle.
- 7) Servir de suite arrosé du jus et déguster rapidement.

92) Clafoutis aux cerises



Pour 6 personnes

Ingrédients :

- 100gr de farine
- 100gr de sucre
- 3-4 cuillères à soupe de cassonade
- 1 sachet de sucre vanillé
- 3,5dl de lait tiède
- 3 beaux œufs
- 30gr de beurre fondu + 20gr de beurre pour le moule
- 1 pincée de sel
- 800gr de cerises (de préférence des cerises noires) équeutées
- 3 cuillères à soupe de rhum

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre, le sucre vanillé et la pincée de sel.
- 2) Creuser un puits dans le mélange, y ajouter les œufs et battre le mélange au fouet.
- 3) Ajouter le lait petit à petit en mélangeant avec une cuillère en bois jusqu'à obtenir une pâte homogène et légère.
- 4) Laisser reposer la pâte 10 minutes.
- 5) Ajouter le beurre fondu et le rhum, bien mélanger.
- 6) Beurrer un plat à tarte et y répartir les cerises non dénoyautées (c'est bien meilleur avec que sans) sur une seule couche.
- 7) Verser la pâte sur les cerises.
- 8) Faire préchauffer le four à 200°C.
- 9) Une fois le four chaud, enfourner le clafoutis pendant 30 minutes.
- 10) Saupoudrer la cassonade sur le clafoutis et remettre au four 10 minutes, toujours à 200°C.
- 11) Déguster tiède (attention aux noyaux !).

93) Gâteau aux noix



Pour 6 personnes

Ingrédients :

- 200gr de farine
- 100gr de sucre
- 100gr de beurre fondu +20gr de beurre pour le moule
- 3 œufs
- 1 sachet de levure chimique
- 1 pincée de sel
- 200gr de cerneaux de noix
- 1 sachet de sucre vanillé
- 20ml de liqueur de noix
- Variante : remplacer les noix par des noisettes ou des amandes

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger le beurre, le sucre, sucre vanillé et les œufs.
- 2) Ajouter la farine, la levure et le sel, bien mélanger à nouveau.
- 3) Broyer les cerneaux de noix (ou les passer au mixeur) et les incorporer au mélange.
- 4) Faire préchauffer le four à 180°C.
- 5) Beurrer un moule à manqué, y verser la pâte.
- 6) Enfourner pendant 45 minutes à 180°C.
- 7) Déguster tiède ou froid.

94) Galette de courgette



Pour 8 à 10 galettes

Ingrédients :

- 3 courgettes diamant (20-25cm de long)
- 1 cuillère à soupe de sel
- 100gr de farine
- 150gr de parmesan
- 2 œufs de 70gr
- 3 gousses d'ail
- 1 cuillère à soupe de basilic haché
- Variante : 2 cuillères à soupe de curry

Marche à suivre :

- 1) Laver les courgettes, en râper 2 sur la grosse râpe et en couper une en rondelles fines de 3mm d'épaisseur.
- 2) Les saler avec le sel, mélanger et mettre à égoutter 20 minutes (pour sécher les courgettes en leurs faisant rendre leur eau grâce au sel).
- 3) Peler et hacher fin l'ail.
- 4) Dans un saladier, mélanger les œufs, farine, parmesan, l'ail haché, le basilic et le curry si vous en mettez.
- 5) Ajouter les courgettes au saladier et bien mélanger.
- 6) Dans une poêle, mettre un peu d'huile d'olive et allumer sur feu moyen.
- 7) Prendre une cuillère à soupe de préparation et la mettre dans la poêle, en la pressant légèrement pour qu'elle ne fasse pas un pâté mais plutôt une petite galette.
- 8) Cuire à feu moyen et à couvert quelques minutes, retourner la galette, couvrir à nouveau pour quelques minutes.
- 9) Une fois cuites, mettre les galettes sur un plat et manger rapidement.

95) Macarons



Pour 20 à 30 macarons (selon leur taille)

Ingrédients :

- 2 blancs d'œuf (70gr)
- 100gr de sucre glace
- 100gr d'amande en poudre
- 40gr de sucre en poudre
- 120gr de crème pâtissière

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, monter les blancs en neige et ajouter le sucre en poudre à la fin.
- 2) Bien mélanger l'amande en poudre et le sucre glace dans un bol à côté.
- 3) Ajouter la poudre d'amande sucrée dans les œufs en neige et mélanger doucement pour ne pas casser ces derniers.
- 4) Sur une plaque de cuisson (Silpat ou papier sulfurisé), faire des petits ronds de 3 à 4cm de pâte avec une poche à douille.
- 5) Tapoter sous la plaque pour retirer les bulles d'air et lisser les macarons.
- 6) Laisser croûter à l'air libre pendant 1 à 2h (la pâte ne doit plus coller aux doigts en la touchant).
- 7) Préchauffer le four à 150°C.
- 8) Enfourner pendant 20 à 25 minutes (les coques de macaron doivent être bien sèches et cuites).
- 9) Laisser ressuer sur une grille en faisant attention de ne pas casser les macarons.
- 10) Entre 2 coques, mettre un peu de crème pâtissière avec la poche à douille et coller les coques ensemble avec ce bourrelet de crème sur 2 à 3 mm d'épaisseur.
- 11) Laisser prendre 5 minutes. C'est prêt !

96) Confit d'oignons



Pour 500gr de confit

Ingrédients :

- 6 gros oignons
- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 5 gousses d'ail
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- 2dl de vin blanc
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte de Dijon
- 1 cuillère à soupe de miel

Marche à suivre :

- 1) Hacher fin les oignons et l'ail.
- 2) Dans une grande poêle, mettre l'huile d'olive et l'oignon.
- 3) Faire revenir 20 minutes à feu vif en remuant souvent.
- 4) Ajouter l'ail, mélanger toujours à feu vif 15 minutes
- 5) Déglacer avec la moitié du vin blanc.
- 6) Ajouter la moutarde, le miel et le concentré de tomate.
- 7) Bien mélanger, toujours à feu vif, pendant 10 minutes.
- 8) Couper le feu, ajouter le reste de vin blanc, bien mélanger et utiliser de suite ou mettre en petits pots.

97) Carotte-Céleris rémoulade



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1 beau céleris-raves
- 4 belles carottes
- 6 grosses cuillères à soupe de mayonnaise
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte

Marche à suivre :

- 1) Peler et râper les carottes et le céleri.
- 2) Les mettre dans un saladier.
- 3) Dans un bol, mélanger la mayonnaise et la moutarde.
- 4) Ajouter au saladier et bien tout mélanger.
- 5) Laisser 2h au frigo et servir.

98) Brownies noisettes



Pour 4 à 6 personnes

Ingrédients :

- 200gr de chocolat noir à dessert
- 200gr de sucre
- 125gr de beurre
- 4 œufs
- 50gr de farine
- 100gr de noisettes
- Bonus : décorations de pâtisseries
- Variantes : remplacer les noisettes par la même quantité d'amande ou de noix

Marche à suivre :

- 1) Faire fondre le chocolat et le beurre (soit dans un bol au micro-onde, soit au bain-marie).
- 2) Dans un saladier, verser le chocolat fondu et ajouter le sucre. Bien mélanger à la spatule.
- 3) Ajouter les œufs au saladier un par un en mélangeant bien.
- 4) Concasser grossièrement les noisettes (Variante : ou noix, amandes) et les ajouter, avec la farine, dans le saladier.
- 5) Préchauffer le four à 180°C.
- 6) Bien mélanger le contenu du saladier.
- 7) Beurrer un moule à manquer ou un moule rectangulaire.
- 8) Y verser la pâte du saladier et enfourner à 180°C pendant 25 minutes.
- 9) Laisser dans le four en train de refroidir pendant 15 minutes.
- 10) Ajouter de la décoration pour pâtisseries selon vos envies (dessins avec du sucre glace, billes argentées en sucre, paillettes, pâte d'amandes...).
- 11) Servir tiède.

99) Madeleines



Pour 24-27 madeleines

Ingrédients :

- 3 œufs
- 150gr de sucre
- 200gr de farine
- 8gr de levure chimique
- 100gr de beurre fondu
- 50gr de lait
- 2 cuillères à soupe de sirop d'orange
- Variante : 30gr de farine en moins, mais 80gr de poudre d'amande et 2gr de levure en plus.
- Variante : 4 cuillères à soupe de sirop d'érable
- Variante : 2 grosses cuillères à soupe de chocolat en poudre

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, blanchir les œufs et le sucre avec un fouet pendant 10min.
- 2) Ajouter le sirop d'orange, et le lait, bien mélanger au fouet.
- 3) Ajouter le beurre fondu, la farine, la levure et bien mélanger jusqu'à avoir une pâte homogène.
- 4) Variante : ajouter ici puis mélanger, poudre d'amande, chocolat ou sirop d'érable.
- 5) Réserver au frigo pendant 30 minutes et remélanger un coup.
- 6) Préchauffer le four à 200°C.
- 7) Remplir les moules à madeleines au 3/4 de la hauteur.
- 8) Remettre au frigo pendant 10 minutes.
- 9) Enfourner dans le bas du four, sans chaleur tournante à 200°C pendant 15 min.
- 10) Quand les madeleines sont cuites, elles doivent être dorées, les sortir du four et les démouler de suite.
- 11) Les faire ressuer sur une grille pendant quelques minutes.

100) Salade d'endives



Pour 3 personnes

Ingrédients :

- 2 grosses endives
- 100gr de fromage bleu (roquefort, carré d'Aurillac, bleu de Gex, fourme de Montbrison...)
- 100gr de noix décortiquées
- 100gr de champignons de paris frais

Marche à suivre :

- 1) Tailler fin les endives en lamelles de 5mm de largeur.
- 2) Couper le fromage en dés d'un centimètre.
- 3) Tailler les champignons en lamelles de 2 à 4mm d'épaisseur.
- 4) Concasser rapidement les noix en gros morceaux.
- 5) Mettre tous les ingrédients dans un grand saladier, tout mélanger.
- 6) Servir frais avec une sauce ou vinaigrette au citron.

101) Poulet caramel



Pour 3 à 4 personnes

Ingrédients :

- 3 beaux blancs de poulet
- 200gr de sucre en poudre
- 4 cuillères à soupes de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de riz (mirin)
- ½ cuillère à café de curry en poudre
- ½ cuillère à café de gingembre frais haché (ou en poudre)
- 1 échalote
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à soupe de graines de sésame
- 1 cuillère à soupe de coriandre

Marche à suivre :

- 1) Tailler fin le poulet et le faire griller à la poêle, à feu vif, avec un peu d'huile d'olive.
- 2) Réserver le poulet.
- 3) Dans une grande poêle, faire fondre le sucre avec 2 cuillères à soupe d'eau à feu moyen-fort.
- 4) Hacher finement l'échalote et l'ail.
- 5) Quand le sucre s'est transformé en caramel, ajouter la sauce soja, l'ail et échalote hachés, le gingembre, le curry et le vinaigre de riz. Bien mélanger et garder à feu moyen/fort pendant 25 minutes en mélangeant continuellement.
- 6) Ajouter les graines de sésame et le poulet grillé, bien mélanger.
- 7) Avec une cuillère, et toujours à feu moyen/fort, remettre de la sauce sur le poulet en inclinant légèrement la poêle, pendant 10 minutes.
- 8) Servir avec un peu de coriandre pour décorer sur le dessus.

102) Drèches en sauce



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 800gr de drèches (céréales restantes de la fabrication de bière)
- 3 cuillères à soupe de miel
- 6 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de curry
- 2dl de vin blanc
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillères à soupe de ciboulette hachée
- 1 cuillère à soupe de basilic haché
- Un peu de persil pour la décoration

Marche à suivre :

- 1) Hacher l'ail et les oignons. Les faire revenir dans un peu d'huile d'olive, dans une poêle, à feu vif pendant 20minutes.
- 2) Déglacer au vin blanc, ajouter le curry, soja et miel. Bien mélanger.
- 3) Ajouter les drèches, baisser à feu moyen et cuire 15 minutes en remuant fréquemment.
- 4) Ajouter la ciboulette et le basilic, mélanger 5 minutes.
- 5) Servir avec un peu de persil comme décoration.

103) Bar aux herbes



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1 beau Bar frais entier de 2,5kg environ
- 3 oignons
- 3 gousses d'ail
- 1dl d'huile d'olive
- 3 cuillères à soupe de basilic haché
- 3 cuillères à soupe de ciboulette hachée
- 3 cuillères à soupe de coriandre hachée
- 2dl de vin blanc d'Anjou
- Le jus d'un citron

Marche à suivre :

- 1) Hacher l'ail et l'oignon.
- 2) Si ce n'est déjà fait, vider le poisson.
- 3) Dans un grand plat allant au four, y déposer le poisson.
- 4) Mélanger tous les autres ingrédients et les ajouter au plat.
- 5) Préchauffer le four à 200°C puis enfourner le plat pendant 45 à 60 minutes.
- 6) Ne pas hésiter à arroser le poisson avec le jus pendant la cuisson.

104) Saumon à l'oseille



Pour 2 personnes

Ingrédients :

- 2 beaux pavés de saumon (dans la queue pour avoir moins d'arêtes)
- 10 grandes feuilles d'oseille fraîche
- 1,5dl de vin blanc
- 1dl de lait
- 100gr de beurre
- 50gr de farine
- 1 échalote

Marche à suivre :

- 1) Retirer doucement la peau du pavé de saumon, le mettre dans un plat allant au four.
- 2) Préchauffer le four à 230°C.
- 3) Retirer la tige des feuilles d'oseille et mettre 2 feuilles sur le saumon, comme une couverture.
- 4) Enfourner à 230°C pendant 20 minutes.
- 5) Pendant ce temps, faire fondre le beurre dans une casserole.
- 6) Hacher très finement l'échalote et l'ajouter au beurre. Mettre à feu vif et faire revenir pendant 5-8 minutes.
- 7) Hacher le reste d'oseille.
- 8) Ajouter la farine dans la casserole. Bien mélanger afin d'éviter les grumeaux.
- 9) Quand la farine est dissoute, ajouter le vin blanc, bien mélanger.
- 10) Ajouter l'oseille, bien mélanger jusqu'à ce qu'elle change de couleur (de vert à kaki).
- 11) Ajouter le lait, bien mélanger et baisser à feu doux jusqu'à épaississement de la sauce.
- 12) Si la sauce est trop épaisse, ajouter un peu d'eau. Si elle est trop liquide, laisser évaporer quelques minutes.
- 13) Sortir le saumon du four, disposer dans les assiettes, avec les feuilles d'oseilles dessus. Répartir la sauce sur et autour.

105) Bouillon de légumes façon miso



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 3L d'eau
- 3 belles carottes
- 3 poireaux
- 1 patate
- 1 bel oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 sardines séchées (ou à l'huile)
- 1 poignée de champignons noirs séchés
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- ½ cuillère à café de curry
- ½ cuillère à café de gingembre moulu

Marche à suivre :

- 1) Peler et hacher fin la patate, les carottes, l'oignon et les gousses d'ail. Hacher fin les poireaux.
- 2) Les mettre dans un faitout avec l'eau et les champignons.
- 3) Faire cuire à feu vif jusqu'à bouillonnement. Puis baisser à feu moyen.
- 4) Ajouter les sardines, sauce soja, curry et gingembre.
- 5) Mélanger et laisser mijoter à feu moyen pendant 2h.
- 6) À la fin de la cuisson, filtrer le contenu du faitout sur une passoire.
- 7) Servir le bouillon filtré dans des bols et les petits légumes restés dans la passoire dans d'autres petits bols ou assiettes à bords hauts.

106) Nouilles sautées au poulet et légumes



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 blancs de poulet
- 1 beau poireau
- ½ oignon
- 3 cuillère à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de miel
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 belle carotte
- 1 gousse d'ail
- 1 paquet de nouilles asiatiques aux œufs
- **Variante** : une poignée de coriandre fraîche
- **Variante** : 100gr de cacahuètes ou noisettes grillées non salées

Marche à suivre :

- 1) Détailler en allumettes fines la carotte et le demi-oignon.
- 2) Hacher fin le poireau et l'ail.
- 3) Tailler le poulet en lamelles fines.
- 4) Dans une poêle en inox ou un wok, mettre à feu max avec l'huile d'olive.
- 5) Dès que l'huile est bien chaude, y faire sauter (ou mélanger continuellement) les légumes 5 minutes.
- 6) Pendant ce temps, faire cuire les nouilles dans de l'eau bouillante.
- 7) Ajouter le poulet et continuer de faire sauter 5 minutes.
- 8) Ajouter le reste des ingrédients sauf les nouilles. Faire sauter 5 minutes.
- 9) Ajouter les nouilles et continuer à faire sauter 5 minutes.
- 10) Couper le feu puis servir.
- 11) **Variante** : broyer grossièrement les cacahuètes ou noisettes et les répartir sur les portions.
- 12) **Variante** : Ciseler la coriandre et répartir sur les portions.

107) Raviolis maison



Pour 3 personnes

Ingrédients :

Pour la pâte :

- 200gr de farine t65
- 2 beaux œufs frais
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Pour la garniture, au choix :

- 250gr de tartare maison
- 250gr de farce à viande, ou à poisson

Marche à suivre :

- 1) Préparer la pâte comme pour la recette N°5.
- 2) Abaisser la pâte en bandes de 10cm de largeur et 1mm d'épaisseur avec un laminoir ou au rouleau.
- 3) Faire attention de bien fariner afin que la pâte n'accroche et ne se déchire pas lors du laminage.
- 4) Avec une cuillère à café, faire des petits tas avec la garniture sur un côté de la pâte, en espaçant de 5cm. L'autre côté de la pâte servira à recouvrir comme un duvet la garniture et ainsi fermer les raviolis).
- 5) Fermer les raviolis en appuyant bien afin de verrouiller les bords entre le dessus et le dessous, afin que la garniture soit bien bloquée à l'intérieur, qu'elle ne sorte pas pendant la cuisson.
- 6) Avec un couteau ou une roulette en zig-zag, découper les bords des raviolis.
- 7) Les répartir sur un plan de travail fariné, sans les empiler ! (à cause de l'humidité de la garniture, ils pourraient se coller entre eux).

- 8) Dans une grande casserole d'eau bouillante, faire cuire les raviolis entre 4 et 7 minutes (selon épaisseur de la pâte, taille des raviolis et vos goûts).
- 9) Égoutter dans une passoire quelques minutes puis servir.

108) Cabillaud en sauce de safran



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 700gr de cabillaud
- 4dl de lait
- 1dl de jus de cuisson du cabillaud
- 1dl de vin blanc
- 2gr à 3gr de safran
- 1 échalote
- 60gr de beurre
- 2 cuillères à soupe de maïzena
-

Marche à suivre :

- 1) Tailler le cabillaud en gros dés de 3 à 4cm de cotés.
- 2) Mettre dans un plat allant au four le cabillaud, le cuire à 200°C pendant 15 minutes.
- 3) Dans une casserole, faire fondre à feu moyen le beurre et ajouter l'échalote, faire cuire 5-10 minutes en mélangeant.
- 4) Ajouter ensuite la maïzena, bien mélanger puis ajouter le vin blanc.
- 5) Mélanger avec le fouet en continu.
- 6) Ajouter le lait puis le safran, bien mélanger.
- 7) Sortir le poisson et mettre le jus dans la casserole de sauce, mélanger encore 10 minutes. La sauce doit être assez liquide mais bien couvrir le poisson.
- 8) Dans le plat de poisson, verser la sauce au safran et faire cuire, au four ou sur une plaque de cuisson si votre plat le permet, à feu doux pendant 30 minutes.
- 9) Servir avec du riz blanc décoré aux salicornes.

109) Fraisier 4 étages



Pour 6 à 8 personnes

Ingrédients :

- 10 œufs
- 150gr de farine t45
- 50gr de maïzena
- 250gr de sucre en poudre
- 100gr de sucre glace
- 250gr de beurre
- 5dl de lait
- 500gr de belles fraises
- ½ gousse de vanille
- 1dl de rhum brun

Marche à suivre :

- 1) Préparer une crème pâtissière mousseline en faisant doucement bouillir le lait avec la demi-gousse de vanille fendue et grattée.
- 2) Pendant ce temps, séparer les blancs des jaunes de 4 œufs. Faire blanchir, au fouet électrique, les 4 jaunes avec 150gr de sucre en poudre dans un saladier.
- 3) Réserver au frais les 4 blancs.
- 4) Ajouter la maïzena au saladier et bien mélanger à la maryse.
- 5) Ajouter le lait bouillant (en retirant le morceau de vanille) en 3 fois et en mélangeant bien à la maryse à chaque fois.
- 6) Quand tout est bien homogène, remettre dans la casserole et sur le feu vif en mélangeant au fouet.
- 7) Quand la crème a épaissie, continuer à feu vif 1 à 2 minutes, retirer du feu.
- 8) Ajouter 50gr de beurre et bien mélanger au fouet.
- 9) Réserver à couvert au frigo 1h.
- 10) S'occuper maintenant des couches de génoises.

- 11) Dans 2 saladiers, séparer les blancs des jaunes des 6 œufs restants.
- 12) Ajouter le sucre en poudre avec les jaunes et les faire blanchir au fouet électrique.
- 13) Ajouter la farine et bien mélanger à la maryse.
- 14) Dans le second saladier, monter les blancs en neige ferme avec le fouet électrique.
- 15) Incorporer les blancs aux jaunes en 3 fois et en mélangeant délicatement à la maryse pour ne pas casser les blancs.
- 16) Préchauffer le four à 200°C.
- 17) Sur une plaque de cuisson avec un silpat ou papier sulfurisé, déposer un cerclage en inox de 20cm de diamètre. Beurrer le cerclage.
- 18) Verser la moitié de la préparation pour génoise dans le cerclage.
- 19) Enfourner pendant 12 à 15 minutes, que la génoise soit bien moelleuse et cuite partout.
- 20) Faire ressuier à l'air libre pendant 15 minutes. Démouler en faisant doucement de ne rien abîmer.
- 21) Recommencer au point 17) pour la seconde génoise.
- 22) Quand les deux génoises ont ressuées, les découper dans l'épaisseur afin d'avoir 4 disques de 20cm de diamètres d'épaisseurs égales.
- 23) Dans un saladier, monter les 4 blancs réservés au frais en neige avec le sucre glace, avec le fouet électrique, afin d'obtenir une meringue épaisse et ferme.
- 24) Réserver la meringue au frigo.
- 25) Laver et équeuter les fraises. En garder une belle grosse de côté pour la décoration du chapeau.
- 26) Découper les autres en 2 moitiés verticales. Regarder sur un des disques de génoise afin de faire 2 tours avec les demi-fraises. Réserver ces dernières au frais.
- 27) Dans les fraises restantes, en écraser 4 dans un bol et mélanger avec le rhum.
- 28) Le reste des fraises et à découper en lamelles.
- 29) Nous allons maintenant attaquer le dressage du gâteau.
- 30) Dans un beau plat de service, déposer au centre un premier disque de génoise, côté coupé vers le haut.
- 31) Répartir au pinceau 1/3 du bol de fraises écrasées au rhum sur le disque de génoise.
- 32) Répartir 1/3 de la crème pâtissière mousseline sur le disque de génoise. Bien aplatir avec une spatule adaptée.
- 33) Planter horizontalement 1/3 des fraises coupées en lamelles dans la crème pâtissière.
- 34) Déposer un disque de génoise, côté coupé vers le haut et recommencer au point 31.
- 35) Quand on arrive au dernier disque de génoise, le déposer côté coupé vers le bas.
- 36) Sortir la meringue du frigo, la mettre dans une poche à douille.
- 37) Répartir 3/4 de la meringue sur l'extérieur et le dessus du gâteau. Bien lisser avec une spatule adaptée.
- 38) Coller un cercle de demi-fraises sur le bas du gâteau dans la meringue.
- 39) Faire la même chose, pointes vers le haut sur le dessus du gâteau au bord.
- 40) Ajouter quelques fantaisies décoratives avec la poche à douille et la meringue.
- 41) Ajouter la grosse fraise sur le dessus du fraisier.
- 42) Réserver au frigo pendant au moins 3h.
- 43) Servir en faisant attention lors de la coupe des tranches.

110) Nouilles sautées au curry et crevettes



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 500gr de crevettes calibre 40
- 1 oignon
- 3 cuillère à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de miel
- 2 cuillères à soupe de curry
- 1 cuillère à café de gingembre moulu ou de gingembre frais râpé fin
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 4 belles carottes
- 2 gousses d'ail
- 1 paquet de nouilles asiatiques aux œufs
- **Variante** : une poignée de coriandre fraîche
- **Variante** : 100gr de cacahuètes ou noisettes grillées non salées

Marche à suivre :

- 1) Détailler en allumettes fines les carottes et l'oignon.
- 2) Hacher fin l'ail.
- 3) Décortiquer les crevettes.
- 4) Dans une poêle en inox ou un wok, mettre à feu max avec l'huile d'olive.
- 5) Dès que l'huile est bien chaude, y faire sauter (ou mélanger continuellement) les légumes 5 minutes.
- 6) Faire cuire les nouilles dans de l'eau bouillante.
- 7) Ajouter le reste des ingrédients sauf les crevettes et les nouilles. Faire sauter 5 minutes.
- 8) Ajouter les crevettes et continuer de faire sauter 5 minutes.
- 9) Ajouter les nouilles et continuer à faire sauter 5 minutes.
- 10) Couper le feu puis servir.
- 11) **Variante** : broyer grossièrement les cacahuètes ou noisettes et les répartir sur les portions.
- 12) **Variante** : Ciseler la coriandre et répartir sur les portions.

111) Riz sauté façon pilaf



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 200gr de riz basmati
- 80gr de petits-pois écosés
- 40gr de jeunes carottes tendres
- 40gr de lardons
- 1 échalote
- Une belle poignée d'un mélange de champignons forestiers séchés
- 2,5dl d'eau
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- **Variante** : 2 cuillères à soupe de mirin

Marche à suivre :

- 1) Dans un bol, laisser gonfler les champignons dans l'eau pendant 1h.
- 2) Hacher fin l'échalote.
- 3) Dans une poêle, à feu vif, verser l'huile d'olive et y faire devenir légèrement translucide le riz (environ 5minutes).
- 4) Ajouter l'échalote, cuire 5 minutes en mélangeant bien.
- 5) Ajouter les lardons, petits-pois et carottes, bien mélanger pendant 5 minutes.
- 6) **Variante** : verser le mirin dans la poêle et bien mélanger.
- 7) Verser le bol avec l'eau et les champignons, bien mélanger et baisser à feu moyen.
- 8) Laisser le riz absorber l'eau, en mélangeant fréquemment, pendant 10 minutes.
- 9) Dès qu'il ne reste pratiquement plus d'eau, faire attention de mélanger en continue afin d'éviter d'accrocher le riz.
- 10) Mettre à feu vif et faire sauter le tout pendant 5 minutes.
- 11) Servir de suite.

112) Sauce à l'ail pour wok



Pour 200gr de sauce

Ingrédients :

- 10 gousses d'ail
- 1 oignon
- 1 échalote
- 5 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe de pâte de miso rouge
- 1 cuillère à soupe de mirin
- 2 cuillères à soupe de gingembre frais haché
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de maïzena
- 1 cuillère à soupe de graines de sésame

Marche à suivre :

- 1) Hacher fin l'ail, l'échalote et l'oignon.
- 2) Dans une poêle, faire revenir à feu vif l'ail, l'échalote, le gingembre, l'oignon et les graines de sésame dans les 2 cuillères d'huile d'olive.
- 3) Ajouter ensuite le reste des ingrédients, bien mélanger jusqu'à épaississement à feu moyen.
- 4) Réserver au frigo jusqu'à utilisation, à consommer sous 3 jours.
- 5) Utilisation : 1 à 2 cuillères à soupe dans le wok, par personne.

113) Rouleaux de viande



Pour 6 personnes

Ingrédients :

- 1kg de viande de bœuf hachée
- 2 échalotes
- 1 oignon
- 2 œufs
- 1 cuillère à soupe de persil haché
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillères à soupe de sauce Worcestershire
- 1 cuillère à soupe de farine
- 100gr de grains de couscous moyen
- 1dl d'eau
- 150gr de crème fraîche
- 24 bandes de bacon pas trop épaisses ni trop grasses

Marche à suivre :

- 1) Dans une poêle, faire chauffer le décilitre d'eau.
- 2) Quand l'eau bout, couper le feu, ajouter le couscous et mélanger rapidement. Laisser gonfler à couvert 5 minutes puis laisser tiédir.
- 3) Hacher les échalotes, oignon et ail.
- 4) Dans un saladier assez grand, mettre la viande hachée, les échalotes, oignon et ail ainsi que les œufs, le persil et la sauce Worcestershire.
- 5) Commencer à pétrir à la main.
- 6) Ajouter le couscous lorsqu'il est tiédi, bien pétrir le tout afin d'avoir un appareil homogène.
- 7) Avec l'appareil à viande, faire 6 pains un peu allongés.
- 8) Sur une planche, poser en croisant, 4 tranches de bacon (comme un double X l'un en-dessous de l'autre en décalé).
- 9) Poser dessus un pain de viande et l'entourer, en croisant toujours, avec les tranches de bacon, afin de le "momifier". Faire de même avec les autres pains de viande.
- 10) Dans une poêle très chaude, à feu vif, mettre un peu de beurre et faire cuire les rouleaux de viande sur chaque face 3-4 minutes.
- 11) Dès que toutes les faces sont faites, baisser à feu doux, ajouter la crème fraîche et laisser mijoter à couvert 20 minutes en arrosant régulièrement avec la sauce.

114) Röstis à l'espagnol



Pour 6 personnes

Ingrédients :

- 800gr de patates farineuses
- 200gr de fromage Manchego (ou fromage de brebis du pays basque)
- 150gr de chorizo
- 30gr de beurre

Marche à suivre :

- 1) Laver et peler les patates.
- 2) Râper sur la râpe à gros trous les patates et le fromage.
- 3) Réserver 4 tranches fines de chorizo, tailler en petits morceaux le reste.
- 4) Dans un grand saladier, mélanger les patates et fromage râpés avec les morceaux de chorizo.
- 5) Dans une grande poêle antiadhésive, à feu vif, faire fondre le beurre, puis verser le contenu du saladier, répartir en une grosse galette uniforme.
- 6) Laisser cuire sans y toucher, à feu vif, pendant 8-10 minutes.
- 7) En faisant attention de ne pas casser la galette, la retourner sur une assiette et la faire glisser à nouveau dans la poêle (afin de cuire les 2 côtés).
- 8) Disposer les 4 tranches de chorizo sur le dessus, couvrir et laisser cuire à nouveau 10 minutes.
- 9) Laisser braiser à découvert 10 minutes, toujours à feu vif.
- 10) Servir rapidement en coupant des parts de röstis.

115) Riz sauté aux fruits de mer



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 200gr de riz basmati
- 1 cuillère à soupe de pâte de miso blanc
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2.5dl d'eau
- 80gr de petits pois
- 40gr de petites carottes fines
- 100gr de tentacules de poulpes
- 100gr de corps de calamar/encornet
- 100gr de supion/chipiron
- 100gr de crevettes calibre 60/80
- 150gr de moules hors coquille
- 1/2dl de vin blanc

Marche à suivre :

- 1) Décortiquer les crevettes.
- 2) Couper en morceaux les tentacules, les crevettes, supions et corps de calamar.
- 3) Dans une poêle, à feu vif, verser l'huile d'olive et y faire devenir légèrement translucide le riz (environ 5 minutes).
- 4) Ajouter les fruits de mer dans la poêle, mélanger 5 minutes.
- 5) Diluer le miso blanc dans l'eau et l'ajouter dans la poêle.
- 6) Baisser à feu moyen et à couvert. Laisser le riz absorber l'eau, en mélangeant fréquemment, pendant 10 minutes.
- 7) Ajouter le reste des ingrédients, bien mélanger.
- 8) Monter à feu vif et faire sauter le tout pendant 5 à 10 minutes.
- 9) Servir de suite.

116) Wok cabillaud et curry vert



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 pavés de cabillaud
- 5 belles carottes
- 15gr de champignons noirs séchés
- 1dl d'eau
- 1 cuillère à soupe de curry vert fort
- 1/2dl de sauce soja
- 150gr de tofu soyeux en gros dés

Marche à suivre :

- 1) Faire tremper les champignons dans 1dl d'eau.
- 2) Tailler les carottes en allumettes fines.
- 3) Faire revenir les carottes dans un peu d'huile d'olive à feu vif pendant 5 à 10 minutes.
- 4) Tailler le poisson en lamelles.
- 5) Ajouter le curry vert et l'eau avec les champignons dans la poêle, bien mélanger pour dissoudre le curry.
- 6) Dans une poêle à côté, faire dorer les dés de tofu. Les ajouter ensuite dans la poêle avec le reste.
- 7) Ajouter la sauce soja, mélanger un coup.
- 8) Déposer sur le dessus les lamelles de cabillaud, couvrir la poêle et laisser cuire 5 minutes à couvert.
- 9) Retirer le couvercle, couper le feu, laisser finir de cuire quelques minutes à découvert et servir de suite.

117) Omurice



Pour 2 personnes

Ingrédients :

- 120gr de riz (long type basmati ou japonais type rond)
- 1 oignon
- 100gr de lardons fins
- 4 cuillères à soupe de ketchup + pour la déco
- 4 œufs
- 80gr de fromage râpé

Marche à suivre :

- 1) Faire cuire le riz dans une casserole d'eau.
- 2) Hacher l'oignon.
- 3) Faire revenir l'oignon haché avec les lardons dans une poêle, à feu vif.
- 4) Quand le riz est cuit, l'égoutter.
- 5) Dès que l'oignon et les lardons sont bien revenus, ajouter le riz, commencer à mélanger.
- 6) Ajouter le ketchup, bien mélanger le tout et finir de cuire 2 minutes, puis réserver.
- 7) Dans un bol, casser 2 œufs et ajouter la moitié du fromage râpé. Battre le tout.
- 8) Dans une poêle antiadhésive bien chaude et à feu vif, verser le contenu du bol, étaler pour faire une omelette pas trop épaisse mais large.
- 9) Quand l'omelette est cuite d'un côté, verser la moitié de la préparation au riz au milieu.
- 10) Replier les bords de l'omelette, finir de cuire pendant 1 à 2 minutes.
- 11) Retourner sur une assiette afin d'avoir l'omelette qui enrobe bien tout comme un chausson.
- 12) Décorer d'un peu de ketchup et servir de suite.

118) Salade "Heu" qui fleure bon le Sud



Pour 3 personnes

Ingrédients :

- Un demi-saladier de salade en morceaux
- 120gr de maïs doux cuit
- 100gr de crevette ou surimi
- 1 belle tomate charnue
- 1 conserve de 250gr de tomates-cerises confites à la feta et basilic
- 3 anchois marinés à l'ail

Marche à suivre :

- 1) Décortiquer puis couper en tronçons les crevettes ou surimi.
- 2) Couper en tranches fines la tomate.
- 3) Dans un saladier, mettre dans l'ordre : la salade, le maïs, les rondelles de tomate, les crevettes/surimi, les tomates-cerises confites avec la feta et le jus de cuisson, les anchois.
- 4) Laisser 1h au frais puis servir.

119) Wok de lamelles de porc, nouilles, légumes et sauce cacahuète



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 400gr d'une belle longe de porc
- 4 carottes
- 2 gousses d'ail
- 2 blocs de nouilles aux œufs japonaises
- 1dl d'eau
- 1dl de lait de coco
- 1 cuillère à soupe de pâte miso rouge
- 3 cuillères à soupe de beurre de cacahuète
- 40gr de cacahuètes entières non-salées
- 4 brins de coriandre fraîche
- 4 demi-rondelles de lime (citron vert)
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive

Marche à suivre :

- 1) Détailler les carottes en allumettes et les faire revenir à feu vif dans une poêle avec l'huile d'olive.
- 2) Réserver les carottes.
- 3) Hacher fin l'ail, tailler de fines lamelles d'un centimètre de largeur et 5mm d'épaisseur dans le morceau de viande.
- 4) Hacher grossièrement, au couteau, les cacahuètes.
- 5) Faire dissoudre la pâte miso dans l'eau.
- 6) Faire cuire les nouilles dans une casserole d'eau bouillante.
- 7) Faire sauter la viande, les 2/3 des cacahuètes hachées et l'ail dans un wok, à feu vif.
- 8) Quand la viande est bien dorée, déglacer avec l'eau et le miso, bien mélanger.

- 9) Ajouter ensuite le lait de coco, le beurre de cacahuète et les carottes. Bien mélanger en faisant sauter à feu vif pendant 2-3 minutes.
- 10) Égoutter les nouilles, les ajouter au wok.
- 11) Faire sauter à feu vif pendant 5 minutes.
- 12) Servir à l'assiette ou bol, répartir dessus le reste des cacahuètes, puis le brin de coriandre.

120) Mousse de framboises



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 500gr de framboises
- 2 blancs d'œuf
- 150gr de sucre en poudre
- 2gr d'agar-agar
- Quelques pépites de chocolat pour la déco

Marche à suivre :

- 1) Garder quelques framboises de côté pour décorer. Passer le reste des framboises au mixer.
- 2) Monter les blancs en neige et y ajouter, avec un batteur électrique ou le fouet, 50gr de sucre en poudre.
- 3) Ajouter les 100gr de sucre restants dans les framboises mixées, bien mélanger.
- 4) Ajouter l'agar agar aux framboises et sucre, bien mélanger et verser dans une casserole.
- 5) À feu moyen, faire chauffer la casserole de framboises jusqu'à ébullition, en mélangeant continuellement.
- 6) Laisser bouillir doucement 2 minutes, couper le feu et laisser refroidir.
- 7) Lorsque la préparation a refroidi, incorporer délicatement les blancs en neige aux framboises.
- 8) Verser dans un saladier, couvrir et mettre au frigo pendant 3h minimum.
- 9) Au moment de servir, ajouter quelque pépites de chocolat sur le dessus de la mousse pour décorer.

121) Hachés de veau au fromage et girolles à la crème



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 hachés de veau au fromage
- 500gr de girolles fraîches
- 100gr de crème fraîche épaisse
- 1 cuillère à café de basilic haché
- 1 gousse d'ail
- Huile d'olive

- 1) Faire cuire les hachés de veau dans une poêle bien chaude avec un peu d'huile d'olive et à feu vif.
- 2) Réserver les hachés cuits, remettre un peu d'huile et remettre à chauffer à feu vif.
- 3) Brosser les girolles et couper les plus grosses en morceaux.
- 4) Les faire revenir à la poêle à feu vif pendant 10 minutes.
- 5) Hacher fin la gousse d'ail.
- 6) Ajouter l'ail, le crème fraîche et le basilic haché dans la poêle, donner quelques tours de moulin à poivre.
- 7) Bien mélanger et laisser mijoter 5 minutes.
- 8) Ajouter les hachés, laisser mijoter 5 minutes à feu moyen.
- 9) Servir rapidement.

122) Wok au bouillon



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 4 blancs de poulet
- 1dl de saké
- 200gr de nouilles de riz larges
- 4 belles carottes
- ½ tête d'ail
- 10gr de gingembre frais pelé
- 2L d'eau
- une quinzaine de champignons chinois séchés
- 4 sardines à l'huile
- 5cm² d'algue kombu séchée
- 1 cuillère à soupe de miso rouge
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de mirin
- 2 cuillères à soupe de sauce huître
- 1 cuillère à café de coriandre hachée
- 1 cuillère à soupe de graines de sésame + un peu pour la décoration
- Un peu d'huile d'olive

Marche à suivre :

- 1) 2h avant la préparation, mettre le blanc de poulet à mariner avec le saké. Conserver au frais.
- 2) Dans une casserole, verser l'eau.
- 3) Frotter le morceau d'algue pour retirer la couche blanchâtre. Ajouter à la casserole d'eau.
- 4) Écraser les sardines et les ajouter, ainsi que la pâte miso et les champignons séchés, à la casserole.

- 5) Mettre à chauffer à feu moyen pendant 30minutes, couper le feu et laisser reposer 1h30 à couvert.
- 6) Tailler les carottes en allumettes, peler et hacher l'ail, hacher le gingembre.
- 7) Dans un wok, à feu vif, verser un peu d'huile d'olive. Ajouter les carottes, gingembre, ail et graines de sésame.
- 8) Faire sauter les légumes à feu vif. Ajouter ensuite la sauce soja, le mirin et la sauce huître.
- 9) Bien mélanger et finir de sauter à feu vif 5 minutes. Réserver.
- 10) Dans la casserole de bouillon, mettre à feu vif et dès les premiers bouillonnements, ajouter les nouilles.
- 11) Dans une poêle anti-adhésive, faire cuire le poulet avec le saké, à couvert et à feu vif.
- 12) Couper le feu sous la casserole de bouillon et la poêle avec le poulet.
- 13) Dans 4 grands bols, répartir les nouilles, puis le bouillon. Ajouter ensuite les carottes sur un côté.
- 14) Découper en fines tranches les morceaux de poulet. Les ajouter en « bloc » sur les bols. Répartir la coriandre hachée et le sésame supplémentaire sur les 4 bols.

123) Tourtous

Pour 25-30 tourtous

Ingrédients :

- 500gr de farine de sarrasin/blé noir
- 200gr de farine de blé t55
- 1,2L d'eau
- 200gr de levain maison ou 42gr de levure de boulanger
- 5gr de sel
- 1 œuf

Marche à suivre :

- 1) Dans un grand saladier, mélanger les farines et le sel.
- 2) Y creuser un puit, y verser le levain/levure, 2dl d'eau et y casser un œuf.
- 3) Mélanger l'œuf dans l'eau et le levain/levure.
- 4) Ajouter le reste d'eau, tout mélanger.
- 5) Laisser lever à température ambiante, à couvert, pendant 2h à 3h.
- 6) Dans une crêpière, à feu vif, passer un bout de lard gras pour graisser la surface.
- 7) Verser une belle louche de pâte, cuire quelques minutes à feu vif, retourner le tourtou et finir la cuisson.
- 8) La pâte ressemble à une passoire et c'est normal, le côté "Dentelle" est recherché dans les tourtous.

124) Mille-feuille d'ardoisier

Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1 pâte à pizza maison (pour une pizza de 25cm ou 250gr de pâte)
- 600-800gr de tomme d'Ardoisier (ou de st-Nectaire) coupé en 16 tranches de 5mm d'épaisseur.
- 24 belles tranches de tomates séchées
- 4 feuilles de basilic frais + 4 en **variante**
- **Variante** : graines de pavot

Marche à suivre :

- 1) Couper la pâte à pizza en 4, les étaler en rectangles assez grand (presque une feuille A4).
- 2) Sur chaque pâte, mettre au centre comme suit : 1 tranche d'Ardoisier, 2 tranches de tomates, 1 tranche d'Ardoisier, 2 de tomates, encore une d'Ardoisier et 2 de tomates, puis une dernière tranche d'Ardoisier et enfin une feuille de basilic.
- 3) Bien rabattre les bords de la pâte sur l'empilement, bien emballer le tout afin de ne pas avoir de fuite de fromage durant la cuisson.
- 4) Déposer sur une plaque de cuisson, puis faire cuire 20 minutes à 220°C.
- 5) Servir rapidement.
- 6) **Variante** : peut se décorer d'une feuille de basilic supplémentaire à déposer sur le mille-feuille.
- 7) **Variante** : mouiller le dessus d'un peu d'eau et saupoudrer de graines de pavot

125) Gourmandise framboise



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 500gr de framboises fraîches + 4 belles framboises de déco
- 3 blancs d'œufs
- 200gr de sucre en poudre
- 2gr d'agar-agar
- 120gr de chocolat noir à dessert
- Diverses décors de gâteaux et pâtisseries

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole, mixer les framboises (sauf les 4 de déco) avec 100gr de sucre et l'agar-agar.
- 2) Mettre ensuite doucement à cuire en mélangeant constamment, jusqu'à petite ébullition.
- 3) Laisser à petite ébullition pendant 2 minutes, puis couper le feu et laisser refroidir.
- 4) Monter les œufs en neige en ajoutant le sucre restant jusqu'à obtenir une meringue épaisse.
- 5) Réserver 1/3 de la meringue dans une poche à douille.
- 6) Lorsque l'appareil à la framboise est un peu refroidi (mais pas solidifié !), le mélanger délicatement avec la meringue.
- 7) Répartir dans 4 verrines (laisser 1cm avant le bord) et mettre au frigo 10 minutes.
- 8) Pendant ce temps, faire fondre au bain-marie le chocolat.
- 9) Répartir le chocolat comme une couche sur chaque verrine et remettre au frigo afin d'avoir une coque de chocolat bien formée et dure, pour environ 15 minutes.
- 10) Après la prise du chocolat, répartir avec la poche à douille, sur la coque, un petit monticule de meringue.
- 11) Couronner d'une framboise par verrine.
- 12) Décorer selon vos goûts (petites étoiles ou billes de sucres, vermicelles de chocolat, etc...).
- 13) Laisser au frigo 2h, et servir frais.

126) Meringues



Pour 2 plaques de meringues

Ingrédients :

- 5 blancs d'œuf (150gr environ)
- 300gr de sucre

Marche à suivre :

- 1) Mélanger les blancs d'œufs et le sucre.
- 2) Faire chauffer au bain-marie jusqu'à ce qu'une légère ébullition commence.
- 3) Sortir du feu et battre en mousse très dense.
- 4) Mettre dans une poche à douille, pocher les meringues (pas plus de 2cm d'épaisseur) sur papier sulfurisé ou silpat.
- 5) Enfourner à 120°C pendant 2h. Sans chaleur tournante ni ouvrir la porte du four.
- 6) Sortir du four, laisser ressuer 15 minutes et déguster.
- 7) **Note :** si vous voulez des meringues plus grandes, il faut pocher plus gros, et laisser plus longtemps à la cuisson.

127) Pâte à choux



Pour une trentaine de petits choux

Ingrédients :

- 250ml d'eau
- 12gr de sucre
- Une pincée de sel
- 100gr de beurre + une noix de beurre pour la dorure
- 150gr de farine t45
- 5 œufs

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole, mélanger l'eau, le sucre, le sel et le beurre.
- 2) Faire chauffer à feu moyen en mélangeant jusqu'au début d'ébullition.
- 3) Ajouter la farine hors du feu et bien mélanger.
- 4) Remettre sur le feu, toujours à feu moyen et en mélangeant bien jusqu'à évaporation.
- 5) Ajouter, hors du feu, les œufs un par un en mélangeant à chaque fois de manière homogène.
- 6) Lorsque la pâte est bien homogène, pocher avec une poche à douille sur une plaque avec papier sulfurisé ou silpat.
- 7) Faire attention de bien séparer les choux car ils vont beaucoup gonfler !
- 8) Dorer les choux avec une noix de beurre fondu.
- 9) Enfourner à four chaud à 180°C, pendant 30 minutes. Sans ouvrir la porte du four et sans chaleur tournante.
- 10) Laisser ressuer sur une grille 5 minutes.
- 11) C'est prêt !

128) Nougat



Pour 1,5kg de nougat

Ingrédients :

- 500gr de miel
- 200gr de sirop de glucose
- 400gr de sucre
- 130gr d'eau
- 4 blancs d'œufs (environ 110gr)
- 500gr d'amandes grillées ou torréfiées
- 100gr de pistaches décortiquées et grillées ou torréfiées
- 4 feuilles A4 de papier azyne

Marche à suivre :

- 1) Dans une casserole, faire bouillir doucement le miel
- 2) Dans une seconde casserole, faire bouillir doucement le sirop de glucose, le sucre et l'eau.
- 3) À part, monter les blancs en neige.
- 4) Lorsque les 2 casseroles ont atteint 140°C, les ajouter, en filet, tout en fouettant/battant, le miel et le mélange de sucres aux blancs en neige.
- 5) Battre jusqu'à épaississement (une consistance de pâte dense).
- 6) Ajouter à ce moment les amandes et pistaches. Bien mélanger à la spatule.
- 7) Ensuite, rapidement l'étaler sur 2 feuilles de papier azyne (la difficulté venant aussi du fait de récupérer le maximum de nougat collé aux parois...).
- 8) Aplatir autant que possible à 1-1,5cm d'épaisseur puis recouvrir d'une seconde feuille azyne chaque plaque de nougat. Finir d'aplatir doucement avec un rouleau à pâtisserie en faisant attention de ne pas déchirer le papier.
- 9) Laisser figer 1h à 2h sur un plan de travail, à température ambiante.
- 10) Vous voulez alors découper les nougats à la taille et forme que vous voulez.
- 11) À conserver dans une boîte en métal ou autre, mais à l'abri de l'humidité et de la chaleur ! (Surtout de l'humidité ça ferait fondre le nougat !)

129) Mini-choco-muffins



Pour une soixantaine de mini-muffins

Ingrédients :

- 250gr de farine T45
- 150gr de sucre
- 20gr de poudre de cacao
- 150gr de pépites de chocolat
- 1 sachet de levure chimique
- 2 œufs
- 140gr de beurre

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger tous les ingrédients sauf œufs et beurre.
- 2) Casser les œufs et les ajouter, mélanger.
- 3) Faire fondre le beurre puis l'ajouter au saladier, bien mélanger.
- 4) Faire préchauffer le four à 180°C.
- 5) Remplir des petits moules d'une petite cuillère à café de pâte.
- 6) Enfourner dans le bas du four à 180°C pendant 20 minutes (vérifier la cuisson avec la lame d'un petit couteau).
- 7) Laisser ressuer sur une grille pendant 10 minutes. C'est prêt !

130) Cookie-Ninu



Pour une trentaine de cookies

Ingrédients :

- 150gr de farine T45
- 150gr de farine T65
- 160gr de beurre fondu
- 150gr de cassonade
- 100gr de sucre
- 2 œufs
- 1 sachet de levure chimique (~10gr)
- 300gr de pépites de chocolat
- 50gr de noisettes
- 2gr de sel

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger les sucres et le beurre fondu.
- 2) Ajouter les farines, le sel et la levure, bien mélanger.
- 3) Hacher grossièrement les noisettes au couteau.
- 4) Ajouter les pépites de choco et les noisettes hachées au saladier et bien mélanger.
- 5) Ajouter les œufs et bien mélanger afin d'avoir une pâte homogène.
- 6) Faire préchauffer le four à 180°C.
- 7) Sur une plaque de cuisson sulfurisée ou silpat, faire des petites boules de pâte avec une cuillère à soupe en les espaçant bien.
- 8) Quand le four est chaud, enfourner à 180°C pendant 15 minutes.
- 9) Faire ressuer sur une grille pendant 10 minutes.

131) Boulettes de bœuf



Pour 20 boulettes

Ingrédients :

- 625gr de viande de bœuf hachée
- ½ oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à soupe de mélange d'épices tex-mex
- 1 cuillère à café de moutarde fine et forte Amora
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomate
- 1 cuillère à soupe de farine complète

Marche à suivre :

- 1) Hacher très fin l'ail et l'oignon.
- 2) Dans un saladier, mélanger tous les ingrédients de manière homogène.
- 3) Former 20 boulettes avec vos mains.
- 4) Dans une poêle, mettre un peu d'huile d'olive ou de beurre, et à feu vif, faire cuire les boulettes de tous les côtés.
- 5) Quand les boulettes sont bien cuites, les sortir et il ne reste plus qu'à servir !

132) Pains sils



Pour une dizaine de pains sils

Ingrédients :

- 500gr de farine T55
- 3dl de lait
- 50gr de beurre fondu
- 20gr de levure fraîche de boulanger
- 1 cuillère à café de sel fin
- 1 cuillère à soupe de gros sel (pour la cuisson)

Saumure :

- 2L d'eau
- 100gr de bicarbonate de soude

Marche à suivre :

- 1) Dans un bol, dissoudre la levure dans le lait.
- 2) Dans un saladier, mélanger la farine, le sel et le beurre fondu.
- 3) Ajouter le lait et levure dans le saladier, bien mélanger jusqu'à obtention d'une pâte homogène.
- 4) Former 10 petites boules légèrement ovales et déposer sur une plaque sulfurisée ou silpat.
- 5) Laisser lever à température ambiante pendant 2h à couvert.
- 6) Dans une casserole assez grande, préparer la saumure en faisant chauffer l'eau et en ajoutant le bicarbonate de soude.
- 7) Lorsque la saumure bout, y faire pocher 1 à 2 minutes les boules de pain levées.
- 8) Les déposer ensuite sur la plaque, parsemer une pincée de gros sel sur le dessus de chaque petit pain pochés.
- 9) Grigner de 3 traits chaque petit pain
- 10) Préchauffer le four à 180°C.
- 11) Enfourner 20 minutes dans le bas du four.
- 12) Après cuisson, laisser ressuer sur une grille pendant 20 à 30 minutes.

133) Velouté de butternut truffé



Pour 6 personnes

Ingrédients :

- 2kg de butternut
- 1L d'eau
- 400gr de fromage blanc battu
- 90gr de crème fraîche épaisse
- 1 truffe fraîche de 30gr

Marche à suivre :

- 1) Peler et découper en gros dés de 3-5cm la butternut.
- 2) Ajouter dans une grande casserole les dés de butternut et l'eau. Mettre à bouillir et laisser cuire pendant 20 minutes.
- 3) Lorsque les dés de butternut sont cuits, les égoutter et les remettre dans la casserole, hors du feu.
- 4) Mixer avec un mixeur-plongeur à soupe, jusqu'à obtention d'un appareil sans grumeaux, ni fils.
- 5) Ajouter le fromage blanc battu et mixer à nouveau afin de bien homogénéiser le velouté.
- 6) Couper la truffe en 6 tranches.
- 7) Servir dans 6 assiettes, ajouter une noix de crème fraîche au centre de chaque assiette et y déposer une tranche de truffe.
- 8) Servir et consommer de suite.

134) Magret fumé



Pour 1 magret

Ingrédients :

- 1 beau magret de canard avec le gras
- Du gros sel (quelques kilos)
- Du foin bien sec, sans traitement
- **Variante** : sciure de bois de différentes essences

Marche à suivre :

- 1) Nettoyer le magret à l'eau afin de retirer les restes de sang.
- 2) Bien le sécher avec du papier absorbant.
- 3) Dans un bac, mettre 2 à 3 cm d'épaisseur de gros sel, y déposer le magret côté gras/peau sur le sel.
- 4) Recouvrir avec le reste de gros sel afin d'avoir une couche de 2 à 3 cm de sel par-dessus le magret.
- 5) Laisser dans le sel pendant 18h.
- 6) Brosser à sec et doucement le magret afin d'en retirer la majorité du sel.
- 7) Le suspendre avec un esle dans un fumoir.
- 8) Faire attention que le magret ne touche aucun bords ni le fond et que le fumoir soit bien fermé.
- 9) Fumer au foin pendant 4h.
- 10) **Variante** : fumer le magret avec de la sciure de bois de différentes essences afin de changer le goût (hêtre, chêne, fruitier...).
- 11) Suspendre le magret dans un affinoir pendant 3 à 4 semaines selon les goûts, au frais, au sec et à l'abri des insectes.
- 12) Déguster en tranches plus ou moins fines selon les goûts.

135) Truffade



Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1,5kg de patates à sauter
- 1,2kg de tomme fraîche de cantal
- 7 gousses d'ail
- 1/2dl de vin blanc
- 200gr de lardons fumé peu gras
- 4 tranches un peu épaisses de jambon sec de pays

Marche à suivre :

- 1) Rincer et peler les patates.
- 2) Dans une grande sauteuse ou une cocotte en fonte, faire fondre le beurre à feu doux.
- 3) Couper en rondelles de 2 à 3 mm d'épaisseur les patates et les mettre dans la sauteuse.
- 4) Hacher grossièrement l'ail et l'ajouter dans la sauteuse.
- 5) Ajouter les lardons et faire revenir à feu vif le tout afin de faire sauter les patates à couvert.
- 6) Lorsque les patates sont un peu grillées, baisser le feu à moitié, déglacer au vin blanc.
- 7) Découper la tomme en dés d'un centimètre.
- 8) Ajouter au plat, mélanger à feu moyen en continue jusqu'à ce que la tomme soit toute fondue et fasse des fils.
- 9) Baisser à feu doux, déposer les tranches de jambon dessus et laisser à couvert 5 minutes.
- 10) Servir chaud.

136) Quiche-ramequin



Pour une quiche de 6 à 8 personnes

Ingrédients :

- 400gr de pâte brisée (voir tome I)
- 6 œufs
- 4,5dl de lait entier
- 400gr de comté râpé ou de Blason râpé
- 400gr de cantal
- 300gr de bleu
- Quelques tours de moulin à poivre vert
- **Variante** : remplacer les 4,5dl de lait par 2,5dl de lait + 200gr de crème fraîche épaisse

Marche à suivre :

- 1) Dans un moule à bords hauts et à charnières, de 25cm de diamètre, fonder la pâte brisée en montant bien sur les bords afin que l'appareil ne déborde pas.
- 2) Dans un saladier, casser les œufs et y mélanger avec le lait (ou **la variante** lait/crème fraîche), les fromages et le poivre.
- 3) Bien tout mélanger dans le saladier.
- 4) Verser le contenu du saladier dans le moule.
- 5) Préchauffer le four à 175°C.
- 6) Enfourner à 175°C pendant 1h.
- 7) Monter la chaleur du four à 200°C pour 15 minutes de cuisson.
- 8) À la fin de la cuisson, éteindre le four et le laisser entr'ouvert pendant 25 à 30 minutes.
- 9) Sortir la quiche du moule et déposer sur un plat de présentation. Servir en entrée ou en plat avec, par exemple, une salade.

137) Saumon fumé



Pour un saumon de 2.5-3kg (environ XXX tranches)

Ingrédients :

- 3,5kg d'un demi-saumon levé sur un côté, frais, non-congelé
- 800gr de gros sel
- 200gr de cassonade
- Du foin bien sec, sans traitement ou de la sciure de bois

Marche à suivre :

- 1) Nettoyer le saumon, retirer les arêtes, écailler, rincer et bien sécher avec du papier absorbant.
- 2) Mélanger le sel et la cassonade.
- 3) Dans un grand bac pouvant contenir le saumon à plat, recouvrir le fond avec le mélange sel/sucre sur quelques millimètres.
- 4) Déposer le saumon sur la couche de sel/sucre côté peau vers le bas.
- 5) Répartir le reste du mélange sel/sucre sur le saumon.
- 6) Réserver à couvert au frigo pendant 12h.
- 7) Rincer le saumon à l'eau afin de retirer la couche de sel/sucre, bien le sécher au papier absorbant.
- 8) Faire maturer une première fois pendant 24h au frigo.
- 9) Après la première maturation, fumer au foin ou à la sciure de bois pendant 6 à 8h.
- 10) Remettre le saumon au frigo pour maturer pendant 24h.
- 11) Sortir le saumon et profiter de sa basse température pour retirer la peau et le découper en fines tranches.
- 12) À consommer rapidement, ou mettre sous vide.
- 13) Se mange très bien avec du citron, de la sauce à l'aneth, des blinies...

138) Sandwich façon pan bagnat



Pour 1 sandwich

Ingrédients :

- 1 pain pour pan bagnat
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 5 tranches de tomates de 5mm d'épaisseur
- 3 grandes feuilles de salade
- 1 œuf dur en tranches
- Variante 1 : 1 blanc de poulet
- Variante 1 : 4 cuillères à soupe de mayonnaise au curry
- Variante 2 : 100gr de thon en boîte
- Variante 2 : 2 à 3 cuillères à soupe de mayonnaise

Marche à suivre :

- 1) Découper dans l'épaisseur le pain, répartir l'huile d'olive sur les 2 faces intérieures.
- 2) Variante 1 : Dans une poêle, faire cuire à feu vif le blanc de poulet avec un peu d'huile d'olive.
- 3) Variante 1 : Dès que le poulet est bien braisé, le découper en tranches de 4-5mm d'épaisseurs.
- 4) Variante 2 : Dans un bol, mélanger à la fourchette le thon et la mayonnaise.
- 5) Variante 1 : Répartir la mayonnaise au curry dans le pain.
- 6) Ajouter la salade, les tranches de tomate et d'œufs.
- 7) Variante 1 : ajouter les tranches de poulet.
- 8) Variante 2 : Ajouter le mélange de thon et mayo.
- 9) Refermer le pain, l'emballer avec du film alimentaire.
- 10) Laisser au frigo 4h.
- 11) Déguster !

139) Champignons façon steak

Pour 4 "steaks"

Ingrédients :

- 675gr de champignons de paris frais
- 105gr de flocons d'avoine ou de pain haché
- 135gr de farine de blé T45
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 gros œufs
- 1 cuillère à soupe de paprika
- Sel et poivre selon goût

Marche à suivre :

- 1) Hacher très fin au couteau les champignons, l'ail et l'oignon.
- 2) Dans une poêle bien chaude, avec un peu d'huile d'olive, faire revenir l'oignon, l'ail et les champignons.
- 3) Dans un grand bol, ajouter tous les ingrédients, bien mélanger jusqu'à homogénéité.
- 4) Mettre en forme dans un rond en acier de 10cm de diamètre.
- 5) Faire cuire comme un steak haché de viande, à la poêle, à feu vif et avec un peu d'huile.

140) Poulet farci et sauce chorizo



Pour 4 personnes

Ingrédients :

Pour la sauce :

- 180gr de chorizo
- 300gr de crème fraîche liquide
- 1 cuillère à café de piment d'Espelette séché en poudre

Pour les poulets :

- 4 gros blancs de poulet
- 150gr de jambon de Bayonne
- 150gr de caillade bien égouttée
- 50gr de concentré de tomate ou de tartinable de tomates séchées
- 1 cuillère à café de piment d'Espelette séché en poudre
- 20gr de chorizo

Marche à suivre :

- 1) Hacher fin le chorizo et le jambon de Bayonne.
- 2) Dans une casserole, mettre 180gr de chorizo haché. Mettre à chauffer à feu moyen jusqu'à ce le chorizo rende son gras.
- 3) Mixer le chorizo avec un mixer à soupe.
- 4) Ajouter 1 cuillère à café de piment d'Espelette et le crème fraîche.
- 5) Bien mélanger et réserver à feu très doux le temps de préparer et cuire les poulets.

- 6) Dans un bol, mélanger le reste de chorizo, le jambon de Bayonne, la caillade, la tomate et le reste de piment d'Espelette.
- 7) Ouvrir doucement les blancs de poulet afin de les farcir avec le contenu du bol.
- 8) Ficeler les poulets afin qu'ils ne s'ouvrent pas lors de la cuisson.
- 9) Dans une poêle, verser un peu d'huile, mettre à feu vif et faire cuire les blancs de poulet farcis.
- 10) Dès que les poulets sont cuits, répartir dans les assiettes et napper les poulets avec la sauce.

141) Délice de Noël



Pour 8 personnes

Ingrédients :

Premier étage (croustillant) :

- 100gr de flocons de blé soufflés non sucrés
- 300gr de chocolat au lait dessert
- 90gr de beurre

Second étage :

- 100gr de noisettes
- 4 œufs
- 50gr de fèves de cacao
- 200gr de sucre
- 200gr de chocolat noir dessert
- 120gr de beurre demi-sel
- 50gr de farine t45

Troisième étage :

- 200gr de chocolat noir dessert
- 8cl de crème fraîche liquide
- 32gr de sucre
- 3 œufs
- 1 cuillère à café de piment d'Espelette séché, en poudre

Décorations :

- 4 fèves de cacao torréfiées
- 4 noisettes torréfiées
- Quelques copeaux d'or alimentaire
- 30gr de chocolat blanc fondu
- Un peu de poudre de piment d'Espelette séché

Marche à suivre :

Premier étage (croustillant) :

- 1) Dans une casserole, à feu moyen, faire fondre le chocolat avec le beurre. Bien mélanger continuellement.
- 2) Dès que le chocolat et le beurre sont fondus, ajouter les flocons de blé.
- 3) Bien tout mélanger, afin que le chocolat enrobe totalement les flocons de blé.
- 4) Prendre un moule à charnière ou cercle de 25cm de diamètre, répartir au fond le mélange.
- 5) Mettre au froid pendant 30 minutes, puis démouler et mettre dans un plat rond.
- 6) Réserver au frais.

Deuxième étage :

- 7) Dans une casserole, faire torréfier les noisettes et fèves de cacao à feu vif.
- 8) Hacher au couteau les noisettes et les fèves de cacao.
- 9) Dans une casserole, faire fondre à feu moyen le chocolat avec le beurre demi-sel.
- 10) Ajouter les noisettes et fèves hachées dans le chocolat lorsque celui-ci est fondu. Bien mélanger.
- 11) Ajouter le sucre et bien mélanger à nouveau.
- 12) Couper le feu et ajouter, en mélangeant bien, les œufs.
- 13) Ajouter la farine et bien mélanger.
- 14) Verser dans un moule à charnière à bord haut (taille identique à celui utilisé pour le moulage du premier étage).
- 15) Enfourner 25 minutes à 180°C.
- 16) Réserver au frais jusqu'à ce que le gâteau refroidisse et prenne.

Troisième étage :

- 17) Séparer les blancs des jaunes des œufs.
- 18) Monter les blancs en neige.
- 19) Ajouter petit à petit le sucre dans les blancs d'œufs en train de monter en neige.
- 20) Dans une casserole, faire fondre à feu moyen le chocolat avec la crème fraîche.
- 21) Retirer du feu et ajouter les jaunes d'œufs et la poudre de piment d'Espelette en mélangeant bien.
- 22) Ajouter délicatement, avec une spatule ou maryse les blancs d'œufs en neige au chocolat.
- 23) Faire en sorte de bien mélanger sans casser les blancs en neige.
- 24) Réserver au froid 1h.

Montage :

- 25) Démouler le second étage et le déposer sur le premier étage de croustillant déjà posé sur le plat.
- 26) Remettre les flancs du moule à charnière autour du montage.
- 27) Répartir la mousse au chocolat sur le gâteau.
- 28) Hacher grossièrement les fèves de cacao et noisettes.
- 29) Tracer des lignes avec le chocolat blanc sur la mousse au chocolat.
- 30) Répartir les ingrédients de décorations sur le dessus du gâteau.
- 31) Réserver au frais pendant 3 à 4h.
- 32) Sortir du frigo, retirer les flancs du moule à charnière et servir en faisant attention à la coupe du croustillant.

142) Biscuits de rando

Pour 16 biscuits

Ingrédients :

- 200gr de flocons d'avoine
- 3 œufs
- 100gr de farine T45
- 80gr de sirop d'érable (ou de cassonade, selon vos goûts)
- 60gr de noisettes torréfiées
- 1 sachet de levure chimique
- Variante : 60gr de pépites de chocolat noir et 60gr de raisins secs

Marche à suivre :

- 1) Hacher très grossièrement les noisettes au couteau.
- 2) Dans un saladier, mélanger tous les ingrédients.
- 3) Variante : mélanger avec les autres ingrédients ceux de la variante.
- 4) Préchauffer le four à 180°C.
- 5) Répartir sur une plaque de cuisson avec silpat ou papier cuisson en 16 "tas" comme pour des cookies.
- 6) Enfourner à four chaud et à 180°C pendant 18 minutes.
- 7) Après cuisson, laisser ressuer pendant 30 minutes sur une grille.

143) Potatoes maison

Pour 1kg

Ingrédients :

- 1kg de patates à tout faire
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de basilic sec
- 1 cuillère à café d'origan sec
- 1 cuillère à café de persil sec
- 1 cuillère à café d'ail en poudre
- 1 cuillère à café de paprika en poudre
- 1 pincée de poivre moulu
- 4 pincées de sel fin
- Variante : 1 cuillère à soupe de paprika fort

Marche à suivre :

- 1) Préchauffer le four à 180°C.
- 2) Laver et brosser les patates.
- 3) Sans les peler, couper les patates en 8 quartiers.
- 4) Dans un bol, mélanger tous les ingrédients et épices (sauf les patates).
- 5) Variante : ne pas mettre l'origan et le basilic, mais mettre à la place le paprika fort.
- 6) Mettre les patates dans une boîte qui peut se fermer de manière étanche, y ajouter le mélange d'épices.
- 7) Bien mélanger en secouant la boîte fermée pendant 1 ou 2 minutes, afin que les patates soient bien recouvertes du mélange.

- 8) Sur une plaque de cuisson avec papier sulfurisé ou silpat, répartir les quartiers de patate, côté peau sur la plaque.
- 9) Enfourner 50 minutes à 180°C.
- 10) Déguster !

144) Lasagnes maison

Pour 6 à 8 personnes

Ingrédients :

- 1kg de viande de bœuf hachée
- 1,5kg de tomate
- 3 belles carottes
- 4 beaux oignons
- 1,5L de lait
- 200gr de pâte à lasagnes fraîches
- 300gr de comté râpé
- 150gr de farine
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive

Marche à suivre :

- 1) Peler et hacher grossièrement les carottes et oignons.
- 2) Dans une grande poêle haute, mettre l'huile d'olive, les carottes et oignons.
- 3) Faire revenir à feu vif en mélangeant souvent.
- 4) Lorsque les oignons commencent à brunir, ajouter la viande hachée et bien remuer régulièrement.
- 5) Pendant ce temps, hacher grossièrement les tomates.
- 6) Lorsque toute la viande a colorée, ajouter les tomates et 0,5L de lait.
- 7) Baisser à feu moyen-doux, remuer régulièrement et laisser cuire pendant 20-30 minutes ainsi.
- 8) Pendant ce temps, préparer une sauce Mornaix en mélangeant le litre de lait restant et la farine au fouet.
- 9) Mettre à feu moyen-vif en mélangeant au fouet jusqu'à épaississement.
- 10) Ajouter 100gr de comté et couper le feu sous la sauce Mornaix après avoir bien mélanger afin de faire fondre le comté dans la sauce épaisse.
- 11) Mettre le four à préchauffer à 200°C.
- 12) Dans un grand plat allant au four, monter les lasagnes comme suit :
- 13) 1/3 de la préparation de viande, une couche de pâte, la moitié de la sauce Mornaix, couche de pâte, 1/3 de préparation de viande, couche de pâte, le reste de la sauce Mornaix, couche de pâte, le reste de préparation de viande.
- 14) Répartir le reste du comté sur la dernière couche afin de pouvoir gratiner.
- 15) Enfourner pendant 30 minutes à 200°C.

145) crêpes fourrées

Pour 10 crêpes

Ingrédients :

- 10 crêpes de 30cm
- 1L de lait
- 100gr de farine
- 500gr de dés de jambon
- 250gr de mélange de champignons forestiers
- 200gr de comté râpé
- Quelques tours de moulin à poivre
- Variante : 200gr de fourme d'ambert

Marche à suivre :

- 1) Dans une poêle, faire revenir à feu vif les champignons avec les dés de jambon afin de les faire rendre de leur eau.
- 2) Bien mélanger pendant 5 à 10 minutes puis couper le feu et réserver.
- 3) Dans une casserole, mélanger la farine avec le lait.
- 4) Sur feu vif, mélanger au fouet jusqu'à ce que le mélange épaississe.
- 5) Variante : remplacer le comté par de la fourme d'Ambert.
- 6) Ajouter le comté et le poivre, bien mélanger.
- 7) Ajouter ensuite le mélange de la poêle et bien mélanger.
- 8) Couper le feu.
- 9) Étaler une crêpe, mettre 1/10^{ème} de la préparation en forme de rectangle dans le tiers inférieur de la crêpe.
- 10) Rabattre le bas de la crêpe sur la préparation.
- 11) Replier les côtés bien droits et recouvrant le rabat du bas afin de fermer les extrémités de la crêpe.
- 12) Replier la crêpe en la roulant vers le haut.
- 13) Laisser le rebord sous la crêpe afin de faire joli.
- 14) Recommencer avec les 9 autres crêpes.
- 15) Servir rapidement.

146) Parmentier de butternut

Pour 6 personnes

Ingrédients :

- 1kg de chair à saucisse
- 1kg de butternut
- 1dL de lait
- 2 gousses d'ail
- 1 petit oignon
- 1 carotte
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- 4 cuillères à soupe de pain sec râpé ou de chapelure

Marche à suivre :

- 1) Peler et découper la carotte et l'oignons en petits dés de 3 à 5mm.

- 2) Hacher finement l'ail.
- 3) Dans une grande poêle à bords hauts, faire revenir les carottes et oignons à feu vif avec un peu d'huile d'olive, pendant environ 10 minutes.
- 4) Ajouter la viande et continuer à faire cuire en remuant bien.
- 5) Ajouter l'ail et le lait. Continuer à mélanger à feu vif pendant 15 minutes.
- 6) Répartir le contenu de la poêle dans un grand plat à gratin (le plat doit être rempli à moitié en hauteur). Garder un peu du gras rendu par la viande dans le fond de la poêle.
- 7) Peler et découper le kilo de butternut en gros dés.
- 8) À feu vif, commencer à faire cuire la butternut pendant 5 minutes.
- 9) Couvrir ensuite d'eau chaude et finir la cuisson à feu vif jusqu'à ce que la butternut soit suffisamment souple pour qu'on puisse la piquer avec une fourchette facilement.
- 10) Égoutter ensuite la butternut.
- 11) Faire préchauffer le four à 200°C.
- 12) Avec un presse-purée ou une fourchette, faire un écrasé de butternut et répartir sur la viande dans le plat.
- 13) Répartir ensuite la chapelure ou pain sec sur le plat.
- 14) Enfourner à 200°C pendant 30 minutes.
- 15) Déguster !

147) Rillettes de porc

Pour 3kg

Ingrédients :

- 3kg de poitrine de porc crue
- 30gr de gros sel
- 1 cuillère à soupe d'ail en poudre
- 1 cuillère à soupe de moutarde fine et forte
- 1 petite cuillère à café de poivre moulu

Marche à suivre :

- 1) Découper en gros morceaux de 4 – 5cm la poitrine de porc. Faire attention de ne pas abimer son couteau sur les os.
- 2) Dans une grande cocotte en fonte, à feu doux (thermostat 2 sur 6) faire cuire, à couvert, les morceaux de viandes pendant 3h en remuant de temps en temps.
- 3) Après cuisson, retirer les morceaux de viande de la cocotte, en retirer les os et la peau si elle était présente.
- 4) Hacher au couteau grossièrement les morceaux afin de commencer à les déliter.
- 5) Mettre la viande dans un grand saladier ou un seau de 5L, y ajouter le contenu de la cocotte (principalement du gras).
- 6) Avec un mixeur-plongeur à soupe, finir de hacher les morceaux jusqu'à obtenir la texture voulue pour nos rillettes.
- 7) Les mettre dans des bocaux ou des bols à rillettes, lisser la surface, couvrir avec un film plastique et garder au frigo un demi-journée afin que la graisse fige.

148) Gaufres

Pour une quinzaine de gaufres 4x7

Ingrédients :

- 200gr de farine T45
- 120ml de lait
- 120ml d'eau
- 3 œufs
- 60gr de beurre fondu
- 50gr de sucre
- 1 cuillère à soupe de levure chimique (un sachet d'environ 11gr)
- 1 pincée de sel
- Un fond d'huile de tournesol pour huiler le gaufrier
- Variante : 2 cuillères à soupe de cacao en poudre

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger tous les ingrédients au fouet jusqu'à obtention d'une pâte homogène.
- 2) Laisser reposer 10 minutes à température ambiante.
- 3) Faire préchauffer votre gaufrier.
- 4) Avec un pinceau à cuisine, huiler le gaufrier avec l'huile de tournesol.
- 5) Répartir une petite louche de pâte à gaufre sur le moule en faisant attention de ne pas trop en mettre pour éviter que ça déborde. (faire plusieurs essais)
- 6) Fermer le gaufrier et laisser cuire quelques minutes (entre 3 et 6min) selon la puissance de chauffe.
- 7) Démouler la gaufre et recommencer au point 5 jusqu'à épuisement de la pâte.

149) Raviolis vapeur au poulet

Pour une trentaine de raviolis

Ingrédients :

Pour la pâte à raviolis :

- 300gr de farine T45
- 2dl d'eau

Pour la farce des raviolis :

- 2 blancs de poulet
- 1 carotte
- 2 cuillères à soupe de farine
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 cuillère à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de vin blanc
- 1 cuillère à café de paprika doux
- 1 cuillère à café de coriandre ou persil

Marche à suivre :

- 1) Dans un saladier, mélanger l'eau et la farine afin de faire la pâte à raviolis.

- 2) Dans une poêle, faire cuire les blancs de poulet à feu vif avec un peu d'huile d'olive.
- 3) Hacher en petits dés fins la carotte (ou la râper, au choix). La mettre dans un autre saladier.
- 4) Ajouter au saladier les épices, les cuillères de farine et sauce/vin.
- 5) Hacher finement l'oignon, ajouter au saladier.
- 6) Une fois les blancs de poulets cuits et grillés sur les côtés, les effiloche avec 2 fourchettes ou au couteau. Ajouter au saladier.
- 7) Bien mélanger la farce.
- 8) Dans le premier saladier, sortir la pâte, fariner bien le plan de travail et faire un boudin d'1cm de diamètre.
- 9) Découper des tronçons de 1cm de long et en faire des petites boules.
- 10) Avec un rouleau à pâtisserie, les étaler finement jusqu'à avoir de fins disques de pâte de 8cm de diamètre.
- 11) Mettre un disque dans sa main, y déposer une petite cuillère de farce et bien refermer le ravioli en pinçant les bords.
- 12) Faire chauffer le panier vapeur et y déposer au fur et à mesure les raviolis.
- 13) Les faire cuire à la vapeur pendant une dizaine de minutes chacun, puis les disposer dans un grand plat.
- 14) Faire et cuire les raviolis en continu jusqu'à avoir tout fait.
- 15) Manger les raviolis avec un peu de sauce soja tant qu'ils sont chaud, sinon les réchauffer au micro-onde ou à la vapeur (ne pas les coller ensemble afin d'éviter qu'ils ne collent justement).

150) Bugnes

Pour 100 bugnes

Ingrédients :

- 1kg de farine T45
- 200gr de beurre fondu
- 200gr de sucre en poudre
- 8 œufs
- 1 cube de levure fraîche (ou 2 sachets de levure boulangère déshydratée)
- 1 cuillère à soupe de sirop d'orange ou de fleur d'oranger
- 1 pincée de sel
- Une casserole large remplie à demi d'huile de friture
- Un peu de sucre glace

Marche à suivre :

- 1) Dans un grand saladier, mélanger la farine, sucre en poudre, sel et levure.
- 2) Ajouter le beurre fondu et le sirop d'orange et mélanger à nouveau. Ajouter les œufs un par un tout en mélangeant jusqu'à obtention d'une pâte homogène.
- 3) Laisser reposer 1h à couvert et à température ambiante.
- 4) Au bout d'une heure, faire chauffer la large casserole avec l'huile de friture dedans à feu moyen.
- 5) Pendant ce temps, abaisser la pâte, au rouleau à pâtisserie, à 3-4mm d'épaisseur.
- 6) Découper des rectangles de 10x4cm et faire une fente au milieu, dans la longueur, qui s'arrête à 1cm des bords haut et bas.

- 7) Faire passer le bord haut dans la fente afin de faire une torsade. Si l'on veut un effet plus torsadé, on peut faire un second tour.
- 8) Faire cuire les bugnes dans le bain d'huile chaude 1 à 2 minutes max. Plonger les bugnes, lorsqu'elles remontent à la surface, surveiller la cuisson. Quand elles sont juste dorées, les retourner et terminer la dorure. Attention, la cuisson est très rapide !
- 9) Lorsqu'elles sont cuites, les mettre à égoutter sur du sopalin quelques minutes puis dans un grand plat ou une boîte.
- 10) Saupoudrer de sucre glace et mélanger dans le plat ou en secouant doucement la boîte fermée.
- 11) Pour éviter que les bugnes ne sèchent trop dans le temps, les conserver dans un sachet en plastique fermé.