

Recettes de cuisine

Voici quelques recettes faciles à faire.

Table des matières

Bases.....	2
Pâte brisée.....	2
Entrées.....	3
Soufflé au fromage.....	3
Gratin de courgettes.....	3
Tarte thon et tomates.....	4
Plats.....	5
Carbonnade flamande.....	5
Pâtes à la Carbonnara.....	5
Saumon au lait de coco et aux épices.....	6
Seafood chowder.....	6
Tambouille savoyarde.....	7
Tambouille franco-japonaise de boeuf.....	7
Desserts.....	8
Crumble pommes-raisins.....	8
Galette des Rois aux amandes.....	8
Gâteau moelleux au chocolat.....	9
Tarte normande.....	9
Tarte Tatin.....	10
Pudding boulanger.....	10
Compote Pommes Kiwis Cannelle.....	11
Divers.....	12
Liqueur de framboise.....	12

Bases

Pâte Brisée

Ingrédients

150 grammes de farine, 75 grammes de beurre, 1 cuillère d'huile, 1/2 verre d'eau.

Recette

Pétrir les éléments ensemble en incorporant progressivement l'eau. Le beurre doit être coupé préalablement en petits morceaux.

Entrées

Soufflé au fromage

Ingrédients

Pour 6 personnes :

Béchamel : 100 grammes de beurre, 100 grammes de farine, 1/2 litre de lait, sel, poivre.

Fromage : 125 grammes de gruyère rapé

Soufflé : 5 oeufs (à séparer en jaunes et en blancs montés en neige)

Recette

Béchamel : faire fondre le beurre à feu doux, y mélanger la farine puis le lait, saler, poivrer.

Béchamel au fromage : ajouter le fromage et bien mélanger.

Soufflé : ajouter les jaunes d'oeufs, mélanger, puis y incorporer les blancs battus en neige. Faire cuire au four moyen 30 à 40 minutes dans des moules individuels.

Gratin de courgettes

Ingrédients

- Une béchamelle au fromage
- Par personne : une grosse courgette ou bien une petite courgette et un oignon.
- Du fromage rapé pour la couverture.
- Pour la tarte : une pâte brisée.

Recette

Eplucher les légumes. Les couper en tranches. Les faire cuire sans ajouter d'eau le temps nécessaire dans un plat clos au micro-onde (compter 15-20 minutes à 1000W pour 4 courgettes) ou, mieux, dans un cuiseur vapeur (compter une demi-heure, le jus de condensation peut être récupéré pour confectionner un potage en y ajoutant diverses choses).

Incorporer les légumes à la béchamelle au fromage.

Placer le mélange soit dans un plat à four, soit dans un plat à tarte recouvert de pâte brisée.

Recouvrir de fromage rapé (gruyère, comté).

Faire cuire environ 20 minutes au four traditionnel à pleine puissance (le fromage et la pâte doivent être cuits).

Tarte thon et tomates

Ingredients (pour 5-6)

Pâte brisée pour le fond de tarte. 120 grammes de thon au naturel, 3 tomates, 2 cuillerées à soupe de moutarde forte, 60 grammes d'emmenthal râpé, 10cl de crème fraîche, 2 oeufes, persil, muscade, sel, poivre, thym...

Recette

Dans un plat à tarte, poser la pâte et la faire cuire une dizaine de minutes à 180°.

Une fois la tarte pré-cuite, badigeonner son fond avec la moutarde et y répartir la moitié du fromage rapé. Répartir ensuite le thon émietté et les tomates coupées en tranches.

Dans un bol, mélanger les oeufs, la crème, l'autre moitié du fromage rapé et les épices. Recouvrir la tarte avec cette crème.

Faire cuire à 210° environ 40 minutes.

Servir chaud.

Plats

Carbonnade flamande

Ingédients

Par personne : environ 200 grammes de viande de boeuf à pôt-au-feu (jumeau, joue...). Une grosse pomme de terre, une carotte et un oignon. Du beurre et de l'huile. Sel. Poivre. 20-25 centilitres de bière et un peu moins d'eau.

Recette

Dans une cocotte minute.

Faire fondre le beurre et chauffer l'huile. Y faire dorer la viande sur toutes ses faces. Ajouter la bière, le sel, le poivre. Maintenir le feu.

Eplucher les légumes, les laver, les couper en tranches épaisses et les ajouter.

Ajouter de l'eau dans la limite de la quantité de bière afin que toute la préparation soit dans le liquide.

Fermer la cocotte minute et faire cuire une heure.

Pâtes à la Carbonnara

Ingédients

Pour 4 personnes : 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 3 gousses d'ail écrasés, 25 grammes de beurre, 175 grammes de lardons, 1 verre de vin blanc, 3 jaunes d'oeufs, 75 grammes de parmesan, 150 ml de crème fraîche et 350-400 grammes de pâtes (spaghettis ou tagliatelles).

Recette

Faire cuire les pâtes.

Faire chauffer l'huile et y faire revenir l'ail. Le retirer. Faire cuire de la même façon les lardons.

Ajouter le vin et faire réduire la sauce. Réincorporer l'ail et mélanger.

A part : mélanger les jaunes d'oeufs, le parmesan et la crème (à froid).

A servir aussitôt.

Lors du service : mélanger la sauce et les pâtes. Ajouter par dessus, dans chaque assiette, la préparation à base d'oeufs.

Saumon au lait de coco et aux épices

Ingrédients

Par personne : un pavé de filet de saumon frais, une noisette de beurre, un demi-verre de lait de coco, deux pincées de piment de Cayenne extra fort moulu, quatre pincées de curry ordinaire.

Recette

Dans une poêle, faire fondre la noisette de beurre et y faire cuire à feu vif le pavé de saumon des deux côtés. Cesser la cuisson avant que la chair ne commence à se déliter. Réserver le saumon et baisser le feu à une température moyenne. Verser dans la poêle le lait de coco. Remuer rapidement pour mélanger avec le jus de cuisson du saumon. Ajouter les épices et bien remuer. Remettre à cuire quelques instants à feu très doux le saumon, jusqu'au service.

Suggestion : Servir avec du riz blanc.

Seafood chowder

Ingrédients

Par personne : l'équivalent d'un bon bol d'eau (ou deux petits bols), un morceau de poisson blanc cru, un morceau de poisson fumé (haddock, chutes de saumon...), une carotte, une pomme de terre, épices (sel, poivre, un soupçon de curry, du sel de céleri...), un petit pot de crème.

Recette

Faire bouillir l'eau dans une grande casserole avec les épices. Y faire pocher le poisson blanc deux ou trois minutes puis le ressortir et le réserver. Y faire ensuite cuire les légumes coupés en petits dés (environ 20 minutes). Puis émietter les poissons (blanc et fumé) et les mélanger avant de les plonger dans l'eau avec les légumes. Bien remuer et baisser le feu pour simplement maintenir au chaud. Ajouter la crème, bien mélanger et servir.

Tambouille savoyarde

Pour 6 personnes

Ingrédients

- 350 grammes de polenta
- 350 grammes de Beaufort
- 350 grammes de jambon cru de Savoie
- Une demi-bouteille de vin blanc de Savoie (Apremont par exemple)
- 1,2 litre d'eau salée (attention : le fromage et le jambon sont également salés)

Préparation

- Découper le fromage en dés ou le râper. Découper le jambon également en dés ou en petits carrés.
- Faire bouillir l'eau. Ajouter la polenta en pluie et bien remuer.
- Ajouter le vin.
- Laisser cuire 4 à 5 minutes en couvrant à température frémissante mais remuer de temps en temps.
- Passer à feu très doux (ou maintenir sur une plaque électrique éteinte).
- Ajouter le fromage et bien remuer jusqu'à ce que le fromage soit fondu et bien mélangé. On obtient une pâte homogène.
- Couper le feu.
- Ajouter le jambon et bien mélanger.
- Servir chaud ou bien faire un pain que l'on débitera en tranches avant de les faire revenir à la poêle.

Tambouille franco-japonaise de boeuf

Ingrédients pour 1 personne

- 50g de riz
- 1 gros oignon
- 2 oeufs
- 10g de beurre
- 10cl de sauce soja sucrée
- 100 à 150 grammes de steak de bœuf
- Sel, poivre

Préparation

- Faire cuire le riz à la créole et le réserver.
- Dans une poêle à cloche, faire fondre le beurre et commencer la cuisson des oignons à feu moyen en remuant régulièrement. Poivrer généreusement.
- Lorsque les oignons sont mous mais encore blonds, verser la sauce soja qui va caraméliser.
- Battre les œufs en omelette et les verser sur les oignons. Faire cuire à feu vif en remuant vivement.
- Découper la viande en lamelles d'au plus un centimètre d'épaisseur et les poser sur les oignons. Couvrir jusqu'à cuisson de la viande.
- Dans l'assiette, étaler le riz et le couvrir de la préparation de la poêle à cloche.

Desserts

Crumble pommes-raisins

Ingredients

Par personne : 40 grammes de beurre, 40 grammes de sucre, 40 grammes de farine. Une pomme. 25 grammes de raisins secs. Du rhum brun ou du calvados. Cannelle.

Recette

Une ou deux semaines au moins avant de faire la recette, placer les raisins secs dans un pot fermant bien (genre pot de confiture avec couvercle à vis) en les recouvrant de rhum ou de calvados. Les laisser absorber l'alcool.

Dans un moule à soufflé, placer au fond les raisins en versant par dessus le rhum qui n'aurait pas été absorbé. Ajouter la cannelle. Recouvrir avec la pomme (épluchée, évidée et coupée en dés).

Préparer la pâte de couverture à côté en mélangeant le beurre, le sucre et la farine. L'ensemble doit se comporter comme des miettes homogènes.

Recouvrir la pomme avec la pâte émietée ainsi obtenue.

Faire cuire au four chaud environ 20 à 30 minutes.

Galette des Rois aux amandes

Ingredients

Pour 6/8 personnes : 4 oeufs, 125 grammes de poudre d'amande, 100 grammes de farine, 100 grammes de sucre, 1/2 litre de lait, 3 cuillères de rhum (facultatif), une bonne dose d'extrait d'amandes amères. 2 plateaux de pâte feuilletée.

Recette

Mélanger les oeufs, le sucre puis la poudre d'amandes, la farine et enfin, progressivement, le lait chaud.

Faire cuire dans une casserole à feu doux jusqu'à épaississement.

Ajouter le rhum et l'extrait d'amandes amères.

Dans un moule genre tourtière, placer le premier plateau de pâte feuilletée en recouvrant bien les bords du moule. Remplit ensuite avec la préparation obtenue précédemment. Recouvrir avec le deuxième plateau de pâte feuilletée. Bien souder les deux plateaux ensemble puis faire quelques trous dans le plateau du dessus.

Faire cuire au four chaud durant 30 minutes.

Variante : tarte amandine à la poire et au chocolat

Avant de remplir la tourtière avec la préparation principale, recouvrir el fond de pâte avec 100 grammes de chocolat fondu. Y placer des demi-poires. Procéder ensuite comme ci-dessus. Le chocolat permet de "coller" les poires.

Gâteau moelleux au chocolat

Ingrédients

Pour 6 personnes : 6 barres de chpcpmat, 240 grammes de beurre, 6 cuillère à soupe de farine, 6 oeufs, 6 cuillères à soupe de sucre.

Recette

Dans une casserole, faire fondre le beurre avec le chocolat. Ajouter le sucre, les jaunes d'oeufs et la farine (progressivement, en mélangeant bien). Enfin, incorporer hors du feu les blancs battus en neige.

Faire cuire au four doux dans une tourtière pendant 25 minutes.

Tarte normande

Ingrédients

Pour 6 personnes : 6 cuillères à soupe de farine, 6 cuillères à soupe de sucre, 6 cuillères à soupe d'huile, 3 cuillères à soupe de lait, 3 cuillères à soupe de calvados, 1/2 sachet de levure, 3 oeufs entiers, 3 ou 4 pommes.

Recette

Mélanger les ingrédients sauf les pommes.

Eplucher, évider et couper en dés les pommes. Les incorporer au mélange précédent.

Faire cuire dans une tourtière 20 à 30 minutes à four moyen.

Servir tiède avec de la crème fraîche.

Tarte Tatin

Ingredients

Pour 6 personnes : Un fond de pâte feuilletée, 150 grammes de sucre cristallisé ou en poudre, 100 grammes de beurre, 3 ou 4 pommes. Cannelle.

Recette

Dans un plat genre pyrex, faire fondre le beurre sur une plaque électrique à feu doux. Ajouter le sucre. Bien mélanger et étaler. Attendre une légère caramélisation puis ajouter la cannelle. Ajouter les pommes sous forme de rondelles après les avoir épluchées et évidées. Faire légèrement caraméliser l'ensemble.

Recouvrir de la pâte feuilletée en prenant soin de bien enfoncer la pâte sur les côtés du moule. Placer l'ensemble au four 30 minutes au four chaud.

Une fois cuite, retourner la tarte sur un plat de service. Pour cela, placer un plat de service plus grand que le moule sur celui-ci. Bien saisir les deux ensemble avec des gants isolants et retourner d'un geste vif. C'est cette manoeuvre qui est le plus délicat dans la recette... Attendre ensuite que tout le contenu du moule descende dans le plat de service.

Pudding boulanger

Prévoir en amont :

- Des raisins secs ayant trempé dans un alcool (rhum...) durant plusieurs mois

Ingredients :

- 400g environ de pain rassis
- Un litre de lait sucré comme pour le boire
- Des raisins secs
- Un pot de confiture

Recette

Emietter le pain en petits morceaux dans un grand saladier. Faire chauffer le lait, le sucrer et verser par dessus le pain. Faire tremper et bien mélanger de manière à obtenir une pâte et y mélanger les raisins secs.

Mettre la pâte dans un plat et faire cuire environ une demi-heure à four chaud. Manger froid ou tiède, tartiné de confiture.

Compote Pommes Kiwis Cannelle

Ingrédients pour 3-4 personnes :

- 6 kiwis
- 3 pommes
- 150 à 200 grammes de sucre de type cassonade selon l'acidité des pommes
- Une noisette de beurre et un peu d'eau
- Un soupçon de cannelle

Recette

Faire fondre la noisette de beurre et y faire caraméliser légèrement le quart de la cassonade en y mêlant un peu d'eau.

Eplucher et couper en petits dés les fruits. Faire cuire à feu doux environ un quart d'heure en couvrant pour éviter la perte de trop d'eau. Rajouter le reste du sucre en milieu de cuisson. Mélanger régulièrement. Finir par la cannelle et bien mélanger.

Se déguste chaud comme froid.

Divers

Liqueur de framboise

Ingredients

Des framboises, de l'alcool à fruits (ou un alcool fort), 250 grammes de sucre en poudre par litre de liqueur.

Recette

Dans un bocal hermétique (genre : Le Parfait), placer au fur et à mesure de la cueillette des framboises mures et, à chaque fois, recouvrir les fruits d'alcool de telle sorte qu'ils ne dépassent pas. Une fois le bocal plein, ou la saison terminée, laisser le bocal ainsi rempli de framboises couvertes d'alcool au frais (une cave...) durant environ un an.

Au bout de ce temps, écraser les fruits dans l'alcool dans lequel ils ont mariné (vider les bocaux dans un récipient plus pratique si c'est utile).

Bien extraire le jus de la purée ainsi obtenue.

Filter.

Le marc peut être réservé pour garnir un gâteau (dans ce cas, le sucrer et le couvrir de fruits frais, des pommes ou des poires par exemples, ou d'une garniture genre frangipane).

Le jus alcoolisé doit être sucré à hauteur de 250 grammes par litre. Eventuellement, pour aider la dilution, il peut être légèrement chauffé (prendre garde ne pas dépasser les 80°C. Le liquide ne doit donc en aucun cas frémir).

Conserver la liqueur dans des bouteilles bien fermées au frais (cave...) ou au réfrigérateur.