

Mon bouquin de cuisine – Jean-Marie Levrard

Temps de cuisson cocotte minute :

Asperges en immersion	5mn
Bettes en tronçons de 1cm	6mn
Brocolis	3mn
Carottes en rondelles	5mn
Choux de Bruxelles	7mn
Choux-fleur en bouquets	5mn
Choux vert éfeuillé	6mn
Courgettes en rondelles	6mn
Endives entières	11mn
Epinards	5mn
Fèves	5mn
Flageolets verts en immersion	45mn
Haricots mi-secs	20mn
Haricots verts	6.30mn
Haricots verts surgelés	7mn
Lentilles vertes en immersion	9mn
Pommes de terre en quartiers	10mn
Pommes de terre en ½ rondelles	7mn
Pommes de terre pour purée	14 mn
Poireaux émincés 5mm	5mn
Pois cassés en immersion peu d'eau	12mn
Riz incollable	8.30mn

Temps et températures de cuisson traditionnelle :

- Les lentilles : 45 minutes dans l'eau bouillante salée avec un oignon pour leur donner du goût.
- Les pâtes : en moyenne 10 minutes dans de l'eau bouillante salée.
- Le riz : en moyenne 10 minutes dans de l'eau bouillante salée s'il est précuit sinon, c'est 20 minutes.
- Les pommes de terre : 20-30 minutes selon la grosseur dans de l'eau bouillante salée.
- Le poisson : 3 minutes dans un court bouillon (dans de l'eau avec des aromates) pour 1 filet, 15 à 20 minutes pour un poisson entier ; 1 ou 2 minutes au micro-ondes.
- Les oignons, les lardons à faire dorer à la poêle : 5 minutes environ à feu vif, mais attention à ne pas les faire brûler.
- Un œuf au plat : 5-6 minutes mais ça vous saviez !
- Un œuf à la coque : 3 minutes si vous l'avez sorti suffisamment tôt pour qu'il soit à température ambiante, 2 minutes quand l'eau bout mais en l'ayant mis dès le départ dans l'eau froide.
- Une omelette : 5-7 minutes selon que vous l'aimez baveuse ou bien cuite.
- Des œufs durs : 10 minutes après l'ébullition.
- Le steak saignant : en l'ayant sorti du réfrigérateur au moins 10 minutes à l'avance, et pour une épaisseur de 2 cm : 2,5 minutes de chaque côté.
- Le steak " à point " : 3,5-4 minutes de chaque côté.
- Le steak " bien cuit " : 5 minutes de chaque côté.
- Un rôti au four : regarder les étiquettes, certains supermarchés rappellent sur l'étiquette donnant poids et prix les règles suivantes :
 - Boeuf : 15 minutes par 500 g à 240°C
 - Veau et porc : 30 minutes par 500 g à 220°C
 - Poulet : 20 minutes par 500 G à 220°C

Les températures du four :

1 chiffre simple à se rappeler : un degré de thermostat correspond à 30° C Donc thermostat 7 correspondra à 210 °C

Et si vous lisez four moyen ou four chaud, cela correspond à 180°-200°C environ pour le premier, 220°C-240°C pour le second.

Quelles quantités ?

- Des pâtes : 40 à 50 g en accompagnement, 80 à 90 g en plat principal du riz pour 1 personne : 65-70 g de riz par personne soit un petit verre (petit verre à moutarde)
- Des pommes de terre : 2 grosses (240 g environ)
- De l'huile du vinaigre pour faire une sauce vinaigrette : en général 3 cuillerées à soupe d'huile pour 1 cuillerée à soupe de vinaigre, sel et poivre + selon le goût moutarde, échalotes ou ail, autres fines herbes etc...
- De sel pour cuire les pâtes, le riz.. : en général 10 g par litre d'eau, soit 1 cuillerée à soupe rase.

Mesurer, peser :

1 cuillerée à soupe

- = 15 g d'eau
- = 12 g de lait
- = 12 g d'huile

1 cuillerée à soupe bombée

- = 22 g de farine
- = 32 g de crème
- = 22 g de beurre
- = 17 g de sucre
- = 25 g de gros sel
- = 15 g de sel fin
- = 13 g de gruyère râpé

Poids moyen

- 1 œuf = 60 g
- 1 oignon = 90 g
- 1 pomme de terre = 120 g
- 1 tomate = 130 g
- 1 carotte = 100 g

Volume

- 1 tasse à café = 90 ml
- 1 tasse à thé = 200 ml
- 1 grand bol = 400 ml
- 1 cuillère à soupe d'eau = 5 ml

Recettes

Apéritif :

Gâteaux apéritif fromage 6

Sauces :

Sauce Béchamel 8

Béchamel rapide et facile 22

Sauce Mornay 9

Pain 18

Entrées :

Salade au chèvre 7

Salade César 7

Salade d'omelette aux parfums du Sud 8

Tarte au fromage 9

Feuilleté Comtois Au Jambon 10

Feuilletés au roquefort 14

Feuilletés aux épinards et saumon 15

Saucisses en pâte 15

Caviar d'aubergines 16

Salade composée au saumon fumé 16

Tomate, Mozzarella 18

Plats :

Andouillette aux poireaux 22

Aubergines "surprise" 13

Aubergines au gratin 13

Blanquette de veau 41

Braisé de boeuf aux carottes 28

Brandade de morue 33

Chili con carne express 23

Chou au gras 19

Choux de Bruxelles à la saucisse de Morteau 5

Chou-fleur gratiné au jambon 32

Cuisses de canard aux pdt de terre confites 33

Endives à la crème au jambon 5

Endives au jambon sauce roquefort 32

Escalope De Veau Comtoise 11

Feuilleté de filet mignon de porc aux lardons 28

Filets de poisson en papillottes 12

Fondue Comtoise 11

Gigot d'agneau aux pommes boulangères 25

Gratin d'andouillette et pomme de t. au four 23

Gratin Dauphinois 17

Gratin lardons et oignons 35

Lotte à l'américaine 36

Pâtes fraîches aux dés de saumon fumé 12

Pintade aux herbes farcie sous la peau 40

Pot au feu 19

Queues de lotte façon grand mère 27

Quiche lorraine 6

Ratatouille 20

Risotto de volaille aux champignons 36

Rôti de boeuf en croûte 34

Rôti de boeuf à la cocotte 37

Rôti de boeuf à l'oignon caramélisé 38

Rôti de porc en cocotte au four 12

Rôti de porc aux champignons et lardons 21

Rôti de veau en sauce 29

Rôti de veau en cocotte aux champignons 30

Rouelle de veau aux échalotes 41

Saucisse de Montbéliard	12
Saumon à l'échalote	27
Sauté de veau de lisbonne	39
Soupe à l'oignon	14
Soupe au chou	21
Tagliatelles au saumon frais	30
Tarte aux aubergines, tomates et parmesan	25
Tarte courgettes, jambon et chèvre gratiné	24
Tartiflette	31
Tomates farcies	20
Tomates farcies au chèvre chaud	26

Dessert

Poires Au Vin (Dessert)	10
Crème brûlée	17

Choux de Bruxelles à la saucisse de Morteau

Pour 6 personnes
Préparation : 25 min
Cuisson : 15 min

Ingrédients

choux de bruxelles : 1,2 kg
saucisses de Morteau : 400 gr
emmental : 60 gr
beurre : 70 gr
farine : 1 c. à soupe
oeuf : 1
lait : 12,5 cl
persil ciselé : 1 c. à soupe
noix de muscade râpée : 1 pincée
sel fin

Préparation

Faites cuire les choux de Bruxelles dans 1 litre d'eau bouillante salée, sur feu doux, pendant 15 minutes. Égouttez-les et réservez 12,5 cl de l'eau de cuisson.

Coupez la saucisse en rondelles.

Faites préchauffer le four à 220°C (th. 7).

Préparez une sauce blanche : faites fondre 50 g de beurre dans une casserole, incorporez-lui la farine tamisée, en remuant bien. Versez dessus l'eau de cuisson des choux de Bruxelles, en filet, tout en remuant. Ajoutez ensuite le lait puis faites cuire le tout pendant 5 minutes, sans cesser de remuer.

Hors du feu, salez, ajoutez la noix de muscade et l'œuf.

Mettez les choux de Bruxelles et les rondelles de saucisse dans un plat préalablement beurré.

Nappez de sauce. Saupoudrez de persil et de fromage râpé. Parsemez de noisettes de beurre.

Faites cuire au four, à mi-hauteur, pendant 15 minutes. Servez chaud.

Endives à la crème au jambon

Pour 4 personnes.
Cocotte minute
Préparation : 25mn

Ingrédients :

8 endives
8 tranches de jambon
Sauce Mornay
Noix de muscade
100g de gruyère râpé

Préparation :

Laver et essuyer les endives.

Salez et faire cuire les endives 10mn à la vapeur.

Faire la sauce Mornay.

Enveloppez chaque endive dans une tranche de jambon.

Rangez-les côte à côte sur un plat à gratin beurré. Recouvrez de sauce Mornay.

Faire gratiner à four chaud 15mn.

Gâteaux apéritif fromage

Four

Préparation : 10 mn

Cuisson 13 mn

Ingrédients :

175g de farine

1 pointe de levure chimique

150g de gruyère rapé

1 œuf

1 pincée de sel

2 cuillers à soupe de lait

100g de beurre fondu

Préparation :

Mélanger puis former des petites galettes (Ne prendre que le blanc d'œuf et garder le jaune pour passer au pinceau sur les galettes). Poser sur la plaque beurrée.

Cuisson : 13mn à 240° à mi-hauteur.

Quiche lorraine

Four

Pour 4 personnes

Préparation : 50 min

Cuisson : 40 min

Temps de repos : 1 h

Ingrédients

Pour la pâte

farine : 200 gr

beurre : 125 gr

sel fin, poivre blanc du moulin

Pour la garniture :

poitrine de porc fumée : 200 gr

oeufs : 6

crème fraîche : 20 cl

gruyère rapé : 100 gr

Préparation

Mettez dans une jatte la farine, le beurre en 1 noisettes, 1 pincée de sel et 1 pincée de poivre. Travaillez du bout des doigts jusqu'à obtention d'un mélange granuleux. Ajoutez-y 3 cuillerées à soupe d'eau froide. Pétrissez la pâte quelques instants ; elle doit être lisse. Laissez-la reposer 1 heure, à couvert, au réfrigérateur.

Préparez la garniture : taillez la poitrine de porcs en dés et faire revenir pour éliminer le gras. Battez les oeufs. Ajoutez-y la crème fraîche, puis le gruyère. Salez et poivrez. Mélangez bien, puis réservez.

Abaissez la pâte en l'aplatissant avec la paume de la main. Garnissez-en le moule.

Faites-la cuire, à blanc, au four à 200°C (th. 6). à mi-hauteur, pendant 10 minutes.

Répartissez sur le fond de tarte les lardons. Nappez avec la préparation à base de crème et d'oeufs.

Faites cuire au four à 250°C (th. 8) à mi-hauteur, pendant 30 min.

Salade au chèvre (Entrée)

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min

Ingrédients

bûche de fromage de chèvre : 1
scarole : 1
tomate : 1
baguettes : 8 rondelles
parmesan râpé : 20 gr
chapelure : 2 c. à soupe
oeuf : 1
huile
vinaigre : 1 c. à soupe
sel, poivre

Préparation

Cassez l'oeuf dans une assiette creuse. Battez le avec une cuillère d'huile. Mélangez la chapelure et le parmesan dans une autre assiette.

Grattez la croûte de la bûche et coupez le fromage en 8 rondelles.

Passez-les dans l'oeuf puis dans la chapelure. Posez sur les rondelles de pain et faites dorer sous le grill du four 5 min.

Lavez et égouttez la scarole. Coupez la tomate en quartiers. Mélangez le vinaigre, l'huile, le sel et le poivre.

Mettez la salade dans un saladier avec la tomate, arrosez de vinaigrette posez les chèvre autour et servez.

Salade César (Entrée)

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 15 min

Ingrédients

pain de mie : 4 tranches
beurre : 25 gr
persil haché : 2 c. à soupe
vinaigrettes : 25 cl
salade romaine : 1
ail : 2 gousses
parmesan râpé : 125 gr

Préparation

Préchauffer le four à 180°C.

Sur une planche de travail, couper les tranches de pain de mie en petits morceaux, les déposer sur une plaque et les faire griller au four 10 mn environ.

Pelez et hachez les gousses d'ail.

Dans une grande poêle, faire fondre le beurre, incorporer les morceaux de pain de mie et faire sauter 2 à 3 mn. Ajouter l'ail et le persil hachés. Poursuivre la cuisson 1 mn en mélangeant régulièrement. Réserver.

Dans un grand bol, mélanger la romaine, la vinaigrette, les morceaux de pain et le fromage. Servir dans des grands bols.

Salade d'omelette aux parfums du Sud (Entrée)

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min

Cuisson : 10 min

Ingrédients

chorizo fort : 12 tranches

oeufs : 4

tomates : 3

olives noires dénoyautées : 20

pousses d'épinards : 150 gr

basilic ciselé : 2 c. à soupe

huile d'olive : 4 c. à soupe

vinaigre de Xérès : 2 c. à soupe

paprika : 1/2 c. à café

croûtons nature : 1 sachet

sel, poivre

Préparation

Battez les oeufs en omelette avec le basilic, du sel et du poivre.

Dans une poêle anti-adhérente, faites chauffer une cuillerée à soupe d'huile d'olive, faites cuire les oeufs comme une omelette jusqu'à ce que le centre soit pris, retournez sur l'autre face, laissez 2 minutes.

Enlevez la peau des tomates après les avoir plongées 10 secondes dans l'eau bouillante, coupez-les en quartiers.

Lavez puis séchez les épinards dans l'essoreuse à salade.

Dans un saladier, émulsionnez, l'huile, le vinaigre, du sel, du poivre et le paprika. Ajoutez les épinards, les tomates, les olives.

Roulez l'omelette refroidie sur elle-même et coupez-la en rondelle de 1 cm, ajoutez-les au mélange précédent.

Répartissez la salade dans 4 assiettes, ajoutez les rondelles de chorizo et les croûtons.

Servez sans attendre.

Accompagné d'un vin Blanc de la Vallée du Rhone.

Sauce Béchamel

Ingrédients :

50g de beurre

50g de farine

½ litre de lait

sel et poivre

Préparation :

Faire fondre le beurre à feu doux dans une casserole puis y verser la farine en pluie.

Laisser cuire à feu doux 2 mn en remuant sans arrêt.

Verser le lait froid petit à petit hors du feu.

Remettre à feu doux et, toujours en remuant, faire chauffer pendant 10mn.

Saler et poivrer.

Sauce Mornay

Ingrédients :

40g de farine
50g de beurre
½ litre de lait
sel, poivre,
150g de gruyère râpé

Préparation :

Procéder comme pour une béchamel et ajouter le fromage.

TARTE AU FROMAGE (Entrée)

Ingrédients pour 6 personnes :

Pour la pâte :

250 g de farine,
125 g de beurre ou margarine,
1/2 verre d'eau,
1 pincée de sel

Pour la garniture :

250 g de comté,
50 g de beurre,
25 cl de lait,
10 cl de crème fraîche,
1 cuillère de farine,
3 oeufs,
sel, poivre, muscade

Préparation:

Préparer la pâte en mélangeant tous les éléments, roulez-la en boule, étalez-la et garnissez-en un moule à tarte beurré.

Préparer la garniture. Faire fondre le beurre à feu doux, ajouter la farine, délayer avec le lait et cuire quelques minutes sans cesser de remuer.

Ajouter le comté râpé, la crème fraîche, les oeufs battus, mélanger avec le sel, le poivre et la muscade. Verser dans le moule garni. Cuire à four chaud 45 mn.

FEUILLETE COMTOIS AU JAMBON (Entrée)

Ingrédients pour 6 personnes :

pâte feuilletée surgelée,
250 g de comté
6 tranches de jambon,
1 jaune d'oeuf

Préparation :

1. Découper six rectangles de pâte.
 2. Découper six gros bâtonnets de comté et enrouler ceux-ci dans les tranches de jambon puis dans les rectangles de pâte.
 3. Badigeonner les bords des feuilletés au jaune d'œuf en appuyant bien dessus pour les souder, dorer le dessus avec le reste du jaune d'oeuf.
 4. Cuire à four chaud durant 20 minutes.
-

POIRES AU VIN (Dessert)

Ingrédients pour 4 personnes :

1 kg de petites poires à cuire
150 g de sucre,
3/4 litre de vin rouge,
1/4 litre d'eau,
1 orange,
3 batons de cannelle.

Préparation :

1. Laver, éplucher les poires, les mettre dans un récipient avec le vin, l'eau, le sucre, la cannelle, l'orange (bien lavée et coupée en 4).
 2. Faire cuire 30 à 45 mn environ selon la grosseur des fruits.
 3. Servir bien frais.
-

FONDUE COMTOISE

Ingrédients pour 6 personnes :

1 kg de comté, coupé en petits cubes
3 grands verres de vin blanc sec du Jura,
5 cl de kirsch,
1 gousse d'ail, poivre, muscade,
pain rassis à volonté

Préparation:

Frotter un poêlon à fondue avec l'ail et laisser l'ail dedans.

Ajouter fromage et vin dans le poêlon, faire chauffer en remuant sans cesse avec une spatule en bois jusqu'à ce que le comté soit fondu. Ajouter le poivre, une pincée de muscade et le kirsch.

Quand elle est très lisse et homogène, porter sur la table sur le réchaud à fondue où les convives tremperont leurs croûtons de pain rassis.

ESCALOPE DE VEAU COMTOISE

Ingrédients pour 6 personnes

6 belles escalopes de veau,
3 cuillères d'huile,
100 g de champignons de Paris cuits,
6 tranches de jambon cru fumé,
100 g de comté râpé,
10 cl de crème fraîche,
sel, poivre



Préparation:

Saler et poivrer les escalopes, les faire dorer dans l'huile dans une grande poêle 10 mn de chaque côté.

Les mettre sur un plat allant au four. Les recouvrir de jambon cru et du comté râpé.

Dans la poêle ajouter les champignons émincés puis la crème fraîche. Laisser cuire 4 à 5 mn.

Assaisonner et napper les escalopes.

Pâtes fraîches aux dés de saumon fumé

Pour 4 personnes
Préparation 5 minutes
Cuisson 10 minutes

Ingrédients

1 paquet de pâtes fraîches (350 g environ)
1 paquet de dés de saumon fumé (250 g)
un petit pot de crème fraîche
1 citron
sel et poivre

Préparation

Portez une grande casserole d'eau à ébullition et jetez-y toutes les pâtes. Laissez cuire 8 minutes.

Pendant ce temps faites chauffer à feu moyen 5 grosses cuillères à soupe de crème fraîche avec le jus d'un demi citron. Attention à ne pas porter à ébullition.

Quand les pâtes sont cuites, égouttez-les puis disposez-les dans le plat de service. Ajoutez dessus les dés de saumon, puis la sauce à la crème fraîche et au citron. Mélangez et servez sans plus attendre.

Filets de poisson en papillottes

Filets + citron, sel et rondelles d'oignons.

12mn au four 240°.

Saucisse de Montbéliard

Saucisse + patates : 6mn
Ouvrir la cocotte et ajouter le chou vert.
Refermer et faire cuire 6mn.
Servir avec du beurre fondu.

Rôti de porc en cocotte au four

Ingrédients

3 oignons
des gousses d'ail pour piquer l'animal
Des pommes de terre.

Préparation

Faire revenir 5 minutes à feu vif dans la cocotte.
Mettre au four à 220°.
Au bout de 30mn, rajouter les patates et un fond de sauce.
Durée totale de cuisson : 1h00

Aubergines "surprise"

Préparation 10 minutes.
Cuisson 30 minutes.

Ingrédients :

Pour 4 personnes:
4 aubergines,
1 branche de persil,
4 gousses d'ail,
3 c à soupe de chapelure,
huile, beurre, sel, poivre,
8 carrés d'aluminium.

Préparation :

Lavez et essuyez les aubergines, coupez-les en deux dans le sens de la longueur.
Salez, poivrez.
Hachez finement l'ail et le persil.
Mélangez avec la chapelure, huilez copieusement et garnissez de ce hachis chaque moitié d'aubergine.
Enveloppez-les dans les carrés d'aluminium beurrés et mettez à cuire au four ou sur le gril du barbecue pendant 30 minutes environ.

Aubergines au gratin

Préparation: 30 mn.
Cuisson: 30 mn.

Ingrédients :

Pour 4 personnes:
4 aubergines,
1 petit verre d'huile,
30 g de farine,
30 g de beurre,
3 verres de lait, chapelure,
100 g de râpé,
sel, poivre,
persil.

Préparation :

Coupez les aubergines en deux dans le sens de la longueur. Séparez un peu la chair de la peau avec la pointe d'un couteau sans trouser la peau.
Saupoudrez-les de gros sel et laissez-les dégorger 1 h.
Passez-les dans de la farine et mettez-les à cuire dans l'huile très chaude.
Avec la farine, le beurre, le lait et la moitié du râpe faites une sauce Mornay.
Videz les aubergines de leur chair sans trouser les peaux, mélangez cette chair à la sauce, assaisonnez.
Mettez les peaux d'aubergines dans un plat à four huilé, remplissez chacune avec la composition.
Saupoudrez du fromage et de la chapelure. Arrosez d'huile et faites gratiner.

Soupe à l'oignon

Ingrédients :

pour 4 personnes :

5 ou 6 oignons assez gros, blancs ou jaunes
50 g de saindoux ou de graisse d'oie
1 cuillerée à soupe de farine
1,2 l de bouillon de volaille
8 tranches fines de pain de campagne un peu rassis
100 g de gruyère râpé
sel et poivre.

Préparation :

Peler les oignons et les émincer finement. Faire fondre le saindoux ou la graisse d'oie dans une marmite ou une cocotte. Ajouter les oignons et les faire fondre en remuant pour les colorer doucement sans les laisser roussir. Les poudrer alors avec la farine. Saler et poivrer.

Mélanger sur feu moyen de 2 à 3 minutes pour cuire la farine, puis verser le bouillon (ou de l'eau) et porter à la limite de l'ébullition. baisser ensuite le feu et laisser mijoter tranquillement de 30 à 35 minutes.

Disposer les tranches de pain dans le fond d'une soupière chaude (ou 2 tranches par assiette creuse de service), verser la soupe dessus et poudrer de fromage râpé. Déguster aussitôt, le plus chaud possible.

On peut ajouter une pointe d'ail avec les oignons et un peu de noix de muscade fraîchement râpée en même temps que le fromage. Tout fromage de vache à pâte cuite ou même de brebis à pâte bien ferme peut convenir.

Feuilletés au roquefort (Entrée)

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

100 g de roquefort
100 g de ricotta
1 pâte feuilletée créative Herta
1 jaune d'oeuf
Poivre

Préparation :

Préchauffez votre four Th. 7 (220° C).

A l'aide d'une fourchette mélangez le roquefort et la ricotta. Poivrez.

Déroulez la pâte et coupez-la en 4 ou en 9 carrés égaux. Disposez au centre de chaque carré le mélange ricotta/roquefort (1/4 de la préparation pour les 4 grands feuilletés, une petite cuillerée à café rase pour les 9 petits feuilletés).

Fermez les feuilletés en rabattant les 4 coins au centre. Pressez légèrement avec vos doigts pour qu'ils ne s'ouvrent pas à la cuisson.

Badigeonnez les feuilletés de jaune d'oeuf dilué dans un peu d'eau.

Faites-les cuire sur la plaque de votre four environ 15 minutes.

Feuilletés aux épinards et saumon (Entrée)

Ingrédients :

Pour 3 à 4 personnes :

1 pâte feuilletée prête à dérouler Herta
100 g saumon frais
50 g d'épinards hachés (surgelés ou en conserve)
1 cuillerée à café de crème fraîche épaisse
1/2 cuillerée à café de jus de citron
1 oeuf (pour la dorure)
Sel, poivre

Préparation :

Préchauffez votre four Th. 7 (220°C).

Si besoin faites décongeler les épinards selon le mode d'emploi.

Déroulez la pâte feuilletée et découpez 3 carrés. Gardez les chutes pour la décoration.

Mélangez les épinards, la crème fraîche et le jus de citron. Salez et poivrez.

Répartissez ce mélange au centre de chaque carré puis déposez un morceau de saumon préalablement salé.

Réunissez les 4 coins du carré au centre. Pressez légèrement la pâte pour que les feuilletés ne s'ouvrent pas à la cuisson.

Décorez les feuilletés avec les chutes de pâte puis badigeonnez-les d'oeuf battu.

Faites cuire dans votre four 20 à 25 minutes.

Saucisses en pâte (Entrée)

Ingrédients :

Pour 3 personnes :

9 saucisses
150g de farine
2 oeufs
1/4 de litre de lait

Préparation :

Casser les oeufs dans un bol les battre au fouet jusqu'à un résultat mousseux. Ajouter (toujours en battant) la farine et le lait. Laisser au frais 1 heure. Chauffer le four therm. 6 (210°C).

Faire dorer les saucisses à la poêle. Disposer ces dernières en étoiles au fond de 3 plats qui vont au four. Arroser les saucisses de leur graisse de cuisson. Verser la pâte sur les saucisses.

Laisser cuire 30 mn au four où jusqu'à obtenir une pâte dorée. Manger chaud en entrée.

Caviar d'aubergines (Entrée)

Ingrédients :

Pour 4 personnes
600g d'aubergines
4 gousses d'ail
1 tasse à café d'huile d'olive
Sel, poivre

Préparation :

Dans la cocotte, mettre 75 cl d'eau et disposer les aubergines entières dans le panier vapeur. Dès que la vapeur s'échappe, laisser cuire 12 min. Ouvrir la cocotte, retirer les aubergines. Les laisser refroidir.

Réduire les gousses d'ail en purée. Couper les aubergines en deux dans la longueur et extraire la chair. La mixer avec la purée d'ail en incorporant l'huile d'olive doucement. Assaisonner. Servir frais avec des tartines de pain grillé.

Salade composée au saumon fumé (Entrée)

Ingrédients :

Pour 4 personnes : (en 1/4 h)
75 g d'emmental rapé
4 branches de céleri
6 oignons frais
175 g de saumon fumé
1 laitue
1 poivron vert en rondelles
La sauce : 4 c à soupe d'huile d'olive, 2 c à soupe de vinaigre, 1 c à soupe de moutarde, sel et poivre.

Préparation :

Laver, essorer et couper finement la laitue et le céleri.
Eplucher et hacher les oignons.
Les mélanger dans un saladier avec le céleri et la moitié du saumon fumé coupé en lanières, ajouter la laitue et mélanger.
Mettre les éléments de la sauce dans un récipient à couvercle et secouer vigoureusement.
Verser sur la salade et mélanger.
Incorporer le fromage au moment de servir, mélanger à nouveau et disposer dessus le reste de saumon et les rondelles de poivron.

Gratin Dauphinois

Pour 4 personnes
Durée 1 heure
Difficulté: facile

Ingrédients :

800 g de pommes de terre,
25 cl de lait entier,
30 cl de crème fraîche,
sel, poivre, noix de muscade,
1 grosse noix de beurre,
3 gousses d'ail

Préparation :

Laver, éplucher et émincer les pommes de terre en tranches de 3 mm environ. Ne pas les laver après la coupe.



Les disposer dans une casserole avec 25 cl de lait (entier si possible), une grosse noix de beurre, sel, poivre et muscade.

Porter à ébullition...

...puis baisser le feu légèrement et poursuivre la cuisson une dizaine de minutes. Remuer de temps en temps avec une spatule pour éviter que la préparation attache.

Les pommes de terre vont s'enrober d'une crème.

Verser à ce moment 30 cl de crème.

Laisser cuire à petit feu pendant une dizaine de minutes.

Retirer du feu, ajouter l'ail haché.

Disposer délicatement les pommes de terre dans un plat à gratin. Aplanir la surface et laisser refroidir pour que les goûts se mélangent.

Enfourner à 180° et laisser cuire entre 20 et 30 minutes.

Servir dans le plat de cuisson.

Crème brûlée (Dessert)

Pour 6 personnes
Durée: 1 h 10

Ingrédients :

8 à 10 jaunes d'œufs ,
200 g de sucre,
1 gousse de vanille,
1 litre de crème fleurette (crème liquide),
cassonade

Préparation :

Blanchir les jaunes d'œuf avec le sucre. Ajouter le contenu de la gousse de vanille, la crème fleurette froide. Fouetter jusqu'à l'obtention d'un appareil homogène.

Remplir 6 pots en terre cuite. Cuisson à four préchauffé à 100/125°C pendant 1 heure environ. Au terme de la cuisson, laisser refroidir et réserver au frais.

Au moment de servir, saupoudrer la surface de la crème de cassonade (sucre roux) et caraméliser au chalumeau ou au fer rouge.

Tomate, Mozzarella (Entrée)

Pour 4 personnes
Durée: 20 minutes

Ingrédients :

4 belles tomates rouges,
250 à 300 g de mozzarella,
1 botte de basilic,
huile d'olive,
vinaigre balsamique,
sel, poivre, moutarde, sel de Guérande,
pignons de pins ou brisures de noix (facultatif)



Préparation :

Émincer finement les tomates en tranches régulières.
Répartir les tomates en rosace sur les assiettes.
Égoutter la mozzarella et l'émincer en tranches fines et régulières.
Intercaler les tranches de mozzarella entre les tranches de tomates.
À part, réaliser une vinaigrette légèrement moutardée.
Assaisonner les tomates et la mozzarella. En finition, parsemer des feuilles de basilic émincées et un filet d'huile d'olive.

Mon secret : Je rajoute en dernier une pincée de sel de Guérande. Il réhaussera le goût de la tomate et rendra ce plat bien plus rafraîchissant.

Pain

Farine pain multi céréales Francine
Levure de boulanger Alsa « Briochin »

Ingrédients :

250g de farine
0.13l d'eau
1 petite cuiller à café de sel
1 sachet levure

Préparation :

- Mélanger le sel et la farine dans un saladier
 - Faire un puits et y déposer la levure puis l'eau
 - Pétrir avec une cuiller en bois puis avec les mains
 - Couvrir d'un torchon puis laisser reposer 30mn sur la télé
 - Aplatir et rabattre les coins 2 fois pour faire une boule
 - Poser sur une plaque huilée, faire des entailles, recouvrir avec le saladier et laisser lever 40mn sur la télé
 - Poser un ramequin d'eau sur la plaque et faire cuire 40mn à 240°.
-

Pot au feu

Pour 6 personnes
Préparation : 15mn
Cuisson : 3 h

Ingrédients :

1.5 Kg de viande à pot au feu (gîte, queue ...)
2 os à moelle
6 carottes
6 poireaux
6 petites pommes de terre
sel, poivre

Préparation :

Dans une grosse casserole, faire bouillir 3 litres d'eau, y plonger la viande et faire bouillir un moment, puis écumer et laisser mijoter à petit feu 1 heure.
Nettoyer les légumes.
Ajouter les carottes, les poireaux, du sel et du poivre.
Continuer la cuisson à petit bouillons pendant 1h30 puis ajouter les os à moelle et les pommes de terre.
Après 20 mn de cuisson, égouter et placer sur un plat chaud.
Servir le bouillon de cuisson en potage.

Chou au gras

Pour 4 personnes
Préparation : 15mn
Cuisson : 7 mn puis 40mn

Ingrédients :

1 chou de Milan
5 petites pommes de terre
1 bouillon cube
2 paquets de lard fumé
voir 2 saucisses fumées

Préparation :

Faire blanchir le chou 7 mn dans un grand volume d'eau bouillante.
Vider l'eau sans essorer le chou pour garder un peu de liquide.
Ajouter les pommes de terre, le cube et le lard en morceaux.
Laisser cuire à feu doux 30 à 45mn.

Ratatouille

Ingrédients :

Oignons
Poivrons
Courgettes
Aubergines
Tomates
Ail
Thym, Laurier, persil, romarin.

Préparation :

- 1) Faire chauffer l'huile dans une cocotte pour faire blondir les oignons et les poivrons coupés en fines lamelles après les avoir égrénés
 - 2) Ajouter les courgettes (coupées en morceaux) pour les faire dorer
 - 3) Retirer tous ces ingrédients et réserver-les dans un plat pour faire dorer les aubergines en rajoutant de l'huile (les aubergines en absorbent beaucoup)
 - 4) Remélanger l'ensemble dans la gamelle
 - 5) Ajouter les tomates (si possible épluchées & épépinées)
 - 6) Ajouter l'ail (3 gousses), du thym, du laurier (2 feuilles), du persil, du romarin, du sel et du poivre
Laisser mijoter à feu doux pendant 1.30 heures avec un couvercle. Remuer avec une cuillère en bois de temps en temps pour que les légumes n'attachent pas.
Déguster chaud ou froid.
-

Tomates farcies

Four

Ingrédients :

Tomates
Saucisses Toulouse
3 biscottes + lait
Ail, persil

Préparation :

Mélanger tout sauf les tomates
Gaver les tomates

Faire cuire à 180° pendant 45 mn

Soupe au chou

Ingrédients :

1 chou vert
5 pommes de terre (bintje)
3 carottes
2 navets
2 poireaux
1 gros oignon
400g de lard demi-sel
1 clou de girofle
3 litres d'eau
6 cubes or

Préparation :

Remplir une grande marmite de 3 litres d'eau.
Y placer le lard. Porter à ébullition et laisser frémir 10 mn en écumant.

Eplucher le chou, le laver et le couper en 4.
Le faire blanchir 5mn à l'eau bouillante. Le retirer.

Eplucher les légumes et le couper en gros morceaux.
Piquer l'oignon d'un clou de girofle.

Ajouter le chou, les carottes, les navets, les poireaux l'oignon et les cubes dans la marmite.

Faire repartir l'ébullition, couvrir et laisser cuire à petits bouillonnements pendant 45 mn.

Ajouter les pommes de terre et terminer la cuisson 20mn

Servir cette soupe sur des tranches de pain de campagne mises au fond des assiettes

Rôti de porc aux champignons et petits lardons

Préparation : 20 mn

Cuisson : 1h30 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 rôti de porc d'1 kg
- 2 oignons
- 170 g de champignons de Paris
- 1 barquette de lardons fumés
- 800 g de pommes de terre nouvelles
- sel, poivre
- 4 cuillères à soupe de moutarde forte
- huile d'olive
- 30 cl de lait

Préparation :

Enduire le rôti de porc de moutarde. Pelez et éplucher 2 gros oignons. Arrosez de lait le fond de votre plat allant au four. Déposez-y les copeaux d'oignons et placez votre rôti de porc au centre du plat.

Epluchez les pommes de terre nouvelles que vous placerez autour du rôti, entières. Salez, poivrez.

Arroser d'un filet d'huile d'olive les pommes de terre.

Mettez votre plat au four (210°C) pendant 1h00.

Faites revenir dans une casserole les champignons et les lardons.

Au moment de retourner votre rôti, placer les champignons et les lardons autour du rôti et terminer la cuisson (30 mn environ).

Béchamel rapide et facile

Préparation : 5 mn

Cuisson : 2 mn

Ingrédients :

- 1/4 de litre de lait
- 20 g de beurre
- 2 cuillères à soupe de farine
- sel et poivre

Préparation :

Dans un grand récipient, faire fondre le beurre 1 mn au micro-ondes.

Le sortir et ajouter la farine en remuant bien. Porter le lait à ébullition, le laisser bouillir quelques instants.

Verser le lait sur le mélange farine/beurre, en fouettant. Assaisonner. Remettre le tout au micro-onde pendant 1 mn.

Bien fouetter, c'est prêt.

Andouillette aux poireaux

Préparation : 5 mn

Cuisson : 15-20 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 4 andouillettes
- 300 g de blancs de poireau
- vin blanc
- 30 g de beurre
- sel et poivre

Préparation :

Cuire au cuit-vapeur les blancs de poireau coupés en tronçons, cuisson ferme (10 mn environ à vérifier).

Faire griller les andouillettes au four (Th 9 selon four).

Mettre les poireaux en cocotte avec un peu de jus de cuisson, le beurre et le vin blanc. Salez et poivrez, faire réduire.

Ajouter les andouillettes grillées et faire mijoter dans la cocotte non couverte à feu doux.

Servir très chaud.

Gratin d'andouillette et pomme de terre au four

Préparation : 20 mn
Cuisson : 10 + 45 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 4 andouillettes
- 8 pommes de terre moyennes
- 1 pot de crème fraîche
- 2-3 cuillères de moutarde
- 1 oignon
- 1 paquet de gruyère râpé

Préparation :

Faites griller les andouillettes de chaque côté et laissez les refroidir.
Une fois refroidies, coupez-les en rondelles.
Faites cuire les pommes de terre, les éplucher et les couper en rondelles.
Hachez l'oignon et mélangez-le à la crème fraîche et à la moutarde.
Dans un plat allant au four mettre une couche de pommes de terre, une couche d'andouillette.
Recouvrez avec la préparation «crème–moutarde–oignon» et parsemez de fromage râpé.
Mettez à four chaud pendant environ 45 mn et dégustez.

Chili con carne express

Préparation : 5 mn
Cuisson : 30 mn

Ingrédients (pour 3 personnes) :

- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 400 g viande hachée
- 400 g de haricots rouges en boîte
- 400 g de tomates pelées en boîte
- 2 cuillères à café de poudre de chili
- sel et poivre
- huile d'olive

Préparation :

Hacher oignon et ail. Faire chauffer l'huile dans une cocotte, faire fondre l'oignon et l'ail.

Ajouter la viande hachée, la laisser prendre couleur. Ajouter la poudre a chili (suivant les goûts, + ou - pimenté).

Egoutter les haricots, les versez dans la cocotte avec les tomates. Remuer et assaisonner. Laisser frémir 20 minutes.

Tarte légère courgettes, jambon et chèvre gratiné

Préparation : 30 mn

Cuisson : 55 mn

Ingrédients (pour 8 personnes) :

- 1 grosse courgette ou 2 petites
- environ 100 g de chèvre en bûche
- 4 oeufs
- 20 cl de crème liquide à 5% de M.G
- sel et poivre
- 4 tranches de jambon
- 30 g de gruyère râpé
- 1 pâte brisée

Préparation :

Eplucher la courgette, la laver, la vider et la couper en cubes. La faire blanchir une quinzaine de minutes dans de l'eau salée. Bien laisser égoutter.

Pendant ce temps, dérouler la pâte brisée sur un moule à tarte, la piquer avec une fourchette.

Préparer la migaine en mélangeant les oeufs, la crème liquide, sel et poivre.

Couper le jambon en petits carrés, puis les disposer dans le fond de la tarte, étaler dessus bien uniformément les courgettes en cubes, puis la migaine.

Pour finir, couper quelques rondelles de chèvre et les disposer sur le dessus de la tarte, puis saupoudrer d'un peu de gruyère.

Enfourner dans le four préalablement chauffé à 180°C (thermostat 6) pendant environ 40 min.

Tarte aux aubergines, tomates et parmesan

Préparation : 20 min
Cuisson : 20 à 30 min

Ingrédients (pour 4 à 6 personnes) :

Pour la pâte :

- 150 g de farine
- 75 g de beurre
- 1 fond de verre d'eau, sel
- 1 trait d'huile d'olive

Pour la garniture :

- 300 g d'aubergines grillées (vous pouvez les acheter surgelées)
- 3 tomates coupées en dés (c'est meilleur sans les pépins!)
- 1 boule de mozzarella coupée en dés
- parmesan râpé
- huile d'olive

Préparation :

La pâte : mélanger rapidement avec la paume de la main la farine, le sel et l'huile avec le beurre ramolli en pommade.

Ajouter un trait d'eau, pour lier et rassembler la pâte en boule (si elle est trop collante, rectifier en ajoutant de la farine), et laisser reposer 1 h si possible.

Garniture : étaler la pâte dans un plat fariné, saupoudrer le fond de tarte de parmesan râpé, puis étaler la moitié des aubergines (même sorties du congélateur à l'instant!).

Parsemer de la moitié des tomates et de mozzarella, saler, poivrer, et répéter une fois l'opération.

Terminer avec un filet d'huile sur l'ensemble, puis du parmesan.

Enfourner pendant 20 min à thermostat 6/7 (200°C), et servir tiède ou froide.

Gigot d'agneau aux pommes boulangères

Préparation : 15 min
Cuisson : 1h20

Ingrédients (pour 6 à 8 personnes) :

- 1 gigot d'agneau de 1,8 kg environ
- 8 grosses pommes de terre
- quelques gousses d'ail en chemise
- quelques brins de thym
- 100 g de copeaux de beurre
- sel et poivre

Préparation :

Préchauffer le four à thermostat 7 (210°C).

Peler, laver, sécher et tailler les pommes de terre en rondelles à l'aide d'une râpe. Les poser en couches égales dans le fond du plat et parsemer avec les copeaux de beurre. Déposer le gigot et enfourner.

Après 15 min, lorsque le gigot commence à dorer, le retourner.

Laisser cuire encore 15 min et le retourner à nouveau.

Baisser le thermostat à 6 (180°C) et laisser la cuisson se poursuivre 40 min.

Eteindre et laisser reposer dans le four pendant 10 min.

Le gigot sera moelleux et les pommes de terre imprégnées d'un délicieux goût d'agneau.

Tomates farcies au chèvre chaud

Préparation : 15 min

Cuisson : 35 min

Ingrédients (pour 6 tomates environ) :

- 1 bûchette de fromage de chèvre
- 2 barquettes de lardons fumés (soit 250 g)
- 60 g de champignons de paris
- herbes de Provence
- sel et poivre

Préparation :

Faire revenir les lardons et les champignons dans une poêle. Couper le dessus des tomates et les vider.

Couper le fromage de chèvre en petits morceaux. Mélanger les champignons, les lardons et le fromage de chèvre, remplir les tomates avec cette mixture. Ajouter des herbes de provence.

Remettre à leur place le dessus des tomates et mettre au four (210°C/thermostat 7) pendant 35 minutes.

Saumon à l'échalote

Préparation : 10 mn

Cuisson : 15 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 4 pavés de saumon frais
- 5 belles échalotes
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 4 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- 1 pointe de moutarde
- 1 noisette de beurre
- sel
- un peu d'eau

Préparation :

Mettre les échalotes avec le beurre dans une poêle. Mettre les pavés de saumon quand les échalotes sont translucides, saler légèrement.

Quand le saumon est cuit, le réserver dans une assiette. Déglacer les échalotes cuites avec le vinaigre balsamique coupé avec un peu d'eau.

Ajouter la pointe de moutarde. Faire mijoter 2-3 mn puis ajouter la crème.

Remettre les pavés de saumon dans la poêle juste avant de servir afin de les rechauffer.

Miam, Miam... Servir avec du riz ou, pourquoi pas, du chou romanesco!

Queues de lotte façon grand mère

Préparation : 15 min

Cuisson : 20 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 kg de queues de lottes
- tomates
- poivrons rouges
- huile d'olive
- épices, sel, poivre
- 1 pot de crème fraîche (50 cl)

Préparation :

Faire revenir les queues de lottes dans de l'huile d'olive.

Faire revenir à part poivrons, épices et tomates.

Mélanger le tout et poursuivre un peu la cuisson.

Quelques minutes avant de servir, rajouter la crème fraîche.

Laisser mijoter quelques minutes.

Braisé de boeuf aux carottes

Préparation : 45 min

Cuisson : 2h

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 600 g de boeuf (paleron par exemple) coupé en cubes
- la même quantité de carottes coupées en rondelles
- 200 g de lard fumé coupé en lardons
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- sel, poivre, herbes de provence
- huile d'olive
- 1/2 litre de vin rouge
- 1/2 litre de bouillon (ou d'eau + 1 bouillon-cube)

Préparation :

Faire revenir les oignons a feu vif dans l'huile d'olive.

Une fois qu'il sont un peu transparents, ajouter la viande de boeuf et tourner pour que toutes les faces soient prises.

Saler (peu si vous utilisez le bouillon cube), poivrer et ajouter une bonne pincée d'herbes de Provence. Mélanger.

Ajouter le lard, puis les carottes et l'ail non épluché. Verser le vin et le bouillon.

Maintenir le feu vif jusqu'à ce que ça bouillonne. Ensuite, baisser le feu (feu très doux), puis laisser mijoter pendant 1h30 (ou plus) en vérifiant qu'il reste suffisamment de liquide pour que ça n'attache pas. Sinon, rajouter un peu d'eau.

Feuilleté de filet mignon de porc aux lardons

Préparation : 15 mn

Cuisson : 45 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 filet mignon de porc
- 250 g de lardons fumés
- 6 tranches jambon fumé
- 1 pâte feuilletée
- 1 gros oignon
- 1 cuillère à soupe de crème épaisse
- 20 cl de crème liquide
- 1 cuillère à soupe de beurre
- persil frais
- 1 jaune d'oeuf
- sel et poivre

Préparation :

Plier le filet mignon en 2, faire fondre le beurre dans une poêle haute, y déposer le filet mignon. Ajouter la moitié des lardons et l'oignon émincé. Assaisonner. Faire revenir 15 mn.

Pendant ce temps, étaler la pâte feuilletée (gardez le papier sulfurisé autour, permet une meilleure manipulation). Mettre les tranches de jambon fumé, les unes à côté des autres ou légèrement superposées, au milieu de la pâte.

Puis après cuisson du filet, le laisser un peu refroidir, avant de le déposer sur la préparation de la pâte (évite de se brûler les doigts). Laissez les lardons et les oignons dans la poêle, ils seront utilisés pour la sauce.

Déposer le filet mignon sur la préparation, y mettre le reste de lardons et le persil légèrement haché au milieu et autour du filet plié en 2.

Enrouler le tout avec la pâte et le mettre dans un plat à cake.

Dorer avec le jaune d'oeuf et mettre au four pendant 40-45 min à 180-200°C (thermostat 6-7).

Faire la sauce en chauffant à feu doux les lardons et l'oignon, gardé auparavant, et ajouter la crème épaisse et liquide. Rectifier l'assaisonnement.

Roti de veau en sauce

Préparation : 10 min.

Cuisson : 1h00

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- rôti de veau de 1kg
- une tomate
- un cube de fond de veau
- huile d'olive
- une grosse échalote
- sel, poivre, origan, herbes de provence, basilic
- une gousse d'ail

Préparation :

Poivrez le rôti et faites-le dorer dans 3 cuillères à soupe d'huile d'olive.

Pendant ce temps, hachez l'ail et l'échalote. Coupez la tomate en morceaux.

Lorsque le rôti a pris une belle couleur, ajoutez au jus de cuisson le cube fond de veau dilué dans un grand verre d'eau.

Ajoutez à la sauce sel, poivre, l'ail et l'échalote ainsi que les herbes. Lorsque la sauce aura un peu diminué ajoutez la tomate.

Lorsque la sauce sera bien homogène coupez le rôti et replacez-le dans la casserole, il sera ainsi bien imbibé de la sauce.

Servez accompagné d'une purée et de champignons.

Tagliatelles au saumon frais

Préparation : 30 min

Cuisson : 30 min

Ingrédients (pour 5 personnes) :

- 500 g de tagliatelles fraîches (de préférence)
- 1 beau filet de saumon frais (ou surgelé) coupé en dés
- 35 cl de crème fraîche
- 1 noix de beurre
- sel, poivre, muscade
- parmesan râpé

Préparation :

Cuire les pâtes à l'eau bouillante salée selon le temps indiqué sur le paquet.

Pendant ce temps, faire fondre le beurre dans une casserole et y ajouter la crème.

Quand la crème est bien chaude, y plonger les dés de saumon, ils doivent cuire à la chaleur de la crème.

Quand ils sont cuits (ils doivent se détacher), ajouter le sel, le poivre et la muscade moulue.

Egoutter les pâtes, les disposer dans un grand plat ronde et napper de crème au saumon.

Servir avec du parmesan.

Rôti de veau en cocotte aux champignons

Préparation : 20 mn

Cuisson : 30 mn

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 1 rôti de veau de 1 à 1,2 kg
- 40 g de beurre
- 1 oignon
- sel et poivre
- 6 cuillères à café de fond de veau
- 1 verre de vin blanc (20 cl environ)
- 1 cuillère à soupe d'herbes de Provence
- 1 cuillère à soupe de basilic
- 1 grosse boîte de champignons de Paris

Préparation :

Faire fondre le beurre dans une cocotte minute, y faire dorer le rôti de toutes parts, puis ajouter l'oignon émincé, le sel et le poivre.

Délayer dans un bol le fond de veau, les herbes, le basilic, le vin blanc et 1 verre d'eau. Verser ce mélange dans la cocotte, ainsi que les champignons égouttés et remuer.

Fermer la cocotte et laisser chuchoter environ 30 mn par kg.

Tartiflette

Préparation : 30 mn

Cuisson : 30 mn

Ingrédients (pour 7/8 personnes) :

- 2,5 kg de pommes de terre
- 2 reblochons
- 7 /8 oignons
- un verre de vin blanc de Savoie (Apremont si possible)
- 30 cl de crème fleurette
- 500 g de lardons fumés
- poivre, sel

Préparation :

Faire cuire les pommes de terre à l'eau pendant 20 minutes, puis les éplucher et les couper en rondelles.

Emincer les oignons et les faire revenir dans un peu de beurre. Puis ajouter les lardons fumés et laisser également revenir à feu assez doux (une dizaine de minutes) en remuant régulièrement.

Préparer un plat de cuisson (j'utilise un plat rond en terre cuite de 40 cm de diamètre, 10 cm de haut). Frotter généreusement le fond du plat avec une gousse d'ail.

Organiser le plat en trois couches : recouvrir le fond du plat de la moitié des pommes de terre, puis ajouter le mélange oignons et lardons, ajouter enfin par dessus le reste des pommes de terre.

Verser le vin blanc et la crème fleurette. Poivrer (assez copieusement) et saler (légèrement).

Gratter les reblochons, les couper en deux dans l'épaisseur et les poser (côté croûte en haut) sur le dessus des pommes de terre.

Cuire à four (thermostat 6/7) une vingtaine de minutes (je mets le four en « chaleur tournante » + grill).

Au moment de servir (dans le plat de cuisson), on peut saupoudrer d'un peu de persil haché. Ce plat unique se déguste (c'est le mot juste !) accompagné du vin utilisé pour la recette.

Chou-fleur gratiné au jambon

Préparation : 25 min

Cuisson : 35 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 chou-fleur
- 2 tranches de jambon
- 20 cl de crème fraîche
- 150 g de gruyère râpé

Préparation :

Couper le chou-fleur en morceaux et faire cuire à l'eau bouillante 20 min.

Pendant ce temps, découper les tranches de jambon en carrés.

Egoutter le chou-fleur cuit puis le passer au mixer. Ajouter les 9/10 de la crème fraîche, et mélanger. Ajouter ensuite les 3/4 du fromage et le jambon, bien répartir le tout.

Verser le mélange dans un plat à gratin, mettre le reste du fromage et de la crème fraîche par dessus. Faire cuire 15 mn environ au four à chaleur moyenne, et laisser gratiner pendant 5 mn supplémentaires. C'est prêt.

Endives au jambon sauce roquefort

Préparation : 10 mn

Cuisson : 45 mn

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 4 belles endives
- 80 g de Roquefort
- un petit pot de crème fraîche (20 cl)
- 2 tranches de jambon
- Un peu de gruyère râpé
- sel, poivre
- herbes de Provence...

Préparation :

Préparer les endives: Enlever les feuilles jaunies et la partie dure et amère. Nettoyer et jeter dans de l'eau bouillante. Faire cuire environ 40 mn à ébullition.

Faire fondre la crème fraîche et le Roquefort dans une casserole, à feu doux. Laisser mijoter quelques instants et ajouter sel, poivre et une pincée d'herbes de provence. Egoutter les endives et les habiller d'une demi-tranche de jambon.

Les placer dans un plat beurré et recouvrir avec la sauce. Saupoudrer de gruyère râpé. Mettre au four quelques instants (5 à 10 mn) pour faire fondre le gruyère.

Cuisses de canard aux pommes de terre confites

Préparation : 20 min

Cuisson : 35 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 6 cuisses de canard (environ 1 kg)
- 1 oignon
- 10 pommes de terre Chérie
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe d'huile de pépins de raisin
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de framboise (facultatif)
- sel, poivre
- origan, persil déshydratés
- 1 cube de bouillon de volaille allégé
- 50 cl d'eau chaude

Préparation :

Peler et couper en rondelles les pommes de terre et l'oignon. Mettre dans une jatte.

Saler, poivrer, ajouter origan et persil, puis le vinaigre. Mélanger avec les mains pour bien séparer les rondelles d'oignon. Mettre de côté.

Dans une cocotte minute, faire chauffer les 2 huiles.

Entailler la peau des cuisses de canard.

Les faire revenir dans l'huile, par 2, puis les réserver sur une assiette.

Verser les pommes de terre dans la cocotte, mélanger.

Disposer les cuisses sur le dessus.

Arroser du bouillon délayé dans le 1/2 l d'eau.

Fermer la cocotte minute. Cuire 35 min à compter du chuchotement.

Brandade de morue

Préparation : 15 min + 36h d'attente

Cuisson : 20 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 500 g de morue salée (sous vide)
- 500 g de pommes de terre
- 1 bouquet de persil non frisé
- huile d'olive
- ail, sel, poivre

Préparation :

Faire déssaler la morue en la faisant tremper dans l'eau 36 à 48 heures avant le moment de préparer la brandade (en changeant l'eau régulièrement).

Faire cuire les pommes de terres et les écraser à la fourchette.

Emietter la morue désalée et mélanger avec les pommes de terre écrasées, l'ail pilé et le persil haché.

Rajouter petit à petit l'huile d'olive . (plus y'en a plus c'est bon).

Poivrer. Goûter et éventuellement rajouter un peu de sel.

Mettre la purée dans un plat allant au four et faire cuire 15 à 20 mn. Passer sous le grill avant de servir.

Rôti de boeuf en croûte

Préparation : 25 mn

Cuisson : 35 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 800 g de filet de boeuf non bardé
- 1 rouleau de pâte feuilletée déjà étalée (275g)
- 300 g de champignons de Paris
- 1 jaune d'oeuf

Pour la cuisson et la dorure :

- 1/2 citron
- 1/2 bouquet de persil
- 1 jaune d'oeuf
- 1 cuillère à soupe de farine
- 4 cuillères à soupe de lait
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche
- 30 g de beurre
- 4 cuillères à soupe d'huile
- sel et poivre

Préparation :

Dans une cocotte, faites dorer le rôti à l'huile chaude sur toutes les faces. Laissez-le complètement égoutter et refroidir sur une grille. Salez et poivrez-le.

Entre-temps, nettoyez les champignons. Rincez-les rapidement et émincez-les. Placez-les dans une poêle. Salez et poivrez-les.

Ajoutez le beurre, le jus du 1/2 citron et le persil ciselé. Faites-les cuire à feu vif jusqu'à ce qu'il ne reste plus de liquide. Hachez-les grossièrement. Incorporez un jaune d'oeuf et la crème.

Préchauffez le four à thermostat 8 (240°C).

Déroulez la pâte sur la plan de travail. Etalez au centre 1/3 des champignons. Installez le rôti dessus. Tartinez-le du reste des champignons.

A l'aide d'un pinceau, badigeonnez de lait la pâte autour du rôti. Repliez-la afin de l'enfermer totalement et appuyez du bout des doigts pour souder les pliures.

Saupoudrez une plaque à pâtisserie de farine. Posez le feuilleté dessus, pliures par en-dessous. Découpez des motifs dans les chutes de pâte et collez-les au jaune d'oeuf, dilué avec le reste du lait. Dorez la surface, enfournez et faites cuire 10 mn.

Ramenez le thermostat sur 6/7 (190°C), laissez cuire et dorer 25 mn.

Servez chaud avec une poêlée de champignons des bois.

Gratin lardons et oignons

Préparation : 25 min

Cuisson : 35 min

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 3 grosses pommes de terre
- 1 barquette de lardons
- 1 oignon
- lait
- crème fraîche
- fromage râpé
- sel et poivre

Préparation :

Eplucher, laver et couper les pommes de terre en rondelles fines.

Pendant ce temps, faire cuire les lardons et l'oignon émincé dans du beurre (pas trop, ils vont encore cuire 35 mn).

Dans un plat, appliquer une 1ère couche de pommes de terre, recouvrir avec les lardons / oignons, et mettre par dessus le reste des rondelles de pommes de terre.

A part, mélanger un peu de lait dans 2 cuillères de crème fraîche. Saler et poivrer.

Verser la mixture sur le gratin. Ajouter si nécessaire un peu de lait, vous devez à peine apercevoir le niveau de lait sur le côté du gratin.

Recouvrir de fromage râpé. Faire cuire à feu moyen / fort pendant 35 mn. Le fromage râpé doit former une croûte.

Risotto de volaille aux champignons

Préparation : 15 mn

Cuisson : 35/40 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 4 oignons moyens
- 200 g de champignons en boîte
- 300 g de blancs de volaille
- 100 g de beurre
- 250 g de riz à grains longs
- 10 cl de vin blanc sec
- 40 cl de bouillon de volaille
- 80 g de parmesan
- sel, poivre

Préparation :

Faites fondre le beurre. Ajoutez les oignons hachés et remuez pendant environ 5 mn.

Versez le riz. Remuez à nouveau. Lorsque les grains sont transparents, ajoutez les champignons puis le vin. Laissez cuire à découvert jusqu'à absorption complète du liquide.

Ajoutez alors le blanc de volaille coupé en tout petits dés, remuez et versez doucement le bouillon. Salez et poivrez. Laissez mijoter encore 15 à 20 mn.

Ajoutez le parmesan, remuez et servez brûlant.

Lotte à l'américaine

Préparation : 10 mn

Cuisson : 30 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 kg de lotte
- 2 cuillères d'huile d'olive
- 75 g de beurre
- 6 échalotes
- 1 gousse d'ail écrasée
- 2 belles tomates
- 2 cuillères de concentré de tomate
- 20 cl de vin blanc sec
- 1 petit verre de cognac

Préparation :

Découper la lotte en morceaux (3 par personne) et retirer la peau.

Ebouillanter les tomates 1 mn pour les peler et les épépiner et hacher les échalotes.

Faire revenir le poisson dans l'huile d'olive avec 30 g de beurre sur feu vif. Retirer à l'écumoire quand les morceaux sont un peu colorés.

Ajouter le reste du beurre dans la sauteuse et y faire fondre les échalotes et l'ail. Mouiller avec le vin blanc et le cognac. Ajouter les tomates pelées et épépinées coupées en morceaux, le concentré de tomates, une pointe de piment, sel et poivre. Cuire la sauce au moins 5 mn.

Remettre les morceaux de lotte à mijoter 10 mn dans la sauce. Réserver ensuite le poisson au chaud et faire réduire la sauce de moitié.

Vérifier l'assaisonnement qui doit être bien relevé et en napper le poisson directement dans les assiettes de service.

Facultatif : on peut ajouter une ou deux cuillères de crème fraîche dans la sauce.

Rôti de boeuf à la cocotte

Préparation : 15 min

Cuisson : 15 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 rôti de boeuf de 700 g (filet)
- 1 oignon moyen émincé
- 1 petite carotte râpée (râpe à gros trous)
- 2 belles noix de margarine et un peu d'huile
- 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- 1/2 l d'eau
- poivre
- thym, laurier, romarin...
- sauceline ou maïzena si besoin

Préparation :

Dans une cocotte en fonte (c'est mieux), faites chauffer la matière grasse. Faites-y dorer le rôti sur toutes les faces.

Poivrez (j'évite de saler car cela durci la viande de boeuf, je sale après cuisson), ajoutez les carottes, l'oignon et les herbes aromatiques.

Faites bien revenir la viande sans la brûler. Ajoutez le vinaigre balsamique, laissez frémir 2 min, puis ajoutez l'eau. Laissez mijoter 15 min.

Laissez cuire moins longtemps si vous le voulez bien saignant, ou plus longtemps si vous l'aimez bien cuit. A la fin, vous pouvez ajouter de la sauceline ou maïzena pour épaissir un peu la sauce si cela est nécessaire.

Rôti de boeuf à l'oignon caramélisé

Préparation : 15 min

Cuisson : 20 à 30 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 rôti de boeuf avec son lard entre 800 g et 1 kg
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 2 petites cuillères à café de sucre de sucre
- 25 g de beurre
- 5 cuillères à soupe de lait (à défaut de l'eau)
- 1 cuillère à soupe d'huile de noix (facultatif)
- mix d'herbes de Provence: thym, romarin, basilic... (facultatif)
- poivre

Préparation :

Sortir le rôti du réfrigérateur 30 minutes avant la préparation et le laisser à l'air ambiant.

Préchauffer le four à 250°C (thermostat 8-9).

Couper l'ail en fines lamelles puis, avec un couteau fin et aiguisé, faire de petites incisions dans le rôti et glisser dedans les lamelles d'ail.

Avec un morceau de beurre, badigeonner tout le rôti.

Emincer les oignons.

Faire fondre la moitié du beurre et l'huile dans une poêle à feu vif puis y faire revenir les oignons avec le sucre.

Ajouter les herbes. Une fois que les oignons ont bruni, griller rapidement le rôti sur chaque face avec les oignons et le retirer.

Mettre le rôti dans un plat allant au four et mettre les oignons caramélisés par dessus.

Mettre au four et laisser cuire 10 minutes. Ensuite, déglacer avec le lait, poivrer et laisser cuire encore environ 10 minutes.

Ajuster le temps de cuisson en fonction de votre préférence : viande bien cuite ou saignante.

Sauté de veau de lisbonne

Préparation : 15 min

Cuisson : 1h

Ingrédients (pour 3 personnes) :

- 400 g de sauté de veau ou de tendrons
- un morceau de chorizo (15 cm environ) coupé en fines rondelles
- 3 grosses pommes de terre coupées en gros morceaux
- 1 petite poignée d'olives noires
- 1 petite boîte de concentré de tomates
- 1 verre de Porto + 1 verre d'eau
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 pincée de thym
- sel et poivre

Préparation :

Couper la viande en gros carrés. La faire revenir dans une cocotte avec un peu d'huile d'olive quelques minutes.

Ajouter l'oignon et le faire roussir.

Ajouter l'eau, le Porto, et délayer le concentré de tomates.

Ajouter les autres ingrédients, saler (très modérément) et poivrer. Laisser mijoter pendant 1 heure en rajoutant un peu d'eau si la sauce vous paraît trop courte.

Nota : vous pouvez faire ce plat la veille car réchauffé, il est encore meilleur.

Nota 2 : ne supprimez pas le chorizo ni le Porto, car ça donne beaucoup de caractère à ce plat.

Nota 3 : vous pouvez également le faire avec du filet mignon de porc et de la soubressade.

Nota 4 : on peut remplacer le Porto rouge par du blanc.

Pintade aux herbes farcie sous la peau

Ingrédients pour 4 personnes :

1 pintade vidée et ses abattis
120/140 g de foie de pintade coupé en petits morceaux
180 g de foie gras cru coupé en dés de 2 cm
120 g de lardons fumés
3 poignées de croutons dorés au beurre
4 gousses d'ail
1 oignon moyen
1 brindille de thym
Fleur de sel, sel fin et poivre du moulin

Beurre aux herbes :

100 g de beurre pommade
2 cuillères à soupe de pluches de persil plat concassées
2 cuillères à soupe de pluches de cerfeuil concassées
1 cuillère à soupe de pluches d'estragon concassées
Sel fin et poivre du moulin

Préparation :

1) Préparer la farce : Assaisonner de fleur de sel et de poivre du moulin 180 g de dés de foie gras, les faire dorer sur toutes les faces dans une poêle anti adhésive, puis les égoutter.

Faire sauter dans la même poêle 120 g de lardons fumés, ajouter et juste saisir 120/140 g de foie de pintade coupé en petits morceaux, poivrer. Egoutter et additionner le tout aux dés de foie gras, ajouter 3 poignées de croutons dorés au beurre, mélanger, réserver.

2) Mélanger 100 g de beurre pommade avec 2 cuillères à soupe de pluches de persil plat concassées 2 cuillères à soupe de pluches de cerfeuil concassées et 1 cuillère à soupe de pluches d'estragon concassées, assaisonner généreusement de sel fin de poivre du moulin. Emplir une poche de ce beurre composé.

3) Préchauffer le four à 170°C, en position ventilée de préférence.

4) Décoller soigneusement la peau de la chair d'1 pintade en partant du cou, après avoir pris soin d'éliminer l'os du bréchet, pour aller vers les hauts-de-cuisses et les pilons.

Farcir la pintade : A l'aide de la poche, pousser le beurre aux herbes sous la peau le plus uniformément possible. Saler et poivrer l'intérieur de la pintade, la farcir de la préparation de foies, lardons et croutons, puis la brider.

5) Dans un plat de cuisson, éparpiller les abattis de la volaille coupés en morceaux, 4 gousses d'ail en chemise, 1 oignon moyen pelé et coupé en rondelles, et 1 brindille de thym.

Assaisonner l'extérieur de la volaille de sel fin, fleur de sel et poivre du moulin, puis la déposer dans le plat, ajouter la moitié d'un verre d'eau, glisser dans le four préchauffé, cuire la pintade environ 1h15 à 170°C, tout en prenant soin de l'arroser régulièrement du jus de cuisson.

Accompagner cette pintade farcie aux herbes de pommes de terre éventuellement cuites tout autour, la déguster avec un vin de Bordeaux, un Pauillac par exemple.

Rouelle de veau aux échalotes

Préparation : environ 20 mn

Cuisson : 1 h30

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1,250 kg de rouelle de veau
- farine
- 30 g de beurre
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 2 douzaines d'échalotes
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin
- 1 verre de vin blanc sec
- sel, poivre

Préparation :

- I) Farinez légèrement la viande.
 - II) Mettez le beurre et l'huile dans la cocotte. Laissez chauffer. Faites-y dorer la rouelle de veau de tous les côtés, puis retirez-la et mettez-la de côté.
 - III) Remplacez-la par les échalotes pelées. Laissez-les blondir en mélangeant souvent.
 - IV) Quand elles sont fondues, arrosez-les avec le vinaigre. Laissez bouillir 1 mn.
 - V) Remettez la rouelle de veau dans la cocotte, sur les échalotes. Arrosez avec le vin blanc. Salez, poivrez. Couvrez. Laissez mijoter 1 h sur feu doux.
-

Blanquette de Veau

Préparation : 20 min

Cuisson : 1 h 45 à 2h (on surveille de toutes façons...)

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 1 kg de veau (épaule, collier...)
- 1 oignon
- 2 carottes
- 1 bouquet garni
- 1 jaune d'oeuf
- 2 cuillères à soupe de lait
- 40 g de beurre
- 40 g de farine
- 125 g de champignons (facultatif)

Préparation :

Couper la viande, la mettre dans une casserole, la couvrir d'eau froide et mettre sur le feu. Lorsque l'ébullition commence, écumer, puis ajouter l'oignon émincé, les carottes fendues en 4, le bouquet garni, saler, poivrer.

Faire cuire 1h15 à 1h30. Pour s'assurer de la bonne cuisson de la viande, la pincer : elle doit se désagréger. L'égoutter.

Ajouter dans le bouillon de cuisson le beurre et la farine progressivement tout en mélangeant. Laisser cuire cette sauce 15 minutes doucement.

Mettre dans un bol un jaune d'oeuf, le lait froid, délayer avec un fouet ou une fourchette, verser un peu de sauce dedans, mélanger et répéter une fois au moins l'opération : ceci évite que le jaune d'oeuf ne cuise au contact de la sauce chaude. Reverser ensuite le contenu du bol dans le reste de la sauce. Placer celle-ci à feu vif, la remuer jusqu'à ébullition pendant quelques minutes.

Ajouter la viande et les champignons avant de servir.

Ceci dit, cette blanquette est peut être encore meilleure lorsqu'elle est réchauffée.
