

Riz au lait à la vanille, lait de coco et fruits rouges

C'est l'été et la pleine saison des fruits rouge commence, profitons-en! Cette recette de riz au lait est extrêmement savoureuse car l'acidité des fruits vient équilibrer son côté sucré. Alors faites vous plaisir en revisitant ce dessert d'enfance hyper gourmand!



Riz au lait à la vanille, lait de coco et fruits rouges

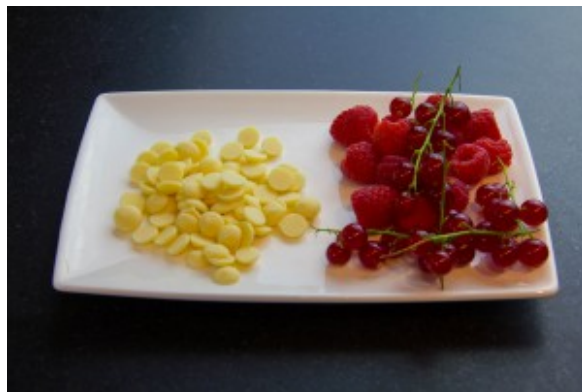
Ingrédients pour 4 personnes:

- 140 g de riz rond
- 80 g de sucre semoule
- 50 cl de lait entier
- une gousse de vanille
- 10 cl de lait de coco



Ingédients

- des fruits rouges selon votre goût (fraises, framboises, fraises des bois, groseilles, mûres...)
- 25 g de chocolat blanc: il amène du croquant au dessert



Fruits rouges et chocolat blanc

Préparation:

- Coupez la gousse de vanille en deux et à l'aide d'un petit couteau prélevez les grains de vanille.



Grattez la gousse de vanille

- Commencez par rincer le riz à l'eau.
- Faites chauffer le lait mélangé au lait de coco.
- Puis dans un grand bol mélangez le riz, le lait chaud et les grains de vanille. Versez dans une casserole et cuire environ 1 heure à 1 heure 15 à feux doux. Quand le riz a absorbé tout le liquide ajoutez le sucre et laissez cuire encore 5 minutes.



Mélangez le riz, le lait, et les grains de vanille



Cuire à feu doux

- Versez le riz cuit dans un grand bol . Laissez refroidir à température ambiante. Votre riz est prêt à servir.



Mélangez le riz avec le lait de coco

- Pendant le temps de refroidissement du riz nettoyez vos fruits et l'aide d'un couteau coupez le chocolat en petits morceaux.



Coupez le chocolat en petits

morceaux

Dressage :

- Dans de jolis bols déposez deux belles cuillerées de riz. Puis disposez par dessus les petits morceaux de chocolat blanc et les fruits rouges de votre choix. Vous allez voir c'est délicieux!



Riz au lait à la vanille,
lait de coco et fruits
rouges

Idées :

Vous pouvez remplacer le chocolat blanc en ajoutant soit de très bons cornflakes ou une jolie chips de riz sucrée (pour la recette cliquer [ici](#)). Vous pouvez également remplacer les fruits rouges par de la mangue et de l'ananas avec un zeste de citron vert, le lait de coco par une petite sauce au chocolat fondu avec un peu de crème...

Une fois de plus faites marcher votre imagination!

Tournedos de cabillaud au gingembre et sa poêlée de poivrons, aubergines en deux façons

J'adore le poisson et en Belgique le poisson roi, c'est le cabillaud: il est d'une qualité exceptionnelle et je le cuisine de plein de façons différentes. Dans cette recette j'utilise la cuisson sous vide basse température mais je vous propose aussi un mode de cuisson traditionnel pour obtenir un poisson bien fondant. Voici mon inspiration du jour!

Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleures recettes basse température.

Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 » , « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 » , « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » , « Ma cuisine basse température-Tome 4 » et enfin « Ma Cuisine basse Température, Best Of- Tome 5 » Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle. Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 4, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 5, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes en pas à pas imagées comme dans le blog.

Ingédients pour le Tournedos de cabillaud (6 personnes)

- dos de cabillaud (comptez 180 g par personne)
- piment d'Espelette
- deux aubergines
- deux cuillerées à soupe rase de tahini: c'est une crème de sésame, préparation orientale faite à partir de graines de sésame broyées, avec un peu d'eau, jusqu'à obtenir une pâte lisse.
- huile d'olive
- thym
- deux poivrons
- 4 petits oignons jeunes (cébettes)
- deux tomates si vous vous désirez les sécher vous-même ou quelques tomates séchées achetées dans le commerce. Pour la recette des tomates séchées confites cliquez [**ici**](#).
- une grosse échalote
- du soja salé et du soja sucré: en proportion comptez 2/3 de sucré et 1/3 de salé
- deux cuillerées à soupe de vinaigre de riz
- du gingembre (environ deux à trois centimètres)
- 3 gousses d'ail
- un citron vert
- du pain de mie sans croûte
- une aubergine sicilienne: ce sont des aubergines bien rondes, d'un violet plus pâle qui vire au blanc vers le pédoncule. Leur goût est plus doux que les aubergines classiques et elles sont bien plus fondantes en bouche.
- 2 ou 3 glaçons (environ 10 cl) de fumet de poisson fait maison, c'est tellement meilleur. Pour la recette du fumet de poisson cliquez [**ici**](#).

Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.
- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche d'excellente qualité je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant ici et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo **"Gourmantissimes50"**

Je vous conseille la marque Anova pour le choix de votre thermoplongeur mais vous pouvez en trouver également en cliquant sur la photo ci-dessous

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

Pour plus de précision sur la cuisson sous vide basse température cliquez **ici**.

Préparation:

Commencez par la préparation des légumes.

- Coupez les aubergines classiques en deux. Incisez la chair en surface à l'aide d'un petit couteau en dessinant des croisillons. Puis laquez-les d'un peu d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau.
- Saupoudrez de thym et passez au four à 180° pendant 50 mn.
- Coupez l'aubergine de Sicile en tranches. Puis faites revenir les tranches dans de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Faites attention à la cuisson de manière à ne pas les brûler. Égouttez-les sur du

papier absorbant et réservez.

- Émincez l'échalote en brunoise (petits dés de 2mm de côtés).
- Coupez les poivrons en lamelles.
- Faites revenir les échalotes ciselées dans un peu d'huile d'olive puis rajoutez les poivrons.
- Poursuivez la cuisson jusqu'à ce que les poivrons soient tendres.
- Ciselez les cébettes.
- Sortez les demi aubergines du four et grattez l'intérieur avec une cuillère pour en récupérer la chair. **N'utilisez pas la peau** qui donnera trop d'amertume. Mixez la chair des aubergines avec **la moitié** des cébettes ciselées et deux cuillerées à soupe rase de tahini. Si l'ensemble est un peu épais, vous pouvez rajouter quelques gouttes d'huile d'olive. En fin de mixage, rajoutez la deuxième partie des cébettes et réservez.
- Abaissez les tranches de pain de mie à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Puis tranchez-les en leur donnant la forme d'un triangle et badigeonnez les tranches de pain d'un peu de beurre fondu.
- Déposez les tranches de pain de mie sur une surface arrondie et enfournez à 180° pendant 8 mn. Elles doivent être dorées. Réservez.

La cuisson du poisson

- Assaisonnez le cabillaud avec du sel et piment d'Espelette. Posez-le sur le bord d'un film alimentaire et roulez de manière à former un boudin bien serré. Avec une petite aiguille piquez le boudin de quelques trous: cela va permettre au fumet de parfumer votre poisson ce

qui ne sera pas le cas si il est enveloppé hermétiquement dans le film alimentaire. Mettez le sous vide avec les glaçons de fumet de poisson. . Cuire au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur 15 mn à 52°.

- Préparez la marinade. Versez le soja dans un grand récipient et râpez le gingembre et les gousses d'ail au dessus. Ajoutez le vinaigre de riz et mélangez bien.
- Prélevez 20 cl de cette marinade et faites-la réduire de manière à ce qu'elle soit légèrement sirupeuse. Réservez.
- En fin de cuisson détaillez le dos de cabillaud en tronçons **sans ôter le film qui l'entoure.** Le cabillaud est un poisson très fragile: si vous ôtez le film, il ne se tiendra plus et se morcellera en petits morceaux...
- Faites mariner les tranches de cabillaud dans la marinade pendant 30 mn. Puis, cette fois ôtez délicatement le film étirable (**n'oubliez pas de la faire!**) et faites revenir le cabillaud dans une poêle anti adhésive une minute de chaque côté. **Manipulez les tranches de cabillaud à l'aide d'une spatule large de manière à ce qu'il ne se casse pas.** Pendant la cuisson du poisson faites réchauffer l'ensemble de la garniture (caviar d'aubergine, rondelles d'aubergine de Sicile, poivrons, sauce réduite et tomates confites).

Dressage

- Déposez une rondelle d'aubergine de Sicile au centre de l'assiette et recouvrez-la d'un peu de caviar d'aubergine. Puis posez les tranches de cabillaud au centre de la rondelle d'aubergine. Entourez le tout de poivrons. Disposez votre tranche de pain de mie craquante sur le côté ainsi que quelques tomates confites ou séchées sur le dessus. Complétez avec un

trait de caviar d'aubergine sur le côté, quelques points de marinade réduite et zestez un peu de citron vert par dessus. Bon appétit!

Un jardin d'intérieur intelligent pour plantes aromatiques: voici Calla

Combien d'entre nous achète des plants d'herbes aromatiques en supermarché et se retrouve quelques jours après avec une plante défranchie posée sur le rebord de la fenêtre...Bref, ce n'est pas facile de garder son basilic en vie!

Voici la solution! La société 4Senses a conçu ce très beau jardin d'intérieur nommé Calla. Grâce à lui vous aurez toujours des herbes aromatiques d'une fraîcheur irréprochable, toute l'année à portée de main.

Calla prend soin de vos pots d'aromates frais achetés en magasin. Il garde vos herbes aromatiques fraîches et en bonne santé jusqu'à plusieurs mois. Consommez-les sans fin... Elles repousseront encore et encore. En plus d'un superbe design Calla est un petit robot intelligent. Il garde en bonne santé vos plantes grâce à un éclairage adapté et un arrosage contrôlé en eau et nutriments. Vous aurez ainsi jusqu'à 6 pots d'herbes aromatiques prêtes à être récoltées.

Calla a été conçu pour entretenir les aromates mais il fournit tous les éléments dont les plantes ont besoin pour être en bonne santé et grandir à savoir eau, lumière et nutriments. Par conséquent, n'hésitez pas à faire pousser vos propres

graines ou à utiliser Calla avec des petites plantes d'intérieur ou des fleurs.

Calla sera officiellement commercialisé à partir de mars 2017. Pour aider ce beau projet à voir le jour et être dans les premiers à avoir un Calla, vous pouvez dès à présent le précommander sur le site suivant avec une réduction de 40% pour vous remercier de votre soutien. Pour la précommande cliquez **ici**.

https://www.kickstarter.com/projects/940126036/calla-fresh-herbs-indoor-garden-0/pledge/new?clicked_reward=false&ref=nav_search

<https://www.kickstarter.com/projects/940126036/calla-fresh-herbs-indoor-garden-0>

Tarte à la rhubarbe et cardamome

C'est la saison de la rhubarbe, il faut en profiter pour réaliser une délicieuse tarte. Mais je trouve que la plupart du temps ces tartes manquent de panache visuel. C'est pourquoi je vous en propose aujourd'hui une version revisitée pour lui amener une certaine élégance! Je parfume cette tarte à la cardamome car cette épice amène une délicate fraîcheur à la tarte en allégeant son côté sucré.

Ingrédients pour une tarte pour 6 personnes

- une pâte feuilletée de 250 g (commandez en chez votre pâtissier ou encore mieux, faites la vous même: pour connaitre tous les secret de sa réussite cliquez [ici](#))

Et la petite astuce:

- du mycryo: c'est une poudre 100 % à base de beurre de cacao. Saupoudrée sur vos fonds de tarte juste sorties du four, elle formera une fine barrière étanche qui protégera la pâte de l'humidité des fruits. La tarte restera bien croquante. Vous pouvez en commander en cliquant [ici](#).

Pour la garniture

- 500 g de rhubarbe
- 200 g de sucre muscovado. C'est un sucre brun complet et non raffiné. Il a une forte teneur en mélasse ce qui lui donne un goût particulier. Vous en trouverez dans les épiceries bio.
- une cuillerée à café de cardamome en poudre
- 100 g de crème fraîche liquide
- 45 g de poudre d'amande
- un œuf
- 20 g de sucre

Pour les bandes décoratives en rhubarbe

- 3 belles branches de rhubarbe, les plus droites possible
- quelques gouttes de colorant alimentaire rouge
- 250 ml de sirop de sucre de canne

Pour la meringue:

- 35 g de blancs d'œuf
- 35 g de sucre semoule

- 35 de sucre glace

Matériel spécifique:

- un petit chalumeau de cuisine (facultatif)
- des billes en céramique ou des légumes secs (par exemple des haricots blancs secs)
- une poche à douille et la douille de votre choix
- un épluche légume large

Préparation

Commencez par la préparation de la rhubarbe.

- Épluchez les tiges de rhubarbe et coupez-les en tronçons d'un centimètre. N'oubliez pas de **réservez trois belles tiges**, les plus droites possible!
- Versez les morceaux de rhubarbe avec le sucre muscovado et la cardamome dans une casserole et cuire à feu moyen pendant 15 mn. N'ajoutez surtout pas de liquide car la rhubarbe rend naturellement de l'eau en cours de cuisson.
- Égouttez la rhubarbe et réservez le jus dans un bol et les morceaux dans un autre récipient.
- Taillez les tiges de rhubarbe que vous avez réservées en lanières.
- Faites chauffer le sirop. Attention: utilisez une casserole de petit diamètre car il faut que les lamelles soient recouvertes de sirop. Si vous prenez une grande casserole la hauteur du sirop ne sera pas suffisante... A ébullition **ôtez la casserole du feu** et plongez-y la **moitié** des lamelles de rhubarbe. Laissez infuser trois minutes et ôtez délicatement les lanières du sirop pour les allonger sur une assiette en les lissant bien à plat (attention, elles sont fragiles). Remettez le sirop sur le feu en y ajoutant quelques gouttes de colorant rouge.

Amenez à ébullition et procédez de la même manière que précédemment avec le reste des lanières. Vous aurez ainsi des lanières claires et des lanières rosées.

- Faites réduire le jus de cuisson de la rhubarbe des 2/3. Il doit être un peu sirupeux. Réservez.

La pré-cuisson de la pâte feuilletée

- Abaissez la pâte et disposez-la dans un moule anti adhésif. Piquez-la à l'aide d'une fourchette.
- Recouvrez-la d'une feuille de papier cuisson et versez vos billes de céramiques dessus (ou des légumes secs). Remettez le tout au frais pendant 30 mn. Puis enfournez à 200° pendant 20 mn.
- A la sortie du four ôtez les billes et le papier (attention c'est chaud) et saupoudrez régulièrement de mycryo toute la surface de la tarte. Cette opération doit se faire quand le fond de tarte est **bien chaud** pour faciliter la fonte de la poudre de mycryo.



Préparation de la garniture (effectuez cette opération pendant la précuisson de la tarte)

- Mélangez bien tous les ingrédients suivant (100 g de crème fraîche liquide, 45 g de poudre d'amande, un œuf entier, 20 g de sucre).

- Versez la préparation dans la tarte précuite.
- Saupoudrez par dessus les morceaux de rhubarbe égouttés.
- Alternez les bandes sur la tarte de manière harmonieuse. Enfournez de nouveau pendant 20 mn mais à 180° cette fois-ci.
- La tarte est presque terminée: il ne reste plus qu'à la décorer avec la meringue. Attendez que la tarte ait refroidi pour la déposer sur un joli plat de service.

La meringue et finitions

- Montez les blancs au fouet à faible vitesse. Ajoutez le sucre semoule petit à petit à partir du moment où les blancs ont monté un petit peu et commencé à blanchir. Attention : les blancs ne doivent pas être cassants mais avoir la texture d'une mousse à raser.
- Ajoutez ensuite délicatement le sucre glace tamisé à l'aide d'une maryse.
- Versez la meringue dans votre poche à douille équipée de la douille que vous avez choisie.
- Sortez la tarte du frigo. Décorez le dessus de la tarte avec la meringue.
- Caramélisez légèrement le dessus avec un petit chalumeau ou passez la tarte sous le grill quelques secondes.

Votre tarte est terminée... Proposez le jus de cuisson de la rhubarbe que vous avez fait réduire en accompagnement comme petite sauce. C'est un pur bonheur!

Pilons de poulet au Cola, marinés Tex Mex, basse température

Cette recette m'a été inspiré par Philippe Etchebest qui proposait cette marinade au Cola dans une de ses émissions vedette. Le poulet est mariné puis cuit sous vide basse température dans cette marinade: il est particulièrement bien parfumé sans être trop sucré et il est très moelleux. Si vous ne possédez pas de matériel de mise sous vide et basse température, pas de panique, vous pouvez tout à fait cuire le poulet basse température simplement au four dans un plat: je vous propose les deux types de cuisson.

Des questions sur la cuisson sous vide basse température? [Cliquez ici](#).



Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées

comme dans le blog.

Ingrédients pour les Pilons de poulet au Cola (6 personnes)

- comptez 2 ou 3 pilons de poulet par personnes. Vous pouvez réaliser cette recette également avec des ailes de poulet.
- du beurre clarifié (ou du ghee): c'est du beurre dont on a ôté le petit lait. Le beurre clarifié a la particularité de supporter de hautes températures sans brûler. Vous en trouverez dans les épiceries orientales et indiennes.

Pour la marinade

- un litre de Coca Cola
- une cuillère à soupe de gingembre râpé
- une cuillère à soupe de concentré de tomate
- deux cuillères à soupe de soja salé
- une cuillerée à soupe de miel
- deux cuillères à soupe d'épices Tex Mex
- une gousse d'ail râpé

Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.
- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche de bien meilleure qualité (et qui vous permettra aussi de mettre des liquides sous vide) je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant ici et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo **"Gourmantissimes50"**
- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en

cliquant sur la photo ci-dessous:

Préparation:

Commencez par la marinade que vous pouvez préparez la veille pour le lendemain ou le matin pour le soir: en effet il va falloir la congeler pour la mettre sous vide avec le poulet. Si vous la gardez liquide elle sera aspirée par la machine lors de la mise sous vide et encrassera l'appareil... Cette opération n'est pas nécessaire si vous cuisez le poulet basse température au four: dans ce cas vous pouvez faire toutes les opérations à la suite.

- Versez le Coca Cola dans une casserole et portez à ébullition: réduire de moitié.
- Dans une casserole faites revenir un peu de beurre clarifié. Versez les épices et torréfiez les épices Tex Mex pendant quelques minutes.
- Ajoutez le gingembre râpé, le concentré de tomate, la sauce soja, le miel et l'ail râpé.
- Puis versez le Coca réduit. Laissez cuire encore quelques minutes afin de réduire la sauce Retirez du feu.
- Congelez la marinade: je préfère en faire des petits glaçons qui sont plus faciles à intégrer dans le sachet de mise sous vide au milieu des pilons plutôt qu'un gros bloc. **Cette opération est nécessaire pour la cuisson sous vide basse température mais pas pour la cuisson au four.**

Le jour même, préparez le poulet

- Assaisonnez les pilons de poulet.
- Faites les revenir dans un peu de beurre clarifié pour dorer la peau.
- **Si vous optez pour la cuisson au four,** déposez les

pilons dans la marinade chaude et enrobez-les bien. Remettez la casserole sur le feu et cuire encore 4 à 5 mn. Enfournez alors pour 2 heures à 70° et arrosez souvent avec la marinade.

- **Si vous optez pour une cuisson sous vide basse température**, placez les pilons de poulets refroidis (il ne faut jamais mettre d'aliments chauds sous vide) avec les glaçons de marinade et cuire sous vide basse température 2 h 30 à 68°.

Vos pilon sont prêts à être dégustés! C'est sublime!