

# Crème de laitue, saumon et betteraves, pommes sucrées vapeur (menu tout en un complet Thermomix)

Un menu équilibré et sain où tout cuit en même temps sans aucune surveillance: la soupe, le plat principal et le dessert. Bref un gain de temps et une belle gourmandise grâce à votre Thermomix!



Crème de laitue, saumon et betteraves, pommes sucrées vapeur (menu tout en un complet Thermomix)

Vous ne possédez pas encore de Thermomix et vous habitez en Belgique? Pour découvrir le TM6, le tout dernier Thermomix®, contactez -moi à l'adresse mail suivante:

**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer une démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous. Nous réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite...**Pour assister aux prochains cours et connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici.**

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous

# Mes Recettes Gourmandes au Thermomix

Best of - Tome 1



Danielle Lions

Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 15 minutes**

**Temps de cuisson: 40 minutes**

**Difficulté: facile**

## **Ingrédients pour 4 personnes**

Pour la soupe

- 150 g d'oignon
- 10 g de gousses d'ail
- les feuilles d'une laitue
- 10 g d'huile d'olive
- 450 g de bouillon de légume
- sel et poivre

## Pour le plat saumon betteraves

- 4 morceaux de dos de saumon ( environ 150 g par personne) coupés en dés et marinés avec un peu de soja sucré, le zeste et le jus d'un citron vert
- 700 g de betteraves crues ou cuites, pelées et coupées en cubes de 2 cm
- pour la vinaigrette : 50 g d'huile d'olive, 10 g de vinaigre de framboise, 5 à 10 g de moutarde, le zeste et le jus d'un citron jaune, sel et poivre
- feuilles de coriandre
- 100 g de billes de mozzarella

## Pour le dessert aux pommes

- 3 pommes pelées, épépinées et coupées en tranches
- 15 g de miel
- 2 g d'épices à vin chaud
- 8 g de beurre coupé en petits morceaux
- un peu de crème épaisse entière et des miettes de sablés pour le dressage

# Préparation

- Placez les tranches de pommes ainsi que les 15 g de miel, 2 g d'épices à vin chaud, 8 g de beurre coupé en petits morceaux sur une feuille de papier aluminium et formez une papillote bien fermée. Réservez.
- Réalisez une vinaigrette avec tous ses éléments et réservez.
- Placez les 150 g d'oignon, 10 g d'ail et les 10 g d'huile d'olive dans le bol et mixez 5 s/ vit 5. Rabattez les projections sur les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Cuisez 5 min/120°C/vitesse 1. Ajoutez les feuilles de laitue coupées en morceaux et les 450 g de bouillon de légumes . Mixez 5 s/ vit 5.
- Placez les dés de betteraves dans le Varoma. Positionnez

le Varoma sur le bol et continuez la cuisson 15 min/Varoma/vitesse 1.

- Ouvrez le Varoma et positionnez le plateau du Varoma sur lequel vous aurez placé la papillote de pommes.
- Continuez la cuisson 17 minutes / Varoma/vitesse 1.
- Réservez la papillote de pommes de côté. Remplacez le plateau du Varoma dans le Varoma et positionnez sur ce dernier les dés de saumon marinés. Cuisez 3 à 4 minutes selon la cuisson voulue /Varoma/vitesse 1.
- Retirez les dés de betteraves, les dés de saumon et placez-les dans un grand plat de service; assaisonnez avec la vinaigrette et ajoutez les billes de mozzarella et les feuilles de coriandre.
- Mixez le contenu du bol 30 s / vit 10: servez la crème de laitue dans des petits bols.
- Et pour finir servez les tranches de pommes avec quelques brisures de sablés et un peu de crème fraîche épaisse pour un dessert encore plus gourmand.

---

## **Keftas de la mer sauce citron (recette menu tout en un poisson Thermomix)**

Un petit délice que sont ces Keftas au poisson. réalisées super facilement à l'aide de votre Thermomix; en plus d'être très savoureuses, elles sont également économiques car

réalisées à base de maquereau.



Keftas de la mer sauce citron (recette menu poisson Thermomix)

Vous ne possédez pas encore de Thermomix et vous habitez en Belgique? Pour découvrir le TM6, le tout dernier Thermomix®, contactez -moi à l'adresse mail suivante:

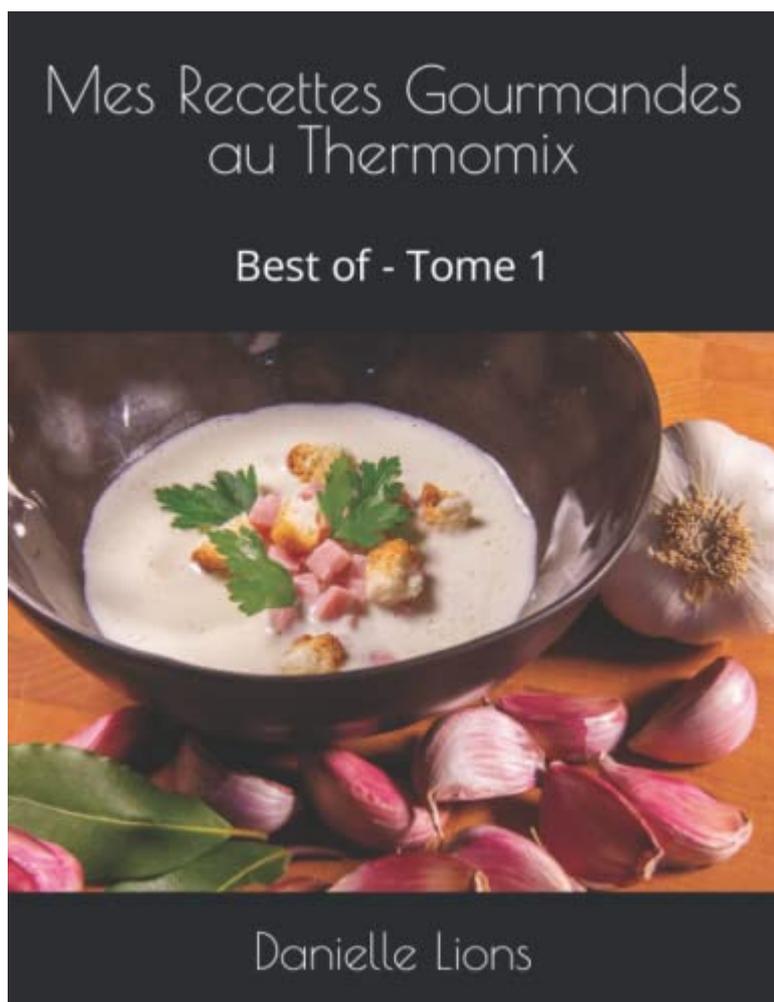
**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer une démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous. Nous réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'une limonade, un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux sorbet...**Pour assister aux prochains cours et connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici.**

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous

proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 10 minutes**

**Temps de cuisson: 30 minutes**

## Difficulté: facile

## Ingrédients pour 4 personnes

- 100 g de pain sec ou chapelure
- 8 g de fenouil en poudre : mixez finement ( 30s/ vit 10)  
150 g de graines de fenouil et réservez dans un bol hermétique. Vous en aurez trop pour la recette mais cette poudre servira à parfumer vos, vinaigrettes, mayonnaises...
- 400 g de filet de maquereau
- 60 g d'échalote
- 2 gousses d'ail
- 10 g d'huile d'olive
- 20 g de vin blanc
- 10 g de feuilles de persil
- 40 g d'olives noires dénoyautées
- 100g de couscous
- une cuillère à café de sel
- 5 g d'huile d'olive
- un poivron épépiné coupé en petits dés
- 25 cl de crème fraîche liquide
- 30 g de citron confit au sel
- 5 g de moutarde
- 5 g d'épices...à kefta ou ras el hanout selon votre goût

## Préparation

- Versez les 100 g de couscous dans un plat avec 5 g d'huile d'olive et la cuillère à café rase de sel. Recouvrez avec 100 ml d'eau tiède. Mélangez avec une fourchette et laissez reposer.
- Versez les 100 g de pain sec , les 10 g de feuilles de persil , les 8 g de fenouil dans le bol et mixez 1 mn/ vit 10. Réservez: vous aurez besoin de 60 g. Gardez le restant de chapelure pour une autre utilisation dans une

boite hermétique.



Réalisez la chapelure aux herbes

- Placez les 60 g d'échalote, les 2 gousses d'ail, 10 g d'huile d'olive et les 20 g de vin blanc dans le bol. Mixez 5s/ vit5. Rabattez les projections avec la spatule. Cuisez 5mn/ 100 °/vit 5
- Ajoutez les 400 g de filet de maquereaux dans le bol avec les 40 g d'olive dénoyautées et 60 g de chapelure persil estragon. Mixez encore 5 s/ vit 5.
- Débarrassez dans un récipient et formez à l'aide d'une cuillère à soupe de belles boulettes ayant la forme allongée des Keftas.



Formez les keftas

- Versez 500 g d'eau dans le bol. Placez les kefta dans le panier du Varoma, les graines de coucous et les dés de

poivrons sur le plateau du Varoma.

- Cuisez 20 mn / Varoma/vit 1. Réservez au chaud ( four à 70°).
- Nettoyez le bol et réalisez la sauce : versez 25 cl de crème liquide, 30 g de citron confit, 5 g de moutarde, 5 g d'épices de votre choix. Cuisez 5 mn/ 70°/ vit 1. Mixez 5s/ vit 5.
- Servez le tout dans un plat et saupoudrez de persil haché.



Keftas de la mer sauce citron (recette menu poisson Thermomix)

---

# Cassolette de la mer (

# recette menu tout en un Thermomix)

Le Thermomix est le robot extraordinaire de votre cuisine et ce que j'apprécie particulièrement ce sont les menus all in one que vous pouvez réaliser à votre envie: tout cuit en même temps pour un résultat optimum, sans surveillance et beaucoup de gourmandise à la dégustation. Alors à vos Thermomix et régalez-vous avec cette Cassolette de la mer!



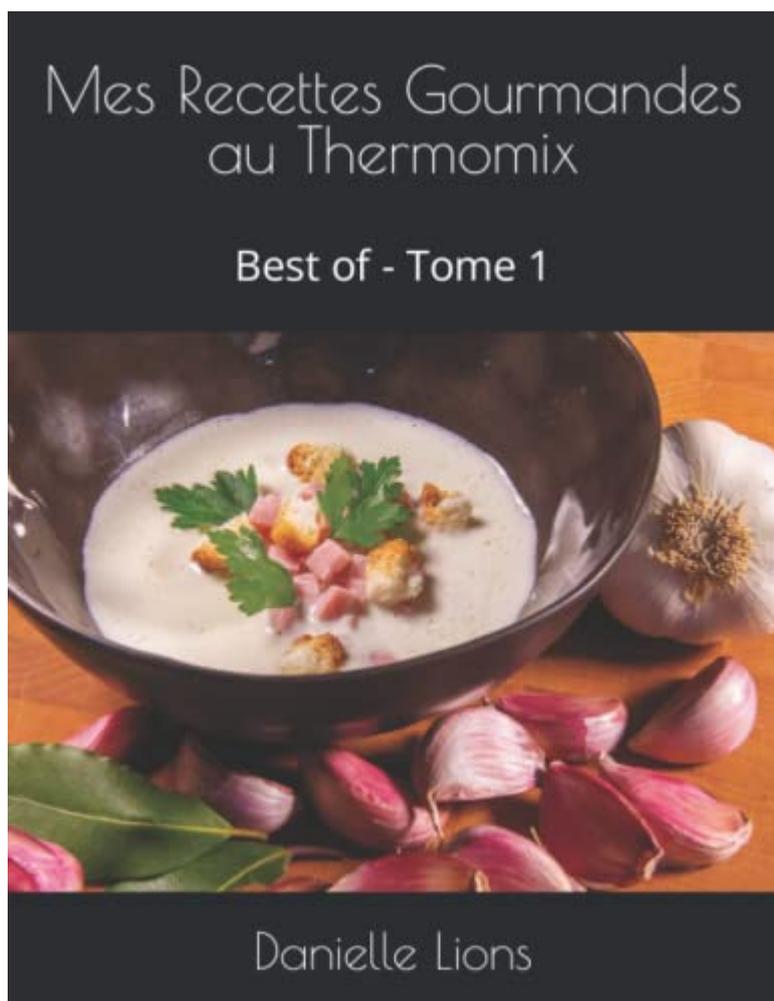
Cassolette de la mer ( recette menu tous en un Thermomix)

Vous ne connaissez pas encore le Thermomix, ce robot irremplaçable en cuisine? Alors si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité. Vous réaliserez vous même tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'un bon pain tout chaud, un plat et un dessert...Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez [ici](#). Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 10 minutes**

**Temps de cuisson: 45 minutes**

**Difficulté: facile**

## **Matériel**

- une Microplane pour avoir un zeste parfait et super fin qui se mélangera parfaitement à la marinade



Microplane Râpe à zesteur en couleur Noir pour agrumes, parmesan, gingembre, chocolat et noix de muscade avec lame fine - Fabriqué aux États-Unis

# Ingrédients pour 4 personnes

- le zeste d'un citron (utilisez la Microplane si possible )
- le jus du citron , 15 g d'huile d'olive et une cuillère à soupe de soja sucré pour la marinade du cabillaud
- 4 dos de cabillaud ( entre 160 et 180 g par personnes)
- 2 belles carottes coupées en dés
- 70 g d'échalote
- 2 gousses d'ail
- 10 g de feuille d'estragon
- 20 g de beurre
- 6 g d'épices spéciales crevettes ( vous pouvez vous en procurer en cliquant ici) ou toute autre épice de votre choix
- 2 blancs de poireaux coupés en rondelles d'un 1/2 cm d'épaisseur
- 200 g de fumet de poisson
- 50 g de vin blanc
- 250 g de crème liquide entière deux carottes taillées en petits dés
- une boîte d'œuf de lump
- passe pierre 50 g (petite plante marine croquante que vous trouverez chez votre poissonnier)

## Préparation

- Placez le cabillaud avec le jus du citron , 15 g d'huile d'olive et une cuillère à soupe de soja sucré dans un plat. Prélevez le zeste du citron avec votre Microplane et ajoutez-le au au cabillaud.



Ajoutez le zeste de citron

- Placez les 70 g d'échalote et les 10 g de feuilles d'estragon dans le bol avec les deux gousses d'ail. Mixez 10 s/ vit 5. Rabattez les projections à l'aide de la spatule.
- Ajoutez 20 g de beurre, les poireaux et 6 g d'épices à crevettes . Cuisez 10 mn/100°/vit 1.
- Ajoutez 50 g de vin blanc, 200 g de fumet de poisson, 250 g de crème liquide.
- Placez les dés de carottes dans le panier cuisson et positionnez-le dans le bol. Cuisez 10 mn/ Varoma/ sens inverse/ vit 1.
- Placez le cabillaud mariné dans le Varoma avec les passe pierre. Continuez la cuisson 5 mn/ Varoma/ sens inverse/ vit 1.
- Préparez les cassolettes: placez un dos de cabillaud dans chaque, recouvrez avec la sauce et les poireaux puis ajoutez les dés de carottes. Ajoutez les passes pierre en dernier ainsi que les œufs de lump.



Cassolette de la mer ( recette menu tous en un Thermomix)

---

## **Rosaces de soles et sa crème d'artichaut , fèves (recette menu en vidéo Thermomix)**

Ces belles « Rosaces de soles et sa crème d'artichaut , fèves » sont un petit délice gourmand réalisé en 40 mn sans avoir à rien surveiller grâce à notre Thermomix. Vous allez adorer!

Et suivez la recette en vidéo en fin d'article!



Rosaces de soles et sa crème d'artichaut , fèves (recette menu en vidéo Thermomix)

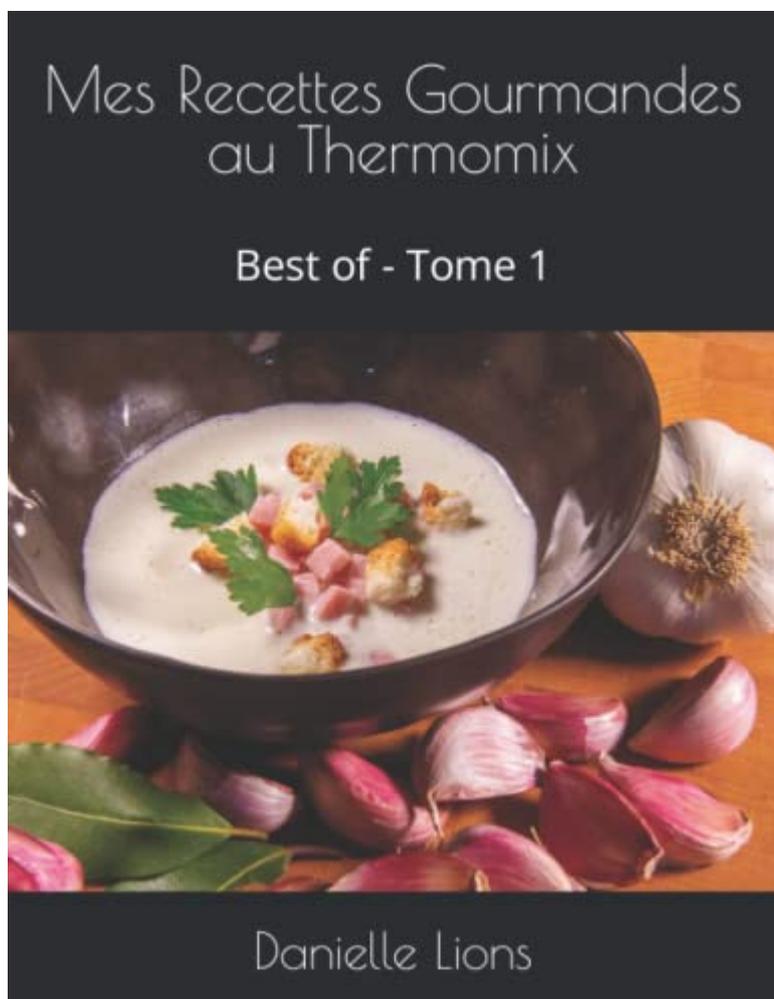
Vous ne connaissez pas encore le Thermomix, ce robot irremplaçable en cuisine? Alors si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité. Vous réaliserez vous même tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'un bon pain tout chaud, un plat et un dessert...Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici. Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de

cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 10 minutes**

**Temps de cuisson: 40 minutes**

**Difficulté: facile**

**Ingrédients pour 4 personnes**

- 4 belles soles; demandez à votre poissonnier d'en lever

les filets. Marinez-les avec un filet d'huile d'olive et de soja sucré

- 20 g de soja sucrée
- 15 g de vinaigre de riz
- 20 g d'huile d'olive
- 70 g d'oignons
- deux gousses d'ail
- 10 g d'huile d'olive
- 500 g de cœur d'artichaut surgelés ou frais
- 5 g d'épices d'épices de votre choix ; j'ai utilisé le mélange « Fines herbes et citron » du site d'épices en ligne « Girofle et Cannelle » que vous pouvez commander en cliquant [ici](#)
- 120 g de fèves fraîches ou surgelées. Si vous n'en trouvez pas vous pouvez remplacer les fèves par des petits pois
- 5 à 10 g d'épices japonaise type furikaké (mélange de sésame et algues). Vous pouvez en commander en cliquant sur la photo



Furikake 100 g

- oignon frits: vous en trouverez au rayon asiatique de votre super marche ou en commander en cliquant sur la photo



La Conquête des Saveurs Oignons Frits 50 g

## Préparation

- Faites mariner le poisson avec un filet d'huile d'olive et de soja sucré pendant 10 mn.



Faites mariner le poisson avec un filet d'huile d'olive et de soja sucré

- Enroulez chaque filet de sole sur lui même et maintenez le rouleau fermé avec un petit cure dent.



Enroulez chaque filet de sole sur lui même et maintenez le rouleau fermé avec un petit cure dent

- Préparez la sauce du poisson: mélangez 20 g de sauce soja sucrée, 15 g vinaigre riz, 20 g d'huile d'olive et une peu de mélange d'épices furikaké. Réservez de côté.
- Placez les 70 g d'oignon épluché, les 2 gousses d'ail et 10g d'huile d'olive dans le bol et mixez 5 s/ vit 5. Utilisez la spatule pour rabattre les projections sur la paroi du bol.
- Cuisez 5 mn/100°/ vit 1. Réservez de côté.
- Versez un litre d'eau dans le bol du Varoma. Placez les 500 g de cœur d'artichaut dans le Varoma . Positionnez le Varoma sur le couvercle.
- Cuisez 25 mn/ Varoma/ vit 1.
- Placez les 120 g de fèves dans le panier cuisson et insérez-le dans le bol. Continuez la cuisson 8 mn/ Varoma/ vit 1.
- Placez les filets de soles sur le plateau du Varoma et posez le plateau dans le Varoma ; continuez la cuisson 3 à 4 minutes/ Varoma/ vit 1.
- Réservez de côté les fèves et le poisson.
- Videz l'eau du bol et placez les artichauts avec un petit filet d'huile d'olive et les épices de votre choix dans le bol (j'ai utilisé le mélange « Fines herbes et citron » du site d'épices en ligne « Girofle et Cannelle » que vous pouvez commander en cliquant ici)

- Mixez 30 s/ vit 10. Assaisonnez en sel et poivre.
- Dressez la crème d'artichaut et dans l'assiette et posez les roulés de soles par dessus. Ajoutez les fèves, les oignons frits et versez un peu de sauce sur le saumon. Vous pouvez rendre le plat encore plus gourmand en y ajoutant de bonnes petits olives...



sole, artichaut, feves

## Recette en Vidéo

---

# Bouchées aux crevettes et petits légumes (recette menu Thermomix)

Un plat sain et équilibré, rapide où tout cuit en même temps , sans surveillance de cuisson, très peu de vaisselle de vaisselle? Merci à notre Thermomix pour tous ces bons petits plats gourmands si facilement réalisés!



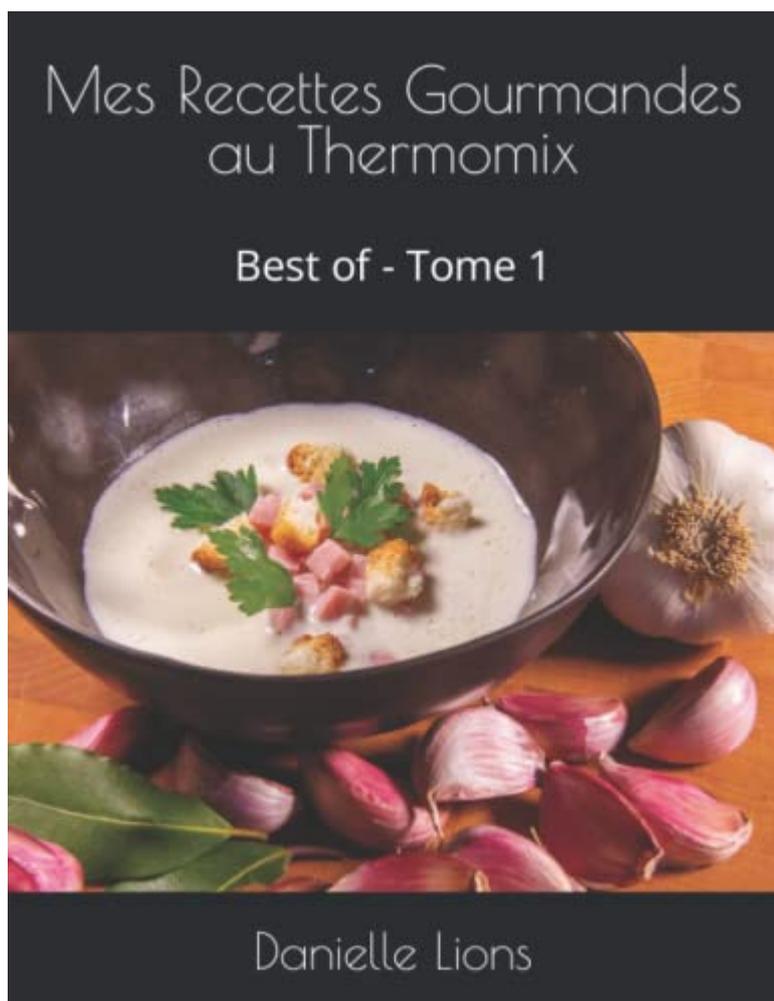
Bouchées aux crevettes et petits légumes (recette menu Thermomix)

Vous ne connaissez pas encore le Thermomix, ce robot irremplaçable en cuisine? Alors si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité. Vous réaliserez vous même tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'un bon pain tout chaud, un plat et un dessert...Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez [ici](#). Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 15 minutes**

**Temps de cuisson: 20 minutes**

**Difficulté: facile**

## **Matériel**

- Une Microplane Râpe à zester: super utile en cuisine pour obtenir un zeste extrêmement fin. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



Microplane Râpe à zesteur en couleur Noir pour agrumes, parmesan, gingembre, chocolat et noix de muscade avec lame fine - Fabriqué aux États-Unis

# Ingrédients pour 4 personnes

Pour les bouchettes

- le zeste d'un citron râpé finement
- 90 g d'oignon
- 2 gousses d'ail
- 500 g de crevettes
- 1 œuf
- 10 g de nuoc man
- 12 g de feuilles de coriandre

Pour la sauce

- 90 g d'oignon
- 10 g d'huile d'olive
- 6 g de gingembre
- les 5 g de garam massala
- les 5 g de cumin
- 180g de tomates fraîches
- 100 g de bouillon de légumes
- 125 g de lait de coco
- 4 feuilles de kafir ( épicerie asiatiques)

Pour la garniture

- 4 carottes coupées en petits morceaux , petits pois ou haricots mange tout selon votre goût. Je n'ai personnellement mis que des carottes lors de la réalisation de la recette.

## Préparation

Pour les bouchettes

- Zestez le citron avec votre microplane dans le bol.
- Ajoutez les 60 g d'oignon, les 2 gousses d'ail et 12 g de feuilles de coriandre. Mixez 5 s/ vit 5.
- Ajoutez les 400 g de crevettes, l'œuf et les 10 g de

nuocman. Mixez 8 s/ vit 5 et formez des petites boulettes que vous déposerez au fur et à mesure dans le Varoma. Réservez.

Pour la garniture

- Placez les morceaux de carottes dans le panier du Varoma. Réservez.

Pour la sauce et la garniture

- Placez 90 g d'oignon, 10 g d'huile d'olive, 6 g de gingembre dans le bol avec les 5 g de garam massala, les 5 g de cumin et mixez 7 s/ vit 5. Rabattez les projections à l'aide de la spatule.
- Cuisez 5 mn/ 100°/ vit 1.
- Ajoutez les 4 feuilles de kafir , 180g de tomates, les 100 g de bouillon de légume et 150 g de lait de coco.
- Placez le panier avec les carottes dans le bol et positionnez le Varoma avec les boulettes de crevettes sur le couvercle du bol. Cuisez 15 mn / Varoma/ vit 1.
- En fin de cuisson réservez les légumes et les boulettes. Mixez le bouillon 30s/ Vit 10.

## Dressage

- Versez la sauce dans les assiettes et ajoutez les boulettes et les légumes. Saupoudrez de feuilles de coriandre hachées.



Bouchées aux crevettes et petits légumes (recette menu Thermomix)

---

## **Cocotte parmentière de cabillaud, olive et citron (recette menu Thermomix)**

Un bon petit plat du soir joliment présenté en cocottes bien gourmandes. Et réalisé avec notre Thermomix!



Cocotte parmentière de cabillaud, olive et citron (recette menu Thermomix)

Vous ne connaissez pas encore le Thermomix, ce robot irremplaçable en cuisine? Alors si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité. Vous réaliserez vous même tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'un bon pain tout chaud, un plat et un dessert...Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici. Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de

cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous [amazonproducts asin= »B09GJPWTQ3″ hide\_title= »1″]

**Temps de préparation: 10 minutes**

**Temps de cuisson: 40 minutes**

**Difficulté: facile**

**Ingrédients pour 5 personnes** Pour le crumble

- 30 g de basilic
- 50 g de beurre mou
- 30 g de parmesan
- 40 g de pignon
- deux gousses d'ail

Pour le plat

- 450 g de pommes de terre épluchées et coupées en petits dés
- 440 g de cabillaud mariné avec un peu d'huile d'olive et le zeste d'un citron jaune
- 20 g d'huile d'olive
- le jus d'un demi citron jaune
- 70 g d'olive noires Kalamata dénoyautées
- sel et poivre
- 40 g de ricotta

**Matériel**

- Des mini cocottes. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



vancasso, Série MORANDI, Mini Cocotte en Céramique, Ramequin Moules avec Poignée, 4 pièces, 200ml

- Une petite spatule coudée: nécessaire pour déplacer sans les briser vos rondelles de crumble. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



GreeSuit Spatules Coudées à Pâtisserie en Acier Inoxydable, Spatule Coudée Pâtisserie Anglées, Spatule décorative inclinée glaçage Cuillère à Palette pour gâteau de décoration Ensemble, Lot de 3

- Un jeu d'emporte pièce rond pour détailler votre crumble en rondelles régulières. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



Anpro 12PCS Emporte-Pièces Acier Inoxydable Emporte-pièces Rond Pâtisserie pour Les Biscuits, Les Pâtes à Sucre, Les Gâteaux-12 Tailles Différentes

### **Préparation**

- Placez tous les éléments du crumble dans le bol et mixez 10 s/ vit 6.
- Etalez le mélange entre deux feuilles de papier cuisson ( 1 à 2 mm d'épaisseur) et réservez au congélateur.
- Versez 700 g d'eau dans le bol et placez les dés de pommes de terre dans le Varoma.
- Cuisez 25 minutes/ Varoma/ vitesse 1.
- Placez le poisson mariné sur le plateau du Varoma et continuez la cuisson 5 minutes/ Varoma / vitesse 1.
- Réservez le poisson et les pommes de terre.
- Videz l'eau du bol et versez 20 g d'huile d'olive, les 70 g d'olives noires, le zeste et le jus d'un demi

- citron dans le bol . Mixez 5 s/ vit 5.
- Ajoutez les pommes de terre. Cuire 2 mn/ 80°/ sens inverse/ vit 2.
  - Versez au 3/4 la purée dans vos cocottes.
  - Mixez le poisson et les 40 g de ricotta . Rectifiez l'assaisonnement et recouvrez la purée de ce mélange.
  - Détaillez des rondelles de crumble congelé à l'aide de votre emporte pièce d'un diamètre légèrement inférieur à celui de vos cocottes et soulevez-les à l'aide de votre petite spatule coudée pour les déposer sur le poisson.
  - Placez sous le grill pendant 3 à 4 minutes suivant les fours. Servez tout chaud!
- 

## **Saumon au vert (recette Thermomix)**

Un plat menu all in one délicieux réalisé en moins de 30 minutes sans avoir à surveiller quoi que ce soit...Et c'est possible grâce au Thermomix. Vous n'avez plus qu'à vous régaler.

**Et suivez la recette en intégralité en vidéo en fin d'article!**



Saumon au vert (recette Thermomix en vidéo)

Vous ne possédez pas encore de Thermomix et vous habitez en Belgique? Pour découvrir le TM6, le tout dernier Thermomix®, contactez -moi à l'adresse mail suivante:

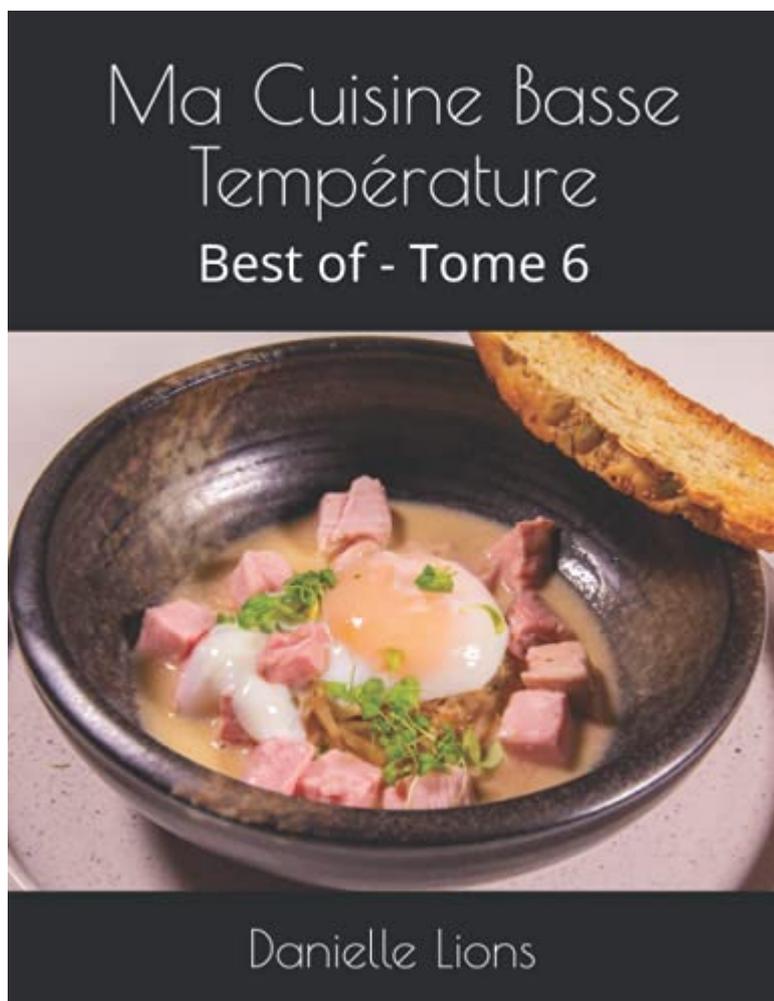
**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer une démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous. Nous réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'une limonade, un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux sorbet...**Pour assister aux prochains cours et connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici.**

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux,

réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Ma Cuisine Basse Température: Best of - Tome 6

**Temps de préparation: 10 minutes**

**Temps de cuisson: 28 minutes**

**Difficulté: facile**

**Ingrédients pour 4 personnes**

- 4 dos de saumon d'environ 180 g chacun, légèrement marinés avec un peu de jus de citron vert et de l'huile d'olive
- 2 blancs de poireaux coupés en rondelles
- 150 g d'oignon épluché
- deux gousses d'ail épluchées
- 20 g de beurre
- 100 g de feuilles de laitue coupées grossièrement
- 200 ml de bouillon de volaille
- 30 g de feuilles de persil
- 6 g de curry en poudre
- 20 g de crème fraîche liquide entière
- 30 g de ricotta

## **Préparation**

- Placez 150 g d'oignon, 2 gousses d'ail et 20 g de beurre dans le bol et mixez 5 s/ vit 5. Utilisez la spatule pour rabattre les projections. Cuisez 5 mn/ 100°/ vit 1.
- Ajoutez 100 g de feuilles de laitue grossièrement coupées ainsi que 200 g de bouillon de légume.
- Placez les rondelles de poireaux dans le Varoma et posez celui-ci sur le couvercle. Cuisez 18 mn/ 100°/ vit 1.
- Placez le saumon sur le plateau du Varoma et poursuivez la cuisson selon l'épaisseur de vos morceaux 3 à 4 minutes/ Varoma/vit 1.
- Réservez le saumon et les poireaux de côté.
- Ajoutez 30 g de feuilles de persil, les 20 g de crème, les 30 g de ricotta et les 6 g de curry dans le bol. Mixez 40 s / vit 10. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.



Saumon au vert (recette Thermomix en vidéo)

Recette Thermomix en Vidéo:

---

## **Saint Jacques anisées, carottes (recette menu Thermomix en vidéo)**

On profite de la fin de la saison des Saint Jacques avec cette recette savoureuse, relevée en toute finesse par l'anis et la marinade à la mandarine.

Et retrouvez la recette complète en vidéo en fin d'article!



Saint Jacques anisées, carottes ( recette menu Thermomix en vidéo)

Vous ne possédez pas encore de Thermomix et vous habitez en Belgique? Pour découvrir le TM6, le tout dernier Thermomix®, contactez -moi à l'adresse mail suivante:

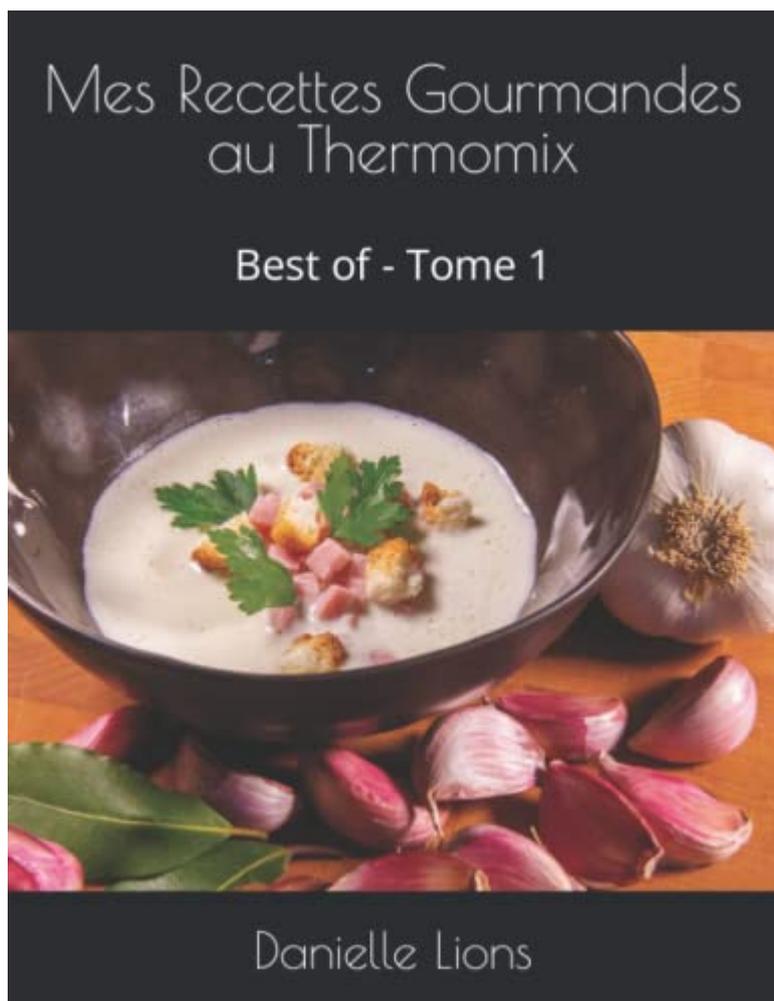
**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer une démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous. Nous réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'une limonade, un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux sorbet...**Pour assister aux prochains cours et connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici.**

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et

en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 10 minutes**

**Temps de cuisson: 30 minutes**

**Difficulté: facile**

# Ingrédients pour 4 personnes

- 150 g d'oignons blanc
- 100 g de fenouil
- une gousse d'ail
- 15 g de beurre
- 5 g d'anis étoilé en poudre (badiane)
- 100 g de crème liquide entière
- 200 g de bouillon de légumes
- 400 g de carottes en julienne (si vous n'avez pas d'ustensiles pour tailler les carottes achetez-les déjà râpées en sachet)
- 20 noix de Saint-Jacques légèrement marinées avec de l'huile d'olive et le jus et zeste d'une mandarine, sel et poivre du timut

## Préparation

- Placer les 150 g d'oignons, les 100 g de fenouil et la gousse d'ail dans le bol et mixer 5 sec/vitesse 5. Rabattre les projections sur les parois à l'aide de la spatule
- Ajouter les 15 g de beurre et faire cuire 6 min/120°C/vitesse 1.
- Ajouter les 100 g de crème, les 5 g de badiane et les 200 g de bouillon de légumes dans le bol.
- Placer les 400 g de carottes dans le Varoma et faire cuire 18 min/Varoma/vitesse 1.
- Disposez les Saint-Jacques dans le plateau du Varoma. Placez ce dernier dans le Varoma.
- Continuez la cuisson 3 à 5 minutes selon l'épaisseur de vos Saint Jacques/ Varoma/vitesse 1.
- En fin de cuisson réservez les carottes et les Saint Jacques. Mixez le contenu du bol 30 secondes/ vitesse 10.
- Il ne reste plus qu'à dresser: versez un peu de sauce au

fenouil dans le fond de l'assiette et disposez un nid de carotte au milieu. Puis placez les Saint Jacques tout autour.



Saint Jacques anisées, carottes ( recette menu Thermomix en vidéo)

**RECETTE EN VIDEO**

---

# Saumon à la japonaise, brocoli et pommes de terre (recette menu Thermomix en vidéo)

Encore un plat menu all in one délicieux réalisé en moins de 30 minutes sans avoir à surveiller quoi que ce soit...Et c'est possible grâce au Thermomix. Votre saumon est parfaitement cuit et la mousseline de brocoli particulièrement onctueuse. Vous n'avez plus qu'à vous régaler.



Saumon à la japonaise, brocoli et pommes de terre (recette menu Thermomix en vidéo)

Vous ne possédez pas encore de Thermomix et vous habitez en Belgique? Pour découvrir le TM6, le tout dernier Thermomix®, contactez -moi à l'adresse mail suivante:

**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer une démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous. Nous réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'une limonade, un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux sorbet...**Pour assister aux prochains cours et connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici.**

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous

# Mes Recettes Gourmandes au Thermomix

Best of - Tome 1



Danielle Lions

Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 5 minutes**

**Temps de cuisson: 28 minutes**

**Difficulté: facile**

**Ingrédients pour 4 personnes**

- 1 gousse d'ail râpée
- 20 g de sauce soja sucrée
- 10 g vinaigre riz
- le jus d'un demi citron vert et son zeste
- filet de saumon; 180 g /personne
- Un brocoli (360 g) , 5 % du poids du brocoli cuit en beurre salé: si vous avez 360 g de brocoli il faut donc

18 g de beurre

- 4 pommes de terre coupées en tranches ou en petits dés
- Algues déshydratées et graines sésame torréfiées ( dans les épiceries bio ou asiatiques)

## **Préparation**

- Préparez la sauce: mélangez 20 g de sauce soja sucrée, 10 g vinaigre riz, le jus d'un demi citron vert et son zeste ainsi qu'une gousse d'ail râpée dans un bol. Réservez.
- Coupez grossièrement le brocoli en petits morceaux et placez-le dans le Varoma.
- Positionnez les pommes de terre dans le panier cuisson et placez celui-ci dans le bol
- Versez 800 g d'eau dans le bol et placez l'ensemble Varoma sur le bol. Cuisez 25 minutes/ Varoma/ vit 1.
- Placez le saumon sur le plateau du Varoma et posez le plateau dans le Varoma ; continuez la cuisson 3 minutes/ Varoma/ vit 1.
- Réservez de côté pommes de terre et saumon.
- Videz le bol de l'eau qu'il contient et placez-y le brocoli cuit en prenant soin de le peser. Puis ajoutez 5% de son poids en beurre et mixez 30 s/ vit 10 ; au besoin rabattre les projections et recommencer à mixer. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.
- Dressez la purée de brocoli et les pommes de terre dans l'assiette et posez le saumon. Versez un peu de sauce sur le saumon.

## **Recette en vidéo:**

---

# Moules au curry rouge et coriandre (recette Thermomix)

Une délicieuse recette de moules, réalisée simplement et parfaitement grâce à votre Thermomix ...



Moules au curry rouge et coriandre (recette Thermomix)

Et si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

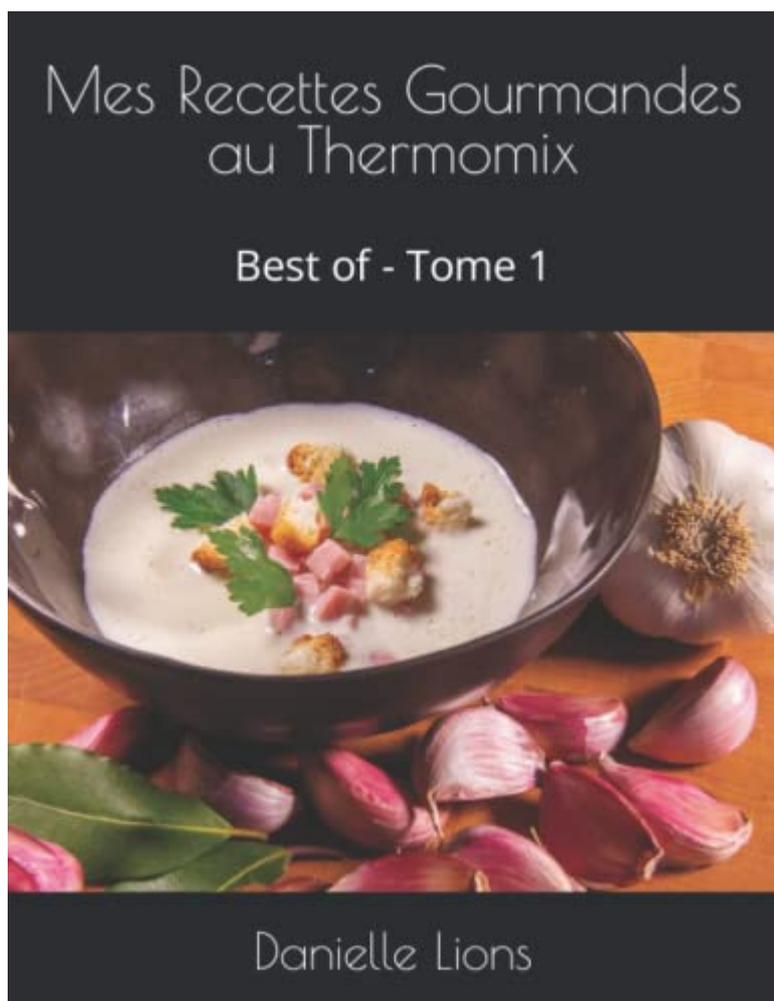
Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous ou même en live par What'sApp. Nous réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux

dessert...et vous y apprendrez plein d'astuces culinaires!

Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez [ici](#).

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix » vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 2 minutes**

**Temps de cuisson: 25 minutes**

**Difficulté: facile**

**Ingrédients pour 4 personnes**

- 2,5 kg de moule (ce plat est une entrée donc on compte environ 600 g de moule par personne)
- 2 belles échalotes
- 2 gousses d'ail
- 10 g de beurre
- 25 g de pâte de curry rouge
- 2 g de feuilles de kaffir ou combava sèches (au rayon asiatique de votre super marché)
- 2 tiges de citronnelle
- 350 g de bouillon dashi ou de fumet de poisson; le bouillon dashi est un bouillon japonais réalisé à base de bonite . Vous en trouverez en cliquant [ici](#).
- 10 g de vinaigre de riz. Vous en trouverez en cliquant [ici](#).
- 3 jaunes d'œuf
- 50 g de lait de coco
- Quelques brins de coriandre pour la présentation: prélevez les feuilles et ciselez-les.

**Préparation**

- Epluchez les 2 échalotes et les 2 gousses d'ail. Placez-les dans le bol avec les 2 g feuilles de kaffir, les tiges de citronnelle et mixez 5 secondes/vit 5. Rabattez les projections sur les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Ajoutez les 10 g de beurre, les 10 g de vinaigre de riz

et les 25 g de pâte de curry rouge; mijotez 5 mn/ 98°/ vit 0,5.

- Placez les moules dans l'ensemble Varoma en les répartissant sur les deux étages.
- Ajoutez les 350 g de bouillon dashi dans le bol et placez l'ensemble Varoma contenant les moules sur le couvercle.
- Faites cuire 12 mn/ Varoma/ vit 0,5.
- Réservez les moules dans un récipient.
- Versez le bouillon du bol au travers d'une passoire pour en ôter tous les petits morceaux de feuille de combava et de citronnelle. Replacez le bouillon filtré dans le bol, ajoutez les 3 jaunes d'œuf et le lait de coco. Placez le fouet dans le bol et cuire pendant 8 minutes/ vit 3,5/ 85°.
- Pendant la cuisson de la sauce, ôtez le dessus de coquille de chaque moule et placez les demi coquilles restantes contenant les moules dans votre plat de présentation. Ciselez les feuilles de coriandre.
- En fin de cuisson ôtez le fouet et mixez la sauce 20 secondes/ vit 10. Votre sauce est prête: versez-la sur vos moules. Saupoudrez de feuilles de coriandre ciselées et servez immédiatement.



Moules au curry rouge et coriandre (recette Thermomix) au curry rouge

---

## **Saumon poché, petits pois (Recette menu Thermomix)**

Encore une recette menu complet (poisson , légumes, sauce et riz) prêt en 20 minutes, gourmand, facile rapide et simple comme le permet le Thermomix...



Saumon poché, petits pois (Recette menu Thermomix)

Vous ne connaissez pas encore le Thermomix, ce robot irremplaçable en cuisine? Alors si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

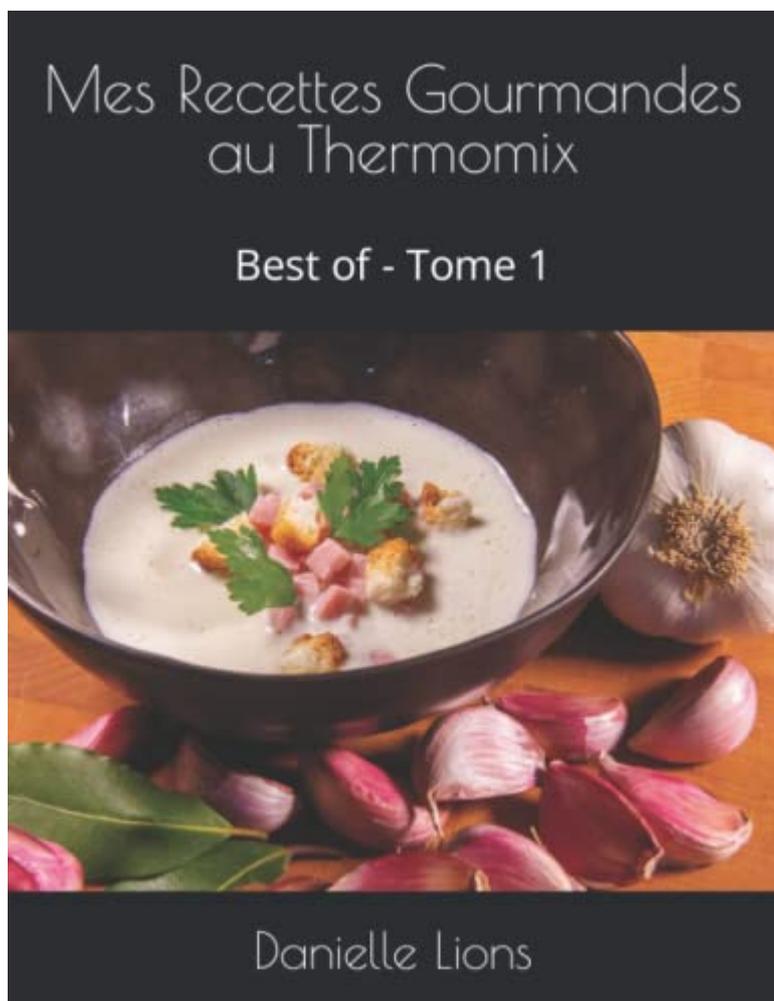
**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous. Vous réaliserez vous même tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'un bon pain tout chaud, un plat et un dessert...Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici.

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux,

réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 2 minutes**

**Temps de cuisson: 20 minutes**

# Difficulté: facile

## Matériel:

- une barquette en aluminium ou un plat céramique aux dimensions de votre Varoma. Pour commander le plat cliquer [ici](#) ou si vous habitez en Belgique vous pouvez en trouver en cliquant [ici](#).

## Ingrédients pour 3 personnes

- 400 g de pavé de saumon sans peau
- 50 g de petits pois frais écosés ou surgelés
- 150 g de riz au jasmin cru

Pour la sauce

- un jaune d'œuf
- 150 ml de lait de coco
- une cuillère à soupe de curry en poudre
- une cuillère à soupe de baie roses
- une cuillère à café de soja sucré
- une cuillère à café de vinaigre de riz
- gingembre (environ un petit centimètre de racine)
- une cuillère à soupe de baie roses
- un citron vert (zeste et jus)

## Préparation

- Coupez votre pavé de saumon en tranches d'un centimètre d'épaisseur. Disposez le saumon et les petits pois dans un plat ou barquette: ce plat doit pouvoir être placé dans votre Varoma.
- Versez tous les ingrédients de la sauce dans le bol sauf le citron vert. Mixez 10 secondes/ vit 3.
- Versez la sauce sur le saumon et les petits pois. Rincez le bol.

- Positionnez le plat ou la barquette contenant saumon, petit pois et sauce dans le Varoma. Votre contenant doit avoir soit un couvercle, soit il faut le filmer pour éviter que la condensation ne vienne diluer la sauce.



Positionnez le plat ou barquette dans le Varoma.

- Placez 150 g de riz dans le panier cuisson. Remplissez le bol avec 1000 g d'eau. Placez le panier cuisson dans le bol puis posez le couvercle et le Varoma contenant le plat de poisson. Cuire Varoma/ 20 minutes/ vit 3. Sortez le plat du four et zestez le citron vert par dessus et ajoutez quelques gouttes de ce même citron vert sur le saumon.
- Servez à table dans le plat accompagné de riz.

---

## Saumon à l'oseille (recette Thermomix)

Une recette bien classique de la cuisine Française... Nous la devons à la légendaire maison Troisgros qui la sert dans son restaurant depuis 1963. Et avec le Thermomix, c'est tout simple...



Saumon à l'oseille (recette Thermomix)

Et si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

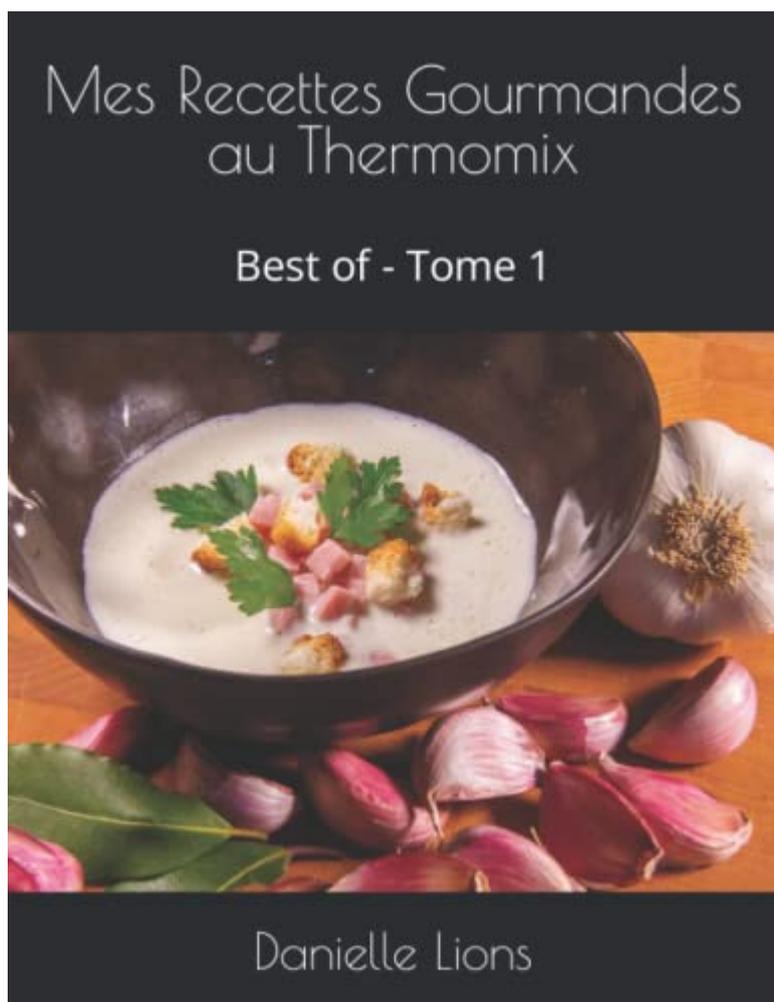
Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous ou même en live par What'sApp. Nous réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux dessert...

Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez [ici](#).

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous

proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 5 minutes**

**Temps de cuisson: 25 minutes**

## Difficulté: facile

## Ingrédients pour 4 personnes

- 4 pavés de saumon sans peau d'environ 180 g chacun
- sel et poivre blanc

Pour la sauce

- une quinzaine de belles feuilles d'oseille et deux supplémentaires à garder crues pour le dressage
- 100 g de beurre (20 g et 80 g)
- 20 cl de crème fraîche liquide
- le jus d'un demi citron
- une échalote
- 20 cl de vin blanc sec
- sel et poivre du timut

## Préparation

- Placez les morceaux de saumon sur le plateau du Varoma. Salez et poivrez.
- Remplissez le bol avec 500 ml d'eau. Placez le couvercle et le Varoma par dessus. Cuisez 10 minutes/ Varoma/vit 1. Réservez dans un plat au four et à couvert à 50°.
- Épluchez et coupez une grosse échalote en deux. Placez-la dans le bol et mixez 20 secondes/ vit 5. Rabattez les projections sur les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Ajoutez le vin blanc et 20 g de beurre. Cuisez 5 minutes/98°/vit 1.
- Rajoutez la crème fraîche et le jus d'un demi citron. Cuisez 5 minutes/98°/vit 1. Pendant la cuisson de la crème, ôtez la tige centrale de toutes les feuilles d'oseille. Réservez deux feuilles de côté que vous servirez crues, ciselées finement juste au moment du dressage.



Ôtez la tige centrale de toutes les feuilles d'oseille

- Ciselez les feuilles d'oseilles.
- Ajoutez les feuilles ciselées dans le bol et cuisez encore 2 minutes/98°/ vit 1.
- Coupez les 80 g de beurre restants en morceaux. Mixez 2 min/vitesse 1, sans le gobelet doseur en ajoutant progressivement le beurre.
- Servez le saumon avec la sauce...Parsemez de vos deux feuilles d'oseille ciselées.



Saumon à l'oseille (recette Thermomix)