

Bôô Clafoutis

Le clafoutis, un dessert bien de saison... C'est une recette classique mais souvent raplapla à la présentation et pas très élégant. Voici ma recette, enrichie aux pistaches, qui vous permettra de présenter un Bôô Clafoutis encore plus gourmand que vous serez fier(e) de présenter à votre table.

Les puristes diront qu'il ne faut pas ôter les noyaux... C'est exact pour la recette originale. Mais je dois dire que manger un clafoutis en ayant deux ou trois noyaux de cerises à chaque bouchée n'est vraiment pas agréable en bouche. Je préfère donc les enlever. A vous de voir!



Bôô Clafouti

Ingrédients pour un plat familial (environ 8 personnes)

- 500 g de cerises
- 3 œufs
- 130 g de sucre en poudre
- 2 cuillères à café de pâte de pistache
- 15 cl de lait
- 15 cl de crème fraîche liquide entière
- 100 g de farine tamisée
- 60 g de beurre
- une gousse de vanille. Choisissez bien vos gousses de vanille: elles ne doivent jamais avoir un aspect sec et desséché. Bien au contraire! Elles doivent être bien charnues et avoir un aspect gras et luisant.
- une pincée de sel

Pour la décoration

- 60 g de pistaches
- du sucre perlé

Préparation

- Faites griller les 60 g de pistaches au four à 180° pendant 10 mn. Réservez.



Faites griller les 60 g de pistaches au four à 180°

pendant 10 mn

- Ouvrez la gousse de vanille en deux et grattez l'intérieur à l'aide d'un couteau pour en prélever les graines.



Grattez la gousse de vanille

- Faites tiédir le lait avec la crème et infusez la gousse et les grains de vanille dans le lait pendant 15 mn. Retirez la gousse et réservez.



Infusez la vanille dans le lait

- Coupez les cerises en deux et dénoyautez-les.



Coupez les cerises en deux
et dénoyautez-les

- Faites fondre le beurre (ne le chauffez pas de trop , il s'agit juste de le faire fondre).



Faites fondre le beurre

- Battez les œufs pour bien mélanger jaunes et blancs; ajoutez le sucre puis la farine tamisée. Mélangez bien puis ajoutez la pâte de pistache, le beurre fondu et le lait. Le mélange doit être bien homogène. Au besoin aidez-vous d'un robot ménager comme le Thermomix pour obtenir une pâte bien lisse et onctueuse... Pour toutes informations et démonstrations gratuites au sujet de ce robot extraordinaire cliquez [ici](#).



Ajoutez la pâte de pistache,
le beurre et le lait et
mélangez

- Disposez les cerises dans un plat légèrement beurré. Versez la pâte par-dessus. Puis découpez dans un carton une forme semblable à celle de votre plat de présentation mais d'une dimension plus petite. Disposez-la sur le plat et saupoudrez tout le tour de pistaches torréfiées et de sucre perlé.



Saupoudrez tout le tour qui
reste apparent de pistache
torréfiées et de sucre perlé

- Ôtez la forme en carton.



Ôtez la forme en carton

- Enfournez à 180° pendant 35 à 40 minutes selon les fours. Le clafoutis va bien gonfler.



Enfournez à 180° pendant 35
à 40 minutes

Et voilà comment obtenir un très beau clafoutis, bien jouflu et gourmand!



A la sortie du four

Carpaccio de veau aux olives et basilic thaïlandais (recette basse température)

Un délicieux carpaccio tout en tendreté et saveurs pour bien commencer l'été... grâce à la cuisson sous vide basse température!



Carpaccio de veau aux olives et basilic thaïlandais (recette basse température)



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 », « Ma cuisine basse température, Best Of -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 phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

Matériel

Pour plus de renseignements sur la cuisine sous vide basse température cliquez [ici](#).

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement

pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

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



Aicok Cuiseur Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

Ingrédients pour 4 personnes

- un filet de veau d'environ 700 g
- 2 dl de bouillon de légumes mélangé avec une cuillerée à

- soupe de vinaigre de riz, le tout congelé
- 2 gousses d'ail coupées en morceaux
- un petit bouquet garni (persil, thym, une feuille de laurier)
- quelques grains de poivre noir (une dizaine)

Pour la sauce

- un œuf
- un bouquet de basilic thaïlandais
- une gousse d'ail
- une cuillerée à café de moutarde Savora
- des olives vertes ou noires dénoyautées coupées en tranches
- 2 cl d'huile neutre (type pépins de raisin)
- sel et poivre (j'ai utilisé du poivre long)

Préparation

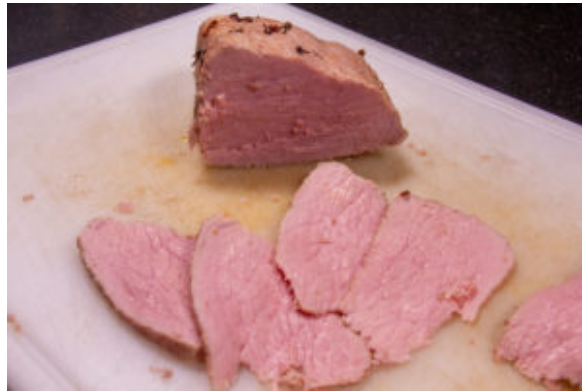
- Préparez la marinade en mélangeant le bouillon de légume et le vinaigre de riz; ajoutez-y l'ail râpé et les grains de poivre. Faites congeler le tout: cela évitera que votre machine sous vide n'aspire le liquide lors de la mise sous vide de la viande. Puis mettez le filet sous vide avec la marinade congelée et le bouquet garni. Laissez-le au frigo toute une nuit. Le lendemain, cuisez la viande sous vide au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur pendant 1 h 15 à 64°.



Mettez le filet de viande

sous vide

- A la fin de la cuisson remettez la viande au frais. Puis quand elle est bien refroidie, coupez-la en tranches fines.



Coupez la viande en tranches fines

- Préparez la sauce: mixez l'œuf avec tous les éléments (basilic thaïlandais, ail, moutarde, sel et poivre). Montez en mayonnaise avec l'huile de pépin de raisin.



Montez la mayonnaise avec le basilic Thaïlandais

Dressage

- Découpez les olives en tranches. Disposez les

tranches de viande et pochez des points de mayonnaise. Parsemez de tranches d'olive et de quelques feuilles de basilic thaïlandais.



Carpaccio de veau aux olives et basilic thaïlandais (recette basse température)

Artichaut farci au chèvre et

origan

Aujourd'hui une recette gourmande autour de l'artichaut. C'est un légume au goût très doux et il se marie à merveille avec le chèvre. Et je vous le propose avec une jolie présentation qui transforme ce légume peu glamour en une belle entrée.



Artichaut farci au chèvre et origan

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 gros artichauts (type Camus de Bretagne)
- 150 g de fromage de chèvre (crottin de Chavignol)
- 150 g de crème liquide entière
- une gousse d'ail
- une cuillerée à soupe rase d'origan séché
- un jaune d'œuf
- 50 g de parmesan râpé

- 2 tranches de pain
- beurre
- sel et poivre

Matériel

- un très bon couteau bien aiguisé pour pouvoir couper le dessus des artichauts! Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



MAD SHARK Couteau de Chef - Couteau de Cuisine Pro Couteau de Chef de 8 Pouces, Professionnel Couteau Allemand à Haute Teneur en Carbone en Acier Inoxydable avec Manche Ergonomique, Ultra Tranchant

Préparation

- Préchauffez votre four à 200°. Coupez le dessus des artichauts avec un couteau très bien aiguisé (les feuilles d'artichauts sont assez dures à couper! Et surtout ne le faites pas quand les artichauts sont cuits car les feuilles se détacheront de manière désordonnée...).



Coupez les dessus des artichauts

- Faites-les cuire à la vapeur pendant 45 minutes à une heure suivant leur grosseur. Ôtez alors les feuilles du centre pour dégager le foin qui se trouve au milieu. Ôtez le foin en vous aidant d'une petite cuillère. Si vous avez du mal à l'enlever, vos artichauts ne sont pas assez cuits... Remettez-les alors encore un peu en cuisson.



Ôtez les feuilles centrales
et le foin des artichauts

- Poêlez deux tranches de pain dans une poêle avec un peu de beurre pour les dorer. Salez et poivrez en fin de cuisson.



Poêlez deux tanches de pain

- Versez la crème, le fromage de chèvre coupé en morceaux, la gousse d'ail râpée et l'origan dans une casserole et faites fondre à feu doux.



Faites fondre à feu doux

- Ôtez du feu et laissez retomber à température. Ajoutez alors le jaune d'œuf et le parmesan râpé et mélangez bien. Rectifiez l'assaisonnement.



Ajoutez alors le jaune d'œuf
et le parmesan râpé

- Versez la préparation au creux des artichauts et poser une demi tranche de pain dans la préparation au fromage. Enfournez à 200° pendant 15 minutes.



Versez la préparation au
creux des artichauts

- Il ne reste plus qu'à déguster...



Artichaut farci au chèvre et origan

**Bavarois passion framboise
(recette Thermomix)**



Bavaresi passion framboise (recette Thermomix)

Vous ne connaissez pas encore le Thermomix®, ce robot ménager le plus vendu en Europe et que tout le monde rêve d'avoir dans sa cuisine?

Si vous habitez en Belgique et vous souhaitez découvrir ce fabuleux appareil, contactez -moi à l'adresse mail suivante:

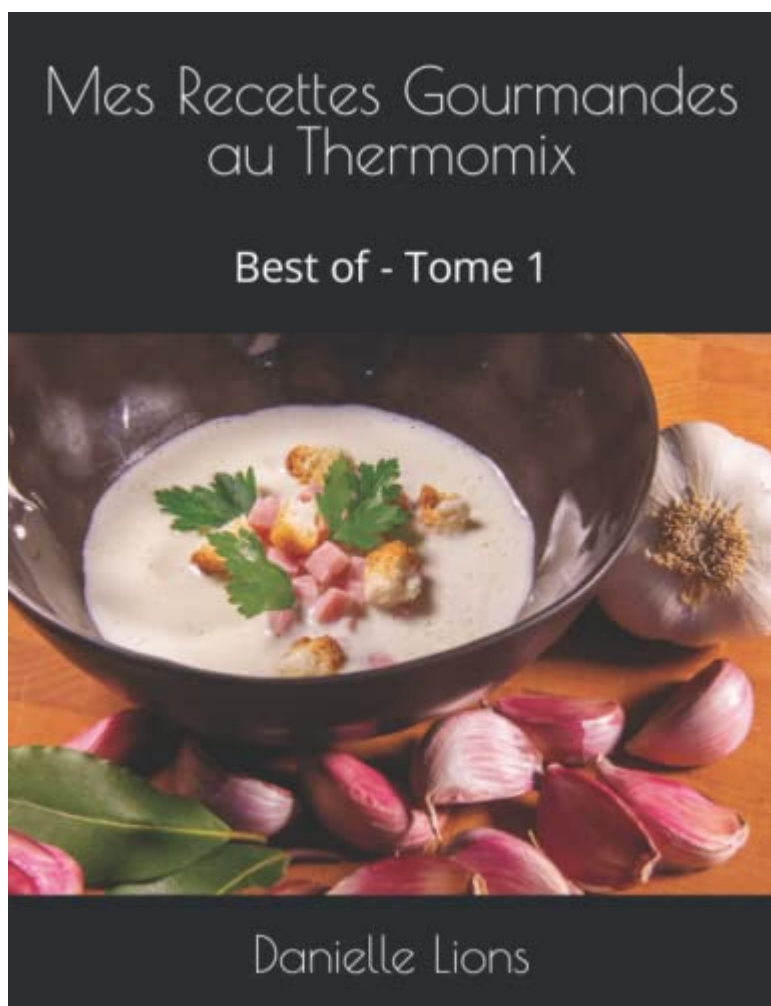
gourmantissimes@gmail.com

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'un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux sorbet... 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: 2 minutes

Difficulté: facile

Matériel

- Vous aurez besoin de ramequins. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



Duralex - Pack de 4 Ramequins à four 10Cm Ovenchef

- une maryse. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



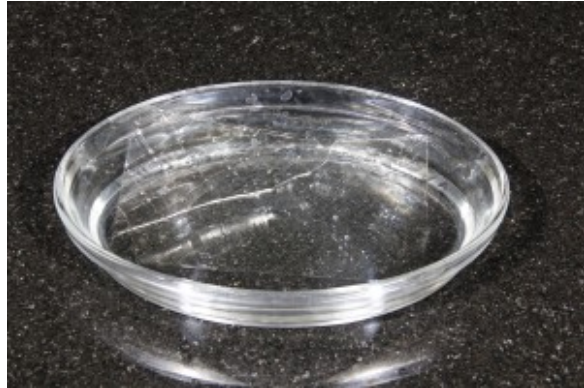
Backhaus Set de Spatule de Cuisine, cuillère et Maryse Silicone Ustensiles de Cuisines Premium avec Renfort en INOX – Résistantes à la Chaleur et adaptées à Tout Type de revêtements | Bleu

Ingrédients pour 4 ramequins

- environ 10 fruits de la passion pour obtenir 120 g de jus
- deux feuilles de gélatine (4 g)
- une quinzaine de feuille de basilic Thaïlandais (cela amène une petite note anisée)
- 60 g de sucre
- 50 g de mascarpone
- 200 ml de crème fraîche liquide entière
- 24 framboises fraîches ou congelées
- le zeste d'un citron vert

Préparation

- Faites tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide.



Mouillez la gélatine

- Coupez les fruits de la passion en deux et prélevez-en la chair. Passez la chair au travers d'un petit tamis pour ne conserver que le jus. Gardez quelques graines pour la décoration...



Passez la chair des fruits de la passion au tamis

- Pesez le sucre dans le bol et **mixez 15 secondes/ vit 10**. Vous obtenez du sucre glace.
- Ajoutez la crème et le mascarpone, tous les deux bien froids; insérez le fouet et **fouettez 1 mn/ vit 3,5**. Réservez au frais.

- Nettoyez le bol et versez-y le jus des fruits de la passion. Faites **chauffer 2mn/98°/vit 1**.
- Égouttez bien les feuilles de gélatine et ajoutez-les au jus ainsi que les feuilles de basilic. **Mixez 10 secondes/ vit 10**.
- Ajoutez cette préparation délicatement à l'aide d'une maryse à la chantilly crème / mascarpone.



Ajoutez cette préparation délicatement à l'aide d'une maryse à la chantilly crème / mascarpone

Dressage

- Disposez le mélange dans vos ramequins dans lesquels vous aurez disposé vos framboises. Décorez avec quelques grains des fruits de la passion que vous avez réservés ainsi qu'une framboise. Réservez au frais pendant 1 heure.



Bavarois passion framboise
(recette Thermomix)

Veau au romarin (Recette basse température)

Le romarin est en fleur dans mon jardin...C'est une plante aromatique très intéressante en cuisine car vous pouvez l'associer aussi bien à des plats salés que sucrés. Aujourd'hui j'ai décidé de le marier avec du veau, cuit basse température pour obtenir une viande très parfumée et surtout d'une tendreté exceptionnelle!



Veau au romarin (Recette basse température)

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



Tomes 1, 2, 3,
4, 5

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.

Matériel

Pour plus de renseignements sur la cuisine sous vide basse température cliquez [ici](#).

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en

cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

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



Aicok Cuiser Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

Ingrédients pour 4 personnes

- 800 g de rôti de veau
- deux gousses d'ail
- quelques tranches de lard coupées finement pour barder votre rôti
- du romarin séché: placez quelques branches de romarin au four à 180° pendant 8 minutes puis prélevez les feuilles et mixez-les finement. Cette poudre se conserve dans un récipient hermétique pendant plusieurs mois.
- une noix de beurre
- sel et poivre

- un citron: il vous faudra la moitié de son jus et le zeste râpé

Pour la sauce

- 20 cl de fond brun de veau. Si vous pouvez, réalisez-le maison c'est tellement meilleur! Demandez à votre boucher des parures de veau ainsi que des os de veau. Faites les rôtir dans un four à 220° pendant 15 minutes; puis ajoutez deux carottes en morceaux et un oignon ciselé. Repassez au four 10 minutes en mélangeant bien le tout. Déglacez avec 10 cl de vin jaune et débarrassez le tout dans une casserole et mouillez à hauteur avec de l'eau froide. Rajoutez un bouquet garni au romarin (pas de thym pour cette recette), deux gousses d'ail et une cuillerée à soupe de concentré de tomate. Laissez cuire à feu doux environ 1 h 30 en écumant régulièrement les impuretés qui se forment à la surface. Puis filtrez au travers d'un chinois. Vous pouvez conserver ce fond 48 heures au frais et congeler le surplus sous forme de glaçon afin de pouvoir le décongeler et l'utiliser selon vos besoins.
- une belle branche de romarin frais
- 10 cl de vin jaune supplémentaires
- sel et poivre

Pour la garniture

- environ 500 g de petites pommes de terre grenailles
- un gros oignon
- 8 échalotes

Pour la marinade des légumes

- du romarin frais
- une cuillerée à soupe de soja
- deux cuillerées à soupe de sauce soja sucré
- deux cuillerées à soupe d'huile
- 10 cl de vin blanc sec

- deux gousses d'ail râpées
- sel et poivre

Préparation

- Enroulez votre rôti avec les tranches de lard.



Enroulez votre rôti avec les tranches de lard

- Faites dorer le rôti dans une cocotte avec un peu d'huile. Quand le lard est bien doré, ôtez du feu et laissez retomber à température ambiante.



Faites dorer le rôti dans une cocotte avec un peu d'huile

- Placez le rôti sous vide avec les gousses d'ail, une cuillerée à soupe de romarin séché , une noix de beurre,

le jus et le zeste de citron, sel (10 g par kilo) et poivre. Faites cuire votre rôti à l'aide de votre thermoplongeur au bain marie à 64 degrés pendant 1 h 15.



Mettez le rôti sous vide

- Pour la sauce: faites réduire le fond brun maison d'un tiers après y avoir ajouté une branche de romarin frais et 10 cl de vin jaune. Il doit être un peu épais sans devenir trop sirupeux. Réservez et montez au beurre juste avant de servir avec 30 g de beurre. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.



Faites réduire le fond brun

- Pour la garniture: lavez, brossez les pommes de terre (ne les pelez pas) et coupez-les en quatre. Ciselez l'oignon et épluchez les échalotes. Coupez les échalotes en deux dans le sens de la longueur. Placez le tout dans une grand plat et versez la marinade des légumes par

dessus. Mélangez bien et enfournez à 180° pendant 45 minutes en prenant soin de mélanger de temps à autre.



Placez la garniture dans une grand plat

Dressage

- Faites réchauffer la sauce et montez-la avec 30 g de beurre hors feu. Coupez le rôti en quatre morceaux.



Coupez le rôti en quatre morceaux

- Disposez la garniture en ligne et placez la viande juste à côté. Versez un peu de sauce tout autour et saupoudrez de romarin en poudre.



Veau au romarin (Recette basse température)



Veau au romarin (Recette basse température)

Roulé de courgette aux olives (Recette végétarienne)

Un roulé de courgette tout en fraîcheur pour une belle table ensoleillée et surtout une très belle dégustation végétarienne, riche en saveur, comme je les aime!



Roulé de courgette aux olives

Ingrédients pour 4 personnes

- 2 courgettes

Pour la farce

- 50 g de tapenade d'olive noire
- 50 g de pignons
- 120 g de ricotta
- 50 g de parmesan
- un œuf
- quelques tomates confites à l'huile. Vous en trouverez dans le commerce ou vous pouvez les faire maison. Pour la recette cliquez [ici](#).
- sel et poivre

Pour la vinaigrette

- huile d'olive
- vinaigre de calamansi. C'est une variété de citron, plus doux et plus parfumé que le citron classique: les vinaigres fruités sont plus sirupeux et moins translucides que les vinaigres habituels car ils contiennent de la pulpe. Ils sont également très parfumés. Vous en trouverez dans les épiceries fines. Je vous conseille les vinaigres de la marque « Vom Fass » que vous pouvez acheter en ligne en cliquant [ici](#). Ce sont des vinaigres d'excellence qui vont transformer vos plats! Pour mes amis Belges vous pouvez les trouver directement en boutique à Waterloo (Vom Fass, rue François Libert 19 A) où vous pourrez aussi trouver des huiles d'olive de grande qualité, des rhums, liqueurs et whiskys exceptionnels...Et on peut goûter avant d'acheter!
- une cuillerée à soupe rase de zaatar; c'est un mélange d'épices libanais. Vous pouvez en trouver dans le commerce ou sur Internet en cliquant [ici](#).
- sel, poivre

Pour l'huile de basilic

- une botte de basilic (une trentaine de feuilles)
- 100 g d'huile neutre (pépin de raisin)
- sel

Il vous faudra également quelques olives noires entières pour le dressage.

Matériel

- une mandoline: vous pouvez utiliser un couteau pour tailler de fines tranches de courgette mais la mandoline vous facilitera beaucoup le travail et vos tranches seront beaucoup plus régulières.

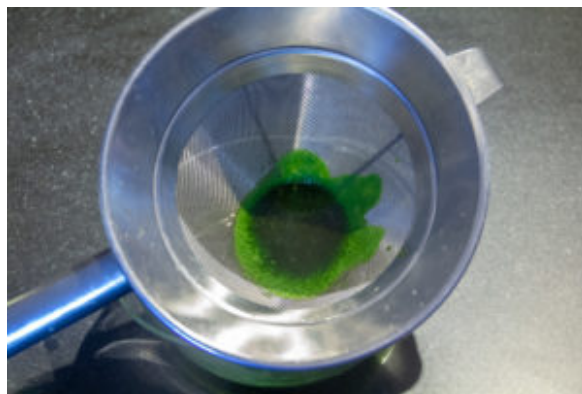


Trancheuse Mandoline Professionnelle INSPIRATIONS du Chef. L'alimentation et Les Fruit des Trancheuses. Inclut 6 Inserts,

Brosse de Nettoyage et Manche de Sécurité de Lame. Acier Inoxydable

Préparation

- Pour l'huile de basilic: faites chauffer l'huile à **80°** avec les feuilles de basilic pendant environ 10 minutes. Puis mixez et filtrez au chinois. Rectifiez l'assaisonnement.



Filtrez le jus de basilic

- Versez dans une pipette et réservez. Cette huile se conserve au frais pendant plusieurs jours.



Versez le jus de basilic dans une pipette et réservez

- Faites torréfier les pignons au four à **180°** pendant 10

minutes. Réservez.



Pignons torréfiés

- Coupez les tomates confites en petits morceaux (environ 2 belles cuillerées à soupe).



Coupez les tomates confites en petits morceaux

- Mélangez l'ensemble des éléments de la farce. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.



Mélangez l'ensemble des éléments de la farce

- Ajoutez les pignons torréfiés.



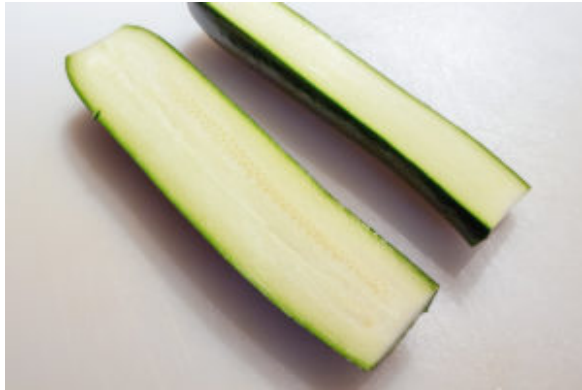
Ajoutez les pignons torréfiés

- Puis incorporez le parmesan râpé. Réservez au frais.



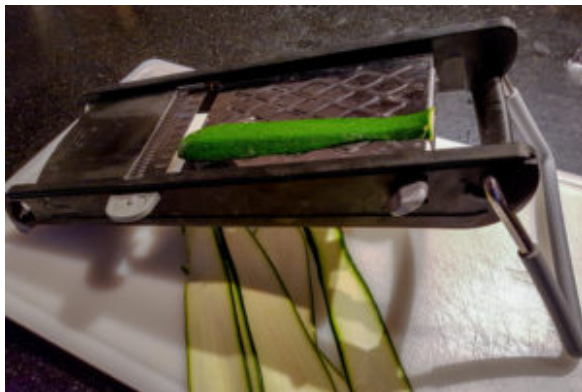
Puis incorporez le parmesan râpé

- Lavez les courgettes et coupez-les en deux.



Lavez les courgettes et coupez-les en deux

- A l'aide de la mandoline découpez de fines lanières de courgette. Si elles sont trop épaisses elles se casseront lorsque vous les roulerez..Gardez bien les chutes de vos courgettes: vous allez les utiliser pour la suite de la recette.



A l'aide de la mandoline découpez de fines lanières de courgette

- Étalez une feuille de film alimentaire sur votre plan de travail. Puis disposez les tranches de courgettes en les faisant se superposer. Puis étalez une belle cuillerée de farce à l'extrémité des bandes de courgettes. Roulez délicatement et serrez bien vos petits boudins.



Puis versez une belle cuillerée de farce à l'extrémité des bandes de courgettes

- Faites cuire les roulés à la vapeur pendant 15 minutes (déposez-les dans l'appareil quand la vapeur a commencé à se dégager).



Faites cuire les roulés à la vapeur

- Détaillez les chutes de vos courgettes en petite brunoise.



Réalisez une brunoise avec les chutes de vos courgettes

- Réalisez une vinaigrette avec l'huile, le vinaigre de calamansi, le zaatar. Rectifiez l'assaisonnement et ajoutez le tout à la brunoise de courgette.



Assaisonnez la brunoise de courgette avec la vinaigrette

Dressage

- Disposez un roulé de courgette au milieu de l'assiette et de la brunoise de courgette tout le long. Ajoutez une tomate confite , quelques olives noires, des pignons. Puis versez des zigzag d'huile au basilic par dessus...



Roulé de courgette

Bœuf asiatique et ses petits légumes (recette Thermomix)

La cuisine est un moyen , à la fois de se retrouver en famille mais également de partager des moments de convivialité , de loisir et de gourmandises réconfortante en ces moments difficiles liés à la crise sanitaire...Rien de mieux qu'un Thermomix pour se concocter de bon petits plats...

Vous ne connaissez pas encore le Thermomix, ce robot ménager le plus vendu en Europe et que tout le monde désire ? Grâce à

lui vous pourrez cuisiner des centaines de recettes saines, délicieuses, faciles, rapides, économiques et tout cela sans avoir le nez dans vos casseroles... Vous ne raterez plus jamais un plat ! A l'aide de son écran intégré, ce robot multifonction vous guidera dans un pas à pas qui fera de vous un grand chef que vous soyez cuisinière débutante ou confirmée.

Si vous désirez le découvrir lors d'une démonstration gratuite sans obligation d'achat, contactez-moi à l'adresse mail suivante: gourmantissimes@gmail.com.

Impatient? Appareils à nouveau de stock donc disponibles immédiatement rien que pour vous! De plus en mai 2020, nous offrons, pour tout achat d'un Thermomix TM6, un Aspi'Main VC100 de Kobold (d'une valeur de 129,00€).

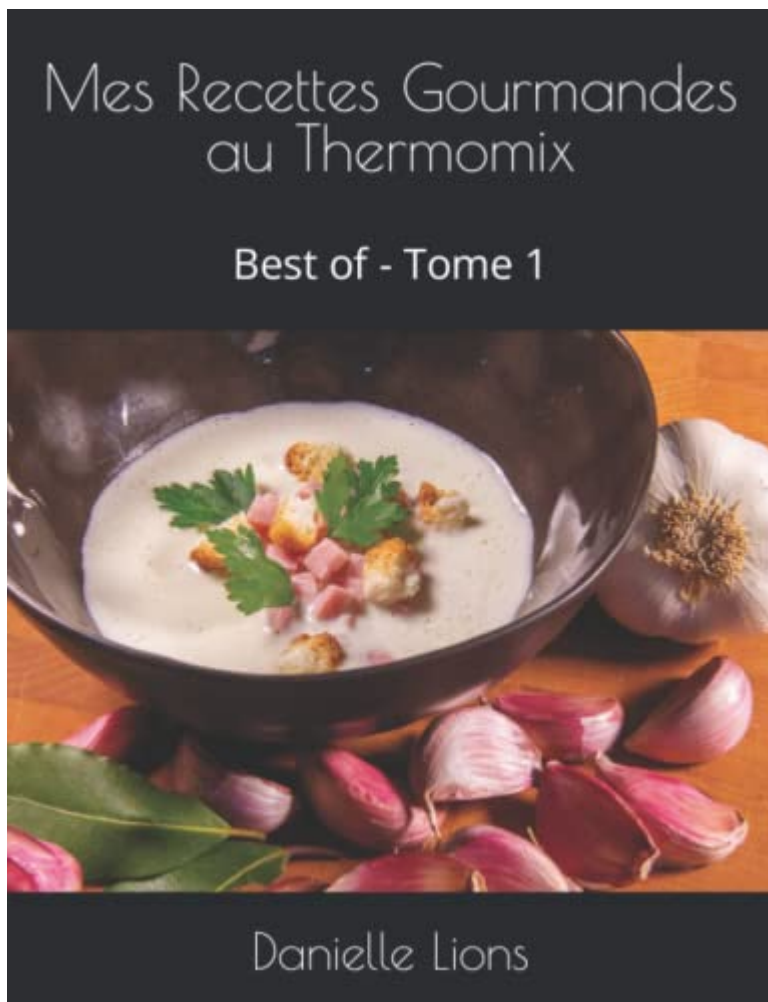
Retrouvez les dates des prochaines démonstrations dans mon atelier en cliquant [ici](#).



Bœuf asiatique et ses petits légumes (recette Thermomix)

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

Pour les légumes

- 20 g huile d'olive (10 g et 10 g)
- une cuillerée à soupe de soja
- 200 g de poivron, coupé en fines lanières
- 120 g d'oignon rouge ciselé en lamelles
- 150 g de carottes coupées en petites bâtonnets
- sel et poivre
- quelques feuilles de basilic thaïlandais

Pour le bœuf

- 600 g de filet de bœuf coupé en lamelles
- 10 g d'huile de sésame
- 1 cuillerée à soupe de sauce de soja
- 1 cuillerée à soupe de soja sucré
- une cuillerée à soupe de vinaigre de riz
- le jus d'un citron vert
- 4 bâtons de citronnelle fraîche, en rondelles
- 1 cm de gingembre frais
- une gousse d'ail
- 100 g de jeunes oignons ciselés
- 1000 g d'eau
- 200 g de riz au jasmin
- poivre moulu: j'utilise du poivre Sichuan
- quelques noix de cajou pour la présentation ainsi que 50 g de pousses d'épinards frais et équeutés mélangés avec

un peu d'huile d'olive, sel et poivre

Préparation

- On commence par les légumes: mettez 10 g d'huile, une cuillerée de soja avec le poivron coupé en fines lanières dans le bol, puis faire cuire 10 mn/ 98°/ vit 1.
- Ajouter les 10 g d'huile restants, l'oignon rouge ciselé en lamelles et la carotte coupée en bâtonnets , une pincée de sel et le poivre de votre choix puis faire cuire encore 10 m/ 98°/ vit 1, en ayant replacé le couvercle et le gobelet doseur sur le bol. Rectifiez l'assaisonnement en fin de cuisson, ajoutez les feuilles de basilic thaïlandais ciselées et réservez.
- Pour la viande et le riz: dans le bol, versez l'huile de sésame, le jus de citron vert, la sauce de soja et la sauce soja sucré, le vinaigre de riz, la citronnelle, la gousse d'ail, le gingembre, les jeunes oignons ciselés et le poivre Sichuan. Mixez 5 sec/vitesse 6 après avoir positionné le couvercle et le gobelet doseur. Rabattez les projections sur les bords du bol avec la spatule. Votre marinade est prête.
- Versez la marinade sur la viande et réservez au frais.
- Versez 1 litre d'eau dans le bol (1000 g). Versez le riz dans le panier cuisson et positionnez-le dans le bol. Faites cuire 16 min/100°C/vitesse 1.
- Positionnez les lamelles de viande dans le Varoma. Posez la Varoma sur le bol et poursuivez la cuisson 4 min/Varoma/vitesse 3.

Dressage

- Versez le riz au fond du bol; disposez les légumes réchauffés par dessus ainsi que les lamelles de viandes. Ajoutez enfin des feuilles d'épinard et des noix de

cajou.



Bœuf asiatique et ses petits légumes

Moelleux au citron, sirop au basilic thaïlandais

Quand j'étais enfant, la maman de mon amie Dominique faisait des gâteaux au citron absolument sublimes dont je garde un souvenir ému...J'ai voulu retrouver la recette que j'ai un peu adaptée pour vous en proposer une présentation à l'assiette...J'y ai rajouté une petite touche supplémentaire et étonnante qui sublime à la fois le gâteau et sa crème au citron nichée en son cœur: une pointe de basilic thaïlandais.

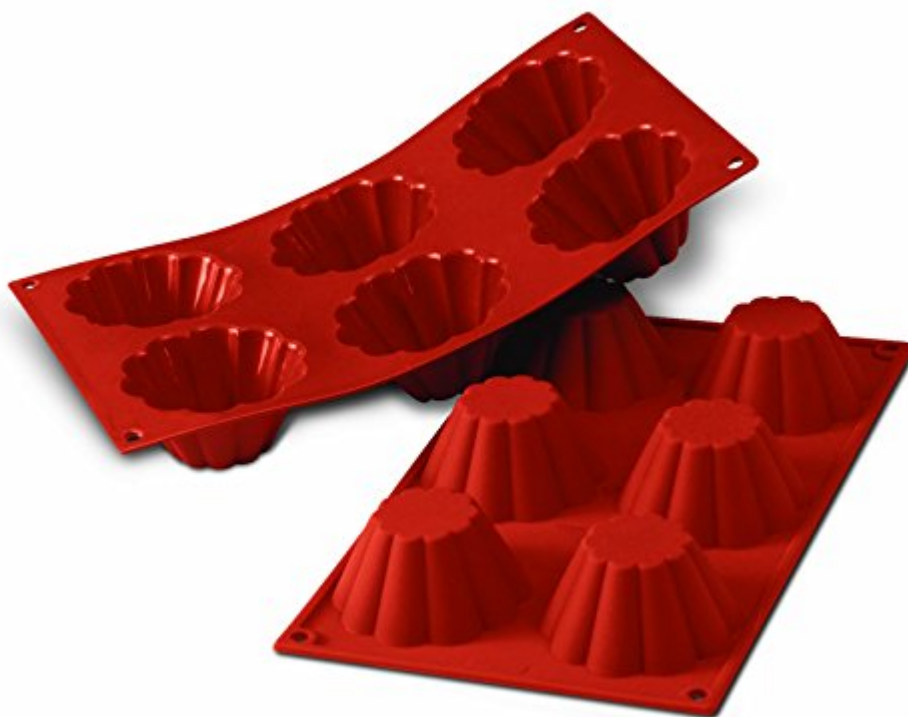
Préparez le lemon curd la veille car vous allez devoir le congeler.



Moelleux au citron, sirop au basilic thaïlandais

Matériel

- des moules en silicone pour petits gâteaux individuels; il en existe de différentes sortes . J'ai utilisé des moules à brioche. Vous pouvez en trouver en cliquant sur l'image ci dessous.



Silikomart 20.034.00.0060 SF034 Moule Forme Brioche Cannelée 6 Cavités Silicone Terre Cuite

- des moules en silicone type petits fours pour les inserts au lemon curd (4 cm sur 2 cm). Vous pouvez en trouver en cliquant sur l'image ci dessous.



Silikomart 20.027.00.0060 SF027 Moule Forme Petit-Four 15 Cavités Silicone Terre Cuite

- une râpe microplane pour zester votre citron: je ne saurais que trop vous recommander cette râpe extraordinaire utilisée par tous les grands chefs. Vous en trouverez 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 8 gâteaux individuels

Pour le lemon curd : vous en aurez un peu trop par rapport à la recette mais ce lemon curd se garde 15 jours au frais dans un récipient hermétique et c'est délicieux en tartine au petit déjeuner , dans une salade de fruits ou tout simplement avec

un yaourt

- 3 à 4 citrons jaunes non traités: il vous faudra 150 g de jus de citron et vous utiliserez également les zestes.
- 250 g de sucre en poudre
- 80 g de beurre pommade
- 3 gros œufs entiers battus pour bien mélanger jaune et blanc

Pour les gâteaux

- 50 g de beurre
- 110 g de farine
- 60 g de sucre en poudre
- un sachet de levure chimique
- 3 œufs
- le zeste d'un citron jaune

Pour le sirop au basilic

- 90 g d'eau
- le jus de deux citrons jaunes
- 50 g de sucre
- quelques feuilles (une dizaine) de basilic Thaïlandais pour infuser dans le sirop et une dizaine en plus à ciseler pour le dressage

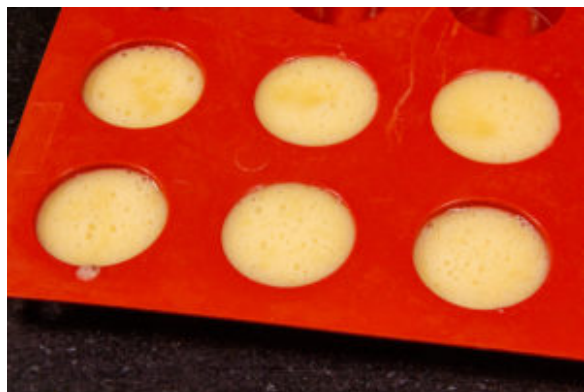
Préparation

- La veille: zestez le citron au-dessus de la casserole que vous allez utiliser. Pressez les citrons et versez 150 g de jus dans la casserole. Attention, passez le jus au travers d'un tamis pour ôter tous les petits résidus et les pépins. Ajoutez le beurre, le sucre et chauffez à feu doux. Mélangez bien.



Ajoutez le beurre, le sucre et chauffez à feu doux.

- Lorsque le beurre est fondu ajoutez l'œuf battu. Montez un peu le feu et remuez en permanence à l'aide d'un fouet. Surtout n'arrêtez pas de mélanger sinon la crème de citron pourrait brûler... Dès que la crème a épaissi , ôtez du feu. Mixez avec un mixeur plongeant ou un blender. Versez le lemon curd dans vos petits moules à insert (le même nombre que le nombre de gâteaux) et mettez en pot le reste de la préparation. Placez vos inserts au congélateur et le restant de lemon curd au frais.



Versez le lemon curd dans vos petits moules

- Pour les gâteaux: faites fondre le beurre au micro-onde ou dans une casserole. Puis mélangez bien tous les ingrédients (beurre, farine, sucre, levure, œufs et

zeste de citron) pour obtenir une pâte bien homogène.



Mélangez bien tous les ingrédients

- Versez la préparation dans vos moules à gâteaux jusqu'à mi hauteur. Déposez dessus vos insert au lemon curd et recouvrez de pâte jusqu'au 4/5. Enfournez à 200 ° pendant 15 à 20 minutes suivant les fours. Sortez la plaque du four et laissez refroidir complètement avant de démouler délicatement.



Versez la préparation dans vos moules

- Pour le sirop: pendant la cuisson des moelleux ciselez les feuilles de basilic.



Ciselez les feuilles de basilic

- Versez tous les éléments du sirop sauf le basilic thaïlandais dans la casserole et laissez cuire jusqu'à dissolution du sucre. Ôtez du feu et incorporez les feuilles de basilic ciselées. Laissez infuser 15 minutes à couvert et réservez.



Préparez le sirop

Dressage

- Disposez un moelleux dans l'assiette et versez le sirop légèrement tiédi. Saupoudrez de feuilles de basilic ciselées... Et voici un délicieux moelleux au tendre cœur citron!



Moelleux au citron, sirop au
basilic thaïlandais

Ravioles brocoli poire, sauce gorgonzola

Une recette très gourmande que ces Ravioles brocoli poire, sauce gorgonzola...Un superbe plat végétarien. Vous allez vous régaler!



Ravioles brocoli poire, sauce gorgonzola

Ingrédients pour 4 personnes (4 grosses ravioles par personne)

- de la pâte à woton. La pâte à woton est utilisée dans la cuisine chinoise et sert à réaliser des petits raviolis que l'on peut frire, cuire à la vapeur ou dans un bouillon. Vous en trouverez dans les épiceries asiatiques. Sinon vous pouvez également utiliser de la pâte classique réalisée maison. Pour la préparer vous même: [cliquez ici](#). J'ai utilisé des carrés de pâte de 10 cm sur 10. Il vous faudra deux carrés par raviole donc 32 carrés si vous servez 4 ravioles par personne.
- un oeuf

Pour la mousseline de brocoli

- un brocoli (environ 750g)

- beurre

Pour la farce des ravioles

- un oeuf
- 120 g de mousseline de brocoli
- 120 g de ricotta
- 50 g de dés de poires (choisissez une poire à chair bien ferme)
- 30 g de pignons
- 30 g de parmesan
- sel et poivre

Pour la sauce au gorgonzola

- 200 g de crème fraîche liquide entière
- 100 g de gorgonzola

Pour l'huile de persil

- une botte de persil plat
- 100 g d'huile neutre (pépin de raisin)
- une petite gousse d'ail
- sel

Pour la garniture

- des pignons
- un gros oignon

Matériel

- un emporte pièce de 7 cm de diamètre. Il est toujours intéressant d'en avoir de différentes tailles.



GWHOLE Lot de 12 Emporte-pièces Rond 3-12cm en Acier Inoxydable pour Biscuits Fondant Donuts Pâte Muffins Gâteaux

- une louche araignée. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



Fackelmann 40674 Écumoire avec poignée ovale 35 cm, Écumoire araignée en inox, Acier Inoxydable, Argenté, 35x12x5,5cm

- un chinois. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



Lacor 60323 Passoire Chinois Toile Métallique 22 cm, Gris

(Argent)

Préparation

- Coupez l'oignons en rondelles. Faites-le frire dans un bain d'huile à 180°.



Faites frire l'oignon dans un bain d'huile à 180°

- Égouttez les rondelles d'oignons sur du papier absorbant et salez-les immédiatement. Réservez.



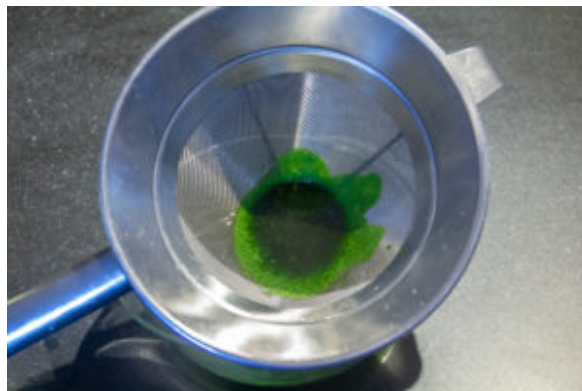
Égouttez les rondelles d'oignons sur du papier absorbant

- Faites torréfier les pignons au four à 180° pendant environ 10 minutes. Réservez.



Passez les pignons au four à 180° pour les dorer

- Pour l'huile de persil: faites chauffer l'huile à 80° avec les feuilles de persil et la gousse d'ail pendant environ 10 minutes. Puis mixez et filtrez au chinois. Rectifiez l'assaisonnement.



Filtrez le jus de persil

- Versez dans une pipette et réservez. Cette huile se conserve au frais pendant plusieurs jours.



Versez le jus de persil dans
une pipette et réservez

- Pour la sauce: faites chauffer la crème avec le gorgonzola. Il ne s'agit là pas de cuire mais juste de faire fondre le fromage.



Faites chauffer la crème
avec le gorgonzola

- Mixez finement, rectifiez l'assaisonnement et réservez.



Mixez finement

- Pour la mousseline de brocoli: détaillez le brocoli en sommités et faites-le cuire à la vapeur.



Détaillez le brocoli en
sommités

- Mixez le brocoli avec 5% de son poids de beurre: pour exemple si vous avez 100 g de brocoli il faut utiliser 5 g de beurre. Vous aurez trop de mousseline; vous pouvez la congeler pour une utilisation ultérieure.



Mixez le brocoli avec 5% de
son poids de beurre

- Mélangez tous les ingrédients de la farce au brocoli (ricotta, œuf, pignons, mousseline de brocoli).



Mélangez tous les ingrédients de la farce au brocoli

- Épluchez la poire et détaillez-la en petits dés. Il vous faudra 50 g de dés de poire.



Épluchez la poire et détaillez-la en petits dés

- Rajoutez les dés de poires et le parmesan à la farce. Rectifiez l'assaisonnement.



Rajoutez les dés de poires
et le parmesan à la farce

- Préparez votre plan de travail pour farcir les raviolis. Disposez les carrés de pâte sur votre planche. Battez un œuf avec une fourchette.



Préparez votre plan de
travail pour farcir les
raviolis

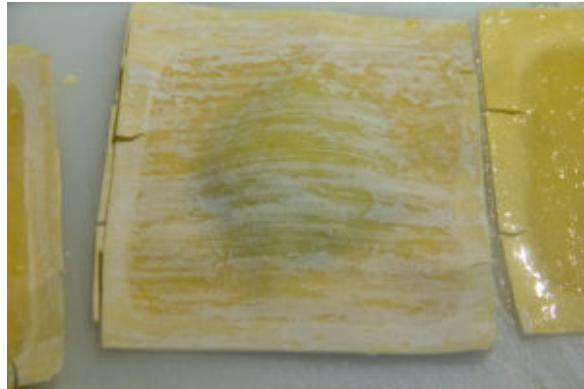
- Posez une petite cuillère de farce au milieu d'un carré de pâte. A l'aide d'un pinceau passez un peu d'œuf battu sur tout le pourtour du carré de pâte.



Posez une petite cuillère de
farce au milieu d'un carré
de pâte

- Puis posez un carré de pâte au dessus. Avec les doigts

appuyez bien sur le pourtour pour souder et ôter le maximum d'air de l'intérieur du ravioli.



Puis posez un carré de pâte au dessus

- Utilisez votre emporte pièce pour réaliser de belles ravioles rondes. Vérifiez la soudure du pourtour en pinçant le tour des ravioles.



Utilisez votre emporte pièce pour réaliser de belles ravioles rondes

- Faites chauffer de l'eau. Plongez les ravioles; laissez-les cuire trois à quatre minutes. Réservez-les au fur et à mesure au four à 60° sur un plat dont vous aurez beurré le fond sans les faire se chevaucher.



Cuisez les ravioles

Dressage

- Faites réchauffer la crème de gorgonzola. Versez une louche de sauce au fond de l'assiette et disposez les ravioles sur la crème.



Disposez les ravioles sur la crème

- Parsemez de pignons, d'oignons frits et réalisez des petits points d'huile de persil.



Parsemez de pignons, d'oignons frits et réalisez des petits points d'huile de persil

- Terminez avec les copeaux de parmesan.



Ravioles brocoli poire, sauce gorgonzola

Agneau et sa crème d'ail (recette basse température version traditionnelle et version Thermomix TM6)

L'agneau se prête particulièrement bien à la basse température et vous allez déguster une viande dont la tendreté vous étonnera! Je l'accompagne d'une crème à l'ail qui est toute en douceur car l'ail perd de sa puissance de par sa cuisson dans la crème...

Cette recette basse température peut se réaliser à l'aide de votre thermoplongeur mais également si vous possédez un Thermomix TM6 car cet appareil possède maintenant cette fonctionnalité très intéressante!

Vous ne connaissez pas encore le TM6 et vous habitez en Belgique? Contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite de ce robot époustouflant , très facile d'utilisation et que l'on retrouve dans toutes les cuisines des grands chefs étoilés:

gourmantissimes@gmail.com

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette 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 connaître les prochaines dates de démonstration cliquez ici.



Agneau et sa crème d'ail (Recette TM6, cuisson sous vide)u



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" ,"Ma cuisine basse température, Best Of -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 phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

- Et mon tout dernier livre « Verrines et bouchées gourmandes pour un apéritif réussi »

Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez en trouver un grand choix en cliquant [ici](#).



Ingrédients pour 4 personnes

Pour la crème d'ail

- 180 g de gousses d'ail épluchées
- 180 g de crème fraîche liquide entière
- sel et poivre

Pour l'agneau

- 2 beaux filets d'agneau
- huile d'olive
- des branches de thym frais
- sel (10 g/kilo) et poivre

Préparation

- Mettez les gousses d'ail et la crème dans une casserole. Laissez cuire à feu doux jusqu'à ce que l'ail soit bien tendre (piquez une gousse avec la pointe d'un couteau pour vous en assurer).



Faites chauffer la crème
avec les gousses d'ail

- Égouttez et mixez finement les gousses d'ail. Au besoin renouvelez l'opération en rajoutant un peu de crème de la cuisson pour obtenir une texture onctueuse. Rectifiez l'assaisonnement. Votre crème d'ail est prête. Salez et poivrez. Réservez la crème.



Agneau basse température et
sa crème d'ail (Recette
Thermomix)

- Versez un filet d'huile d'olive sur les filets d'agneau et ajoutez quelques branches de thym. Salez et poivrez. Filmez les filets avec du film alimentaire (cela évitera à votre sous videuse d'aspirer l'huile si vous ne possédez pas de sous videuse type « Home » de Multivac) et mettez la viande sous vide. Cuisez au bain marie à l'aide de votre thermoplongeur pendant 20 minutes à 58° ou 20 minutes à l'aide de votre TM6 en mode sous vide à

58° en n'oubliant pas d'insérer auparavant le disque cuisson spécial pour la cuisson basse température (à commander en cliquant ici – pour la zone Benelux-) et en remplissant le bol d'eau (la sachet de viande doit être complètement immergé).



Agneau et sa crème d'ail
(Recette TM6, cuisson sous
vide)u

- Faites revenir les filets dans une poêle bien chaude avec de l'huile d'olive juste pour les colorer (30 secondes de chaque côté). Puis coupez les filets en gros tronçons.



Coupez chaque filet d'agneau
en morceaux

Dressage

- Sortez la viande du sachet et servez avec la crème d'ail.



Agneau et sa crème d'ail (Recette TM6, cuisson sous vide)

Crème à l'orange

Un dessert pour ces belles journées ensoleillées, très facile à faire avec des ingrédients facile à trouver, rien que pour nous remonter le moral ! Voici de délicieuses crèmes à l'orange...



Crème à l'orange

Ingrédient pour 7 ramequins

- 500 ml de lait entier
- 4 œufs
- 130 g d'une excellente confiture d'orange ou de mandarine. Je vous conseille celle de la marque Florian: pour en trouver cliquez ici.
- 5 cl de Mandarine Napoléon: la Mandarine Napoléon est une marque de liqueur de fruit à 38° à base de mandarines d'Andalousie et d'eau-de-vie issue d'une recette datant du XIX^e siècle. Si ne désirez pas mettre d'alcool remplacez-le simplement pas du jus d'orange et le zeste d'une orange.
- 3 oranges fraîches

Matériel

- des ramequins



Duralex - Pack de 4 Ramequins à four 10Cm Ovenchef

- une râpe Microplane: c'est la reine des zesteurs...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

Préparation

- Mixer à l'aide d'un mixeur plongeant les 4 œufs avec la confiture.



Mixer à l'aide d'un mixeur plongeant les 4 œufs avec la confiture

- Faites chauffer le lait et ajoutez -le au mélange précédent. Ajoutez également la Mandarine Napoléon (ou le jus et le zeste d'orange).



Faites chauffer le lait

- Versez dans vos ramequins et enfournez au bain marie à 180° pendant 30 mn (l'eau du bain marie doit déjà être chaude quand vous y déposez les ramequins).



Versez dans vos ramequins

- Pendant ce temps prélevez les suprêmes de 2 oranges. Réservez.



Prélevez les suprêmes

Dressage

- A la sortie du four ôtez les crèmes du bain marie et laissez un peu refroidir. Décorez avec les suprêmes d'orange sur les crèmes. J'aime servir ces crèmes légèrement tièdes car les arômes en sont magnifiés...



Crème à l'orange



Crème à l'orange

Courgettes farcies chèvre, pignon et menthe

Aujourd'hui une recette simple, avec des produits simples à trouver...Mais une recette toujours gourmande qui va vous régaler.



Courgettes farcies, chèvre, pignons et menthe

Matériel

- un évideur de légume. Vous pouvez en trouver e cliquant sur la photo ci-dessous:



Triangle 72 092 45 00 dénoyauteur de fruits et légumes

Ingrédients pour 4 personnes

- 2 courgettes

Pour la farce:

- 150 g de chèvre frais émietté
- 50 g de panko (chapelure japonaise; vous pouvez en trouver au rayon asiatique de votre super marché; si vous n'en trouvez pas utilisez de la chapelure normale)
- un œuf
- 15 cl de crème fraîche liquide entière
- un citron jaune (vous aurez besoin du zeste et d'un demi jus de citron)
- quelques feuilles de persil ciselé
- 3 belles cuillerées à soupe de pignons torréfiés à la

poêle

- sel et poivre

Pour l'huile de menthe

- 12 g de feuilles de menthe fraîches et quelques feuilles supplémentaire pour le dressage
- 5 cl d'huile olive
- sel

Pour la sauce

- 120 g de labneh: c'est un yogourt très épais originaire du Moyen-Orient. Il a un goût légèrement acidulé. Vous pouvez en trouver au rayon frais de votre supermarché sinon utilisez un yaourt classique
- quelques feuilles de menthe émincées
- un filet de jus de citron (selon votre goût)
- sel et poivre

Dressage

- quelques feuilles de mâche

Préparation

- Préparez la sauce en mélangeant tous les ingrédients. Réservez au frais.



Préparez la sauce

- Coupez les courgettes en deux et ôtez les graines à l'aide de votre évideur à légume.



Coupez la courgette en deux
et ôtez les graines

- Cuisez les courgettes à la vapeur pendant 12 minutes (déposez -les dans votre cuiseur vapeur à partir du moment où la vapeur se met en route).



Cuisez les courgettes vapeur

- Blanchissez rapidement les 12 g de feuilles de menthe dans de l'eau bouillante.



Blanchissez les feuilles de menthe

- Égouttez-les et mixez finement avec les 5 cl l'huile d'olive. Salez. Réservez.



Mixez la menthe avec l'huile d'olive

- Faites torréfier les pignons à sec dans une poêle.



Faites dorer les pignons

- Préparez la farce en mélangeant tous les éléments qui la compose: 150 g de chèvre frais émietté, 50 g de panko, un œuf, 15 cl de crème fraîche liquide entière, le demi jus du citron et son zeste râpé, quelques feuilles de persil ciselé, 3 belles cuillerées à soupe de pignons torréfiés à la poêle. Ajoutez le sel et le poivre après avoir tout mélangé: le chèvre est parfois déjà un peu salé.



Préparez la farce

- Farcissez les courgettes avec ce mélange. Enfournez à 15 mn à 180° et terminez la cuisson en passant les courgettes une minutes sous le grill.



Farcissez les courgettes

Dressage

- Versez une cuillerée à soupe de sauce dans l'assiette et étirez-la avec le dos de la cuillère. Disposez une

courgette à côté et versez un peu d'huile de menthe.
Ajoutez quelques feuilles de mâche.



Courgettes farcies, chèvre, pignons et menthe

Poulet Yassa (recette basse température)

De mon enfance passée en Afrique j'ai la nostalgie de quelques plats qui ont régalés mes tendres années: le poulet yassa en fait partie et j'ai voulu le revisiter en basse température.

La cuisine Africaine utilise essentiellement de l'huile d'arachide ou de l'huile de palme pour la cuisson. J'ai préféré utiliser du beurre pour la cuisson des oignons et le

poulet cuisant basse température, il ne nécessite pas de matière grasse. La cuisson sous vide lui amènera tout le moelleux.



Poulet Yassa



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](#)
- Pour le Tome 4 cliquez [ici](#)

Ingrédients pour 4 personnes

La cuisine Africaine utilise essentiellement de l'huile d'arachide ou de l'huile de palme pour la cuisson. J'ai préféré utiliser du beurre pour la cuisson des oignons et le poulet cuisant basse température, il ne nécessite pas de matière grasse.

- 8 hauts de cuisse de poulet, désossés
- 6 gros oignons
- 400 g de patates douces
- le jus de 2 mandarines ou une orange
- 2 gousses d'ail
- 2 citron jaunes (zeste et jus)
- piment en poudre: suivant la force de votre piment environ 1/2 cuillère à café ou plus si vous aimez les plats bien piquants
- quelques brins de ciboulette pour la présentation
- sel
- riz

Matériel

Pour plus de renseignements sur la cuisine sous vide basse température cliquez [ici](#).

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.



FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

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



Aicok Cuiser Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

Préparation

- Faites cuire du riz pour 2 personnes de manière classique dans de l'eau et réservez. Ciselez les oignons et faites-les revenir à la poêle à feu doux avec un peu de beurre jusqu'à ce qu'ils soient bien compotés. Si vous possédez une cocotte minute vous pouvez les réaliser facilement: pour la recette cliquez [ici](#). Réservez les oignons.



Oignons compotés

- Détaillez les patates douces en cubes après les avoir épluchées. Faites-les revenir avec un peu de beurre dans une poêle puis mouillez avec le jus de mandarine et un peu d'eau. Cuisez à couvert et au besoin rajoutez un peu d'eau. Les patates doivent être cuites mais pas se déliter. Salez et poivrez. Réservez.



Faites revenir les patates douces

- Dans un grand plat préparez la marinade du poulet: versez les zestes et jus des deux citrons, râpez deux gousses d'ail par-dessus et ajoutez le piment.



Préparez la marinade

- Coupez vos hauts de cuisse désossés en deux. Salez.



Coupez vos hauts de cuisse désossés en deux

- Disposez le poulet dans la marinade, mélangez bien et placez au frais pendant deux heures.



Disposez le poulet dans la marinade

- Egouttez le poulet, mettez-le sous vide. Faites cuire le poulet 40 minutes à 68°. En parallèle n'oubliez pas de préchauffer vos assiettes de service (au four à 65°) pour qu'elles gardent bien la chaleur de votre plat au moment de servir.



Mettez le poulet sous vide

- En fin de cuisson du poulet, réchauffez les oignons et mélangez-les avec les morceaux de poulet et le jus rendu à la cuisson.



Mélangez poulet et oignons

Dressage

- Faites réchauffer le riz, la marinade restante et les patates douces. Disposez une couronne de riz et placez les patates douces à l'intérieur.



Disposez patates douces et riz dans l'assiette

- Puis placez le poulet par dessus, un filet de jus de citron vert et saupoudrez de ciboulette ciselée..



Poulet Yassa (recette basse température)