

Nougat glacé mandarine pistache ou Nougat de Noël

Pour ce dessert de Noël il vous faudra une très bonne confiture de mandarine ainsi que des pistaches vertes ou des pignons. Mais pas de panique, je vous indique où en trouver et en commander pour vous régaler avec ce sublime nougat glacé!

Pour la recette adaptée au Thermomix [cliquez ici](#)



Nougat glacé mandarine pistache ou Nougat de Noël

Pour la recette adaptée au Thermomix cliquez ici

Matériel

- Un moule à cake anti adhésif. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo.



VITA PERFETTA 1 x Moule à Cake en Silicone de Qualité Anti Adhésif, Gris (31 x 14 x 8 cm)

Ingrédients pour un nougat (6 à 8

personnes)

- 20 g de Grand Marnier
- 350 g de crème fraîche liquide entière
- 2 œufs et 2 jaunes
- 30 g de miel liquide
- 120 g de confiture de mandarine. Je vous conseille la confiture de la marque Florian qui est absolument sublime. Vous pouvez la commander sur le site internet confiserieFlorian.com; et le côté pratique est que les pots sont métalliques donc pas de casse à l'envoi!
- deux mandarines confites (même adresse que précédemment)
- il vous faudra également 120 g de pignons ou des pistaches vertes. Et des petits copeaux de chocolat pour la décoration.

Préparation

- Dans un récipient mélangez les 120 g de confiture avec les 20 g de Grand Marnier. Réservez.



Mélangez les 120 g de confiture avec les 20 g de Grand Marnier

- Coupez deux petites mandarines confites en petits morceaux. Réservez.



Coupez deux petites mandarines confites en petits morceaux

- Faites griller les 120 g de pignons ou pistaches vertes dans une poêle. Remuez souvent jusqu'à ce qu'ils soient dorés.



Faites dorer les pignons

- Laissez refroidir les pignons ou les pistaches vertes à la sortie du four. Puis placez-les dans un sachet (réservez les 40 g restants) et écrasez-les en gros morceaux à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.



- Versez les 350 g de crème fraîche dans le bol de votre mixeur et fouettez de manière à obtenir une crème montée ferme. Attention suivant la qualité de votre crème cette dernière peut prendre plus ou moins vite donc surveillez la montée. La crème doit être prise mais ne pas faire de grumeaux. Réservez-la au frais.



Montez la crème fraîche en chantilly

- Versez les 2 œufs et les 2 jaunes supplémentaires dans un bol avec les 30 g de miel liquide; fouettez de manière à ce que le mélange blanchisse.



Le mélange doit avoir blanchi

- Dans un grand récipient mélangez délicatement la crème montée avec le mélange œuf et miel à l'aide d'une spatule. Ajoutez -y les pignons mixés et entiers ainsi que la confiture de mandarine et les dés de mandarines confites que vous avez coupés précédemment.



Mélangez la crème montée avec le mélange œuf et miel

- Versez le tout dans votre moule anti adhésif et placez au frais au moins une nuit. Ce nougat se sort du congélateur quelques minutes avant de servir; coupez des tranches en vous aidant d'un couteau sans dent que vous aurez préalablement trempé dans de l'eau chaude. Nettoyez le couteau entre chaque tranche en replongeant le couteau dans l'eau chaude: en procédant de cette manière vous couperez facilement et proprement vos

tranches.



Nougat glacé mandarine pistache ou Nougat de Noël

Winter pie

Une bonne tarte d'hiver comme on les aime: revigorante et goûteuse, délicieuse pour une petite soirée cocooning servie avec une petite salade.



Winter Pie

Matériel

- J'ai utilisé un moule à tarte Tatin anti adhésif de 24 cm. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



DE BUYER -8320.24 -moule a tarte tatin choc extreme ø 24

Ingrédients

Pour la pâte

- 300 g de farine
- 150 g de beurre
- 10 cl de lait entier

Pour la farce

- 60 g d'oignon
- 60 g d'échalote
- une gousse d'ail
- une noix de beurre
- 50 g de foie de volaille
- 150 g de cuisse de canard confite

- 100 g d'aiguillette de canard
- 50 g de porc haché
- un œuf
- 30 ml de cognac
- une douzaine de tranches de magret fumet dont vous aurez ôté le gras
- une poire
- sel et poivre

Préparation

- Commencez par préparez la pâte. Mélangez la farine avec le beurre à l'aide de votre robot pour la sabler puis ajoutez progressivement le lait. Façonnez deux pâtons (2/3 pour le fond de tarte et 1/3 pour l'abaisse de dessus). Réservez au frigo le temps de préparer la farce.



Façonnez deux pâtons

- Ciselez l'oignon et l'échalote. Faites-les revenir avec la gousse d'ail râpée dans une poêle avec du beurre. Déglacez avec le cognac. Réservez.



Faites revenir l'oignon et l'échalote doucement

- Mixez les 50 g foies hachés grossièrement avec la chair des cuisses de canard, les aiguillettes et le haché de porc. Mélangez avec les oignons et l'œuf entier. Salez et poivrez. Réservez.



Préparez la farce

- Abaissez les deux pâtons à la taille de votre moule. Disposez la première abaisse de pâte dans le fond du moule et ôtez le surplus de pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.



Disposez l'abaisse de pâte dans votre moule

- Epluchez la poire et coupez-la en lamelles.



Coupez la poire en lamelles

- Remplissez le moule avec la farce. Disposez par dessus les tranches de magret fumé et les tranches de poire.



Remplissez le moule avec la farce

- Puis posez par dessus la deuxième abaisse de pâte et soudez bien les bords tout autour. Battez un jaune d'œuf avec une petite cuillerée à café d'eau et passez ce mélange à l'aide d'un pinceau sur le dessus.



Soudez bien les bords tout autour

- Enfournez à 180° pendant 1 heure.



Enfounez à 180° pendant 1 heure

- Et il ne reste plus qu'à déguster tout chaud , servi avec une bonne salade!



Winter Pie

Roulés de poulet farcis artichaut estragon, poivrons (recette menu Thermomix en vidéo)

Un plat gourmand réalisé en cuisant tous les éléments pour un gain de temps maximum! Et avec votre Thermomix ce sera un jeu d'enfant. Et retrouvez le film de la recette en fin d'article pour encore plus de facilité!



Roulés de poulet farcis artichaut estragon, poivrons (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

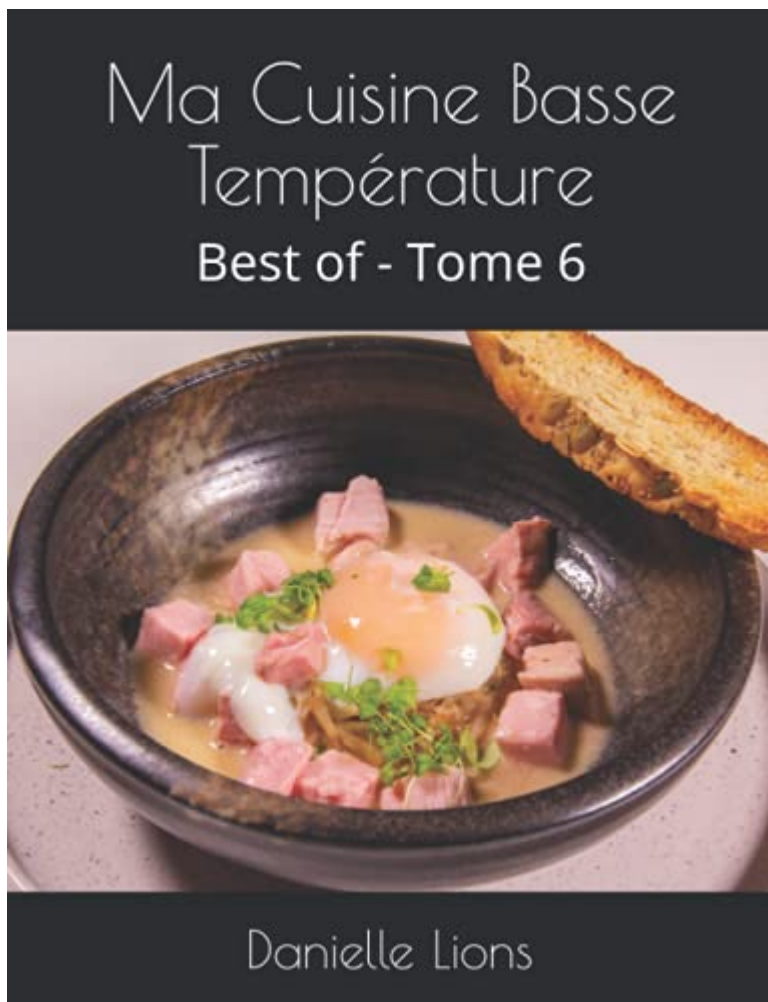


**Profitez vite des promotions du mois de novembre car
Bientôt augmentation des prix**

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: 30 minutes

Difficulté: facile

Ingrédients pour 4 personnes

- 20 g de feuilles d'estragon fraîches
- 90 g de cœur d'artichaut cuits
- 100 g de ricotta
- Hauts de cuisse de poulet désossés (comptez 180g par personne)
- 60 g d'échalote
- 3 gousses d'ail
- 2 poivrons rouges épépinés et coupés en 4
- un poivron jaune et un vert épépinés et coupés en fines lamelles
- 25 g de vin blanc sec
- 10 g d'huile d'olive
- 350 ml de bouillon de légume maison ou réalisé avec une demi-marmite de bouillon Knorr
- 10 g de paprika

Préparation

- Coupez les poivrons verts et jaunes en fines lamelle. Réservez.



Coupez les poivrons verts et

jaunes en lamelles

- Versez les 20 g de feuilles d'estragon dans le bol du mixeur. Ajoutez les 90 g d'artichaut, les 100 g de ricotta. Mixez 30 sec/vitesse 5. Rabattez les projections sur les parois du bol à l'aide de la spatule. Rectifiez l'assaisonnement et réservez ce mélange. Nettoyez le bol.
- Placez une feuille de film alimentaire sur le plan de travail et placez les hauts de cuisse de poulet dessus. Etalez la crème à l'estragon sur chaque haut de cuisse de poulet, puis roulez-les de manière à former des petites ballotines. Regardez sur la vidéo la façon de procéder. Réservez de côté.
- Versez les 60 g d'échalote, les 3 gousses d'ail, les 10 g d'huile d'olive, les 25 g de vin blanc dans le bol de mixage. Mixez 5 sec/vit 5 et cuisez 5 mn/120°/ vit 1.
- Ajoutez alors dans le bol les 2 poivrons rouges épépinés, les 350 g de bouillon de légume et les 10 g de paprika. Mixez 5 secondes/ vit 5.
- Placez les lamelles de poivrons jaunes et verts dans le Varoma. Placez les ballottines de poulet dans le plateau du Varoma et positionnez l'ensemble du Varoma sur le bol.
- Cuisez 25 mn/ Varoma/vit 1.
- En fin de cuisson ôtez l'ensemble Varoma; remettez le couvercle du bol de mixage avec le gobelet doseur et mixez 40 s / vit 10.
- Il ne reste plus qu'à servir!

Recette en vidéo

Bouchées croustillantes mandarine et chocolat

Ces Bouchées croustillantes mandarine et chocolat se préparent la veille car il faut les congeler avant de les glacer avec le chocolat. Ce sont de pures petites merveilles de gourmandises qui demandent un peu de dextérité pour les glacer. Mais comme on dit l'effort en vaut la chandelle!



Bouchées croustillantes mandarine et chocolat

Ingrédients pour 20 bouchées

Pour la base en riz soufflé

- 60 g de chocolat blanc
- 50 g de riz soufflé: vous en trouverez du non sucré dans

les épicerie bio (le chocolat blanc est déjà bien sucré donc pas besoin de rajouter du sucre)

Pour la mousse mandarine: s'il vous reste de la mousse (en pâtisserie il est difficile de trop diviser les quantités car par la suite les mélanges se font difficilement) n'hésitez pas à la mettre en verrine avec quelques quartiers d'orange et de copeaux de chocolat pour un petit dessert sur le pouce!

- 190 g de chocolat blanc
- 3 g de gélatine
- 50 g de jaune d'œuf
- 25 g de sucre en poudre
- 75 g de crème fraîche liquide entière
- 180 g de confiture de mandarine: j'ai utilisé l'excellent confiture de la marque Florian que vous pouvez commander en cliquant [ici](#)
- 100 g de blanc d'œuf

Pour le glaçage en chocolat des mousses mandarine

- Comptez environ 150 g de chcolat
- mycryo: le mycryo est une matière grasse qui est composé de 100% de beurre de cacao. Il a un goût neutre et il permet surtout d'obtenir un tempérage rapide du chocolat sans passer par toutes les phases de température, Vous aurez ainsi des chocolat bien brillants. Les proportions d'utilisation sont de 1% de mycryo par rapport au poids du chocolat. Donc par exemple, pour 300 g de chocolat il faudra 3 g de mycryo. Vous pouvez en commander en cliquant [ici](#).

Matériel

- Moules à financiers en silicone. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



SILIKOMART PROFESSIONAL - Moules flexibles silicon flex : 20 mini financiers Financier. Cuisine : Autour de la pâtisserie (Moules en silicone)

Préparation

- On commence par la base des bouchées: faites fondre 60 g de chocolat blanc au bain marie.



Faites fondre le chocolat blanc au bain marie

- Mélangez le chocolat fondu au riz soufflé.



Mélangez le chocolat fondu
au riz soufflé

- Moulez le riz dans vos moules: comptez environ 3 mm d'épaisseur. Puis placez au frigo pendant 30 minutes.



Moulez le riz dans vos
moules

- Démoulez vos bases et réservez-les sur une grille. Nettoyez votre plaque de moules car elle va vous resservir pour la mousse mandarine.



Démoulez vos bases

- Pour la mousse mandarine: mouillez les feuilles de gélatine dans de l'eau froide.



Mouillez la gélatine

- Faites fondre le chocolat blanc au bain marie



Faites fondre le chocolat blanc au bain marie

- Montez la crème en chantilly.



Montez la crème en chantilly

- Battez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.



Le mélange jaune et sucre doit blanchir

- Incorporez le chocolat blanc fondu au mélange précédent puis la crème à l'aide une maryse. Puis ajoutez la confiture de mandarine.



Incorporez le chocolat blanc

fondu et la crème

- Montez les blancs d'œufs avec le sucre. Ils doivent avoir la consistance d'une mousse à raser et ne pas être cassants.



Montez les blancs en neige au fouet

- Essorez la gélatine qui a maintenant ramolli et passez-la au micro onde pendant 20 secondes pour la rendre liquide. Incorporez-la à la préparation à la mandarine puis ajoutez les blancs en trois fois.



Ajoutez les blancs en trois fois

- Remplissez vos moules avec la mousse mandarine. Placer au congélateur au moins 12 heures avant de démouler.



Moulez la mousse mandarine

- Pour glacer vos mousses: faites fondre le chocolat noir au bain marie avec 1% de son poids en mycryo.



Commencez par faire fondre au bain marie le chocolat

- Utilisez un petit récipient pour y verser votre chocolat fondu: vous aurez ainsi une plus grande profondeur pour y tremper vos mousses...Démouler les mousses plongez-les le plus rapidement possible dans le chocolat fondu. Pour vous aidez utilisez des petits cure dents que vous piquerez sur les cotés: manipulez alors les mousses grâce à l'aide des cure dents pour les plonger dans le chocolat fondu.



Utilisez un petit récipient pour y verser votre chocolat fondu

- Déposez immédiatement vos mousses sur la base en riz soufflé. La difficulté est d'aller vite et d'ôter le plus rapidement possible les cure dents sans abîmer le chocolat... Sans compter qu'il faut que vos mousses restent bien congelées avant de les tremper dans le glaçage. Donc au besoin n'en sortez que quelques unes du congélateur, au fur et à mesure. Laisser le chocolat figer: vous pouvez alors conserver les bouchées au frigo pour les servir quelques heures après.



Déposez immédiatement vos mousses sur la base en riz soufflé

- Et voici vos belles petites bouchées croustillantes mandarine et chocolat.



Bouchées croustillantes mandarine et chocolat

Velouté de moules au safran

Pour bien commencer un petit repas en famille ou entre amis je vous propose un délicieux velouté de moules parfumé au safran. Un régal dont vous me donnerez des nouvelles!

Pour la recette adaptée au Thermomix cliquez [ici](#).



Velouté de moules au safran

Ingrédients pour 4 personnes

- 1,5 kg de moules
- une petite branche de céleri (20 g)
- 70g de carotte
- 80 g de blanc de poireau
- 70 g d'oignon
- 80 g de fenouil
- 2 gousses d'ail
- 250 g de pommes de terre
- 10 g d'huile d'olive
- Une dizaine de pistils de safran
- Coriandre ou persil
- Bouillon dashi ou fumet de poisson
- 15 – 20 cl de crème fraîche liquide entière
- sel et poivre

Préparation

- Faites cuire les moules vapeur après les avoir lavées de manière à ce qu'elles s'ouvrent. Filtrez le jus que les moules auront rendu et gardez-le de côté.



Faites cuire les moules vapeur après les avoir lavées de manière à ce qu'elles s'ouvrent.

- Puis décortiquez les moules en gardant 3 à 4 par personne avec leur coquille pour le dressage. Réservez.



Puis décortiquez les moules

- Coupez les légumes et pommes de terre en brunoise c'est à dire en petits dés (cèleri, carottes, pommes de terre, fenouil, oignon , poireau).



Coupez les légumes en brunoise

- Faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une cocotte. Ajoutez les légumes en brunoise , les pommes de terre et les 2 gousses d'ail et faites revenir 10 mn à feu doux.



Ajoutez les légumes en brunoise et les 2 gousses d'ail

- Réservez de côté 3 cuillérées à soupe de cette brunoise.



Réservez de côté 3 cuillérées à soupe de cette brunoise.

- Ajoutez dans la cocotte du dashi ou fumet de poisson à hauteur. Cuisez 25 mn à couvert : les pommes de terre doivent être bien cuites.



Ajoutez dans la cocotte du dashi ou fumet de poisson à hauteur

- Mixez les moules décortiquées avec les légumes et leur bouillon et les pistils de safran. Au besoin rajoutez un peu de jus de moule filtré. Ajoutez la crème, mélangez et rectifiez l'assaisonnement. Servez avec la brunoise de légumes que vous avez réservée, un peu de coriandre ou persil ou feuille de fenouil et dressez les moules avec leur coquille que vous avez réservées.



Velouté de moules au safran

Gâteau au chocolat sans œufs ni produits laitiers

Les allergies ou intolérances alimentaires sont de plus en plus fréquentes; et comment faire quand on est allergique aux produits laitiers et aux œufs ? Et bien voici une recette qui vous permettra de réaliser un très bon « cake » au chocolat sans utiliser ni de beurre, ni d'œufs qui sera extrêmement facile à réaliser.



Gâteau au chocolat sans œufs ni produits laitiers

Pour la recette adaptée au Thermomix cliquez ici

Matériel

- un moule à cake anti adhésif en silicone. Vous pouvez vous en procurer en cliquant sur la photo ci-dessous:



GOURMEO Moule à cake rectangulaire anti-adhésif en silicone -
Moule pour pâtisserie - Moule à pain disponible en deux
couleurs différentes

Ingrédients pour une dizaine de petits cramiques (taille moule à muffin)

- 200 g de chocolat noir coupé en morceaux
- 285 g de lait de soja
- une pincée de sel
- 70 g de sucre en poudre
- 11 g de levure chimique (un sachet)
- 130 g de farine de châtaigne

Préparation

- Versez les 200 g de chocolat dans une casserole avec les 285 g de lait de soja, les 70 g de sucre et la pincée de sel. Cuisez à feu très doux tout en mélangeant jusqu'à ce que le chocolat soit bien fondu.



Cuisez à feu très doux tout en mélangeant jusqu'à ce que le chocolat soit bien fondu.

- Versez le mélange dans un récipient et ajoutez-y les 130 g de châtaigne, les 11 g de levure. Mélangez bien. Si vous avez un robot pâtissier utiliser la fonction pétrissage. Versez dans votre moule et cuisez au four à 180° pendant 30 à 35 mn.



Versez dans votre moule et cuisez au four à 180° pendant 30 à 35 mn

▪ Démoulez quand le gâteau est refroidi. Régalez-vous!



Gâteau au chocolat sans œufs ni produits laitiers

Salade Japonaise aux aubergines

J'adore les aubergines et malheureusement elles sont souvent cuisinées à l'huile; comme elles ont tendance à en absorber beaucoup le résultat est un plat assez gras.

On néglige souvent la cuisson vapeur pour ce légume: la salade d'inspiration japonaise que je vous propose aujourd'hui est

une recette sans cuisson à l'huile, tout en légèreté et saveur du pays du soleil levant!

Cette recette nécessite des ingrédients d'origine japonaise que vous pourrez trouver dans une épicerie asiatique ou commander en ligne en cliquant sur les liens que je mets à votre disposition dans les ingrédients.

Pour la recette adaptée au Thermomix cliquez [ici](#).



Salade Japonaise aux aubergines

Ingrédients pour 4 personnes

- 2 belles aubergines selon leur grosseur
- 2 gousses d'ail
- 5 à 15 g de gingembre frais selon votre goût
- 20 g d'huile de sésame
- 5 g de miel

- un oignon jeune (cebette)
- des cacahuètes salées
- graine de sésame noir
- 30 g de dashi. Vous pouvez en commander en cliquant sur la photo ci-dessous:



Shimaya Dashi S-10, 3.5-Ounce Units (Pack of 10)

- 10 g de miso. Vous pouvez en commander en cliquant sur la photo ci-dessous:



TANOSHI - Pâte Miso pour Soupes et Plats Salés - 1 Gourde
Refermable de 150 g

- 30 g de vinaigre de riz; Vous pouvez en commander en cliquant sur la photo ci-dessous:



TANOSHI - Vinaigre de Riz - Idéal pour Assaisonner Salades, Marinades et Riz Sushi - 360 ml

Préparation

- Coupez les aubergines en deux puis en petits dés de 2 cm de côté. Cuisez-les vapeur 20mn.



Coupez les aubergines en

deux puis en petits dés de 2
cm de côté

- Ciselez l'oignon jeune et réservez.



Ciselez les oignons jeunes

- Préparez la sauce. Mixez les autres ingrédients: les 2 gousses d'ail, 5 à 15 g de gingembre frais selon votre goût, 20 g d'huile de sésame, 5 g de miel et les 30 g de dashi. Réservez la sauce.



Préparez la sauce

- Quand les aubergines sont cuites (elles doivent être tendres) laissez-les s'égoutter ans une passoire le temps qu'elles refroidissent. Mélangez-les avec la sauce et servez avec l'oignon jeune ciselé, quelques graines de sésame noir et les cacahuètes.



Salade Japonaise aux aubergines

Pêches, petits pois menthe en dessert

On profite des produits que l'été nous offre pour réaliser un dessert qui sort un peu des sentiers battus. en réalisant ces « Pêches, petits pois menthe en dessert »!

Il vous faudra un siphon pour réaliser cette recette pour obtenir une crème de petits pois très aérienne.



Pêches, petits pois menthe en dessert

Matériel

- un siphon. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous. Je vous conseille grandement la marque ISI.



iSi Gourmet Whip crème fouettée 1L

Ingrédients pour 4 personnes

Pour les pêches

- 4 pêches (ne les prenez pas trop mûre)
- 1500 g d'eau
- 350 g de sucre 1 cuillère à soupe d'épice à vin chaud
- un bâton de vanille
- une cuillère à soupe rase d'épice à vin chaud

Pour la crème de petits pois

- 200 g de petits pois frais écosés (environ 400 g avec les cosses)
- 60 cl de lait de chèvre ou brebis
- une cuillère à café de miel

- 2 g de feuille de menthe
- 12 cl de crème fraîche liquide entière

Pour le dressage

- des petits sablés émiettés (pour la recette de sablés maison [cliquez ici](#))

Préparation

- Piquez les pêches à quelques endroits avec une cure dents. Versez un litre et demi d'eau ainsi que les 350 g de sucre dans une casseroles avec les pêches. Ajoutez le bâton de vanille et les épices à vin chaud. Cuisez les pêches quelques minutes à frémissement. Vérifier la cuisson des fruits toujours à l'aide du curedent. Si besoin continuez un peu la cuisson. Laissez refroidir les fruits dans le sirop.



Laissez refroidir les fruits dans le sirop

- Epluchez les pêches et coupez les en tranches. Réservez dans le sirop.



Réservez les pêches dans le sirop

- Faites cuire les petits pois dans le lait de brebis. Filtrez et mixez les petits pois avec le miel, les feuilles de menthe et la crème. Vous devez obtenir la consistance d'une crème. Au besoin ajoutez un peu de lait de cuisson.



Faites cuire les petits pois dans le lait de brebis

- Filtrez une deuxième fois la préparation obtenue.



Filtrez une deuxième fois la préparation obtenue

- Versez cette préparation dans un siphon. (pour tout savoir sur l'utilisation du siphon cliquez [ici](#)) et insérez vos cartouches de gaz (deux pour des siphons de 1/2 ou 1 litre).



Versez la préparation dans votre siphon

Dressage

- Disposez les tranches de pêches au milieu de votre bol ou cassolette de présentation et pochez la crème de petits pois tout autour. Saupoudrez des sablés écrasés et disposez quelques feuilles de menthe fraîche par-dessus.



Pêches, petits pois menthe en dessert

Gaspacho Melon concombre, chips de bacon

Le gaspacho, un grand classique de l'été mais cette fois-ci un peu plus étonnant que la version classique et surtout très rafraichissant comme on les aime. C'est un plat qui a toutes les qualités : gouteux, frais, sain, facile et rapide à réaliser sans cuisson et plein de bonnes vitamines !

Vous le réaliserez d'autant plus facilement avec un Thermomix

et vous obtiendrez une texture beaucoup plus velouté qu'avec un mixeur classique.

Pour plus de renseignements sur le Thermomix et la recette adaptée à ce fantastique robot culinaire cliquez [ici](#).



Gaspacho Melon concombre, chips de bacon

Ingédients pour 4 personnes

- Un melon (environ 600 g de chair coupée grossièrement en morceau)
- 120 g de concombre épluché et épépiné
- 150 g de tomates
- 2 gousses d'ail
- 4 g de feuilles d'estragon ou encore mieux de l'agastache anisée (dans les jardinerie et à planter sur votre balcon ou jardin : elle repousse tous les ans et ne demande pas beaucoup de soins). Cette dernière donne un goût anisé très fin

- 15 g d'huile d'olive (une bonne !)
- 10 g de vinaigre balsamique blanc
- Quelques tomates cerises de différentes couleurs
- Des petits oignons jeunes
- Quelques tranches de bacon

Matériel

- un évide légume, très pratique pour ôter les graines du melon, concombre, courgette etc..



Triangle 72 092 45 00 dénoyateur de fruits et légumes

Préparation

- Faites griller les tranches de bacon dans une poêle pour les rendre bien crispies. Réservez.



Faites griller les tranches de bacon

- Ôtez la peau du melon et coupez-les en 8 morceaux. Réservez.



Ôtez la peau du melon et coupez-les en 8 morceaux

- Pelez environ 1/4 de votre concombre et ôtez les graines. Vous devez avoir environ 120 g de concombre.



Ôtez les graines du

concombre

- Coupez les jeunes oignons en 2 ou 4 selon leur grosseur. Réservez.



Coupez les jeunes oignons en 2 ou 4 selon leur grosseur

- Coupez les tomates cerises en 4 . Réservez.



Coupez les tomates cerises en 4

- Versez les morceaux de melon dans le bol avec le concombre, les 150 g de tomate, les deux gousses d'ail, les feuilles d'estragon ou d'agastache, l'huile d'olive et le vinaigre balsamique blanc. Mixez finement. Rectifiez l'assaisonnement. Servez avec les tomates cerises dans de grand bol en parsemant le gaspacho de bacon et d'oignon jeunes.



Gaspacho melon concombres

Carottes et abricots en dessert, coulis de fraises

La carotte est un légume que l'on utilise pour des plats salés mais saviez-vous qu'elle peut se cuisiner également en version sucrée? Outre le cake aux carottes que tout le monde connaît mais où l'on perd un peu le goût de ce légume, vous pouvez la proposer en dessert en une version bien gourmande et originale.

C'est la pleine saison des carottes fanes et celle des

abricots alors à vos tabliers pour vous régaler avec ces Carottes et abricots, coulis de fraises en dessert!



Carotte et abricot en dessert

Matériel

- Vous pouvez battre votre chantilly à la main où utiliser un siphon pour qu'elle soit encore plus aérienne. Vous pouvez en commander un en cliquant sur la photo ci-dessous. Pour plus d'information sur la bonne utilisation du siphon cliquez [ici](#).



iSi Profi Crème 0,5 l

- un extracteur de jus pour obtenir le jus de carotte; le jus de carotte frais est bien meilleur que celui du commerce et donnera un résultat encore plus gourmand ... Vous pouvez trouver tout un choix d'extracteurs en cliquant sur la photo ci-dessous



AMZCHEF Extracteur de Jus avec Double Vitesse Modes (Soft et Hard) - Extracteur de Jus de Fruits et Légumes - Juicer Machine avec Bouteille à jus Portable et 2 Tasses - Argent

Ingrédients pour 4 personnes

Pour le coulis

- 250 g fraises
- 50 g de sucre en poudre
- 10 cl eau
- Une branche de romarin

Pour les abricots

- 8 abricots
- sucre en poudre

Pour les carottes

- Une botte de carotte fanes (3 carottes par personnes)
- 1 l de jus de carotte (en grande surface ou magasin bio ou encore mieux tout frais grâce à votre extracteur de jus si vous en possédez un. Dans ce cas prévoyez une botte supplémentaire pour faire votre jus frais)
- Deux petites branches de thym frais
- 40 g de sucre en poudre
- une belle noix de beurre

Pour le dressage

- Des petits sablés émiettés (pour la recette cliquez [ici](#))
- 250 ml de crème fraiche liquide entière, quelques gouttes de jus de citron et une cuillerée à soupe de sirop de sucre de canne (pour la chantilly)

Préparation

Coulis de fraises

- Versez 15 cl eau et 50 g de sucre ainsi qu'une branche de romarin dans une casserole. Portez à ébullition , couvrez et coupez le feu. Laissez infuser 15mn.



Laissez infuser 15mn.

- Quand le sirop est retombé à température ambiante, ôtez la branche de romarin ; versez le sirop dans un mixeur

avec les fraises. Mixez et filtrez au travers d'une passoire pour ôter les impuretés. Réservez.



Mixez et filtrez

Chantilly

- Fouettez la crème avec le sirop de sucre de canne et quelques gouttes de jus de citron. Vous pouvez également utiliser un siphon pour avoir une crème encore plus aérienne ; pour tout savoir sur l'utilisation des siphons cliquez [ici](#). Réservez au frais.



Fouettez la crème fraîche liquide en chantilly

Abricot

- Coupez les abricots en deux, ôtez le noyau. Faites revenir les demi abricots dans une poêle avec un peu de beurre et une cuillère à soupe de sucre pendant deux à trois minutes. Arrosez les régulièrement pendant la

cuisson avec le jus rendu. Réservez.



Faites revenir les demi
abricots dans une poêle

Carottes

- Épluchez les carottes.



Épluchez les carottes

- Faites fondre une belle noix de beurre dans une poêle. Ajoutez les carottes qui ne doivent pas trop se chevaucher ainsi que le thym ; ajoutez le jus de carotte à hauteur et laissez cuire à couvert ; les carottes sont cuites quand vous pouvez planter facilement la pointe d'un couteau dedans.



Faites cuire les carottes

- Ôtez le thym et réservez les carottes . Versez le jus restant dans une petite casserole avec 40 g de sucre et faites réduire au $\frac{3}{4}$; le jus doit être légèrement sirupeux. Réservez.



Faites réduire

Dressage

- Versez le jus réduit des carottes sur les carottes et faites légèrement réchauffer dans une poêle.
- Versez un peu de coulis de fraise dans l'assiette de présentation. Disposez les carottes et les demi abricots par-dessus ; pochez la chantilly et saupoudrez de brisures de sablé.



Carotte et abricot en dessert

Butajiru ou soupe Japonaise et son Œuf Basse température

Le Butajiru ou soupe Japonaise est une soupe à base de porc et de légumes, assaisonnée au miso. C'est une variante plus riche de la soupe miso traditionnelle; on peut lui rajouter également des pâtes japonaises pour un plat complet.

J'aime lui adjoindre un œuf basse température qui ajoute un liant à l'ensemble et un côté plus crémeux au bouillon.

Pour plus d'informations sur la cuisson basse température cliquez [ici](#).



Butajiru ou soupe Japonaise et son Œuf 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 », « Ma cuisine Basse Température, Best of – Tome 5 » et enfin le tout dernier « Ma cuisine Basse Température, Best of – Tome 6 »

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](#)
- Pour le tome 6 cliquez [ici](#)

Matériel

- 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

- une râpe Microplane pour obtenir de l'ail et gingembre

parfaitement râpés. Vous pouvez vous en procurer en cliquant sur la photo.



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

- 4 œufs
- 350 g de lard en tranches épaisses
- un oignon
- 2 gousses d'ail
- 10 g de gingembre frais
- 35 g de miso blanc. Dans les épiceries asiatiques ou bio sinon vous pouvez également en commander en cliquant sur la photo



TANOSHI - Pâte Miso pour Soupes et Plats Salés - 1 Gourde
Refermable de 150 g

- deux carottes
- un daikon (radis asiatiques à grosse racine blanche);
vous en trouvez en supermarché. Comptez 70 g par
personnes.
- deux oignons jeunes
- 120 g de shimejis (petits champignons japonais) ou des
shitakés
- 500 ml de dashi. Le dashi est un fumet de poisson
réalisé à partir de copeaux de bonite séché. Il amène un
goût très particulier au plat. Vous pouvez le remplacer
par du fumet de poisson classique mais vous y perdrez en
saveurs japonisantes. Vous pouvez également en commander
en cliquant sur la photo.



Shimaya Dashi S-10, 3.5-Ounce Units (Pack of 10)

- des pâtes japonaise précuites si vous désirez compléter votre plat



SUZI WAN Nouilles Japonaises précuites Ramen pour Wok 400 g - Pack de 8 unités

- des graines de sésame noir

Préparation

- Préalablement placez les œufs dans un récipient et cuisez-les à l'aide de votre Thermoplongeur au bain marie une heure à 64°. Réservez-les de côté après cuisson.



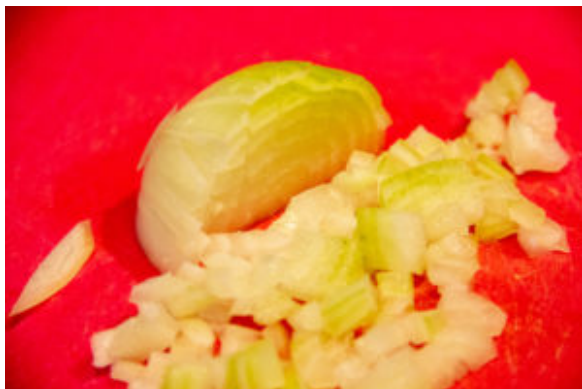
comptez 1 heure de cuisson
pour les œufs

- Ciselez les oignons jeunes (appelés aussi cèbettes). Réservez.



Ciselez les cèbettes

- Ciselez l'oignon.



Ciselez l'oignon

- Ôtez la base des champignons shimejis. Réservez.



Ôtez la base des champignons shimejis

- Epluchez la carotte et coupez la en petits dés. Faites de même avec le daïkon (environ 70 g par personne). Réservez.



Coupez la carotte en brunoise

- Ciselez ail et gingembre en tout petits morceaux: le mieux est de les râper avec votre Microplane. Réservez.



Râpez le gingembre et l'ail

- Coupez le lard en morceaux.



Coupez le lard en morceaux

- Faites revenir le lard rapidement dans une casserole bien chaude. Ajoutez l'oignon, le gingembre et l'ail. Continuez la cuisson 2 minutes.



- Ajoutez les champignons, les dés de carottes et de daikon, Puis ajoutez les 500 ml de dashi (fumet de poisson). Laissez cuire à feu doux et couvert pendant

environ 10 mn. En fin de cuisson ajoutez le miso et mélangez bien. Si vous voulez ajoutez les pâtes précuites en fin de cuisson.



Ajoutez les autres ingrédients

- Servez dans de jolis bols. Cassez un œuf au dessus de chaque bol. Et saupoudrez de sésame noir et de ciboulette ciselée.



Butajiru ou soupe Japonaise et son Œuf Basse température

Pancakes aux petits pois, saumon et sauce menthe

Une délicieuse collation ou entrée pour se régaler ainsi que toute la famille avec cette recette réalisée avec une pâte à pancakes délicieusement parfumée aux petits pois.

Pour la recette adaptée au Thermomix cliquez [ici](#).



Pancakes aux petits pois, saumon et sauce menthe

Matériel

- Une poêle à pancake. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



INTIGNIS Poêle à frire en céramique antiadhésive 26cm pour mini-crêpes blinis | Uttapam | ufs à la friture | l'induction sans PFOA chimique (26 cm, 7 Moule)

Ingrédients pour une douzaine de pancakes

- 60 g de petits pois frais écosés
- 20g de bouillon de légume
- 200 g de farine
- 65 g d'œuf
- 15 cl de lait

- Sel, poivre
- Huile d'olive

Pour la sauce

- 230 g de crème liquide entière
- quelques feuilles de menthe ciselée (quantité selon votre goût)
- le jus d'un demi citron
- 4 g de zaatar
- sel et poivre

Pour la garniture

- des tranches de saumon ou de truite fumée
- feuilles de salade finement ciselées

Préparation

- Préparez la sauce : ciselez la menthe finement.



Ciselez quelques feuilles de menthe

- Fouettez la crème avec le $\frac{1}{2}$ jus de citron et les 4 g de zaatar. Ajoutez la menthe ciselée et réservez au frais.



Ajoutez la menthe ciselée à la crème fouettée

- Ecossez les petits pois. Puis plongez-les dans l'eau bouillante 3 mn.



Blanchissez les petits pois

- Egouttez-les et mixez-les avec les 20 g de bouillon de légume. Réservez. Versez les 200 g de farine, les 65 g d'œuf et les 15 cl de lait entier dans le bol de votre mixeur et mélangez de manière à obtenir un mélange lisse. Ajoutez la purée de petits pois. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre.



Mixez les petits pois
finement

- Faites cuire les pancakes dans la poêle environ 2 à 3 mn de chaque côté avec un peu d'huile d'olive. Réservez au fur et à mesure au four à 60°.



Faites cuire les pancakes

Dressage

- Servez avec les tranches de saumon ou de truite et la sauce menthe ainsi qu'un peu de salade type sucrine ciselée finement. Bon appétit !



pancake petit pois, saumon, sauce menthe

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)

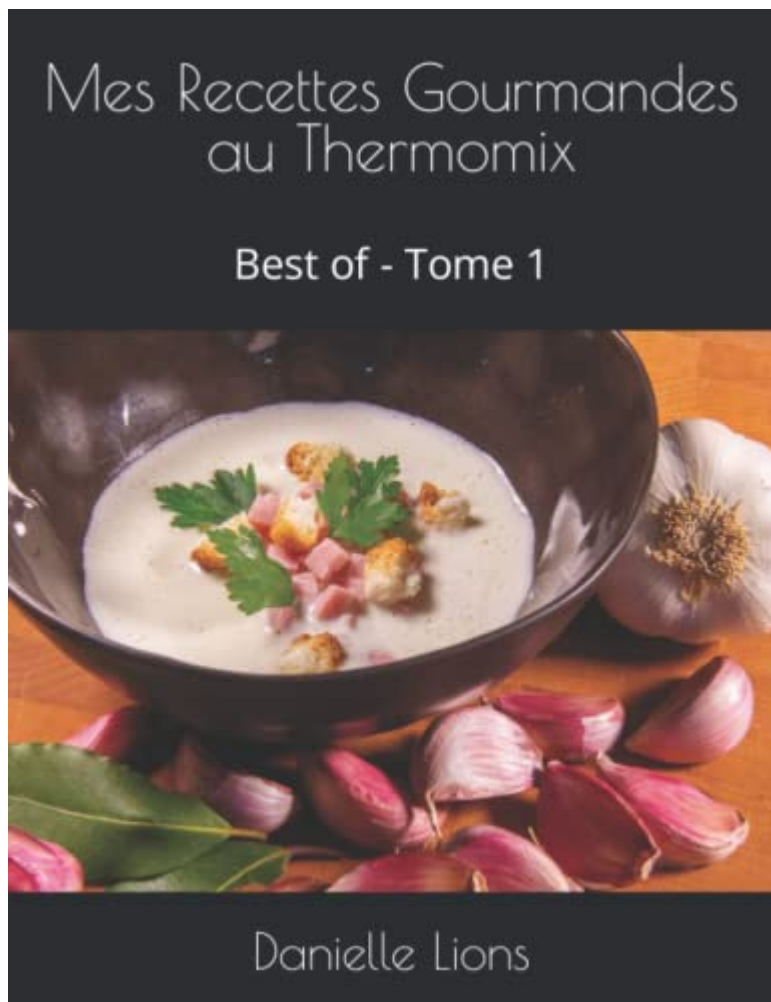
Vous ne connaissez pas encore le Thermomix, ce robot irremplaçable en cuisine? Alors si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

gourmantissimes@gmail.com

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