Tarte aux poires, bleu d’Auvergne et noix

Une bonne petite tarte de saison , réalisée rapidement en remplaçant la pâte de base par des feuilles de brick qui amènent un côté bien croustillant…

Tarte poires, bleu d’Auvergne et noix

Matériel

- un moule à tarte anti adhésif en acier avec fond amovible

FORMEGOLOSE™, moule à tarte avec fond amovible, 28 cm, en acier avec double couche d'anti-adhérent, couleur noir

Ingrédients pour une tarte

- 3 feuilles de brick
- un peu de beurre fondu
- un peu de tapioca: le tapioca va permettre d’absorber l’humidité du mélange œuf et fromage sans en altérer le goût
- 2 poires bien fermes
- le jus d’un citron

Pour le mélange au fromage

- 150 g de crème liquide
- 200 g de bleu d’Auvergne
- un œuf
- poivre
- des noix ou des noix de pécan (40 g coupées et quelques unes pour la présentation). Vous pouvez utilisez des noix de pécan caramélisées, ce sera encore meilleur! Pour la recette cliquez ici.

Préparation

- Pelez les poires; coupez-les en deux et ôtez le cœur à l’aide d’une cuillère parisienne. Coupez les demis poires en tranches. Citronnez-les avec le jus de citron pour éviter qu’elles ne s’oxydent.

Préparez les poires

- Coupez grossièrement quelques noix. Réservez.

Concassez les noix

- Pour la préparation au fromage: dans une casserole faites fondre à feu doux le fromage dans la crème. Laissez retomber en température et hors feu ajoutez l’œuf entier. Mélangez de manière homogène et poivrez.

Ajoutez l'œuf dans le mélange

- Beurrer les feuilles de brick et les empiler dans le moule à tarte. Enfournez 5 minutes à 180°. Puis saupoudrez le fond de la tarte avec un peu de tapioca qui va empêcher aux feuilles de brick de se ramollir.

Beurrer les feuilles de brick

- Répartissez le mélange au fromage dans la tarte et disposez les tranches de poire par dessus. Beurrez légèrement avec du beurre fondu les poires qui dépassent. Saupoudrez les brisures de noix sur la tarte et disposez quelques noix entières au milieu.

Garnissez le fond de tarte

- Enfournez à 180° pendant 30 minutes. Servez avec une bonne salade…

Tarte poires, bleu d’Auvergne et noix

Chou-fleur grillé à l’orientale (recette Thermomix végétarienne)

Cette recette est celle du chef Cyril Lignac, présentée dans son émission « Tous en cuisine » sur M6 (Plug en Belgique). Comme toutes les recettes du chef elle est à la fois gourmande et croquante grâce à son petits mélange de zaatar maison! Réalisée avec votre Thermomix c’est un jeu d’enfant et une recette très originale.

Chou fleur grillé à l’orientale (recette Thermomix végétarienne)

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

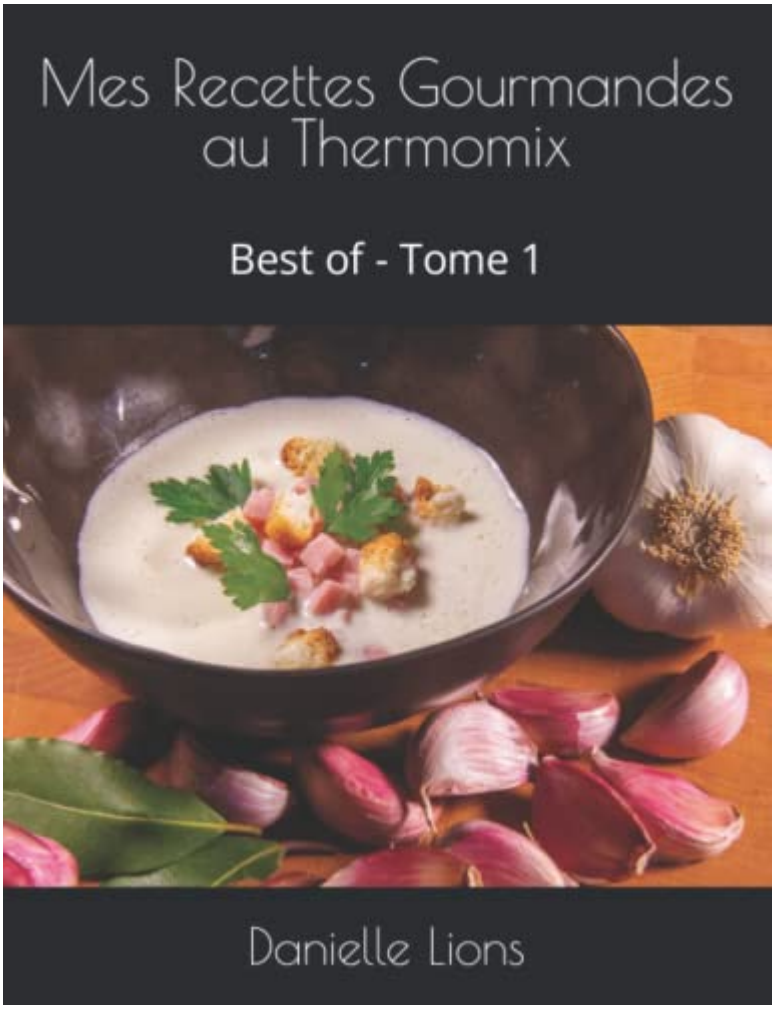
gourmantissimes@gmail.com

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

Pour connaitre 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 paraitre. 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: 35 minute

Difficulté: facile

Matériel

- une râpe microplane: cette petite râpe est essentielle en cuisine pour râper efficacement ou faire des zestes très fins d’agrumes. Vous pouvez vous en procurer en cliquant sur la photo ci-dessous.

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

Ingrédients pour 4 personnes

- un chou-fleur
- huile d’olive
- sel et poivre

Pour le zaatar maison

- 30 g de sésame blanc
- 4 g d’ail râpé
- 10 g de thym sec
- 10 g d’origan ou romarin sec
- 4 g de zeste de citron jaune
- 7 g de summac

Pour la sauce:

- 100 g de tahini (pâte de sésame)
- 2 gousses d’ail
- 50 g de menthe, coriandre, persil mélangé
- 100 g d’eau
- le jus d’un citron jaune
- le chef y met un petit piment vert mariné (ou cornichons et tabasco en remplacement) que je n’ai pas mis…J’ai ajouté des câpres au moment du dressage pour amener une petite pointe d’acidité et de croquant.

Préparation

- Positionnez-vous en mode pesée. Posez un petit bol sur le couvercle et pesez, en ajoutant au fur et à mesure: les 30 g de sésame, 10 g d’origan ou romarin, 10 g de thym, 7 g de summac, 4 g d’ail râpé. Puis zestez l’écorce d’un citron dans le mélange à l’aide de votre râpe microplane. Réservez ce mélange zaatar.

Mélange zaa’tar

- Coupez le chou-fleur en petites sommités. Disposez les petites têtes de chou-fleur dans le Varoma et cuisez-les pendant 15 minutes/ Varoma/ vit 0,5.
- Égouttez le chou fleur et disposez-le dans un plat, salez , poivrez et versez un filet d’huile d’olive par-dessus; placez au four 20 minutes à 180°.

Enfournez le chou-fleur

- Placez 100 g de tahini, 2 gousses d'ail, 50 g d'herbes aromatiques (menthe, coriandre, persil mélangé), 100 g d'eau, le jus d'un citron jaune dans le bol. Mixez 10 secondes/ vit 10. Rectifiez l'assaisonnement. La sauce est prête: réservez-la au frais.

Dressage

- Disposez les têtes de chou-fleur rôties dans assiette et versez la sauce tout autour et saupoudrez du mélange zaatar et terminez avec un filet d'huile d'olive et quelques câpres.

Chou fleur grillé à l'orientale (recette Thermomix végétarienne)

Bavarois de chou-fleur, cœur coulant tomate, sauce vierge aux olives

Bavarois de chou-fleur, cœur coulant tomate, sauce vierge aux olives (Recette végétarienne)

Ingrédients pour 4 personnes

- 350 g de chou-fleur
- 200 ml de crème
- 2 g d’agar agar: gélifiant naturel à base d’algues (dans les épiceries bio)

- une cuillerée à café de curry

Pour le cœur coulant

- environ 20 cl de sauce de tomate maison. Pour la recette cliquez ici.
- sel, poivre

Pour la sauce vierge aux olives

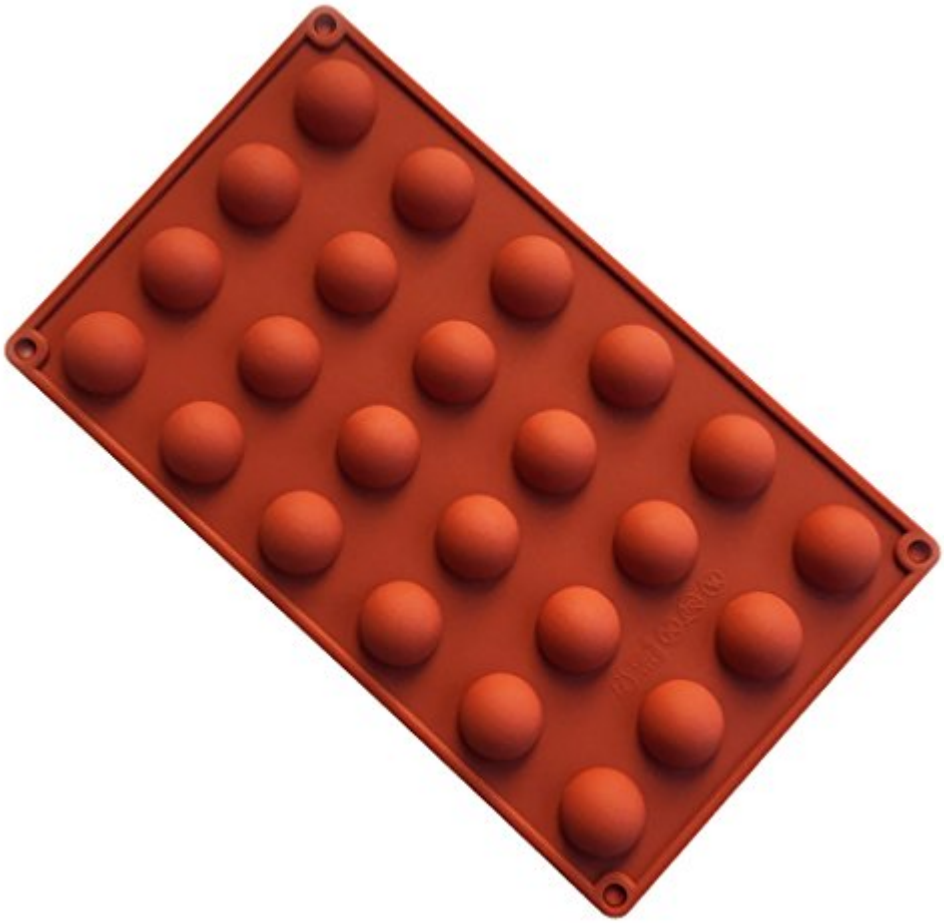
- 15 olives noires dénoyautées
- 5 tomates cerises
- 60 g de petits pois
- quelques toutes petites sommités de chou-fleur cru
- un petit bouquet de basilic frais
- huile d’olive
- vinaigre balsamic blanc
- sel, poivre

Matériel

- des moules demi sphère en silicone pour mouler le chou-fleur: vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous

Pure Vie Moule en Silicone de Qualité Alimentaire Gâteau de Bâton Décoration de Moule pour Muffins, Cupcake, Chocolat Et Gelée - 6 Gros Demi-sphères

- des moules pour vos petits inserts de sauce tomate: vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous



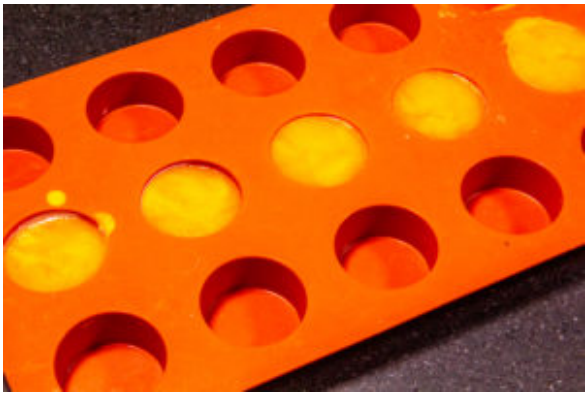
JasCherry Moule en silicone Pour Muffins, Cupcake, Chocolat, Pudding Et Gelée - Demi cercle #1

- une spatule coudée: vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous

Ibili 738000 3 Spatules Mini Inox 18/10/Plastique

Préparation

- La veille préparez votre sauce tomate: si vous suivez ma recette pour une sauce tomate maison (cliquez ici) vous en en aurez beaucoup plus que nécessaire: cette sauce se congèle très bien ou utilisez le reste pour une autre recette (pâte, moussaka…). Puis congelez-en dans vos petits moules pour réaliser vos inserts (un inseet par bavarois).



Congelez vos inserts de sauce tomate

- Coupez finement quelques têtes de chou-fleur crues et réservez-les: elles vous serviront pour la sauce vierge.

Coupez finement quelques têtes de chou-fleur

- Coupez 350 g de chou-fleur en tranches et cuisez-le à la vapeur: il doit être bien tendre. Mixez le chou-fleur cuit avec la crème et le curry. Salez et poivrez. Versez le tout avec l’agar agar dans une casserole et portez à ébullition pendant 2 minutes: c’est important car il faut atteindre l’ébullition pour que l’agar agar gélifie ensuite. Mélangez continuellement pendant les deux minutes d’ébullition.

Portez à ébullition

- Ôtez du feu. C’est là le petit côté technique de la recette: laissez retomber le chou-fleur en température mais pas en dessous de 45° sinon l’agar agar va gélifier. Mais attention vos inserts tomate sont congelés donc il ne faut pas les déposer dans le chou-fleur quand il est trop chaud… Dans tous les cas il faut travailler vite dés que vous allez commencer à mouler la purée de chou-fleur. Déposez un peu de purée de chou-fleur dans vos moules (à moitié) puis déposez vos inserts tomate dedans.

Posez vos insert de sauce tomate dans la purée de chou-fleur

- Recouvrez immédiatement avec le restant de purée de chou-fleur et lissez avec une petite spatule. Mettez au frais pendant environ 3 heures.

Lissez avec une petite spatule

- Pendant ce temps: écossez les petits pois et blanchissez-les 2 minutes dans de l’eau bouillante.

Blanchissez les petits pois

- Coupez les tomates cerise en 4 et ôtez les pépins . Puis coupez-les en petite brunoise.

Coupez les mini tomates en fine brunoise

- Ciselez le basilic.

Ciselez les feuilles de basilic

- Coupez les olives en petite brunoise.

Coupez les olives en petite brunoise

- Réalisez une vinaigrette (2/3 huile d’olive et 1/3 de vinaigre balsamique blanc). Ajoutez les sommités de chou-fleur crues, les olives, les tomates, le basilic et les petits pois. Rectifiez l’assaisonnement.

Réalisez la vinaigrette

Dressage

- Démoulez les bavarois et versez de la vinaigrette tout autour. Décorez avec quelques feuilles de basilic ou de pousses de salade. Et quand on ouvre: petite surprise, le cœur est coulant…

Bavarois de chou-fleur, cœur coulant tomate, sauce vierge aux olives (Recette végétarienne)

Aubergines rôties et laquées

Cette entrée est un plat typiquement japonais aux saveurs légèrement caramélisées. Les aubergines sont rôties au four quasiment sans graisse. Accompagnées d'œuf et d'une bonne salade, ces Aubergines rôties et laquées sont un plat exotique, léger et gourmand, idéal pour le soir.

Aubergines rôties et laquées

Ingrédients pour 4 personnes

- 2 belles aubergines
- 2 œufs
- deux jeunes oignons
- des graines de sésame au yuzu. Vous pouvez vous en procurer en cliquant ici.

Pour la sauce: tous ces ingrédients se trouvent au rayon asiatique de votre supermarché ou dans une épicerie asiatique ou encore sur Internet en cliquant ici.

- 2 cuillerées à soupe de miso rouge
- 2 cuillerées à soupe de soja sucré
- 2 cuillerées à soupe de mirin
- 2 cuillerées à soupe de saké
- 2 cuillerées à soupe d’huile de sésame

Préparation

- Faites cuire les œufs pendant 10 mn pour obtenir des œufs durs.

Faites cuire les œufs

- Écalez les œufs (ôtez la coquille) et écrasez-les finement avec une fourchette. Réservez.

Écrasez les œufs

- Mélangez tous les ingrédients de la sauce pour obtenir un mélange bien homogène.

Mélangez tous les ingrédients

- Ouvrez les aubergines en deux et incisez le dessus à l’aide d’un couteau en dessinant un damier.

Incisez les aubergines

- A l’aide d’un pinceau badigeonnez généreusement le dessus des aubergines en prenant soin de bien faire pénétrer la sauce dans les croisillons. Enfournez à 180° pendant 40 à 50 mn suivant les fours.

Enfournez les aubergines à 180° pendant 40 mn

Dressage

- Ciselez les oignons jeunes.

Ciselez les cèbettes

- Servez dés la sortie du four: disposez une demi aubergines dans l’assiette et saupoudrez d’œufs mimosa, d’oignon ciselé et de graines de yuzu.

Aubergines rôties et laquées

Crème Végan onctueuse au chocolat et noix de coco, sans oeuf ni lactose

Si vous êtes un gourmand accro au chocolat voici un dessert au chocolat bien onctueux! Réalisé à base de tofu soyeux et de lait de coco qui rendent la texture très crémeuse c’est un dessert facile et rapide à faire. Je le sers avec des tuiles à

la noix de coco dont vous trouverez la recette en cliquant ici.

Crème Végan onctueuse au chocolat et noix de coco, sans oeuf ni lactose

Ingrédients (pour 8 ramequins)

- 300 g de tofu soyeux
- 70 g de lait de coco
- 120 g de chocolat noir à pâtisser
- 2 cuillerées à café de pâte de noisette
- 50 g de sirop de sucre de canne
- 40 g de poudre de noix de coco
- une petite pincée de sel

Préparation

- Versez et mixez le tofu, la pâte de noisette, le sirop de sucre de canne et le lait de coco dans une casserole. Faites chauffer à feu doux en mélangeant en permanence: en effet quand le mélange chauffe il a tendance à former de grosses bulles qui éclatent en remontant à la surface…

Mixez le tofu, la purée de noisette, le sirop de sucer de canne et le lait de coco et versez le tout dans une casserole

- A l’aide d’un couteau coupez le chocolat en petits morceaux.

A l’aide d’un couteau coupez le chocolat en petits

morceaux

- Quand le mélange est chaud versez-le sur le chocolat coupé en morceaux (cela facilite grandement sa fonte).

Quand le mélange est chaud versez-le sur le chocolat coupé en morceaux

- Ajoutez une petite pincée de sel et la poudre de noix de coco et mélangez bien jusqu’à ce que le chocolat soit complètement fondu.

Mélangez bien jusqu’à ce que le chocolat soit complètement fondu

- Versez la crème dans des ramequins. Laissez pendre au frais pendant deux heures. Juste au moment de servir saupoudrez de noix de coco en poudre et ajoutez une

petit meringue ou des tuiles à la noix de coco. C’est prêt! Facile non?

Crème Végan onctueuse au chocolat et noix de coco, sans oeuf ni lactose

Crème Végan onctueuse au chocolat et noix de coco, sans oeuf ni lactose

---

Fraîcheur de tomates farcies

Les tomates farcies, une recette incontournable du sud; mais on peut également les réaliser sans cuisson au four, et sans viande pour une belle entrée fraîcheur tout en légèreté…Voici donc ma Fraîcheur de tomates farcies!

Fraîcheur de tomates farcies

Ingrédients pour la Fraîcheur de tomates farcies (4 personnes : comptez 2 tomates par personne)

- 8 tomates moyennes
- 1 grosse échalote
- 300 de cœur d’artichaut en boite
- une courgette
- 12 olives noires dénoyautées
- 30 g de graines de sarrasin grillé (kasha)
- une cuillerée à café de moutarde
- huile d’olive
- vinaigre de calamansi (le calamansi 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!
- sel et poivre

Pour le pistou

- 1 gousse d'ail
- les feuilles d'un gros bouquet de basilic
- 25 g de pignons et 30 g pour la présentation
- 15 cl d'huile d'olive
- 2 belles cuillerées à soupe de parmesan
- sel
- poivre

Pour les tuiles de parmesan

- 45 g de parmesan râpé
- 30 g de farine
- 30 g de beurre mou (température ambiante)

Matériel

- un pilon et un mortier pour les puristes ou tout simplement un mixeur (pour la préparation du pistou)

Préparation

Pour le pistou

- Dans une poêle faire torréfier à sec **tous** les pignons.

N’oubliez pas que vous en utiliserez 25 g pour le pistou et 30 g pour la présentation.

Faire revenir les pignons dans une poele

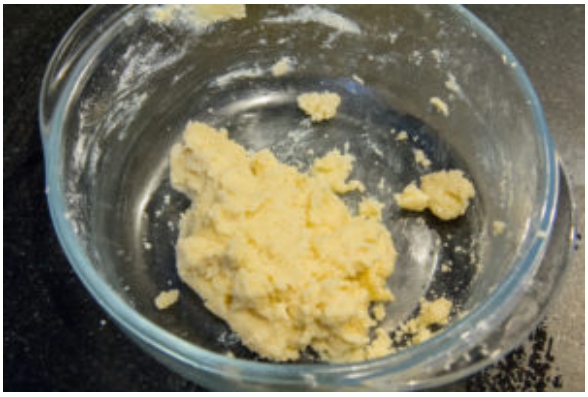
- Mettez tous les ingrédients dans le mixeur (**25** g de pignons, basilic, huile, ail, parmesan) à l’exception du sel et du poivre. Vous rectifierez l’assaisonnement à la fin: en effet le parmesan est déjà bien salé. Mixez et conservez dans un récipient hermétique au frais. Le pistou se conserve ainsi 3 à 4 jours.

Mixer tous les ingrédients

- Pour les tuiles de parmesan: versez tous les éléments du crumble dans un bol.

Versez tous les éléments du crumble dans un bol

- Pétrissez avec vos doigts pour bien mélanger le tout.



Pétrissez avec vos doigts pour bien mélanger le tout

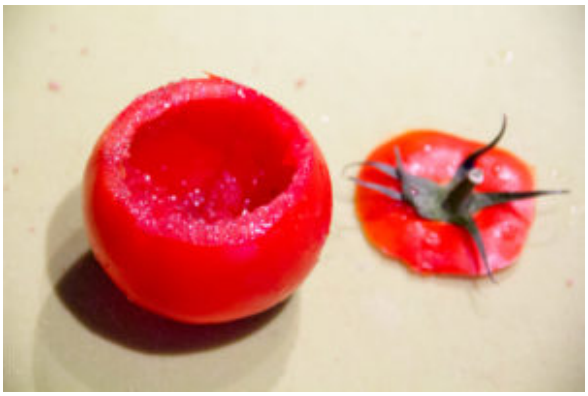
- Étalez finement (2mm) sur une surface anti adhésive. Enfournez à 180 ° pendant environ 15 mn.

Étalez finement (2mm) sur une surface anti adhésive

- Dés la sortie du four emporte-piècez le biscuit en utilisant un emporte pièce rond d'un diamètre supérieur à celle de vos tomates. Surtout n'attendez pas que le biscuit refroidisse car sinon cette opération sera impossible. Quand vous avez réalisé 8 ronds de biscuits laissez refroidir complètement avant de les soulever avec une petite spatule: attention ils sont fragiles! Gardez-les dans une boite hermétique.

Les tuiles de parmesan sont prêtes

Pour les tomates: coupez le chapeau des tomates et évidez-les avec une petite cuillère. Salez l'intérieur. Gardez bien les chapeaux des tomates pour la présentation.



Coupez le chapeau des tomates et évidez-les avec une petite cuillère

- Posez les tomates retournées sur une grille que vous

placerez au-dessus de votre évier. Les tomates vont ainsi dégorger leur eau.

Posez les tomates retournées sur une grille

- Pendant ce temps préparez la farce. Ciselez l’échalote et faites-la revenir dans une poêle avec un peu d’huile d’olive.

Ciselez l’échalote et faites-la revenir dans une poêle

- Quand elle est translucide ajoutez les cœurs d’artichaut égouttés; salez et poivrez. Mixez finement le tout avec la moutarde et rectifiez l’assaisonnement.

Quand elle est translucide ajoutez les cœurs d’artichaut égouttés

- Coupez la courgette en quatre dans la longueur et évidez l’intérieur de chaque morceau avec une cuillère pour en ôter les graines. Coupez alors la courgette en fine brunoise.

Coupez alors la courgette en fine brunoise

- Réalisez également une fine brunoise avec les olives.

Réalisez également une fine brunoise avec les olives

- Faites chauffer de l’eau et plongez-y les graines de sarrasin; laissez cuire 10 mn et égouttez. Il ne reste plus qu’à mélanger tous les éléments de la farce: purée d’artichaut, graines de sarrasin, courgette et olive. Ajoutez le vinaigre, la moutarde et rectifiez l’assaisonnement.

Il ne reste plus qu’à mélanger tous les éléments de la farce

- Remplissez les tomates. ne posez le disque de biscuit au parmesan dessus qu’au moment du service sinon il va ramollir. Et recouvrez avec le chapeau des tomates.

Remplissez les tomates

Dressage

- Disposez vos tomates dans l’assiette. tracez une généreuse ligne de pistou à côté et saupoudrez de pignons grillés…

Fraîcheur de tomates farcies

Fraîcheur de tomates farcies

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

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.

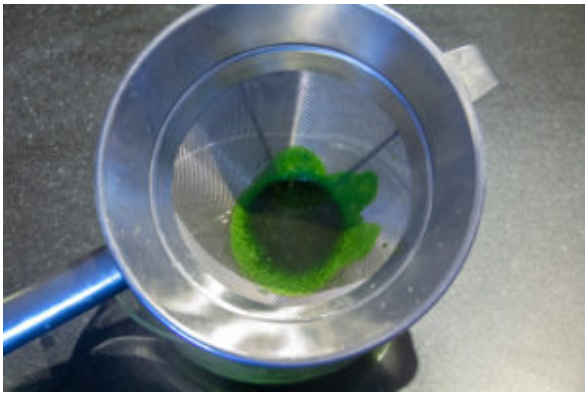
Matériel

- une mandoline: vous pouvez utilisez 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

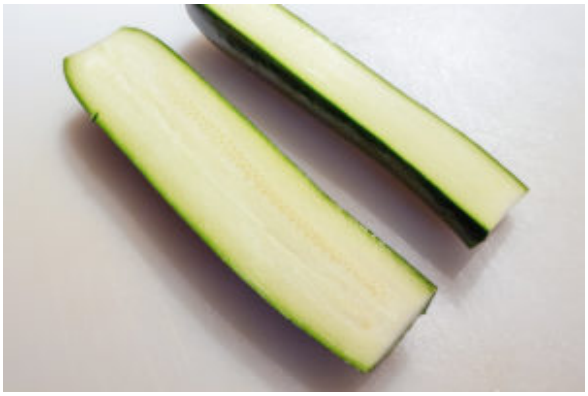
- Ajoutez les pignons torréfiés.

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

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, Ecumoire 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°

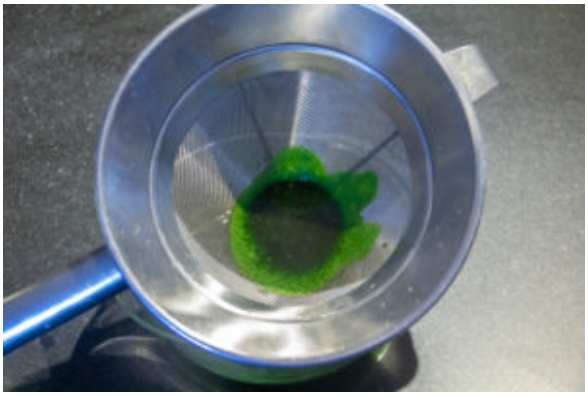
- Égouttez les rondelles d’oignons sur du papier absorbant et salez-les immédiatement. Réservez.

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

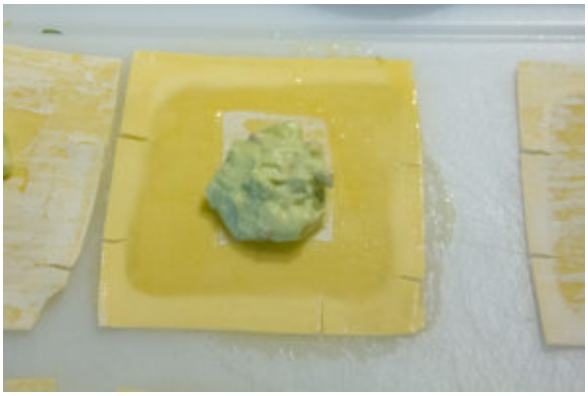
- Rajoutez les dés de poires et le parmesan à la farce. Rectifiez l’assaisonnement.

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

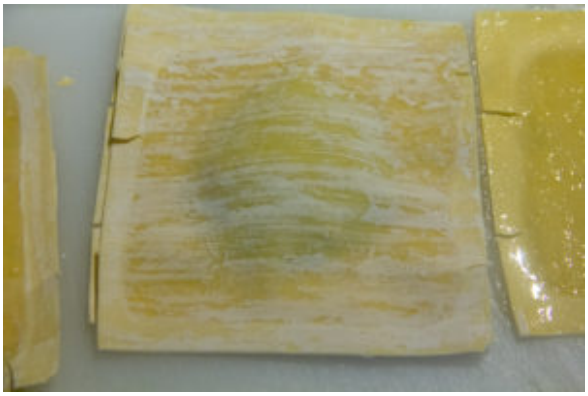
- Posez une petite cuillère de farce au milieu d’un carré de pâte. A l’aide d’un pinceau passez un peu d’œuf battu sur tout le pourtour du carré de pâte.



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

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

Oeuf crémeux en mode végétal

Ce soir Oeuf crémeux en mode végétal, une délicieuse verrine qui va ravir vos palais végétariens. A la fois moelleuse et croquante elle constitue un plat complet qui réunit légumes, protéines et produits laitiers tout en étant extrêmement goûteuse. Et oui on peut manger végétarien et gourmand…Régalez-vous !

Oeuf crémeux à la mode végétale

Ingrédients pour l’Oeuf crémeux à la mode végétal (4 personnes)

- 4 œufs **extra frais:** c’est important! Cela évite que le blanc d’œuf se répande partout dans l’eau au moment de la cuisson.
- un peu de vinaigre blanc

Pour le crumble de parmesan

- 45 g de parmesan râpé
- 30 g de farine
- 30 g de beurre

Pour la compoté d’oignons

- deux oignons blancs
- une belle noix de beurre

- sel, poivre

Pour la purée de carotte

- 400 g de carottes orange pour la purée de carotte
- 20 g de beurre
- un oignon blanc
- sel, poivre

Pour la crème d’échalote

- deux échalotes
- une noix de beurre
- une cuillère à soupe de vinaigre de calamansi (citron): 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!
- 15 cl crème fraîche liquide entiere
- 5 cl de lait
- sel et poivre

Pour le dressage: quelques brins de ciboulette

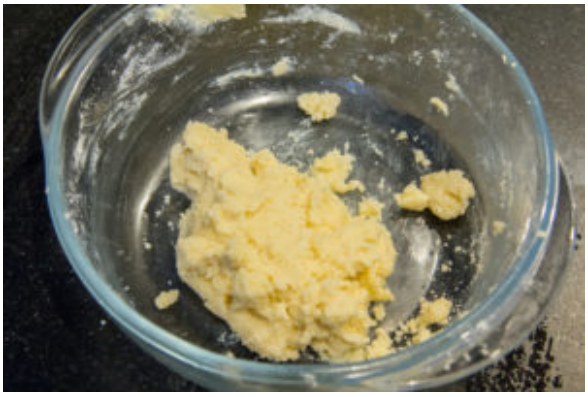
Préparation

Pour le crumble de parmesan

- Versez tous les éléments du crumble dans un bol.

Versez tous les éléments du crumble dans un bol

- Pétrissez avec vos doigts pour bien mélanger le tout.



Pétrissez avec vos doigts pour bien mélanger le tout

- Étalez finement (2mm) sur une surface anti adhésive.

Étalez finement (2mm) sur une surface anti adhésive

- Enfournez à 180 ° pendant environ 15 mn.

Enfournez à 180 ° pendant environ 15 mn

- Lorsque le biscuit est refroidi, brisez-le en petits morceaux et réservez dans une boite hermétique.

Pour la compotée d’oignon

- Épluchez les deux oignons et coupez-les en brunoise (petits dés). Faites-les revenir dans une sauteuse avec une noix de beurre jusqu’à ce que l’ensemble des morceaux soit bien translucide. Salez, poivrez et réservez.

Faites revenir l’oignon dans un peu de beurre

Pour la purée de carotte

- Épluchez l’oignon et coupez-le en brunoise (petits dés). Faites-les revenir dans une sauteuse avec une noix de beurre jusqu’à ce que l’ensemble des morceaux soient bien translucide.

Faites revenir l’oignon à la poêle avec un peu de beurre

- Épluchez les 400 g de carottes. Coupez-les en petits dés: plus vous les couperez petits plus les carottes cuiront vite!

Coupez les carottes en mirepoix d'un cm de côté

- Ajoutez les carottes à l'oignon. Salez et poivrez.

Ajoutez les carottes à l'oignon

- Recouvrez d'eau à hauteur et laissez cuire doucement à couvert jusqu'à ce que les carottes soient bien tendres. Mixez alors les carottes et oignons avec le beurre mais **sans jus de cuisson** s'il vous en reste. Rectifiez l'assaisonnement. Votre purée est prête : réservez-la au frais. Vous la réchaufferez au micro onde au moment de servir.

Recouvrez d’eau et laissez mijoter à feu doux à couvert

Pour la crème d’échalote

- Épluchez les échalotes et taillez-les en fine brunoise.

Épluchez les échalotes et taillez-les en fine brunoise

- Faites revenir les échalotes avec une noix de beurre et le vinaigre dans une petite casserole. Elles doivent devenir tendres.

Faites revenir les échalotes avec une noix de beurre et le vinaigre dans une petite casserole

- Recouvrez les échalotes à hauteur avec de la crème. Amenez à ébullition et ôtez du feu.

Recouvrez les échalotes à hauteur avec de la crème

- Ajoutez le lait et mixez finement à l’aide d’un mixeur plongeur.

Ajoutez le lait et mixez finement à l'aide d'un mixeur plongeur

Il ne vous reste plus qu'à cuire les œufs (3 minutes de cuisson).

Cuisson des oeufs pochés

Je donne ici tous mes conseils pour réaliser des œufs pochés. Pas de photos mais une vidéo beaucoup plus parlante!

- Faites bouillir de l'eau avec une bonne cuillerée à soupe de vinaigre blanc. A ébullition baissez le feu pour obtenir juste un frémissement.
- Cassez **un œuf** dans un petit ramequin. Procédez un œuf après l'autre si vous n'avez pas l'habitude.
- Mettez le ramequin juste au-dessus de la surface de l'eau et versez l'œuf tout doucement dans l'eau pour que le blanc ne s'éparpille pas dans l'eau. Vous pouvez également utiliser une louche. Surtout ne faites pas tourbillonner votre eau…
- A l'aide d'une ou deux cuillères rabattez les bords du blanc sur le jaune pour emprisonner ce dernier.
- A l'aide d'une écumoire sortez l'œuf au bout de trois minutes de cuisson.

- Puis déposez l'oeuf sur un torchon propre et ébarbez-le si besoin (ébarber c'est enlever tous les petits

morceaux qui dépassent pour obtenir un bel œuf). Recommencez avec les autres œufs. Quand vous aurez l'habitude vous pourrez en pocher plusieurs à la fois mais au début procédez un par un…

- Mais vous me direz » Mes œufs vont être servis froids! ». Pas du tout! Juste avant de servir faites tiédir une petite quantité d'eau et replongez **HORS FEU** les œufs dedans pendant 1 minute ou deux.

replongez les œufs dedans pendant 1 minute ou deux HORS FEU

Dressage

Faites réchauffer la crème d'échalote et redonnez-lui un petit tour de mixeur plongeant pour obtenir une belle écume.

- Ciselez quelques brins de ciboulette.

Ciselez la ciboulette très finement

- Déposez un peu d’oignon au fond des verrines puis recouvrez de purée de carotte.

- Dressez un œuf poché sur la purée de carotte sur lequel vous versez une cuillerée de crème d’échalote.

- Et on finit en saupoudrant de crumble de parmesan et de ciboulette hachée.

Et on finit en saupoudrant de crumble de parmesan et de ciboulette hachée

C’est absolument délicieux…

Oeuf crémeux à la mode végétale

Oeuf crémeux à la mode végétale

Tout artichaut (cromesquis et barigoule, espuma au poivron)

J’adore les artichauts…Et aujourd’hui j’avais envie d’en faire le phare d’une recette gourmande végétarienne en le déclinant en deux façons: une barigoule et des cromesquis bien croquants agrémentés d’une sauce aux poivrons que vous pouvez servir au siphon pour plus de légèreté. Voilà comment on peut se faire plaisir en mangeant végétarien!

Les artichauts sont préparés en cuisson sous vide basse température pour obtenir encore plus de saveurs mais vous pouvez les préparer également à la vapeur si vous n’êtes pas

équipé pour la cuisson sous vide.

Tout artichaut (cromesquis et barigoule, espuma au poivron)

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

Le siphon n’est pas indispensable mais il permet une sauce plus aérée et une jolie présentation. Sinon versez simplement le coulis de poivron sur votre barigoule ou servez la sauce à part dans des petits ramequins.

- un siphon. Pour en savoir plus sur la bonne utilisation des siphons cliquez ici. Je vous conseille grandement la marque ISI. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.

iSi 1603 Siphon

Si vous désirez cuire les artichauts sous vide:

- 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

- un moule à mini muffin en silicone. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous

Belmalia moule à muffins pour 24 mini muffins en silicone anti-adhésif, cupcakes, brownies, gâteaux, pudding Violet

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

Passoire asiatique parfaite en acier inoxydable pour cuisine - Avec maillage en spirale, Acier inoxydable, DIA. 18CM

Ingrédients pour 4 personnes

Pour les artichauts: vous pouvez choisir des artichauts surgelés mais vous pouvez également les préparer frais et sous vide basse température, ils seront ainsi plus concentrés en saveurs.

Des questions sur la cuisson sous vide basse température? Cliquez ici.

- Environ 8 à 9 gros artichauts frais ou 8 à 9 fonds d’artichauts surgelés selon leur poids. En fait il vous faudra au total 650 g de fonds d’artichaut: 400 g pour les cromesquis et le restant pour la barigoule
- un jus de citron pour éviter que les artichauts ne

noircissent
- une échalote
- 2 belles tomates
- 15 olives noires dénoyautées
- 15 olives vertes dénoyautées
- 60 g de tomates séchées à l’huile. Pour la recette maison cliquez ici.
- 10 cl de vin blanc
- crème fraîche liquide entière si besoin
- une gousse d’ail
- sel et poivre

Pour la cuisson des cromesquis

- farine
- blanc d’œuf
- chapelure ou panko (le panko est une chapelure asiatique beaucoup plus croustillante. Vous en trouverez dans les épiceries asiatiques)
- huile de friture

Pour l’espuma au poivron

- deux poivrons rouges
- une échalote
- 200 g de crème fraîche liquide entière
- sel et poivre

Préparation

- Coupez le haut des artichauts.

Coupez le haut des artichauts

- Puis à l’aide d’un couteau bien aiguisé tournez autour de l’artichaut en tenant le couteau en biais vers le haut pour en enlever progressivement les feuilles jusqu’au cœur.

Puis à l’aide d’un couteau tournez autour de l’artichaut pour en enlever progressivement les feuilles jusqu’au cœur

- Ôtez les feuilles restantes et le foin. Citronnez au fur et à mesure les fonds d’artichauts pour éviter qu’ils ne noircissent.

Citronnez au fur et à mesure les fonds d’artichauts pour éviter qu’ils ne noircissent

- Mettez les artichauts sous vide et cuisez-les au bain marie à l’aide de votre thermoplongeur à 85° pendant une heure. Si vous n’êtes pas équipé pour la cuisson sous vide, cuisez-les simplement à la vapeur.

Mettez les artichauts sous vide

- Coupez les artichauts d’abord en tranches puis en dés. Réservez-en quelques tranches pour le dressage.

Coupez les artichauts d'abord en tranches puis en dés

- **Prélevez 400 g** de dés d'artichauts (on n'utilise pas toute la quantité que l'on vient de couper) et mixez-les finement avec une petite gousse d'ail. Ajoutez au besoin une ou deux cuillerées de crème fraîche liquide pour lier le tout. Salez et poivrez.

Mixez finement 200 g de dés d'artichaut

- Remplissez vos petits moules de purée d'artichaut et mettez au congélateur pendant 2 heures. Si vous n'avez pas de moule anti adhésif de ce type, utilisez un moule à glaçons. Ces petits glaçons d'artichaut formeront le cœur de vos croquettes d'artichaut ou cromesquis.

Mixez finement 200 g de dés d’artichaut

- On prépare maintenant la barigoule d’artichaut. Faites bouillir une casserole d’eau. Avec la pointe d’un couteau taillez une croix sur le haut des tomates. Plongez les tomates dans l’eau pendant deux minutes. Ôtez la peau des tomates, coupez-les en deux et ôtez les graines. Coupez les tomates en petits dés. Réservez.

Coupez les tomates en petits dés

- Coupez les tomates séchées en petits dés. Réservez.

Coupez les tomates séchées en petits dés

- Dénoyautez les olives et coupez-les en quatre. Réservez.

Dénoyautez les olives et coupez-les en quatre

- Ciselez l’échalote et faites-la revenir avec un peu d’huile d’olive et le vin blanc.

Ciselez l’échalote et faites-la revenir dans une

poêle

- Ajoutez le restant de dés d’artichaut.

Ajoutez le restant de dés d’artichaut

- Rajoutez les tomates fraîches, les tomates séchées, les olives. Faites revenir quelques minutes. Rectifiez l’assaisonnement. Réservez.

Rajoutez les tomates fraîches, les tomates séchées, les olives

- Coupez les poivrons rouges en brunoise.

Coupez les poivrons rouges en brunoise

- Pour l’espuma aux poivrons: épluchez et ciselez une échalote. Faites-la revenir avec un peu d’huile et rajoutez les dés de poivron.

Faites revenir les dés de poivron

- Mixez finement le mélange poivron et échalote ; ajoutez la crème fraîche en fin de mixage.

Mixez finement le mélange

- Filtrez et remplissez votre siphon de la sauce de poivron. Ajoutez une à deux cartouches selon le volume de votre siphon. Secouez et réservez au frais au moins une heure. Pour plus d’explications sur l’utilisation des siphons cliquez ici.

Filtrez la sauce

- 10 minutes avant le service faites chauffer de l’huile à 180°. Sortez les cromesquis d’artichaut du congélateur et démoulez-les. Panez-les en les passant d’abord dans la farine puis dans du blanc d’œuf légèrement battu et enfin de la chapelure ou panko selon votre choix.

Panez les cromesquis

- Pour la cuisson des cromesquis: plongez les cromesquis dans l’huile bien chaude (180°). Déposez-les au fur et

à mesure sur du papier absorbant. Salez dés la sortie du bain.

Cuisez les cromesquis

Dressage

- Disposez une cuillerée de barigoule au milieu de l’assiette et 4 cromesquis tout autour. Pochez des points d’espumas de poivron entre les cromesquis; puis finissez en disposant des olives entières et quelques tranches d’artichaut que vous avez préalablement réservées.

Tout artichaut (cromesquis et barigoule, espuma au poivron)

Pommes éventail, gouda, oignons frits et sauce carotte

Un bon petit plat revigorant et gourmand à servir avec une salade agrémentée avec des noix pour une douce soirée d'hiver… Voici mes Pommes éventail, gouda, oignons frits et sauce carotte, un plat végétarien qui va vous régaler.

Pommes éventail, gouda, oignons frits et sauce carotte

Ingrédients:

- 15 cl d’huile d’olive
- pommes de terre à chair ferme; comptez deux ou trois belles pommes de terre par personne
- du thym ou de l’origan
- 2 gros oignons
- 200 g de gouda en tranches
- sel

Pour la sauce carotte (environ 250 ml de sauce)

- 6 carottes
- un oignon
- le jus d’une demi orange et le zeste d’une orange

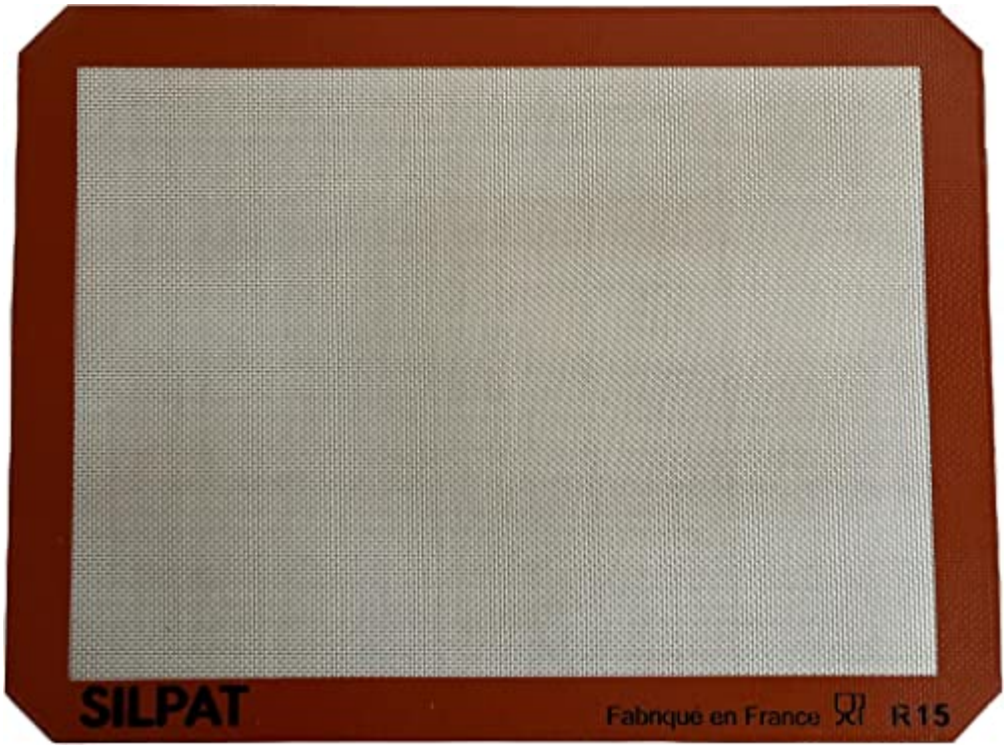
- une cuillerée à soupe de vadouvan: c’est un étonnant mélange d’épices Indiennes qu’il vous faut absolument découvrir. Vous pouvez en trouver sur l’excellent site de vente d’épices Thiercelin en cliquant ici.
- 250 g de bouillon de légumes
- 100 g crème fraîche liquide entière ou crème de cuisine végétale au soja pour plus de légèreté
- beurre
- sel et poivre

Matériel

- deux baguettes chinoises pour vous aider dans la découpe des pommes de terre
- un pinceau de cuisine. Vous pouvez en trouver en cliquant ici:

ORBLUE Pinceau en silicone de qualité professionnelle pour pâtisserie, glaçage et nappage en vert

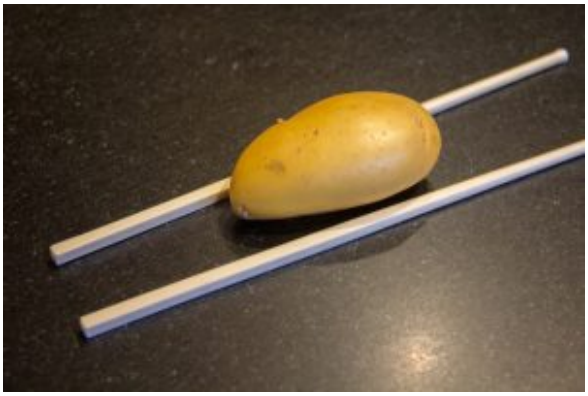
- un silpat. Vous pouvez en trouver en cliquant ici:



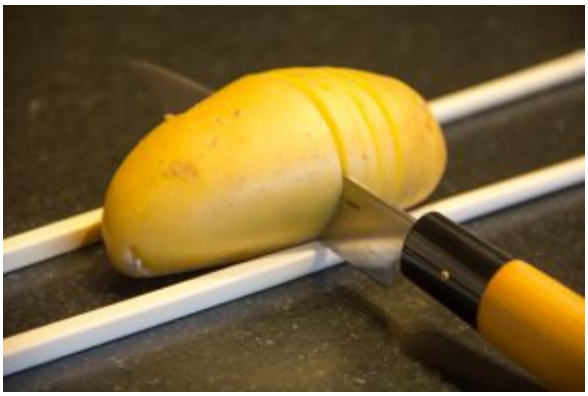
Toile de cuisson anti-adhésive Silpat 40 x 30 cm, Rectangulaire, Beige

Préparation

- Lavez vos pommes de terre soigneusement. Les baguettes vont vous permettre de trancher les pommes de terre en évitant d’aller jusqu’au bout de la coupe et de les trancher complètement…Positionnez votre pomme de terre entre les deux baguettes.


Posez la pomme de terre entre deux baguettes

- Utilisez un bon couteau bien tranchant et réalisez des lamelles régulières sur les pommes de terre d'environ 2 mm d'épaisseur, sans aller jusqu'à les trancher complètement.



Réalisez des lamelles régulières sur les pommes de terre

- Réalisez une petite marinade avec les 15 cl d'huile d'olive, le thym (ou l'origan) et du sel.

Réalisez une petite marinade avec les 15 cl d'huile d'olive, du thym et du sel

- Huilez les pommes de terre avec la marinade à l'aide d'une pinceau; il est important de bien passer délicatement **entre toutes** les petites tranches en faisant bien attention de ne pas « casser » la pomme de

terre.

Huilez les pommes de terre avec la marinade

- Découpez les tranches de fromages en petits cercles du même diamètre que vos pommes de terre. Comptez environ 6 cercles de fromage par pommes de terre. Réservez.

Découpez les tranches de fromages en petits cercles

- Enfournez les pommes de terre une heure à 200°; vos pommes de terre vont s’ouvrir au cours de la cuisson et deviendront bien croustillantes. 10 minutes avant la fin de la cuisson insérez quelques petites cercles de fromage entre les feuillets de pommes de terre…

Enfournez les pommes de terre une heure à 200°

- Pendant la cuisson des pommes de terre préparez les oignons frits: épluchez les oignons et coupez-les en tranches.

Épluchez les oignons et coupez-les en tranches

- Faites chauffer de l’huile à 180°; plongez les oignons dans le bain et laissez dorer; égouttez-les sur du papier absorbant et salez-les à la sortie du bain. Réservez.

Faites frire les rondelles d’oignons

- Préparez la sauce carotte: épluchez l’oignon et ciselez-le finement. Faites revenir l’oignon dans une poêle avec une noix de beurre et le vadouvan.

Faites revenir l’oignon avec une noix de beurre et le vadouvan

- Épluchez et coupez les carottes en tranches fines. Plus les tranches seront fines plus elles cuiront vite.

Épluchez et coupez les carottes en tranches fines

- Ajoutez les carottes à l’oignon. Laissez cuire 2 minutes et ajoutez le fond de légume, le zeste d’orange et le jus d’orange. Découpez une feuille de papier cuisson découpée à la taille de votre poêle et disposez-la sur les carottes. Laissez cuire à feu doux jusqu’à ce que les carottes soient tendres. Au besoin rajoutez un peu de fond de légumes.

Découpez une feuille de papier cuisson de la taille de votre poêle et disposez-la sur les carottes

- Mixez le tout . Finissez en ajoutant la crème de votre choix. Votre sauce est prête.

Mixez la sauce finement

Dressage

- Disposez deux ou trois pommes de terre sur votre assiette de présentation. Ajoutez les oignons frits et la sauce…

Pommes éventail, gouda, oignons frits et sauce carotte

Pommes éventail, gouda, oignons frits et sauce carotte