Beef Jerky

Le Beef Jerky est une recette de viande marinée puis séchée pendant plusieurs heures: c’est un petit encas, riche en protéine à grignoter quand on a faim, à ajouter à une bonne salade ou encore à servir à l’apéritif accompagné de guacamole ou de caviar d’aubergine.

Beef Jerky

Pour réaliser cette recette il faudra faire sécher votre viande après l’avoir marinée. Le temps de séchage dépend de l’épaisseur de vos tranches: plus elles seront épaisses plus il vous faudra du temps. En moyenne il faut compter environ 5 à 8 heures. Pour cela vous avez deux solutions: soit la sécher au four à 70° soit utiliser un déshydrateur d’aliment.

Les déshydrateurs sont des appareils très utiles en cuisine : ils vous permettent de déshydrater les aliments comme les

champignons, les crevettes, les fruits, la viande pour en faire des mets comme le beef jurky ou dans le but de les conserver beaucoup plus longtemps. J’utilise celui de la marque Tescoma mais vous pouvez en commander en cliquant sur l’image ci- dessous:

COOCHEER Déshydrateur Aliment 8 Plateaux, Déshydrateur de Légume de Fruit avec Minuterie et Réglages de Température, écran à LED, 400W

Ingrédients

- 200 g de bœuf (utilisez un morceau pas gras comme un steack ou du filet)
- 30 g de sauce soja sucré
- 10 g d’ail en poudre
- 15 g de paprika fumé

- 5 g de vinaigre de riz
- une ou deux gouttes de Worcestershire sauce selon votre goût ou 2 g de poivre

Préparation

Préparez la marinade en mélangeant tous les ingrédients. Placez votre morceau de viande au congélateur pendant 15 à 20 minutes. Il sera ainsi plus ferme donc plus facile à couper. Coupez la viande en fines lamelles et mélangez-la avec la marinade. Placez le tout au frais pendant 4 heures.

Puis disposez vos lamelles de viande sur les clayettes de votre déshydrateur et lancez la déshydratation à 70° pendant 6 à 8 heures. Si vous ne les dévorez pas tout de suite vous les conserverez dans une boîte hermétique ou en les mettant sous vide.

Placez la viande dans le déshydrateur

A croquer ou à déguster avec un bon caviar d’aubergines!

Beef Jerky

Quintessence de maïs

Une verrine au maïs que vous pourrez servir aussi bien à l’apéritif qu’en entrée. Le maïs y est décliné sous toutes ses formes: mousse moelleuse, grains au paprika fumé et pop corn pour le croquant…

Quintessence de maïs

Et si vous êtes fatiguée des chips, tacos, cacahuètes, biscuits industriels, découvrez dans mon dernier livre mes recettes pour des mises en bouches variées, originales, exotiques, bref autant d’exquises petites préparations qui feront de votre début de soirée une véritable fête gourmande.

Le livre est disponible dès maintenant ici, en version brochée ou en version Kindle. Cliquez sur le lien ci-dessous pour le commander.

« Verrines et bouchées gourmandes pour un apéritif réussi! »

Ingrédients pour 4 verrines

Pour le siphon de maïs

- 25 cl de crème fraiche liquide entière
- 50 g de grains de maïs cuits
- 1 g de gélatine
- une cuillérée à soupe rase de paprika fumé
- sel

Pour la garniture

- 100 g de grains de mais cuits
- des pop corn salés
- des oignons frits séchés (en grande surface)

Matériel

- un siphon. Je vous conseille grandement les siphons de la marque ISI…Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous. Pour plus d’information sur l’utilisation d’un siphon cliquez ici.

ISI CB502 Siphonà crème

- un mixeur plongeant, essentiel pour obtenir une préparation bien lisse pour votre siphon ou un Thermomix (pour plus d’information sur cet exceptionnel robot culinaire cliquez ici). Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.

BLACK+DECKER BXHBA1000E - Mixeur plongeant multifonction 3 en 1 1000W, 20 vitesses + Turbo, anti-éclaboussures, verre doseur, bol hachoir, fouet, noir et inox anti-traces de doigts

Préparation

- Faites tremper la demi feuille de gélatine dans de l’eau froide.

Faire tremper la gélatine

- Faites revenir les grains de maïs (la totalité soit 150 g) dans une poêle avec un peu de beurre et du paprika. Salez. Prélevez-en 50 g que vous allez utiliser pour le siphon de maïs. Réservez le reste après avoir rectifié l’assaisonnement en sel.

Faites revenir les grains de maïs

- Faites chauffer les 250 g de crème dans une casserole et ajoutez les 50 g de maïs. Ajoutez la demi feuille de gélatine essorée. Mixez très finement et filtrez la préparation. Versez la préparation dans votre siphon. Vous pouvez réserver votre siphon au chaud au bain marie à feu doux (40°) en attendant de servir.

Remplissez votre siphon

Dressage

- Déposez un peu de grains de maïs au paprika dans le fond des verrines. Pochez la crème par dessus à l’aide du siphon et saupoudrez de pop corn et oignons séchés. Servez immédiatement.

Quintessence de maïs

Mille feuille Foie gras, magret fumé et pomme

Ces petits mille-feuilles au foie gras, croustillants et gourmands sont idéaux pour un apéritif de fête!

Vous pouvez préparer tous les éléments à l’avance et les dresser au dernier moment; en effet si vous les montez trop à l’avance la compote va ramollir vos feuilles de brick croustillantes. Mais rassurez-vous ils se montent très rapidement.

Et si vous recherchez de belles recettes pour vos apéritifs

festifs, mon nouveau livre « **Verrines et bouchées gourmandes pour un apéritif réussi!** » vient de sortir spécialement pour vous.

Un bon repas se commence toujours par un apéritif chaleureux et gourmand…C’est pourquoi il faut toujours soigner tout particulièrement cette occasion de commencer une réjouissance culinaire.

Mille feuille Foie gras, magret fumé et pomme

Ingrédients pour environ 20 « mille feuilles »

- des feuilles de brick: pour cette recette j'ai choisi de les découper en format 4 cm sur 4 cm…
- beurre fondu
- quelques tranches de foie gras mi cuit (pour la recette maison cliquez ici) coupées à la dimension de vos découpes de feuilles de brick.

Pour la compote

- 2 pommes granny
- beurre
- une cuillerée à soupe rase de sucre
- une cuillerée à soupe de vinaigre balsamique blanc; choisissez-en un de bonne qualité comme par exemple en

cliquant ici.
- du poivre Sichuan
- sel
- quelques tranches de magret fumé (environ 50 g)
- 40 g de pomme granny supplémentaires à tailler en brunoise
- un peu de jus de citron pour éviter l’oxydation des pommes crues

Matériel

- une cuillère à pomme parisienne

3 Claveles 4800 - Cuillère parisienne double 22 et 25 mm

Préparation

Vous préparerez tous les éléments à l’avance et les dresserez au dernier moment, juste avant de servir pour éviter que la compote ramollisse les feuilles de brick.

- On commence par la compote: pelez les pommes, ôtez-en le cœur à l’aide d’une cuillère à pomme parisienne.

Coupez les pommes en deux

- Découpez les 2 pommes en morceaux et faites-les cuire à feu doux avec une belle noix de beurre et le sucre.

Faites cuire les pommes à feu doux

- En fin de cuisson, quand les pommes sont bien tendres, déglacez au vinaigre balsamique blanc et ajoutez le poivre Sichuan. Réservez.

Déglacez au vinaigre balsamique blanc

- Ôtez le gras des tranches de magret et découpez les tranches en tout petits dés. Réservez.

Coupez les tanches de magret en tout petits dés

- Coupez quelques tranches d’une pomme granny smith (cette fois-ci vous n’avez pas besoin de peler la pomme) et découpez-les en fine brunoise: il vous en faut environ 50 g.

Coupez la pomme en petits dés

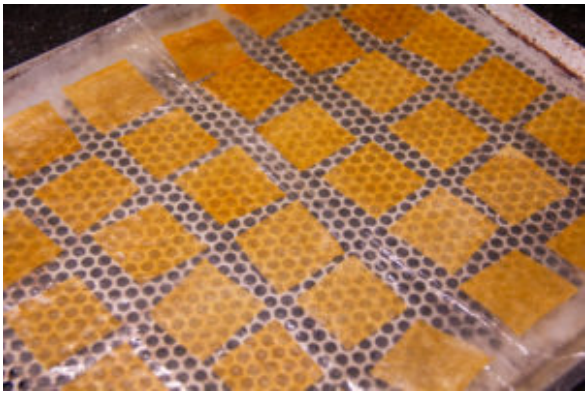
- Citronnez légèrement pour éviter toute oxydation de la pomme.

Citronez légèrement les dés de pomme pour éviter toute oxydation de la pomme

- Réunissez la compote, la brunoise de magret et de pommes dans un bol.

Réunissez la compote, la brunoise de magret et de pommes dans un bol

- Faites fondre un peu de beurre. Découpez les feuilles de brick en petits carrés de 4 cm sur 4 cm. Puis utilisez un pinceau pour les beurrer . recouvrez les carrés de feuilles de brick avec une feuille de papier cuisson et enfournez-les à 180° pendant 3 à 4 minutes. Réservez.



Carrés de feuilles de brick à la sortie du four

- Coupez le foie gras mi cuit en tranches puis en petits carrées de 4 cm sur 4 cm.

Coupez le foie gras en tranches puis en petits carrées de 4 cm sur 4 cm

Dressage

- Disposez un peu de compote au magret sur un carré de feuille de brick puis recouvrez avec une feuille de brick; disposez un carré de foie gras et recouvrez à nouveau par un carré de feuille de brick; terminez par un peu de compote sur le dessus.

Montez les mille feuilles

Et maintenant on croque…

Mille feuille Foie gras, magret fumé et pomme

Choux apéro au tartare de saumon et guacamole

Voici une très belle idée pour un apéro de festif. C’est un peu de travail mais c’est bientôt les fêtes: mettez les petits plats dans les grands. Ces petits choux auront tellement de succès qu’il ne faut pas compter qu’il vous en reste!

Et si vous aimez le saumon voici d’autres recettes gourmandes!

- Blanquette de saumon aux saveurs asiatiques. Pour la recette cliquez ici.
- Saumon basse température, compoté de tomate et oignon rouge. Pour la recette ici.
- Saumon basse température en nage de persil. Pour la recette cliquez ici.
- Fleurs de courgette farcies au saumon et aubergine, petite ratatouille croquante. Pour la recette cliquez ici.
- Saumon en deux façons, carpaccio de betteraves arôme framboise. Pour la recette cliquez ici.
- Saumon confit à l’huile basse température, compoté d’oignons rouge et fenouil, pistou coriandre noisette. Pour la recette cliquez ici.

Choux apéro, tartare de saumon et guacamole

Ingrédients (pour environ 25 à 30 petits choux de 3 cm de diamètre):

Pour la pâte à choux

- 120 g d'eau
- 55 g de beurre doux découpé en petits morceaux pour faciliter sa fonte dans l'eau avant ébullition
- 65 g de farine type 55 tamisée
- 3 œufs entiers battus légèrement à la fourchette pour bien mélanger jaunes et blancs
- 3 g de sel fin
- 3 g de sucre semoule

Pour le craquelin au sésame

- 25 g de beurre
- 30 g de farine
- 15 g de poudre de sésame noir (dans les épiceries

asiatiques)
- 15 g de graines de sésame noir

Pour le guacamole

- un gros avocat
- un peu de jus de citron vert ainsi que le zeste du citron
- sel, poivre
- un peu de piment si vous le désirez.

Pour le tartare

- 150 g de saumon frais
- une cuillerée à soupe d'un excellent huile d'olive
- une cuillerée à café de moutarde
- de la ciboulette hachée
- du jus de citron vert
- du curry en poudre
- sel, poivre
- des œufs de saumon (rayon poissonnerie de votre supermarché)

Préparation

Préparation des choux:

Commencez par la préparation des choux. Pour tout savoir sur la pâte à choux et connaitre le secret de leur réussite avec un pas à pas en photos cliquez ici. Attention les dosages de cette recette sont différents: c'est normal car ces choux doivent être plus secs.

On démarre par le craquelin au sésame.

- Versez tous les éléments du craquelin dans un bol et bien mélanger.

Mélangez tous les ingrédients du craquelin

La pâte à craquelin est prête

- Étalez la pâte à craquelin entre deux feuilles de papier cuisson à l’aide d’un rouleau à pâtisserie. Mettez au frais pendant 15 mn.

Étalez la pâte à craquelin entre deux feuilles de papier cuisson

- Ôtez la feuille de papier du dessus et découpez des cercles de même diamètre que vos choux à l’aide d’un emporte pièce. Puis placez le tout au congélateur pendant 1 heure.

Ôtez la feuille de papier du dessus et découpez des cercles de même diamètre que vos choux

Préparez la pâte à choux.

- Chauffez votre four à 180°.
- Tamisez votre farine : cela évitera les grumeaux.

Tamisez le farine

- Dans une grande casserole versez l’eau, le beurre, le sucre et le sel et portez à ébullition. Prévoir une grande casserole est important car vous allez devoir y incorporer la totalité de la farine.

Pâte à choux: dans une grande casserole versez l'eau, le beurre, le sucre et le sel

- Dés ébullition retirez la casserole du feu et versez d'un coup la farine hors du feu dans le liquide bouillant et mélangez bien. Quand la farine est bien incorporée remettez sans attendre la casserole sur le feu: il faut maintenant dessécher la pâte. C'est une étape importante: la pâte ne doit plus adhérer à la spatule et former une boule qui se détache facilement des parois de la casserole

Pâte à choux: versez d'un coup la farine hors du feu et mélangez bien

- Ôtez de nouveau la casserole du feu. Versez les œufs très progressivement en mélangeant énergiquement à

chaque fois. La pâte doit former un ruban souple et luisant qui ne casse pas. Tant que votre pâte n'a pas atteint ce degré de souplesse il faut rajouter de l'œuf à chaque fois, en très petite quantité, jusqu'à la bonne consistance: vous n'aurez peut être pas besoin de toute la quantité d'œuf.

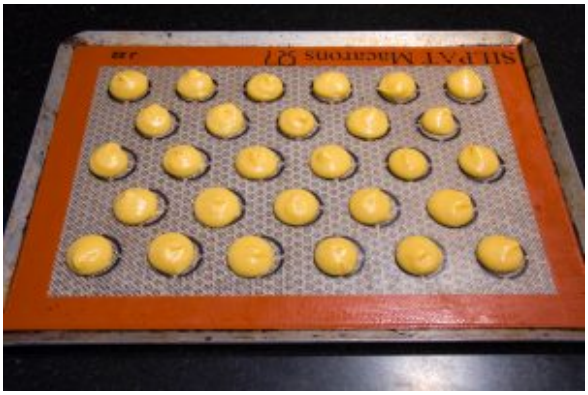
Ajoutez les œufs un par un

Voici maintenant la dernière étape délicate: le couchage. Pour apprendre à coucher vos choux (vidéo à l'appui) cliquez ici.

- Remplissez une poche à douille avec la pâte.

Remplissez une poche à douille avec la pâte à choux

- Couchez les choux en quinconce pour qu'ils ne collent pas entre eux: n'oubliez pas qu'ils vont gonfler à la cuisson.



Couchez les choux en quinconce

- Sortez les craquelins du congélateur et décollez-les à l'aide d'un couteau ou d'une petite spatule. Puis déposez un craquelin sur chaque chou.

Décollez les craquelins à l'aide d'un couteau ou d'une petite spatule

Déposez un craquelin sur chaque chou

- Cuire les choux pendant 25 mn à 180°. Ne jamais ouvrir la porte du four pendant la cuisson. La cuisson terminée et après avoir éteint le four attendez encore 5 mn avant de sortir les choux du four. Puis posez-les sur une grille pour les laisser refroidir.

Cuire les choux pendant 25 mn à 180°

Pour le guacamole:

- Mixez tous les ingrédients du guacamole.

Mixez tous les ingrédients du guacamole

- Remplir une poche à douille avec le guacamole (douille cannelée). Réservez au frais.

Pour le tartare:

- Coupez le saumon en tout petits morceaux.

Coupez les saumon

- Versez tous les ingrédients du tartare (sauf les œufs de saumon) dans un bol et bien mélanger. Rectifiez l’assaisonnement selon votre goût.

Mélangez tous les ingrédient du tartare sauf les œufs de saumon

- Ajoutez alors les œufs de saumon très délicatement pour ne pas les écraser.

Ajoutez alors les œufs de saumon très délicatement

- Coupez le dessus des choux et farcissez-les avec le tartare.

Farcissez les choux avec le tartare de saumon

- Puis pochez un beau tour de guacamole par dessus et disposez quelques petits œufs de saumon par dessus. Et reposez le petit chapeau…

Pochez un beau tour de guacamole par dessus

Il ne reste plus qu’à les présenter à vos invités. C’est un amuse bouche parfait pour les fêtes ou un apéro chic!

Choux apéro, tartare de saumon et guacamole

Choux apéro au tartare de saumon et guacamole