

Brochettes de caille au barbecue, gratin de courgette au curry

La saison des barbecues est de retour et pour changer des sempiternelles merguez je vous propose des petites brochettes de blancs de caille préalablement marinés dans une sauce sucrée aux saveurs exotiques. Je les sers accompagnées d'un gratin de courgette et fenouil en mini cocotte dont la saveur se marie délicieusement avec la chair délicate des cailles.



Brochette de caille au barbecue

Si vous aimez cuisiner au barbecue et que vous aimeriez maîtriser ce type de cuisson n'hésitez pas à participer aux cours de la Weber Grill Académie. Elle existe dans plusieurs pays (Belgique, France, etc...). Et pour avoir tester je

recommande à mes amis belges la Weber Grill Academy de Waterloo. Superbe soirée en compagnie d'une équipe dynamique et très sympathique où nous nous sommes régalés en même temps que nous avons appris beaucoup sur ce type de cuisson! Et c'est la seule académie qui vous proposera un cours de poissons au barbecue. Pour vous inscrire à Waterloo:

<https://www.grillacademy.net/fr/waterloo.php>

Et pour les Français:

<http://www.weber.com/FR/fr/grill-academy/emplacements/>

Ingrédients: pour 5 personnes

Comptez environ 6 blancs de caille par personne

- 30 blancs de caille. Vous trouverez les blancs de caille chez votre volailler (j'en trouve régulièrement à Carrefour au rayon des volailles).

Pour la marinade

- 5 cuillères à soupe de sauce barbecue Heinz
- 10 cl de sauce soja salé
- 10 cl de sauce soja sucrée
- le jus d'un citron vert et son zeste
- 10 cl de sauce mirin japonaise
- 10 de vinaigre de riz
- une cuillère à soupe de gingembre râpé
- une gousse d'ail épluchée et écrasée
- une cuillère à soupe de miel
- une cuillère à soupe d'huile de sésame

Vous trouverez le mirin et le vinaigre de riz au rayon asiatique de votre supermarché.

Pour le gratin:

- une courgette

- une grosse échalote
- un oignon blanc
- un œuf
- 30 cl de crème fraîche liquide entière
- une cuillerée à soupe rase de curry doux
- 80 g de parmesan râpé

Matériel

- des brochettes en bois ou bambou
- des mini cocottes pour la présentation individuelle du gratin
- et bien sûr un barbecue...Vous pouvez en commander en cliquant sur la photo ci-dessous:



Weber Barbecue Charbon One Touch Premium 57cm Noir

Préparation

- Râpez le gingembre.



Râpez le gingembre

- Mélangez le gingembre avec tous les ingrédients de la marinade.



Préparez la marinade

- Faites mariner les blancs de caille dans cette marinade pendant une heure au frais.



Faites mariner les blancs de caille

Pendant ce temps préparez le gratin.

- Coupez l'oignon en fines tranches.



Épluchez les oignons et coupez les en fines lamelles

- Taillez l'échalote en tous petits dés.



Taillez l'échalote en tous

petits dés

- Coupez la courgette en morceaux.



Détaillez les courgettes en gros morceaux

- Faites revenir les échalotes, l'oignon émincé et le curry dans un peu d'huile d'olive pendant quelques minutes.



Faites revenir les échalotes, l'oignon émincé et le curry

- Puis ajoutez les courgettes et cuire encore 5 mn.



Puis ajoutez les courgettes

- Battre l'œuf avec la crème fraîche. Ajoutez le parmesan.



Mélangez la crème et l'œuf



Ajoutez le parmesan râpé

- Puis ajoutez les courgettes.



Ajoutez les légumes à la préparation crème, œuf, parmesan

- Remplissez vos mini cocottes de la préparation et enfournez pour 25 mn à 180°.



Remplissez vos mini cocottes de la préparation

- Torréfiez les graines de sésame. Réservez.



Torréfiez les graines de

sésame

- Sortez les blancs de caille de la marinade et piquez-les sur les brochettes.



Piquez les blancs de caille sur les brochettes

- Gardez la marinade que vous allez faire réduire quelques minutes dans une casserole jusqu'à ce qu'elle soit sirupeuse. Réservez-la.



Faites réduire la marinade

- Cuire les brochettes au barbecue 2 mn à 3 mn de chaque côté.



Cuire les brochettes de caille au barbecue

- Quand les brochettes sont cuites recouvrez-les d'un peu de marinade réduite (gardez-en un peu pour la présentation à l'assiette) et saupoudrez-les de graines de sésame.



Saupoudrez les brochettes de graines de sésame

- Servir avec le gratin tout chaud et n'oubliez pas d'ajouter un trait de marinade réduite.



Brochettes de caille au barbecue



Brochette de caille au barbecue

Poulet tandoori basse température et sa salade croquante (cuisson basse température ou barbecue)

Aujourd'hui une salade fraîche et croquante d'inspiration asiatique que vous allez adorer à base de Poulet tandori! Elle est parfaite pour une belle soirée d'été et ravira tous les palais. Je vous propose une cuisson basse température pour le poulet mais vous pouvez opter pour une cuisson classique à feu doux à la poêle si vous n'êtes pas équipé basse température, ou même les cuire au barbecue (1 minute de chaque côté suffit). Je vous conseille de faire mariner votre poulet au moins 12 heures donc mettez le poulet en marinade la veille de sa cuisson.



Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)

- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.



Poulet tandoori basse température et sa salade croquante

Ingrédients: pour 6 personnes

- 900 g d'aiguillettes de poulet (comptez 150 g par personne)
- un sachet de carottes râpées
- un sachet de pousses de soja
- de la coriandre ou du basilic thaï
- des noix de cajous salées ou des cacahuètes salées

Pour la sauce salade

- 80 g de yaourt
- 20 g de soja salé

- 50 g de crème de coco
- 20 g de vinaigre de riz
- 40 g de soja sucré
- 1 cuillerée à café d'huile de sésame
- 1 cuillerée à soupe rase de gingembre râpé

Pour la marinade du poulet

- 250 g de yaourt (environ deux yaourts)
- 2 à 3 cuillerées à soupe d'épices tandoori
- une cuillère à café de vinaigre de riz



Ingrédients

Matériel

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



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

- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche de bien meilleure qualité (et qui vous permettra aussi de mettre des liquides sous vide) je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant [ici](#) et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo **"Gourmantissimes50"**



Home de Multivac

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez 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

Préparation:

Commencez par la marinade du poulet.

- Dans un bol mélangez les épices tandoori, le vinaigre de riz et le yaourt.



- Versez la marinade dans un plat avec les aiguillettes et mélangez bien pour que les aiguillettes soient bien enrobées.



- Filmmez le plat et mettez-le au frais 12 heures.



- Le lendemain mettez le poulet sous vide si vous utilisez la basse température comme mode de cuisson.



Mettre le poulet sous vide

- Cuire 20 mn à 66° et réservez au frais. Vous pouvez servir le poulet froid ou tiède (tiède c'est meilleur): si vous le servez tiède sortez le du sachet au dernier moment. Si vous n'êtes pas équipé pour la cuisson basse température cuisez les aiguillettes à la poêle et à feu doux. Vous voulez en savoir plus sur la cuisson sous vide basse température...cliquez **ici**.



- Puis préparez la sauce de la salade. Commencez par râper le gingembre.



Râpez le gingembre

- Puis dans un bol mélangez tous les ingrédients de la sauce et ajoutez le gingembre râpé. Mélangez bien.



Mélangez bien tous les ingrédients de la sauce

- Épluchez l'oignon rouge et taillez le finement.



Épluchez l'oignon rouge et taillez le finement

- Dans un grand plat versez les carottes râpées, les pousses de soja et l'oignon rouge émincé.



Dans un grand plat versez les carottes râpées, les pousses de soja et l'oignon rouge émincé

- Assaisonnez avec une partie de la sauce (gardez en un peu si vous faites un dressage à l'assiette pour un jolie décoration). Ajoutez quelques feuilles de coriandre ou de basilic thaï selon votre goût. Mélangez bien.



Dressage:

- Posez une ligne de salade et déposez par dessus les noix de cajou salées.



- Dessinez en parallèle un trait de sauce à l'aide d'une petite cuillère.



- Puis déposez par dessus trois aiguillettes de poulet. Terminez par quelques feuilles de coriandre ou du basilic thai ciselé... C'est prêt à croquer!



Moules au barbecue, sauce crémeuse à l'ail et au thym

C'est la saison des barbecues. Et pour une fois pourquoi ne pas changer les sempiternelles saucisses ou côtelettes par une recette plus originale. Avez-vous déjà pensé à faire des moules au barbecue? C'est absolument délicieux. Les moules se parfument alors d'un petit gout fumé; quelques minutes de cuisson et vous n'avez plus qu'à les enrober avec la sauce onctueuse que je vous propose et vous régaler.

Vous pouvez également servir ces moules pour un apéritif.



Moules au barbecue, sauce crémeuse à l'ail et au thym

Ingrédients: pour 4 personnes (en plat principal)

- environ 3 kg de moules: comptez 700 gr de moules par personne pour un plat principal ou 300 gr par personne pour une entrée. Demandez à votre poissonnier de vous les laver.
- 30 cl de crème fraîche liquide
- 3 grosses échalotes
- 5 gousses d'ail: n'ayez pas peur de la quantité d'ail. L'ail va cuire dans la crème et perdra alors ce goût agressif.
- 2 citrons
- 25 cl de fumet de poisson (si possible fait maison, c'est tellement meilleur...)
- une dizaine de branches de thym frais



Ingrédients

Matériel

- un barbecue bien sur!



Weber Barbecue Charbon One Touch Premium 57cm Noir

- un plat type « panier à légumes » pour les barbecues: c'est un plat spécial barbecue qui est ajouré (sur la photo c'est un modèle Weber); Vous pouvez le commander en cliquant sur la photo ci-dessous.



Weber 6481 Small Stainless Steel Vegetable Basket

Préparation:

Commencez par préparer la sauce.

- Versez le fumet de poisson dans une casserole et faites le réduire de moitié.



Réduire le fumet de poisson

- Coupez les échalotes en petite brunoise (tout petits morceaux).



Taillez l'échalote en tout petits dés

- Faites de même avec les gousses d'ail.



Coupez l'ail en tout petits dés

- Prélevez les petites feuilles de thym frais.



Prélevez les feuilles de thym

- Quand le fumet a réduit, versez la crème dans le fumet de poisson avec la brunoise d'échalote, l'ail, et les feuilles de thym frais.



Versez la crème dans le fumet de poisson avec la brunoise d'échalote, l'ail, et les feuilles de thym frais

- Zestez le citron dans cette préparation.



Zestez le citron dans cette préparation

- Puis pressez le jus du citron. Versez le dans le mélange crème, fumet de poisson.



Pressez le jus du citron

- Remettez sur le feu et cuire 15 minutes à petit feu. Ôtez du feu et réservez. Vous réchaufferez la sauce pendant la cuisson des moules.
- Préparez les braises de votre barbecue. Quand elles sont prêtes, déposez les moules dans le plat ajouré et posez le sur la grille.



- Remettez le couvercle du barbecue et cuire environ 5 minutes. Remuez une ou deux fois pendant la cuisson pour que les moules cuisent uniformément.



Cuire à couvert

- Dès que les moules sont cuites retirez les du feu. Elles doivent être bien ouvertes.



- Versez les dans un grand plat avec la sauce réchauffée et mélangez bien.



Mélangez bien les moules
avec la sauce

- Vous n'avez plus qu'à servir!



Moules au barbecue, sauce crémeuse à l'ail et au thym



Moules au barbecue, sauce crémeuse à l'ail et au thym

Spare ribs basse température et roties au barbecue, sauce à l'orange

C'est l'été! Donc profitons au maximum de notre jardin et surtout de notre barbecue. Ces Spare ribs, préalablement préparés basse température avant de finir en cuisson au

barbecue sont d'une tendresse exceptionnelle. Accompagnés de leur sauce à l'orange et d'un taboulé rafraîchissant ils feront le délice de toute la tablée!



Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

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



Spare Ribs basse température

Ingrédients pour les Spare Ribs (8 personnes)

Pour les travers et la marinade (la recette de la marinade est tiré de l'excellent livre de Bernard Laurence » Le grain de sel de Bernard »).

- 3 kg de travers de porc
- 300 g de miel ou de sirop d'érable
- 100 g de cassonade
- 50 g de ketchup
- 120 g de whisky
- une cuillerée à soupe de paprika fort
- une cuillerée à café de sauce Worcestershire
- 25 g de vinaigre de riz



Spare Ribs



Ingrédients

Pour la sauce à l'orange:

- oranges (en tout il vous faudra 120 g de jus et le zeste des oranges que vous aurez pressées)
- 125 g de sucre de palme
- 10 g de sauce soja salée
- 10 g de sauce soja sucrée

- poivre du timut (vous pouvez vous en procurer sur le site suivant: **thiercelin1809**)



Ingrédients de la Sauce à l'orange

Matériel

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



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

- Ou pour ceux d'entre vous qui sont intéressés par l'achat d'une sous videuse à cloche de bien meilleure qualité (et qui vous permettra aussi de mettre des liquides sous vide) je vous conseille l'achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant [ici](#) et profitez d'une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo **"Gourmantissimes50"**



Home de Multivac

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



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

Préparation:

Le porc va donc cuire pendant 18 h basse température. Puis il sera plongé quelques heures dans la marinade et vous terminerez la cuisson en le grillant au barbecue. Donc commencez la cuisson basse température la veille du repas!

Commencez par préparer la marinade:

- Mettez tous les ingrédients dans un mixeur et mixez les.



Mixez tous les ingrédients
de la marinade

- Puis coupez vos travers de porc en quatre portions chacun. A l'aide d'un pinceau badigeonnez les de la marinade. Attention n'en mettez pas de trop car sinon cela posera un problème: lors de la mise sous vide la marinade superflue risque d'être aspirée par la machine à mettre sous vide et de l'encrasser.



Puis coupez vos travers de
porc en quatre portions
chacun

- Mettez les travers sous vide à l'aide de votre scelleuse.



Mettez les travers sous vide à l'aide de votre scelleuse.

- Cuire les Spare Ribs 18 heures à 68°.



Cuire sous vide basse température

- Lorsque les Spare Ribs sont cuits, déposez les dans un grand plat et enrobez les de la marinade restante. Filmez le plat et mettez au frais 4 heures.



Versez la marinade sur les Spare Ribs cuits



Filmez et mettre au frais

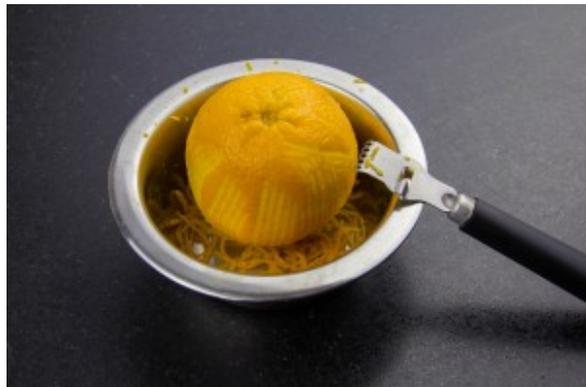
Passons à la préparation de la sauce à l'orange: vous pouvez la préparer la veille.

- Râpez le sucre de palme à l'aide d'un robot mixeur: il est assez dur donc le râper à la main est assez fatiguant.



Râpez le sucre à l'aide d'un robot mixeur

- Zestez les oranges.



Zestez les oranges

- Puis pressez les pour obtenir 120 g de jus.



Puis pressez les pour obtenir 100 g de jus.

- Mettez tous les ingrédients de la sauce dans une casserole (sauf le poivre que vous ajouterez en fin de cuisson). Portez la à ébullition pendant 3 à 5 minutes. Surveillez bien la cuisson pour qu'elle ne cuise pas de trop et se mette à caraméliser: cela amènerait un petit gout amer pas très agréable.



Mettez tous les ingrédients de la sauce dans une casserole

- Puis réservez la sauce au frais. Vous pouvez selon votre goût filtrer la sauce si vous le désirez ou garder les petits morceaux de zeste. N'oubliez pas de la poivrer.



La sauce est terminée

- Vous n'avez plus qu'à préparer les braises de votre barbecue et cuire les Spare Ribs quelques minutes pour qu'ils prennent une jolie coloration et ce petit gout fumé typique de la cuisson au barbecue!



Servez les avec la sauce et un petit taboulé..

