

ZE KIF



Le recueil de recettes de Jean-Paul Cassar

Il n'a que la prétention d'être un recueil de souvenirs, de saveurs vite notées pour qu'elles soient inoubliables.

De Tunisie, de Malte, de Sicile et d'Italie, du Québec et des USA, et enfin de France, que de fragments d'émotion...

Si, au fil du temps, certaines recettes ont été retirées, c'est toujours avec l'impression bêtement nostalgique d'avoir perdu quelque chose d'important.

Seules sont restées les incontournables, celles qui ont fait que ce recueil était indispensable... pour que ces souvenirs se perpétuent, pour et par mes enfants, Yann-Philippe, Nicolas et Paul.

Que chaque dimanche, avec, je le souhaite, une pensée pour leur père, ils l'enrichissent !

(à) Table

(à) Table.....	2
Pour réussir les pâtes	12
Pâtes fraîches	16
Pâtes fraîches colorées.....	17
PÂTES AUX LÉGUMES	18
Restons simples... : la recette de base, la pasta al pomodoro 🍷	18
Penne à la sauce aux herbes.....	19
Oreillettes au fenouil	20
Penne en « risotto » 🍷	21
Spaghetti "al Vesuvio"	22
Penne au simple (<i>par absorption</i>)	23
Spaghettini à la mie.....	24
Pâtes complètes aux légumes grillés🍷	25
Tagliatelle en sauce au citron	26
Tagliatelle fines sauce à l'oignon	27
Fusilli aux noix et à l'ail.....	28
Penne à la crème de safran 🍷	29
Spaghettis à la crème d'olive 🍷🍷	30
Spaghetti aux petits pois et aux oignons 🍷	31
Spaghettis à l'ail et au piment doux🍷🍷	32
Penne all'arrabbiata🍷🍷	33
Pâtes au chou-fleur de Mamie	34
Bucatini à la Norma 🍷🍷	35
Les pâtes du petit cordonnier	36
Pâtes aux poivrons 🍷	38
Pâtes piquantes au poivron rouge 🍷🍷🍷	39
Rigatoni à la sicilienne	40
PÂTES AU BASILIC	42
Le pesto	42
Fettucini « al pesto »	44
Trenette au Pesto, aux Haricots Verts et aux Pommes de Terre (<i>Trenette alla Genovese</i>) 🍷	Erreur ! Signet non défini.
Pâtes à l'ail 🍷🍷🍷	45
Pâtes au basilic du Vieux Nice	46
PÂTES AUX CHAMPIGNONS	47
Tagliatelle aux cèpes	47
Lasagnes ouvertes aux Cèpes et au Jambon de Parme.....	48
Spaghetti alla Carrettiera	49
Fettuccine à la bûcheronne.....	50
Rigatoni à l'ail grillé, au piment et aux champignons.....	51
Fettucine comme en « Umbria »	52
Penne Boscaiola	53
PÂTES AUX TRUFFES.....	54
Tagliatelles aux truffes🍷	54
PÂTES A LA VIANDE	55
PÂTES à la VIANDE de BŒUF	55
Pâtes au four de Mamie 🍷🍷🍷	56

Tagliatelles à la bolognaise 🍴🍴🍴	57
Rigatoni en sauce à la viande et au céleri	59
Pâtes (ou raviolis à la ricotta) aux boulettes de bœuf 🍴🍴🍴	61
Pâtes au bœuf et aux aubergines	62
Macaronis aux boulettes de viande Stroganoff	63
Macaronade sétoise	64
Macaroni à la pizzaïola	66
Tagliatelle à la crème aux polpettes	67
Nouilles chinoises sautées au bœuf 🍴	68
PÂTES à la VIANDE d'AGNEAU	70
Pâtes à la Zabeth 🍴🍴🍴	70
Macaronis à la viande	71
Gratin de pâtes à l'agneau	72
PÂTES à la VIANDE de VEAU	73
Osso bucco aux tagliatelles 🍴🍴🍴	74
Jarret de veau aux olives	75
Saltimbocca à la romaine 🍴🍴🍴	76
Croquettes de veau aux pâtes	77
Escalopes panées à la bolognaise	78
PÂTES à la VIANDE de PORC	79
Fettucine au jambon cru et à la crème	79
Fettucine Pino 🍴	80
Farfalles aux petits pois, prosciutto et champignons	81
Farfalles au prosciutto et au parmesan	82
Paille et foin, lard et petits pois 🍴	83
Spaghettis à l'amatriciana 🍴🍴🍴	84
Rigatonis all'arrabbiata	86
Spaghetti alla Carbonara : la recette véritable 🍴🍴🍴	87
Tagliatelle à la manière d'Alba	88
Nouilles sautées à la chinoise	89
PÂTES AUX SAUCISSES, MERGUEZ OU CHORIZO	90
Penne alla Norcina 🍴🍴🍴	90
Bucatini avec saucisse et pancetta	91
Penne à la saucisse 🍴🍴🍴	92
One pot pasta Spaghetti aux merguez	93
« Risotto » de coquillettes au chorizo	94
Rouleau aux épinards 🍴	95
Tagliatelle à la Tour d'Argent	96
Penne au mascarpone et aux noix	97
PÂTES au POULET	98
Farfalles au poulet et aux tomates cerises	99
Pâtes au poulet et poivrons grillés	101
One pot pasta poulet épinards chèvre	102
Spaghetti à la tunisienne	103
PÂTES AU FOIE GRAS	104
Tagliatelles fines au foie gras frais	104
PÂTES AU THON	105
Spaghettis au thon (spaghetti al tonno)	105
PÂTES AUX ANCHOIS	106
Tagliatelles au beurre et aux anchois	106

Spaghettis à la « puttanesca » 🍴🍴	107
Spaghetti aux anchois et croûtons grillés	108
Vermicelles à la sicilienne	109
Spaghetti à l'ancienne	110
PÂTES AUX SARDINES	111
Casarecce aux sardines et au fenouil	111
PÂTES AU SAUMON	112
Farfalles au saumon fumé	112
PÂTES AUX FRUITS DE MER	113
Penne aux coquilles Saint-Jacques 🍴🍴	114
Spaghetti aux fruits de mer au safran	115
Spaghettis aux fruits de mer 🍴🍴🍴	116
Spaghetti aux palourdes 🍴	117
Spaghetti aux moules	118
Tagliatelles aux moules et au safran 🍴	119
Spaghetti aux fruits de mer en papillote au four	120
PÂTES aux CALMARS	121
Tagliatelle à la sauce rouge et aux calmars (ou aux supions)	121
PÂTES à L'ENCRE DE SEICHE	122
Spaghetti à l'encre de seiche	122
Tagliatelles aux calamars, sauce à l'encre de seiche	123
PÂTES AUX CREVETTES, HOMARD, etc.	124
Tagliatelle sauce Cardinale	124
Fettucine aux gambas 🍴🍴🍴	125
PÂTES AU FROMAGE, RICOTTA, ETC.	126
PÂTES A LA RICOTTA	126
Tagliatelles à la ricotta et croûtons aux herbes	126
Penne à la Ricotta	127
Rouleau d'épinards à la ricotta 🍴	128
Pâtes à la ricotta, à l'ail confit et au jambon de pays	129
PÂTES AU FROMAGE	130
Tagliatelle au roquefort 🍴	131
Penne aux quatre fromages 🍴	132
Fettucine Alfredo 🍴🍴🍴	133
Pappardelle au vin rouge, au roquefort et aux noix	134
Penne au Gorgonzola et aux noix	135
Pennes au chèvre gratiné et à l'émincé de fenouil 🍴🍴🍴	136
Spaghetti cacio e pepe (pâtes au fromage et au poivre)	137
PÂTES A LA LIQUEUR	138
Pennes en sauce tomate à la vodka	138
Tagliatelle à la sauce aux cèpes, au xérès et à la crème 🍴	139
PÂTES SUCRÉES (pour rire)	140
Macaroni à la cassonade	140
RAVIOLI	141
Raviolis maison à la ricotta 🍴🍴🍴	141
Raviolis au simple	142
Ravioli farcis à la viande	143
Raviolis à la crème, au laurier et à la sauge	144
Crescioni	145
Raviolis frits au cumin	146

Mezzelune ripiene di formaggi	147
CANNELLONI	148
Cannellonis à la béchamel	148
Cannellonis à la ricotta 🍴.....	149
Cannelloni à la viande.....	150
Cannelloni au veau, jambon blanc et gruyère	151
Cannelloni à la piémontaise	152
TORTELLINI	153
Tortellini à la crème	153
LASAGNES	154
Lasagne à la bolognaise	154
Lasagnes à ma façon 🍴🍴🍴	156
CONCHIGLIES	157
Conchiglies farcis aux épinards et à la ricotta	157
Conchiglies à la sauce aux noix et aux champignons	158
GNOCCHI	159
Gnocchi de pommes de terre traditionnels.....	159
Gnocchi sauce au Gorgonzola ou à la Fontina	161
SALADES DE PÂTES	162
Salade de pâtes au poulet rôti	162
Salade de thon, haricots verts et oignon	163
Salade de spaghetti à la tomate.....	164
Salade chaude au poulet et aux pâtes	165
Salade de pâtes au thon	166
Salade de pâtes chaude à la toscane	167
Salade de poivrons grillés aux anchois	168
RIZ	169
Riz aux petits pois	169
Riz au four de Mamie 🍴🍴🍴	170
Riz sauté (Fried Rice)	171
Paella à la valencienne (<i>Paella Valenciana</i>)	172
Croquettes de riz frites	174
RIZOTTO	175
Risotto à la milanaise 🍴🍴🍴	175
Risotto aux cèpes et safran.....	176
Risotto aux poivrons rouges.....	177
Risotto sauté	178
Risotto de chanterelles.....	179
Risotto aux truffes	180
Risotto aux cèpes.....	181
POLENTA	182
Polenta.....	182
CALDI CALDI	183
Caldi Caldi 🍴🍴🍴	183
RAVIOLES	184
Ravioles traditionnelles 🍴	185
COUSCOUS	186
Les secrets d'un bon couscous : la graine	186
Couscous à l'agneau.....	186
Le couscous de Mamie 🍴🍴🍴	188

Couscous au poisson.....	189
PAIN, PIZZA & AUTRES MERVEILLES	191
Pour réussir les pizzas à la perfection.....	191
Pâte à pain et à pizza.....	193
Pizza Margherita	194
Pizza Pisciotta 🍕.....	196
Pissaladière	197
Focaccia.....	198
Focaccia aux oignons	199
Paninis méditerranéens au fromage	200
Gressins.....	201
Bagels maison.....	202
CRÊPES etc.	203
Trucs et astuces.....	203
Galette de blé noir	205
Galette complète	206
Crêpes de froment	207
Blinis	208
Muffins	209
Pancakes	210
Crêpes Suzette	211
LÉGUMES	212
Artichauts poivrade à la romaine.....	212
Épinards à l'huile d'olive.....	213
Poêlée d'épinards frais au beurre	214
Poivrons farcis à la sicilienne	215
Lard à la paysanne.....	216
Gratin dauphinois.....	217
Aubergines alla « parmigiana » 🍷🍷.....	218
Beignets de courgettes au parmesan 🍷.....	219
Terrine de poivrons grillés 🍷.....	220
PURÉE.....	223
La purée !.....	223
Purée de pommes de terre à l'huile d'olive et au parmesan 🍷.....	224
Purée gratinée.....	225
VIANDES	226
AGNEAU	226
Côtelettes d'agneau panées au parmesan 🍷.....	226
Côtelettes d'agneau marinées et grillées 🍷🍷🍷.....	227
Agneau aux petits pois et cœurs d'artichauts 🍷🍷.....	228
Moussaka.....	229
Gigot à la provençale	230
Zitounia	232
Tagine d'agneau	233
Navarin printanier 🍷.....	234
BŒUF.....	235
Boulettes de Mamie 🍷🍷🍷.....	235
Côte de bœuf au gros sel 🍷🍷.....	236
Daube de bœuf à la provençale.....	237

Bœuf braisé aux carottes	239
Paupiettes de bœuf à la maltaise (<i>bragjoli</i>).....	240
Tajine de pommes de terre et viande hachée	242
Tajine de boulettes de kefta aux œufs à la marocaine.....	243
Hamburger de Jean-Paul (<i>Geepee's Hamburger</i>) 🍷.....	245
Bœuf bourguignon 🍷🍷.....	246
Bœuf Stroganov à la moutarde	247
Bœuf Stroganoff (Recette de Alain Ducasse)	248
Pot-au-feu des vigneronns	249
Meatloaf, pain de viande	251
Ragoût d'épinards frits 🍷🍷.....	252
Pssall ou Loubia 🍷.....	253
Ragoût de pommes de terre	254
Kefta.....	255
Mloukhia 🍷🍷🍷.....	256
Rôti haché (<i>Polpetone</i>)	258
Steaks hachés gratinés.....	259
Bavette à l'échalote et frites	260
VEAU.....	261
Veau « thonné » 🍷🍷.....	261
Blanquette de veau à l'ancienne 🍷🍷.....	262
Osso buco à la milanaise (Ossobuco alla Milanese) 🍷🍷🍷.....	264
Côtes (ou escalopes) de veau à la milanaise 🍷🍷🍷.....	265
Saltimbocca à la romaine 🍷🍷🍷.....	266
Escalopes de veau au citron 🍷.....	267
Escalopes de veau cordon bleu 🍷.....	268
POULET & VOLAILLE	269
Dinde au whisky 🍷🍷🍷.....	269
Poulet frit.....	270
Terrine au poulet (<i>Mennina</i>).....	271
Cataplana au poulet.....	272
Poulet à la tomate (Mermez) 🍷🍷.....	273
Cocotte de poulet aux morilles à la crème	274
PORC	275
Rôti de porc à la sauge	275
Travers de porc au four 🍷🍷.....	276
Travers de porc au barbecue 🍷🍷.....	277
Côtelettes de porc aux cèpes.....	279
Petit salé aux lentilles 🍷.....	280
Filet mignon aux morilles	281
Côtes de porc à la moutarde 🍷.....	282
Porc aux lentilles.....	283
Timbale de chou farci 🍷.....	284
Saucisses aux lentilles 🍷.....	285
Paupiettes de porc à la crème et aux champignons.....	286
Paupiettes de porc sauce moutarde.....	287
LES FARCIS.....	288
Artichauts farcis.....	288
Aubergines farcies 🍷.....	289
Poivrons farcis 🍷🍷.....	290

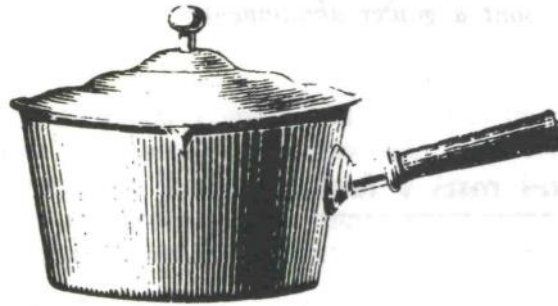
LES ABATS	291
Akoud.....	291
POISSONS & FRUITS DE MER	292
Fritto misto à la mayonnaise à l'ail 🍷🍷.....	293
Salade de poulpes 🍷🍷🍷.....	294
Poisson rôti en croûte de sel 🍷🍷🍷.....	295
Beignets de calamars 🍷🍷🍷.....	297
Calamars farcis 🍷.....	298
Poêlée de Saint-Jacques à la crème de safran 🍷.....	299
Daurade (ou autre poisson) au four (<i>Jarraf fil koucha</i>).....	300
Poisson complet 🍷🍷🍷.....	301
Boutargue ou poutargue (<i>Aadam roout</i>) 🍷🍷🍷.....	302
Cataplana de coques	303
Calmars grillés pimentés (<i>Grigliata di calamari</i>).....	304
LES SOUPES	305
Soupe à l'oignon 🍷🍷.....	305
Chorba 🍷🍷.....	306
Soupe de pois chiches (<i>Laablabi ou Hhomss</i>) 🍷.....	307
Minestrone 🍷.....	308
Soupe de pâtes aux haricots (<i>Pasta e fagioli</i>) 🍷.....	309
Pâtes et pois chiches à la romaine.....	310
Soupe de tomate aux pâtes et au basilic	311
Soupe aux oignons (<i>La cippollata</i>).....	312
Soupe au pistou 🍷🍷.....	313
Gaspacho andalou	314
ŒUFS, OMELETTES ET AUTRES MERVEILLES	315
Ojja.....	315
Omelette espagnole 🍷🍷.....	316
Omelette basquaise	317
Œufs en meurette 🍷🍷.....	318
Omelette aux oignons	319
Œufs Bénédicte 🍷🍷.....	320
Œufs cocotte épinards et lardons.....	321
LES FONDUES.....	322
Fondue au fromage.....	323
Fondue Chinoise.....	324
TOURTES, QUICHES, TARTES & AUTRES FRIANDS	325
Pâte sablée	325
Pâte brisée.....	325
Pâte au Saindoux.....	325
Tourte à la ricotta de Mamie 🍷🍷🍷.....	326
Quiche lorraine 🍷🍷.....	329
Quiche lorraine moelleuse	330
Tarte à la tunisienne aux épinards	331
Tourte au jambon, oignons et champignons	332
Tourte lorraine.....	333
Tartiflette de Gisèle	334
Tourte aux pommes de terre	335
Tarte aux herbes (<i>Erbazzone</i>)	336
Tourte à la viande	337

Tourtière québécoise	338
Tourtière du Lac St Jean	339
Tarte aux olives et au poulet	340
Friands à la saucisse	341
Feuilleté parisien	342
Le saucisson brioché pistaché à la lyonnaise 🍌🍌	343
SALADES	344
Salade d'artichauts crus 🍌	344
Salade de fenouil cru	345
Slata méchouia 🍌🍌	346
Salade de poulpe	347
Salade de harengs aux pommes de terre	348
Salade tiède aux lentilles	349
Salade de roquefort aux noix et aux endives	350
Fèves au cumin	351
Salade Coleslaw maison	352
Le vrai taboulé libanais	353
Salade de pommes de terre au cumin	354
Carottes au cumin 🍌	355
Torchi	356
Variantes tunisiennes	357
Navets en saumure (<i>Torchi</i>)	358
Assiette tunisienne 🍌🍌	359
Salade lyonnaise 🍌🍌	360
Salade niçoise 🍌🍌	361
Carpaccio d'artichauts	362
Salade de tomates à la mozzarella et au basilic 🍌🍌	363
La vraie salade de bœuf 🍌🍌	364
Salade Caesar 🍌🍌🍌	365
Chakchouka 🍌🍌	366
SAUCES MAYONNAISES ET AUTRES VINAIGRETTES	367
Mayonnaise	367
Sauce mayonnaise chantilly	368
Sauce gribiche	368
Sauce rémoulade	368
Sauce tartare	368
Sauce aux cornichons	369
Sauce mousseline	369
Sauce enfer	369
Vinaigrettes	370
Sauce béarnaise	371
Aïoli	372
Anchoïade	373
Tapenade noire	374
DIVERS	375
Kakis	375
Harissa maison (<i>Harissa dyari</i>) 🍌🍌🍌	376
Bricks à l'œuf et aux pommes de terre 🍌🍌🍌	378
Fricassés 🍌🍌🍌	379
Doigts de Fatma (Swabaa malsouka)	381

Kaftagi « maison » (<i>Kaftagi dyari</i>) 🍪🍪	382
Sandwiches tunisiens (<i>Chatira tunsiya</i>) 🍪🍪	384
Beurre de truffes	385
POUR LA BONNE BOUCHE	386
Confiture d'orange 🍪🍪	387
Pâte de coings 🍪🍪	388
Cheese-cake aux fraises 🍪	389
Gâteau aux carottes 🍪🍪	390
Tarte aux noix de Pécan 🍪🍪	392
Cantucci 🍪🍪🍪	393
Panna Cotta	394
Makrouds 🍪🍪🍪	395
Conte sucré et heureux	396
Makrouds façon Ugo 🍪🍪🍪	397
Feuilletés aux noisettes (<i>Samsa</i>)	398
Crêpes flambées au Grand Marnier	399
Baklavas : recette rapide	400
Baklava : recette traditionnelle	401
Tarte au citron (avec une pâte sablée)	402
Gâteaux aux amandes	403
Cornes de gazelle	404
Boulettes aux fruits secs (<i>Kaâber fekia</i>)	405
Beignets (<i>Ftaïri</i>) 🍪🍪🍪	406
Ftira 🍪🍪🍪	408
Bamboloni 🍪🍪🍪	409
Boulous	413
Cassata siciliana	414
Cannoli 🍪🍪🍪	415
Tarte Tatin aux poires 🍪🍪	418
Truffes au chocolat 🍪🍪	419
Zlebia	420
Croquants de Provence	421
Bugnes lyonnaises 🍪	422
Granite 🍪🍪	423
Macarons	424
Crème aux noisettes (<i>Bellouza</i>)	425
Crème aux pignons de pin (<i>Acidet zgougou</i>)	426
Crème aux pistaches (<i>Tarayoune</i>)	427
Feuilletés aux amandes à la crème	428
Pain perdu à la vanille	429
Petits pots de crème au citron	430
Crème brûlée	431
La traditionnelle crème catalane	432
Tiramisù	433
Caques (<i>Kaka bel socor</i>)	434
Manicotti ou debla	435
Thé aux pignons	436
Lait caillé	437
Sirop à mieller	438
Gâteau au miel	439

Chocolat chaud à l'Italienne	440
Loukoums	441
Yoyos	442
Brioche à la fleur d'oranger	443
Sorbet au citron vert et au miel	444
Galette à la frangipane	445
Meringues Tunisiennes	446
Nougatine.....	447
Tarte aux figes	448
Tarte aux noix de pécan.....	449
Semifreddo au sabayon et nougat (Semifreddo allo zabaione e torrone)	450
Sabayon (Zabaione).....	451
Soupe anglaise (Zuppa inglese)	452
Crème anglaise	453
Mousse au citron.....	454
Calissons d'Aix.....	455
Panettone.....	456
Navettes provençales.....	457
Crème pâtissière	458
LES FRUITS	459
Comment choisir la parfaite pastèque	459
LES LIQUEURS & AUTRES ALCOOLS	461
Liqueur d'abricot.....	462
Limoncello 🍷🍷.....	463
Liqueur de génépi 🍷.....	464
Liqueur de lait 🍷.....	465
Liqueur de mandarine ou de clémentines	466
Liqueur de menthe	467
Liqueur de griottes ou de cerises	468
Liqueur aux noix.....	469
« Avocat » ou liqueur aux œufs.....	470
Liqueur à l'orange	471
Liqueurs de poire	472
Liqueur « 44 »	473
Ratafia de raisin	474
Liqueur de verveine.....	475
Liqueur de café	476
Mon ponch à moi 🍷🍷.....	477

Pour réussir les pâtes



Rien ne sert de faire de bonnes pâtes si c'est pour mal ou trop les cuire...

LA PROPORTION EAU/PATES

L'impératif est le même pour la cuisson de toutes les pâtes : beaucoup d'eau bouillante salée. Pour 100 g de pâtes, il faut au moins 1 litre d'eau salée avec 70 g de sel. Utilisez toujours un grand récipient, marmite ou faitout, de préférence en matériau léger (inox, émail, aluminium).

Ne couvrez pas.

LA DURÉE DE LA CUISSON

Le feu doit être au maximum pour que l'ébullition reprenne rapidement après avoir mis les pâtes dans l'eau. Ayez une grande fourchette pour séparer les pâtes et éviter qu'elles s'agglutinent au fond de la marmite.

Le temps qui est généralement indiqué sur les paquets est souvent trop long, aussi faut-il goûter et vérifier. Les pâtes doivent être cuites, mais résistantes sous la dent, "ben al dente". Les pâtes fraîches au contraire cuisent très rapidement et doivent être bien tendres.

Lorsque les pâtes doivent aller au four avec la sauce, ne les faites cuire que la moitié du temps habituel et rincez-les immédiatement à l'eau froide pour que leur propre chaleur ne continue pas à les cuire. Puis égouttez-les soigneusement.

LE SEL

Salez à ébullition seulement, pour que le sel se dissolve bien dans l'eau : une c. à c. arasée par litre environ. Les pâtes cuites dans une eau non salée sont fades et sans vie, même si la sauce est bien assaisonnée.

L'HUILE

Il n'est pas vraiment nécessaire d'ajouter d'huile, sauf peut-être pour les nouilles larges et plates (lasagne, pappardelle). Dans ce cas, comptez 1 c. à s. environ pour le faitout.

ARRÊTER LA CUISSON ?

N'ajoutez pas de filet d'eau froide pour arrêter la cuisson, sauf peut-être, à l'extrême rigueur, si vous êtes en avance et que les pâtes doivent attendre un peu avant d'être servies, mais c'est une technique à éviter, il vaut mieux attendre les pâtes.

AJOUTER LA SAUCE

Ne jetez pas toute l'eau de cuisson quand vous égouttez les pâtes. Cette eau est très utile pour effectuer le « liant » des sauces, grâce à l'amidon qu'elle contient. La sauce sera encore meilleure.

Ajoutez la sauce dès que les pâtes sont égouttées. Évaluez votre temps de préparation pour que la sauce soit prête lorsque les pâtes sont cuites et égouttées. Plus les pâtes sont chaudes, mieux elles absorberont la sauce.

Accommodez les pâtes selon la recette choisie, avec l'assaisonnement ou la sauce qui convient, et servez aussitôt pour que les pâtes arrivent bien chaudes sur la table. Veillez toujours à associer la bonne sauce avec la bonne variété de pâtes.

Ne mettez pas trop de sauce. Une fois le plat dégusté, il ne doit pas rester de sauce dans le saladier.

TECHNIQUES SIMPLES MAIS IMPORTANTES POUR RÉUSSIR L'OSMOSE DES INGRÉDIENTS AUX PÂTES ENCORE CHAUDES.

Il vous suffit de vous munir d'une poêle de grande contenance, large et au manche robuste, dans laquelle vous pouvez faire sauter vos pâtes avant de les servir.

ABRÉGER LA CUISSON

Si vous souhaitez apporter votre touche finale en faisant revenir les pâtes à la poêle avant de les servir, il vous faut les égoutter légèrement plus tôt, en tenant compte du fait qu'elles continueront à cuire hors de l'eau bouillante.

Parallèlement, il faut réchauffer l'assaisonnement, en évitant de mélanger les pâtes chaudes à une sauce froide.

Pour obtenir un plat parfait, mélangez les pâtes à la sauce hors du feu puis faites-les sauter à la poêle à feu vif ; n'ajoutez le fromage râpé que quelques instants avant de présenter à table.

LES HERBES AROMATIQUES

En faisant sauter les pâtes, c'est l'instant propice pour parfumer votre plat d'herbes aromatiques fraîches, ingrédients que vous ne devez jamais laisser mijoter longtemps dans la sauce.

Si vous utilisez du basilic, ses feuilles doivent être déchirées à

Le recueil de recettes de Jean-Paul Cassar, c'est "Ze Kif".

Version du : 20/01/2022 06:41

la main juste avant d'être mélangées aux pâtes ; évitez en effet d'utiliser des ciseaux ou des couteaux longtemps avant d'employer les herbes afin de ne pas laisser leur saveur s'évanouir.

Sauge et romarin, au contraire, peuvent frire dans l'huile chaude avant que vous ne versiez les pâtes dans la poêle. En général, nous vous conseillons de choisir toujours des herbes aromatiques extrêmement fraîches ainsi que des jeunes pousses.

AJOUTER LES FROMAGES

Une petite touche finale, très rapide : ajouter du fromage aux pâtes au moment de les faire sauter à la poêle. Outre les classiques fromages à pâte dure, comme le Parmigiano Reggiano, vous pouvez en choisir d'autres, à pâte plus molle ou à pâte filée. La mozzarella en est un exemple classique, mais les fromages savoureux ne manquent pas en Italie : la Fontina (fromage de vache à pâte cuite du Val d'Aoste) ou encore le Taleggio (fromage de vache des Alpes).

Afin que le fromage se lie intimement au reste de l'assaisonnement, ainsi qu'aux pâtes, il doit s'attendrir et commencer à filer, sans pour autant fondre complètement. Vous pouvez également le faire fondre à part : de cette façon il conservera en partie sa structure d'origine, tout en s'amalgamant délicatement aux pâtes et à la sauce.

QUELQUES MINUTES AU FOUR

Pour apporter votre touche finale personnelle, vous pouvez également gratiner rapidement vos pâtes en les passant au four quelques minutes après les avoir disposées sur votre plat de service. Il vous suffit de les enfourner à four préchauffé, sur la position " grill " à la température la plus élevée.

En une ou deux minutes, se formera à la surface des pâtes un fin gratiné délicatement croquant, qui confèrera une saveur supplémentaire à la recette.

Un dernier secret : préchauffez au four votre plat avant d'y mettre les pâtes à gratiner.

LE SAVOIR VIVRE DES PÂTES

En Italie, le savoir-vivre de la dégustation des pâtes impose de les déguster en utilisant une fourchette, et non pas une fourchette et une cuillère.

Il est préférable de servir les pâtes et le riz dans des assiettes creuses et non plates, car les mets chauds servis dans des assiettes chaudes restent chauds plus longtemps car les côtés de l'assiette permettent de conserver plus facilement la chaleur.

Les parois de l'assiette creuse sont également utiles quand on déguste des spaghettis ou des pâtes longues, car elles ne servent de points d'appui pour enrouler les pâtes autour des dents de la fourchette.

Lorsque les pâtes sont mangées al dente, elles sont assimilées par l'organisme comme des sucres lents. Par contre, lorsqu'elles sont très cuites - et donc ramollies - , l'amidon qu'elles contiennent se "gélatinise". Elles sont alors absorbées comme des sucres rapides et sont stockées dans les cellules graisseuses sous forme de triglycérides.

Les pâtes s'adaptent à tous les assaisonnements et, en général, n'importe quelle sorte de pâtes peut être utilisée à la place d'une autre. Toutefois, une

forme plus importante et une surface plus étendue et rayée s'accompagnent mieux d'une sauce riche comme le ragoût de viande.

Pâtes fraîches

La farine utilisée pour faire le pain et la semoule extra-fine sont idéales pour les pâtes fraîches, mais vous pouvez prendre n'importe quelle variété de farine de froment. La proportion exacte de farine par rapport aux œufs dépend de la qualité de la farine et de la grosseur des œufs, mais on compte en général 100 g de farine par œuf. Si vous préparez moins de pâte, mélangez les ingrédients dans une terrine.

Pour 750 g de pâte environ
500 g de farine
5 œufs
3 c. à s. d'huile d'olive
Sel

1. Mettez la farine en fontaine sur un plan de travail lisse et cassez les œufs au centre.
2. Ajoutez une bonne pincée de sel et l'huile d'olive.
3. Avec une main, amenez peu à peu la farine dans la fontaine pour l'amalgamer, en remuant avec les doigts et en vous servant de l'autre main pour maintenir un rempart qui empêche le liquide de se répandre.
4. Continuez à travailler jusqu'à obtention d'une pâte assez ferme mais malléable. Roulez-la en boule et placez-la sur une surface légèrement farinée.
5. Fraisez cette pâte en l'aplatissant avec la paume, en la pliant en deux et en la pressant à nouveau. Si vous la coupez à la main, travaillez-la de 5 à 10 minutes, jusqu'à ce qu'elle soit lisse et souple. Si vous utilisez une machine, travaillez-la rapidement à la main pour amalgamer les ingrédients : la machine la pétrira à fond.
6. Couvrez avec un linge et laissez reposer 1 heure environ.
7. Divisez ensuite cette pâte en portions grosses comme le poing que vous abaissez sur une surface légèrement farinée en feuilles rondes et fines.
8. Vous pouvez couper ces feuilles pour leur donner la forme requise.

Pâtes fraîches colorées

Les proportions des ingrédients colorants sont données pour 500 g de pâte ordinaire.

Pour obtenir 2 ou 3 couleurs différentes, divisez la quantité de pâte et d'ingrédients en conséquence.

Il est plus simple d'amalgamer les ingrédients dans une terrine plutôt que sur une surface plate, surtout quand on travaille de petites quantités.

Pour compenser l'humidité apportée par les légumes (notamment par les épinards), vous devrez incorporer encore un peu de farine lors du pétrissage et au moment d'abaisser la pâte.

Pâtes vertes : faites blanchir 250 g d'épinards pendant 2 minutes environ, ou de bettes pendant 5 minutes. Égouttez-les, rincez-les à l'eau froide et exprimez-les au maximum. Réduisez-les en purée au tamis ou hachez-les menu si vous utilisez une machine. Avec une fourchette, mélangez-les avec le reste des ingrédients. Pétrissez et abaissez la pâte obtenue.

Pâtes vertes tachetées : parez, lavez, épongez et hachez menu 6 c. à s. environ d'herbes fraîches mélangées: persil, oseille, thym, 1 ou 2 feuilles de sauge, estragon, livèche, marjolaine, basilic, pissenlits, roquette, hysope ou branches tendres de sarriette conviennent tous. Les herbes les plus fortes — thym, sauge, sarriette, marjolaine et estragon — se mariant mal avec certaines autres, sélectionnez votre assortiment avec soin. Incorporez-les au reste des ingrédients à la fourchette. Pétrissez et abaissez la pâte.

Pâtes rosées : Faites cuire 2 petites betteraves non épluchées dans de l'eau bouillante salée de 45 minutes à 1 heure, jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Épluchez-les, hachez-les et réduisez-les en purée au mixer. Incorporez-la au reste des ingrédients avant de les pétrir et d'abaisser la pâte obtenue.

Pâtes orangées : incorporez de 4 à 6 c. à s. environ de sauce tomate bien réduite ou de purée de tomates en conserve au reste des ingrédients. Pétrissez et abaissez la pâte ainsi obtenue.

Pâtes jaunes : ajoutez 1 pincée de safran en poudre à la farine et au sel. Mélangez intimement. Incorporez les œufs et l'huile. Pétrissez et abaissez la pâte obtenue.

Pâtes noires : il suffit d'ajouter avec les œufs et l'huile le contenu d'un sachet de 4g d'encre de seiche, que vous trouverez chez les bons poissonniers ou les épiceries italiennes.

PÂTES AUX LÉGUMES

Restons simples... : la recette de base, la pasta al pomodoro 🍅

Pour les pâtes aux tomates fraîches, préférez la qualité des tomates cerise, petites et rondes, ou les tomates allongées, longues et étroites : elles ont une pulpe très juteuse.

Certains choisissent de peler les tomates car la peau permet de conserver une consistance dure qui ne plaît pas à tous. Pendant la cuisson, la peau se détache naturellement de la pulpe à cause de la chaleur : si vous voulez l'éliminer, aidez-vous d'une fourchette.

Vous pouvez néanmoins utiliser de bonnes tomates pelées en les enlevant de l'eau de conservation et en les découpant en filet. La purée ou la pulpe de tomates donnent des résultats acceptables, parfois même bons...

350 g de spaghettis
Huile d'olive extra-vierge
6 à 8 tomates bien mûres
Des feuilles de basilic frais
2 gousses d'ail
Du sel fin

1. Pelez les tomates et découpez-les en filets.
2. Faites chauffer de l'huile dans une poêle (souvenez-vous d'en mettre beaucoup car c'est elle qui donne une bonne partie du goût final) et ajoutez quelques gousses d'ail déjà pelées et écrasées.
3. Faites revenir à feu moyen afin que l'ail ne brûle pas ou ne devienne trop croquant et ajoutez les filets de tomates.
4. Salez et mélangez légèrement avec une cuillère en bois puis laissez cuire à feu vif.
5. La sauce est prête lorsque toute son eau de cuisson s'est évaporée.
6. Si tomates employées vous paraissent trop acides, ajoutez une pincée de sucre pour corriger ce défaut.
7. Éteignez le feu et ajoutez cinq ou six feuilles de basilic préalablement nettoyées et déchirées avec les mains.
8. Une fois que les pâtes sont prêtes et égouttées, passez-les dans la poêle avec le jus de tomates pendant environ une minute à feu vif.
9. Servez ensuite les assiettes.
10. Aromatisez la sauce avec un demi-piment ou avec une pincée de poivre noir.
11. Les vrais amateurs de sauce tomates accompagnent toujours ce plat de parmesan râpé.

Penne à la sauce aux herbes

700 g de penne rigate,
Un oignon,
Deux gousses d'ail,
1/2 verre d'huile,
500 g de tomates de préférence fraîches
1 /4 de litre de crème fraîche,
30 g de parmesan râpé,
Basilic,
Sel, poivre.

1. Hachez l'oignon et l'ail, puis le basilic, séparément.
2. Versez l'huile dans une grande poêle et faites-y revenir le hachis d'ail et d'oignon pendant quelques instants.
3. Ajoutez le basilic, laissez mijoter 5 mn en mélangeant, puis ajoutez les tomates passées au mixer.
4. Salez et poivrez.
5. Laissez réduire 2 à 3 mn.
6. Ajoutez la crème fraîche, mélangez et laissez la sauce épaissir.
7. D'autre part, vous aurez fait cuire les penne 15 mn environ à l'eau bouillante salée (un peu plus dur qu'al dente, car elles continueront à cuire dans la sauce chaude).
8. Quand ils sont cuits, égouttez-les soigneusement, et ajoutez-les à la sauce ainsi que le parmesan râpé.
9. Mélangez jusqu'à ce que les pâtes soient complètement enrobées de sauce.
10. Versez dans un plat chaud.
11. Servez sans attendre.

Oreillettes au fenouil

Pour 4 personnes Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

400 g de pâtes oreillettes
1 bulbe de fenouil
1/2 citron
2 gousses d'ail
50 g de mie de pain
5 c. à s. d'huile d'olive
Sel, poivre du moulin.

1. Pelez et hachez l'ail.
2. Nettoyez le fenouil, puis émincez-le finement.
3. Réservez les plumets verts.
4. Hachez la mie de pain grossièrement.
5. Chauffez trois cuillerées d'huile dans une poêle.
6. Ajoutez la moitié de l'ail et le fenouil, salez et poivrez.
7. Faites dorer à feu moyen 5 min, ajoutez le jus du citron, mélangez 1 min.
8. Retirez ensuite le fenouil à l'aide d'une écumoire.
9. Faites cuire les pâtes al dente.
10. Versez le reste d'huile dans la même poêle, dorez-y le restant d'ail et le pain en remuant pendant 1 à 2 min.
11. Ajoutez le fenouil et le zeste râpé du citron.
12. Mélangez les pâtes avec le fenouil dans un plat, parsemez de pluches de fenouil ciselées.
13. Servez avec du parmesan râpé.

Évitez le pain de mie, la chapelure sera bien plus craquante si vous prenez de la mie de pain fraîche de campagne ou de baguette hachée grossièrement.

Penne en « risotto » 😊

*Au lieu de faire cuire les pâtes à l'eau bouillante, on les prépare comme un risotto : légèrement revenues à l'huile, nappées d'une épaisse sauce tomate, puis cuites doucement en ajoutant petit à petit du bouillon, en remuant jusqu'au point de cuisson parfait lorsque presque toute la sauce est absorbée.
Le résultat est magnifique.*

500 g de penne
1 1/2 litre de bouillon de légumes ou de volaille
8 c. à s. d'huile d'olive extra-vierge
1/2 c. à c. de sel de mer
4 c. à s. de concentré de tomate
1/4 c. à c. de piment rouge séché
2 c. à s. de romarin frais finement haché
2 c. à c. de vinaigre de vin rouge
60 g de parmesan fraîchement râpé

1. Faites chauffer le bouillon dans une grande casserole et maintenez-le frémissant pendant que vous préparez les pâtes.
2. Dans une grande sauteuse à fond épaisse, assez grande pour contenir toutes les pâtes, faites chauffer l'huile sur feu moyen.
3. Lorsqu'elle est bien chaude, avant qu'elle ne commence à fumer, ajoutez les pâtes et remuez sans arrêt pendant 3 à 4 minutes jusqu'à ce qu'elles commencent à dorer légèrement.
4. Salez et ajoutez le concentré de tomate et le romarin. Mélangez jusqu'à ce que toutes les pâtes soient bien enrobées.
5. Ajoutez doucement un peu de bouillon et remuez jusqu'à ce qu'il soit presque entièrement absorbé. Réglez le feu pour maintenir une légère ébullition.
6. Les pâtes doivent cuire doucement et être en permanence recouvertes par une légère couche de bouillon.
7. Continuez à ajouter petit à petit du bouillon en remuant souvent et en goûtant régulièrement jusqu'à ce que les pâtes soient tendres mais encore al dente. La cuisson dure environ 17 minutes.
8. Ajoutez enfin le piment écrasé et le vinaigre, et mélangez.
9. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement. Incorporez la moitié du fromage et mélangez bien.
10. Servez aussitôt dans des assiettes creuses bien chaudes.
11. Proposez le reste de fromage dans une coupe à part.

Spaghetti "al Vesuvio"

500 g de spaghetti,
500 g de tomates olivettes,
Un oignon,
2 gousses d'ail,
50 g d'olives vertes,
50 g d'olives noires,
100 g de mozzarella,
5 c. à s. d'huile d'olive,
Basilic,
Parmesan râpé,
Persil,
Sel et poivre

Les proportions sont à respecter, sinon, il risque de manquer de la sauce !

1. Versez l'huile dans une casserole à fond épais.
2. Faites dorer l'oignon émincé.
3. Lorsque l'oignon est rissolé, ajoutez les tomates coupées en deux, l'ail haché et 2 c. à s. de persil haché.
4. Laissez cuire à petit feu 20 mn.
5. Hachez 2 c. à s. de basilic.
6. Coupez les olives dénoyautées en rondelles et le fromage en petits dés.
7. Passez la sauce à la tomate au moulin à légumes pour éliminer la peau des tomates.
8. Ajoutez à cette sauce le basilic, le fromage et les olives.
9. Laissez cuire encore en remuant pendant 5 mn.
10. Salez, poivrez.
11. Faites cuire les pâtes et égouttez-les.
12. Versez cette sauce sur les pâtes.
13. Mélangez bien et servez aussitôt, avec suffisamment de parmesan râpé.

Penne au simple (*par absorption*)

400 g de penne
4 c. à s. d'huile d'olive
2 oignon
2 gousses d'ail
150 cl de bouillon de légumes ou de poule
Quelques tomates séchées
Basilic frais ciselé
Quelques copeaux de Pecorino

1. Faites revenir l'ail et l'oignon avec l'huile d'olive pendant 3 minutes, sur feu moyen.
2. Ajoutez les pâtes crues et remuez constamment pendant 1 minute et demi.
3. Ajoutez une partie du bouillon (30 cl) afin qu'il arrive juste au niveau des pâtes et laissez mijoter sur feu doux pendant 15 minutes environ.
4. Remuez de temps en temps et rajoutez éventuellement du bouillon.
5. Lorsque tout le bouillon est absorbé et que les pâtes ont la consistance voulue, c'est prêt.
6. Ajoutez du basilic ciselé, des tomates séchées et des copeaux de pecorino.

Le temps de cuisson est peut-être un peu plus long que pour une cuisson classique mais les pâtes sont vraiment plus savoureuses.

Elles sont comme enrobées d'une sauce invisible, on a l'impression de manger quelque chose de gras alors qu'il n'y a qu'une c. à s. d'huile d'olive pour 2 personnes.

Avec ce type de cuisson l'amidon se libère et enrobe les pâtes qui restent quant à elles al dente.

Spaghettini à la mie

400 g de spaghettini
40 g de mie de pain sèche
2 c. à s. de persil plat ciselé
2 gousses d'ail
1 oignon de 100 g
6 pincées d'origan
4 c. à s. d'huile d'olive fruitée
Sel, poivre

1. Réduisez la mie de pain en fine chapelure dans un robot.
2. Pelez l'ail et hachez-le finement.
3. Pelez l'oignon et émincez-le finement.
4. Faites cuire les pâtes al dente.
5. Pendant ce temps, faites chauffer la moitié de l'huile dans une sauteuse
6. Ajoutez ail et persil et mélangez 1 mn sur feu doux, avec une spatule.
7. Ajoutez l'oignon et laissez cuire encore 3 à 4 mn, jusqu'à ce qu'il soit blond.
8. Ajoutez l'origan, poivrez et retirez du feu.
9. Faites chauffer le reste d'huile dans une poêle.
10. Ajoutez la mie de pain et faites-la dorer, en remuant sans cesse. Retirez du feu.
11. Lorsque les pâtes sont cuites, égouttez-les et ajoutez-les dans la sauteuse.
12. Mélangez bien et versez dans un plat creux.
13. Parsemez de mie de pain dorée et servez aussitôt.

Cette très ancienne recette se retrouve dans tout le sud de l'Italie.

Le pain joue ici le même rôle que le fromage râpé.

Pâtes complètes aux légumes grillés🍴

Préparation : 15 minutes. Cuisson : 1 heure 40

1 poivron rouge
1 poivron vert
1 poivron jaune
3 oignons
4 ou 5 gousses d'ail
4 petites courgettes
2 aubergines moyennes
1 kg de tomates
2 c. à s. d'huile d'olive
3 feuilles de laurier 2 brins de thym
500 g de penne complètes
Sel
Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 180 °C (th. 6).
2. Retirer les pédoncules et les graines des poivrons, peler les oignons, éplucher les gousses d'ail, les dégermer, couper les tiges des courgettes et des aubergines.
3. Rincer les légumes puis les couper en morceaux de 3 à 4 cm de côté.
4. Disposer les légumes dans un grand plat allant au four.
5. Répartir l'huile d'olive et remuer.
6. Saler, poivrer, ajouter le laurier et le thym.
7. Ajouter 10 cl d'eau.
8. Recouvrir le plat de papier aluminium et mettre au four.
9. Après une heure de cuisson, retirer le papier aluminium, baisser la température à 150°C (th. 5) et laisser cuire les légumes 40 minutes de plus en les retournant régulièrement.
10. Faire cuire les penne al dente.
11. Égoutter les penne et les mélanger aux légumes grillés.
12. Servir immédiatement.

Tagliatelle en sauce au citron

(Tagliatelle al limone)

60 g de beurre à température ambiante
25 cl de crème fraîche épaisse
6 cl de jus de citron fraîchement pressé
Sel de mer
500 g de pâtes fraîches, tagliatelle ou fettucine
Le zeste râpé de 3 citrons
3 c. à s. de persil plat ciselé
Parmesan râpé en condiment

1. Dans une poêle assez grande pour contenir toutes les pâtes en fin de préparation, mélangez le beurre, la crème et le jus de citron.
2. Faites chauffer sur feux doux. Dès que le beurre est fondu, retirez la poêle du feu, couvrez et réservez.
3. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes.
4. Égouttez-les en y laissant un peu d'eau de cuisson pour que la sauce se mélange bien.
5. Versez les pâtes dans la poêle, hors du feu, et mélangez intimement.
6. Ajoutez le zeste des citrons râpé et mélangez encore une fois.
7. Couvrez et laissez reposer pendant 1 à 2 minutes pour permettre aux pâtes d'absorber la sauce.
8. Répartissez les pâtes dans des assiettes creuses bien chaudes, garnissez de persil ciselé et servez aussitôt en proposant du fromage si vous le désirez.

On appelle zeste la partie externe, très fine, sapide et odorante, du péricarpe des citrons et des autres agrumes. Il contient toutes les huiles essentielles du fruit. On le distingue de l'écorce proprement dite, la peau blanche qui sépare le zeste du fruit. Il existe plusieurs manières de retirer le zeste d'un agrume, qui demandent toutes de l'attention pour ne pas risquer de prendre en même temps la partie amère de l'écorce. Vous pouvez :

- *Soit froter le fruit contre une râpe, côté petits trous;*
- *Soit prélever l'écorce du fruit avec un couteau économe et détailler celle-ci en fines languettes ;*
- *Soit encore utiliser un zesteur, petit ustensile à main de la taille d'un couteau économe, qui a le grand avantage de prélever juste la partie extérieure de l'écorce en languettes extrêmement fines, qui donnent un parfum particulièrement subtil et délicat.*

Tagliatelle fines sauce à l'oignon

Temps de préparation : environ 1 h.

300 g d'oignons
120 g de jambon cuit
4 feuilles de sauge
50 g de beurre
1 c. à c. de sel
1 pincée de sucre
Poivre fraîchement moulu
1/4 de litre de bouillon de viande (si possible de poule)
25 cl de crème fraîche
400 g de trenette
80 g de parmesan fraîchement râpé

1. Pelez les oignons et coupez-les en petits dés.
2. Coupez le jambon de la même façon et émiettez les feuilles de sauge.
3. Faites fondre le beurre dans une poêle, faites-y revenir les oignons et la sauge et laissez-les ramollir pendant 20 mn environ, sur feu très doux pour qu'ils ne prennent pas couleur.
4. Au bout de ce laps de temps, ajoutez le sel, le poivre, le sucre, versez le bouillon de volaille et laissez cuire encore de 12 à 15 mn, toujours à feu très doux.
5. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes al dente, égouttez-les et laissez-les au chaud sur un grand plat préchauffé.
6. Ajoutez la crème fraîche et les cubes de jambon à la sauce à l'oignon et laissez encore revenir quelques minutes.
7. Au moment de servir, versez la sauce sur le plat contenant les pâtes, mélangez bien le tout et servez avec du parmesan râpé.

Fusilli aux noix et à l'ail

(Fusilli salsa di noci)

La sauce aux noix est une recette traditionnelle de la cuisine de Ligurie.

2 belles gousses d'ail émincées
125 g de cerneaux de noix grillés et refroidis
25 cl de crème fraîche épaisse
500 g de fusilli
60 g de parmesan râpé
Sel et poivre du moulin

1. Mettez l'ail, une pincée de sel et les noix dans le bol d'un mixer et hachez-les rapidement.
2. Ajoutez la crème et actionnez encore le mixer pour obtenir une sauce homogène.
3. Goûtez pour rectifier l'assaisonnement.
4. Versez la sauce dans un grand saladier.
5. Faites cuire les pâtes al dente. Égouttez-les.
6. Versez les pâtes égouttées dans le saladier et mélangez intimement avec la sauce.
7. Ajoutez le fromage râpé et remuez encore une fois.
8. Salez et poivrez.
9. Répartissez dans des assiettes creuses bien chaudes et servez en posant le moulin à poivre sur la table.

Penne à la crème de safran 🍴

Préparation : 5 mn Cuisson : 10 mn

400 g de penne,
100 g de parmesan,
250 g de crème fraîche,
1 capsule de safran,
2 jaunes d'œufs,
40 g de beurre,
Sel, poivre.

1. Mettez le beurre à fondre sur feu doux.
2. Lorsqu'il est fondu, ajoutez le parmesan râpé.
3. Laissez fondre, sans cesser de remuer, jusqu'à ce que l'ensemble soit crémeux.
4. Dans un bol, délayez la crème avec les jaunes d'œufs et le safran.
5. Versez ce mélange petit à petit, sans cesser de remuer, dans la casserole.
6. Retirez du feu, mais gardez au chaud, au bain-marie.
7. Rectifiez l'assaisonnement si c'est nécessaire.
8. Faites cuire les pâtes al dente. Égouttez-les.
9. Mélangez les pâtes à la sauce.
10. Servez dans un plat chauffé sans attendre.

Graves blanc sec.

Spaghettis à la crème d'olive 🍴🍴

500 g de spaghettis
250 g de fromage blanc
200 g d'olives noires dénoyautés
½ verre d'huile d'olive
200 g de parmesan
1 c. à s. d'oignon haché sommairement

1. Mettre le fromage blanc, l'oignon et les olives dans un mixer et en faire un fin mélange.
2. Ajouter suffisamment d'huile d'olive pour que le mélange soit une crème onctueuse.
3. Salez, poivrez.
4. Servez dans des assiettes chaudes.
5. Ajoutez du parmesan dans l'assiette, au besoin.

Superbe !!!!

Spaghetti aux petits pois et aux oignons 🍴

Préparation et cuisson : 25 minutes

500 g de spaghetti
Un kg d'oignons nouveaux à gros bulbe
Une cuillerée à soupe d'huile d'olive
4 tranches de bacon, hachées
2 cuillerées à café de farine
250 ml de bouillon de volaille
125 ml de vin blanc
150 g de petits pois écossés

1. Cuire les pâtes al dente.
2. Les égoutter et les remettre dans la casserole.
3. Pendant que les pâtes cuisent, couper les extrémités des oignons, en ne laissant qu'une courte partie de vert.
4. Chauffer l'huile dans une grande casserole à fond épais et faire revenir le bacon et les oignons 5 minutes à feu doux, jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
5. Saupoudrer de farine et remuer 1 minute.
6. Ajouter le mélange de bouillon et de vin et remuer jusqu'à ébullition et épaississement.
7. Incorporer les petits pois et faire cuire 5 minutes, jusqu'à ce que les oignons soient tendres.
8. Saupoudrer de poivre noir.
9. Verser la préparation sur les pâtes et mélanger délicatement.
10. Garnir d'un bouquet de fines herbes de votre choix.

Spaghettis à l'ail et au piment doux 🍷🍷

600 g de spaghettis
6 belles gousses d'ail finement émincées
½ verre à un verre d'huile d'olive
1 c. à s. de persil plat grossièrement haché (facultatif)
Une c. à s. rase de poudre de piment doux
Sel, poivre.

1. Mélanger à froid l'huile, l'ail et la poudre dans une grande poêle
2. Faire revenir l'ail jusqu'à blondir à feu doux
3. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes al dente. Égouttez-les.
4. Rajouter en mélangeant le persil hors du feu
5. Saler et poivrer généreusement

Vin rouge léger, de type Saumur

Penne all'arrabbiata👩🍳👨🍳

6 cl d'huile d'olive extra-vierge
6 belles gousses d'ail émincées
1 /2 c. à c.de piment
Sel de mer
750 g de tomates pelées au naturel ou en purée
500 g de penne
1 tasse de persil plat ciselé

1. Dans une poêle assez grande pour contenir ensuite toutes les pâtes, mettez l'huile, l'ail, le piment et une pincée de sel.
2. Mélangez à froid intimement, puis faites chauffer sur feu moyen pendant 2 à 3 minutes jusqu'à ce que l'ail commence à dorer, mais sans roussir.
3. Si vous utilisez des tomates entières, placez un moulin à légumes au-dessus de la poêle et réduisez les tomates directement en purée dans l'ustensile de cuisson. Si vous prenez des tomates en purée, versez le contenu de la boîte dans la poêle.
4. Mélangez intimement puis laissez mijoter à découvert pendant 15 minutes jusqu'à ce que la sauce commence à épaissir. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
5. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes al dente. Égouttez-les.
6. Versez les pâtes égouttées dans la poêle et mélangez-les avec la sauce tomate.
7. Laissez reposer pendant 1 à 2 minutes pour permettre aux pâtes d'absorber la sauce.
8. Ajoutez le persil ciselé et mélangez à nouveau.
9. Versez le tout dans un saladier bien chaud et servez aussitôt.
10. Traditionnellement, on sert ces pâtes sans fromage râpé.

Pâtes au chou-fleur de Mamie

("al brouklou", disait Mamie)

600g de spaghettis
8 belles gousses d'ail finement émincées
Un verre d'huile d'olive
Un beau chou-fleur
Sel, poivre

1. Faire blanchir le chou-fleur : il faut qu'il soit tendre.
2. Faites revenir l'ail très finement émincé (ou carrément haché) dans la moitié de l'huile d'olive.
3. Rajouter le chou-fleur, en l'émiettant dans la poêle.
4. Écraser le tout à la fourchette à feu moyen à vif.
5. Au besoin, ajouter de l'huile d'olive si le chou-fleur commence à attacher.
6. Poivrer abondamment.
7. Vérifier le sel.
8. Faire cuire les spaghettis al dente.
9. Les mélanger dans la poêle avec le chou-fleur.
10. Servir immédiatement, de préférence dans des assiettes chaudes.
11. *Assez curieusement, le gruyère râpé sur ce plat donne un résultat inattendu mais délicieux...*

Bucatini à la Norma 🍴🍷

350 g de bucatini ou des Barilla N° 7 (Spaghettonis)
800 g d'aubergines moyennes
500 g de tomates mûres à point : olivettes
40 g de provolone
40 g de pecorino
2 gousses d'ail nouveau
12 grosses feuilles de basilic
50 g de pecorino finement et fraîchement râpé
50 g de parmesan finement et fraîchement râpé
3 c. à s. d'huile d'olive
Huile pour friture
Sel, poivre
Gros sel de mer

1. Une heure avant de commencer la cuisson du plat, lavez les aubergines et coupez-les en rondelles de 1/2 cm.
2. Mettez-les dans une passoire, par couches, en les poudrant de gros sel.
3. Couvrez-les d'une assiette et posez dessus un poids de 2 kg environ.
4. Laissez-les ainsi 1 h.
5. Au bout de ce temps, retirez les tranches d'aubergines de la passoire, rincez-les soigneusement puis épongez-les.
6. Ébouillantez les tomates 10 secondes, puis rafraîchissez-les sous l'eau courante, pelez-les, coupez-les en deux et éliminez-en les graines.
7. Hachez grossièrement la pulpe.
8. Pelez les gousses d'ail et hachez-les.
9. Ciselez les feuilles de basilic.
10. Râpez finement les deux fromages.
11. Faites chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse.
12. Ajoutez l'ail haché et mélangez 1 mn.
13. Ajoutez les tomates et le basilic, salez, poivrez, et faites cuire 15 mn à feu doux et à découvert, en remuant de temps en temps.
14. Faites chauffer l'huile de friture dans une poêle et dès qu'elle est chaude, faites-y cuire les tranches d'aubergines, par trois ou quatre, pendant 5 mn environ, en les retournant souvent afin qu'elles soient blondes.
15. Égouttez-les sur du papier absorbant.
16. Salez-les légèrement.
17. Lorsque les aubergines sont cuites, faites-les cuire pâtes al dente puis égouttez-les et mettez-les dans un saladier.
18. Ajoutez la sauce tomate et la moitié du fromage râpé.
19. Mélangez bien et ajoutez les tranches d'aubergines et le reste de fromage râpé.
20. Mélangez encore et servez aussitôt.

Le nom de « Norma » est un hommage des habitants de Catagne à Bellini, le compositeur de cet opéra. Cette recette typiquement sicilienne peut aussi se préparer avec de gros spaghetti.

Les pâtes du petit cordonnier

Pour 4 personnes

Préparation : 25 minutes Cuisson : 35 minutes



Huile d'olive (environ 1dl)
150 g de lardons crus (pancetta coupée en dés)
1 oignon
2 gousses d'ail
2 aubergines (pas trop grosses)
1 kg de tomates concassées en boîtes (ou de purée de tomates en bocal)
Une bonne pincée de piment d'Espelette ou paprika fort
2 boules de mozzarella di Buffala
120 g de parmesan frais (à râper)
20 g de basilic frais
Sel et poivre du moulin
500 g de penne

1. Peler et émincer oignon et ail.
2. Couper les aubergines en 2 dans le sens de la longueur, puis encore une fois en 2 et les couper en dés (2 cm).
3. Dans une poêle à large rebord, faire revenir (en 2 fois si nécessaire) les dés d'aubergines dans de l'huile d'olive sans qu'ils ne se superposent.
4. Saler légèrement.
5. Mettre une bonne quantité d'huile, car l'aubergine l'absorbe rapidement. En rajouter si besoin (et ce sera le cas).
6. Quand les dés d'aubergines sont dorés, les mettre entre deux feuilles de papier ménage afin d'en enlever l'excédent d'huile. Réserver.
7. Dans la même poêle, mettre à chauffer 2 càs d'huile d'olive à feu moyen et faire revenir l'oignon et l'ail 2 minutes.
8. Ajouter les lardons et faire colorer encore 3 minutes sur feu moyen.
9. Ajouter les tomates et le piment ou paprika, poivrer un peu et laisser mijoter à découvert sur feu doux 15 minutes.
10. Pendant ce temps, couper la mozzarella en dés, râper grossièrement le parmesan et ciseler, également grossièrement, le basilic (couper en 2 les plus grosses feuilles avec les doigts). Réserver.
11. Démarrer la cuisson des pâtes dans de l'eau bouillante salée.

12. Ajouter les dés d'aubergines dans la sauce et laisser mijoter encore une dizaine de minutes. Goûter et rectifier l'assaisonnement.
13. Lorsque les pâtes sont cuites al dente, garder une louche de l'eau de cuisson de côté.
14. Mettre les pâtes dans un grand récipient et ajouter la sauce immédiatement. Bien mélanger.
15. Si l'ensemble semble manquer de jus, ajouter un peu d'eau de cuisson des pâtes.
16. Ajouter le basilic, la mozzarella et le parmesan.
17. Bien mélanger et.... SERVIR de suite !

Pâtes aux poivrons 🍴

Préparation : 15 mn Cuisson : 35 mn

400 g de pâtes fraîches au choix,
500 g de poivrons,
100 g de lard maigre,
4 tomates,
1 oignon,
4 c. à s. d'huile,
Sel, poivre.

1. Lavez, essuyez les poivrons.
2. Coupez-les en lamelles.
3. Pelez l'oignon, hachez-le.
4. Pelez les tomates et enlevez les graines.
5. Versez l'huile dans une sauteuse.
6. Lorsqu'elle est chaude, faites-y blondir l'oignon ; ajoutez le lard maigre coupé en dés. Baissez le feu et faites fondre les lardons (10 mn).
7. Mettez les lanières de poivrons.
8. Mélangez, et dès qu'elles sont rissolées, ajoutez les tomates, continuez à faire cuire à feu doux.
9. Salez, poivrez et laissez réduire la sauce pendant 20 mn.
10. Faites cuire les pâtes. Égouttez-les.
11. Versez les pâtes dans un plat chaud, nappez-les de sauce aux poivrons et servez aussitôt.

Tavel rosé.

Pâtes piquantes au poivron rouge 🌶️🌶️🌶️

La méthode qui consiste à mélanger les pâtes, d'abord avec le fromage, ensuite avec la sauce, permet d'obtenir un mélange de saveurs plus profond que la méthode traditionnelle (d'abord la sauce et ensuite le fromage).

500 g de spaghetti
1/2 c. à c. de piment rouge séché écrasé
5 poivrons rouges
500 g d'oignons
1/2 litre de bouillon de volaille ou de légumes
4 c. à s. d'olive extra-vierge
Sel de mer
2 gousses d'ail
100 g de parmesan fraîchement râpé

1. Coupez les poivrons en deux dans la hauteur, retirez le pédoncule et les graines, ainsi que les cloisons internes.
2. Hachez-les grossièrement.
3. Réservez.
4. Émincez finement les oignons.
5. Hachez finement l'ail.
6. Réservez.
7. Faites chauffer l'huile sur feu vif dans une grande sauteuse.
8. Avant qu'elle ne commence à fumer, ajoutez les poivrons et une pincée de sel, faites revenir en remuant régulièrement pendant 5 minutes.
9. Ajoutez les oignons, l'ail, le piment et encore une pincée de sel.
10. Faites cuire pendant 5 minutes jusqu'à ce que les oignons s'attendrissent.
11. Versez alors le bouillon et faites mijoter à découvert pendant 30 minutes jusqu'à ce que la sauce épaississe.
12. Versez cette sauce par petites quantités dans un robot et mixez en veillant à éviter les éclaboussures.
13. Remettez-la dans une casserole et faites réchauffer doucement.
14. Pendant ce temps, faites cuire al dente les pâtes et égouttez-les à fond.
15. Versez les pâtes égouttées dans un grand saladier et ajoutez la moitié du fromage.
16. Mélangez délicatement mais à fond, jusqu'à ce que tout le fromage soit absorbé.
17. Ajoutez ensuite la sauce aux poivrons et mélangez à nouveau jusqu'à ce que toute la sauce soit absorbée.
18. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
19. Servez aussitôt dans des assiettes creuses bien chaudes, avec le reste de parmesan râpé à part.

Rigatoni à la sicilienne

Essayez de trouver les aubergines les plus fraîches, bien fermes et luisantes.

Ce légume se marie particulièrement bien avec la consistance des pâtes et la richesse de la sauce tomate très parfumée. C'est dans ce genre de plat que l'aubergine peut jouer un rôle de premier plan et l'on est étonné de lui trouver presque un goût de viande.

Surtout ne pelez pas l'aubergine, car c'est dans la peau que réside toute la saveur.

Par ailleurs, l'aubergine et la mozzarella doivent être coupées en petits cubes bien réguliers. Au moment de la dégustation, essayez de réunir en une seule cuillerée des pâtes, de la sauce et de la mozzarella pour apprécier le mélange harmonieux des saveurs et des textures.

Vous avez le choix pour ce plat entre différentes sortes de pâtes : les gemelli, les rigatoni, les ziti, les fusilli ou, bien sûr, les irremplaçables penne.

18 cl d'huile d'olive extra-vierge

1 petit oignon émincé

2 belles gousses d'ail émincées

Sel de mer

750 g de tomates pelées au naturel ou en purée

1 belle aubergine bien ferme (500 g environ), taillée en petits cubes

500 g de gemelli, ziti, fusilli ou penne

300 g de mozzarella taillée en petits cubes

1. Dans une poêle assez grande pour contenir toutes les pâtes en fin de cuisson, versez 6 cl d'huile, ajoutez l'oignon, l'ail et une pincée de sel.
2. Mélangez à froid, puis faites cuire sur feu modéré pendant 2 à 3 minutes jusqu'à ce que l'ail soit doré, mais sans roussir.
3. Si vous prenez des tomates entières, placez un moulin à légumes au-dessus de la poêle et réduisez les tomates en purée directement dans l'ustensile de cuisson. Si vous prenez des tomates en purée, versez-la simplement dans la poêle.
4. Mélangez intimement et faites mijoter doucement à découvert pendant 15 minutes jusqu'à ce que la sauce commence à épaissir.
5. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
6. Pendant que la sauce mijote, faites cuire l'aubergine.
7. Faites chauffer le reste d'huile dans une grande sauteuse sur feu moyen.
8. Lorsque l'huile est chaude, mais avant qu'elle ne fume, ajoutez les cubes d'aubergine et faites-les sauter pendant 5 minutes

jusqu'à ce qu'ils soient dorés. (L'aubergine va absorber l'huile immédiatement, mais faites-la cuire sans en rajouter, en remuant la sauteuse constamment pour l'empêcher d'attacher.)

9. Salez largement.
10. Versez les cubes d'aubergines dans la sauce tomate et tenez au chaud sur feu très doux. (Ni la sauce, ni l'aubergine n'ont besoin de cuire davantage, mais l'aubergine doit simplement absorber de la sauce tomate.)
11. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes al dente.
12. Égouttez-les à fond.
13. Versez les pâtes égouttées dans la poêle et mélangez-les avec la sauce.
14. Couvrez et laissez chauffer tout doucement pendant 1 à 2 minutes pour permettre aux pâtes d'absorber la sauce.
15. Répartissez les pâtes en sauce dans des assiettes bien chaudes et ajoutez en garniture les petits cubes de mozzarella.
16. Servez aussitôt.

PÂTES AU BASILIC

Le pesto

Le pesto est une sauce délicate à base de basilic et d'ail.

Sa recette fait partie de la tradition culinaire de Ligurie. Aujourd'hui encore, le pesto y est préparé avec les ingrédients et les outils d'autrefois.

La première recette écrite remonte à la moitié du XIXe siècle et depuis elle est restée pratiquement identique.

Pour obtenir un bon pesto, il vous faut du temps, des ingrédients d'excellente qualité et surtout, la capacité d'associer les ingrédients de base dans la bonne proportion.

Une quantité excessive d'ail rend la sauce trop acide et cache le parfum de l'herbe aromatique.

Pour savourer cette sauce exquise, optez pour des pâtes fraîches spéciales, sans œufs, à base d'eau et de farine.

La tradition veut que le rapport soit d'une gousse d'ail pour 30 feuilles de basilic.

1 gros bouquet de basilic

2 gousses d'ail

70 g de parmesan

50 g de pignons

10 cl d'huile d'olive

Sel, poivre

1. Lavez, séchez et effeuillez le basilic.
2. Pelez les gousses d'ail.
3. Râpez le parmesan.
4. Mixez tous ces ingrédients avec les pignons jusqu'à obtenir une préparation homogène.
5. Ajoutez peu à peu l'huile, salez, poivrez.
6. Réservez à température ambiante pour une dégustation immédiate ou au réfrigérateur.

Ou, avec un mortier (d'après la tradition, on obtient un meilleur résultat en déchirant les feuilles plutôt qu'en les coupant) :

1. Lavez les feuilles sous l'eau courante froide et laissez-les sécher sur un torchon en coton.
2. Placez les gousses d'ail dans le mortier et écrasez-les avec le pilon.
3. Ajoutez le basilic au fur et à mesure et continuez à utiliser le pilon en bois avec un mouvement rotatif et prolongé.
4. Lorsque vous aurez obtenu une matière homogène verte brillante, ajoutez une poignée de pignons et hachez-les menu.
5. Leur consistance adoucit la sauce et mélange les saveurs en estompant les notes plus pointues de l'ail.

6. Ajoutez le parmesan et le fromage de brebis râpé puis versez un filet d'huile d'olive extra vierge.
7. Poursuivez le travail dans le mortier pendant encore quelques minutes. Vous devez obtenir une crème verte parfumée à la consistance semi-liquide.

Fettucini « al pesto »

Cette sauce est une des plus célèbres de la gastronomie italienne. Originnaire de Gênes, elle condimente pâtes et potages et se présente sous forme d'une sauce épaisse et très parfumée.

4 gousses d'ail
50 g de pignons de pin
1/2 cuillérées à café de sel
120 g de basilic frais
50 g de pecorino (ou de parmesan râpé)
80 g de parmesan
Poivre fraîchement moulu
25 cl d'huile d'olive extra vierge
400 g de Fettucine

1. Pelez l'ail, coupez-le en petits morceaux et pilez-le au mortier avec les pignons.
2. Lavez les feuilles de basilic, séchez-les, coupez-les en morceaux et pilez-les également au mortier.
3. Ajoutez le sel et continuez de piler jusqu'à obtention d'une pommade épaisse et homogène.
4. Concassez les deux fromages et passez-les au pilon avec le reste des ingrédients, ajoutez le poivre, puis l'huile d'olive en minces filets en tournant sans arrêt ; la sauce doit être émulsionnée. (Si l'on préfère un goût plus doux, on peut n'utiliser que du parmesan à la place du mélange pecorino-parmesan).
5. Faites cuire les pâtes al dente ; égouttez-les.
6. Servez-les aussitôt mélangées à la sauce al pesto dans un grand récipient préchauffé.

Vous pouvez également préparer de la sauce al pesto à l'avance : Préparez la sauce comme précédemment mais en n'utilisant que deux gousses d'ail, la moitié du sel et aucun des fromages ; ajoutez l'huile jusqu'à ce que la sauce forme masse et remplissez-en un sachet en plastique. Fermez-le hermétiquement et faites congeler. Au moment de l'utilisation, pilez les deux gousses d'ail restantes, le fromage et le reste de sel. Mélangez à la sauce du sachet lorsqu'elle est décongelée. Quelques gouttes de lait pour adoucir le goût de basilic et de l'ail parfois trop fort...

Pâtes à l'ail 🍷🍷🍷

Le plat typique de la famille Cassar en été !

C'est un plat rapide, simple et frais.

Il est répandu partout, mais il est connu sous le nom de "spaghetti alla checca" à Rome, avec de la mozzarella.

<https://harissa.com/news555/index.php/fr/recette-spaghettis-alla-checca>

6 belles tomates¹, ou mieux encore, l'équivalent de tomates cerise
600 g de spaghettis
1 belle gousse d'ail
Une poignée de feuilles de basilic²
1,5 verre à un verre d'huile d'olive vierge
Une dizaine d'olives noires (de préférence « à la grecque ») sans noyau
Sel, poivre.

1. Laver les tomates sans les épépiner
2. Mixer les tomates avec l'huile, l'ail, le basilic, les olives jusqu'à obtention d'une sorte de mayonnaise de couleur orange.
3. Il est impératif que la sauce soit onctueuse, et pas grumeleuse (cela peut provenir des tomates). Au besoin, ajouter de l'huile d'olive.
4. Verser sur les pâtes cuites "al dente"

*Les puristes sont partagés : parmesan, gruyère ou pas de fromage ?
Mais l'été, avec deux merguez par assiette ou alors, pour les
fanatiques de la réalité historique, des sardines grillées... un
délice !!!*

Rosé léger

¹ La qualité des tomates conditionne la succulence de ce plat. Les petites tomates "cerise" donnent les meilleurs résultats.

² Que l'on peut, en hiver, remplacer par du basilic surgelé... Ouais...

Pâtes au basilic du Vieux Nice

500 g de pâtes fraîches, tagliatelle ou fettucine
50 cl de feuilles de basilic fraîches
25 cl de crème fraîche épaisse
100 g de parmesan râpé

1. Hachez le basilic au mixer.
2. Ajoutez la crème fraîche et mélangez intimement. Versez cette préparation dans le récipient où vous servirez les pâtes.
3. Faites bouillir une grande quantité d'eau. Salez-la et ajoutez les pâtes, faites-les cuire al dente. Égouttez-les.
4. Juste avant de servir, ajoutez le parmesan à la crème au basilic et mélangez.
5. Ajoutez les pâtes, remuez et servez.

PÂTES AUX CHAMPIGNONS

Tagliatelle aux cèpes

45 g de cèpes sèches en lamelles
50 cl d'eau bouillante
100 g de pancetta ou de jambon taillé en languettes
1 échalote pelée et émincée
2 c. à s. d'huile d'olive
Sel de mer
Poivre noir du moulin
25 cl de crème fraîche épaisse
700 g de pâtes fraîches, tagliatelle ou fettucine
Parmesan râpé (facultatif)

1. Mettez les cèpes dans une jatte et versez l'eau bouillante dessus. Laissez-les tremper pendant au moins 30 minutes, mais de préférence 2 heures.
2. Avec vos mains, égouttez-les en les pressant pour éliminer le plus d'eau possible.
3. Rincez-les ensuite sous le robinet jusqu'à ce qu'ils soient bien propres.
4. Épongez-les ensuite sur du papier absorbant.
5. Si les lamelles de cèpes sont très grandes, hachez-les grossièrement.
6. Mettez les cèpes dans un bol et réservez.
7. Passez le liquide de trempage, très parfumé, à travers plusieurs épaisseurs de mousseline mouillée et essorée. Réservez.
8. Dans une grande sauteuse, mélangez la pancetta, l'échalote, l'huile, salez et poivrez.
9. Faites cuire sur feu modéré pendant 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que l'échalote soit dorée et translucide.
10. Ajoutez les champignons et continuez à faire cuire pendant 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que les champignons dégagent leur parfum.
11. Ajoutez la crème fraîche, faites cuire pendant encore 2 minutes, puis versez le liquide de trempage des cèpes.
12. Faites cuire sur feu très doux (avec un diffuseur) pendant 20 à 25 minutes en remuant régulièrement jusqu'à ce que la sauce ait réduit et prenne une consistance de crème épaisse. Ne laissez pas trop cuire sinon elle risque de devenir trop dense pour enrober les pâtes.
13. Faites cuire les pâtes un peu plus dures qu'al dente.
14. Versez les pâtes égouttées dans la sauteuse et mélangez intimement. Retirez du feu, couvrez et laissez reposer pendant 1 à 2 minutes pour permettre aux pâtes d'absorber la sauce.
15. Peut se servir avec du parmesan râpé.

Lasagnes ouvertes aux Cèpes et au Jambon de Parme

500 g de pâte fraîche aux œufs
400 g de cèpes frais, émincés
4 c. à s. d'huile d'olive
200 g de jambon de Parme, coupé en fines lanières
200 g de crème fraîche
3 c. à s. de persil frais, haché
150 g de parmesan frais, râpé
Huile de truffe blanche ou, si possible, quelques copeaux de truffe blanche

Pour la sauce béchamel

150 g de beurre doux
50 g de farine, de préférence de type 45 ou italienne 00
1,5 litre de lait, préchauffé
Sel et poivre noir

1. Étalez la pâte à la machine comme vous le feriez pour des lasagne. Découpez l'abaisse en carrés de 12 cm de côté. Faites-les cuire, par petites quantités, dans beaucoup d'eau bouillante salée. Égouttez-les sur un linge propre.
2. Confectionnez la béchamel : faites fondre 50 g de beurre, incorporez la farine et mélangez soigneusement.
3. Ajoutez le lait chaud petit à petit, en battant au fouet ou au batteur électrique.
4. Faites cuire les cèpes dans l'huile d'olive, le temps qu'ils soient moelleux et versez la sauce dessus.
5. Ajoutez le jambon de Parme, la crème et le persil et mélangez. Salez, poivrez et portez à ébullition. Retirez la casserole du feu.
6. Préchauffez le four à 220°C/thermostat 7.
7. Beurrez un plat à gratin (ou des plats individuels) et disposez une couche de pâtes, puis une couche de béchamel, parsemez de noix de beurre et de parmesan.
8. Répétez l'opération, couche par couche, en terminant par une couche de béchamel saupoudrée de parmesan.
9. Faites cuire au four 20 minutes, jusqu'à petit bouillonnement. Terminez la cuisson sous le grill au besoin, pour bien dorer le dessus.
10. Avant de servir, arrosez d'un petit filet d'huile aromatisée à la truffe ou, le summum, parsemez de copeaux de truffe blanche et d'un petit supplément de parmesan râpé.

Vincisgrassi est une version de luxe des lasagne, originaire des Marches. Elle est traditionnellement à base de cervelle, de ris et de foies de volailles. On dit que cette appellation vient du nom d'un général autrichien, Windisch Graetz, pour qui la recette aurait été créée.

Spaghetti alla Carrettiera

Le terme "alla Carrettiera" signifie « façon conducteurs de charrette », car il semblerait que ceux-ci commandaient ce genre de plat reconstituant à la trattoria après un long trajet. Les Romains réclament la paternité de la recette, tout comme les Napolitains et les Siciliens, car il en existe de nombreuses versions.

50 g de cèpes déshydratés
300 ml d'eau chaude
4 c. à s. d'huile d'olive
2 gousses d'ail
150 g de pancetta ou de bacon entrelardé, sans la couenne, coupé en lamelles de 5 mm
300 g de champignons de Paris, émincés
Sel et poivre noir du moulin
500 g de spaghetti secs
200 g de thon en conserve (de préférence à l'huile d'olive), égoutté

1. Placez les cèpes dans un petit bol, versez l'eau chaude dessus et laissez-les tremper 15 minutes.
2. Pendant ce temps, préchauffez l'huile dans une grande casserole, ajoutez l'ail et faites-le cuire à feu doux environ 2 minutes, en l'écrasant à la cuiller en bois pour qu'il exhale son arôme. Retirez l'ail et jetez-le.
3. Ajoutez la pancetta ou le bacon dans l'huile restant dans la casserole et laissez mijoter 3 à 4 minutes en remuant de temps à autre.
4. Égouttez soigneusement les champignons, réservez l'eau de trempage, et émincez-les finement.
5. Ajoutez les cèpes et les champignons de Paris dans la casserole et laissez cuire 1 à 2 minutes. Puis ajoutez 10 cl d'eau de trempage réservée, salez et poivrez à votre goût. Laissez mijoter 5 minutes.
6. Parallèlement, faites cuire les pâtes al dente, en ajoutant le reste d'eau de trempage des champignons à l'eau de cuisson.
7. Émiettez le thon égoutté dans la sauce aux champignons et mélangez délicatement. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
8. Égouttez les spaghettis et transvasez-les dans un saladier de service chaud. Versez la sauce dessus, mélangez bien et servez immédiatement.

Variante

Des sardines en conserve peuvent remplacer le thon, ou même des sardines fraîches grillées, selon votre goût.

Fettuccine à la bûcheronne

(Fettuccine alla boscaiola)

Cette recette est très répandue, surtout dans le Latium, où on l'accompagne généralement d'un des bons vins des Castelli Romani, région des collines romaines réputée pour sa production de vins et qui, le dimanche, est la promenade traditionnelle des Romains.

400 g de fettuccine
250 g de champignon frais
200 g de petits pois surgelés
80 g de jambon cru ou bacon
3 œufs
Vin blanc sec
Un demi-oignon
Huile, beurre
Persil,
Sel, poivre

1. Nettoyez les champignons et coupez-les en tranches fines
2. Faites-les cuire environ 15 minutes à feu vif dans une poêle avec 3 cuillères d'huile, du sel et du poivre.
3. A la fin, ajoutez du persil haché.
4. Émincez finement l'oignon et faites-le revenir dans une autre poêle avec 40 g de beurre et 2 cuillères d'huile.
5. Arrosez avec un demi-verre de vin et, quand il se sera évaporé, ajoutez le jambon (ou le bacon) coupé en dés et les petits pois.
6. Ajoutez un peu d'eau chaude, du sel, du poivre et laissez cuire doucement, 20 minutes environ.
7. Incorporez alors les champignons aux petits pois et laissez cuire cinq minutes encore, sans couvrir.
8. Faites cuire les fettuccine al dente.
9. Mélangez-les à la sauce aux champignons et ajoutez du parmesan râpé.

Rigatoni à l'ail grillé, au piment et aux champignons

(Rigatoni con aglio arrostito, peperoncino e funghi)

400 g de rigatoni
2 têtes d'ail entières
2 c. à s. d'huile d'olive
Un supplément d'huile d'olive pour arroser
Un piment rouge
300 g de champignons de Paris ou de champignons rosés des prés
Une gousse d'ail, pilée
Sel et poivre noir du moulin
150 ml de crème fraîche épaisse
Parmesan frais, râpé, pour accompagner

1. Préchauffez le four à 200 °C (thermostat 6).
2. Tranchez la base et le sommet des têtes d'ail et disposez-les dans un plat à rôtir.
3. Arrosez-les d'un filet d'huile d'olive et faites-les griller au four 30 minutes, en les retournant au bout de 15 minutes.
4. Elles doivent être dorées et leur enveloppe parcheminée. Laissez refroidir.
5. Émincez finement le piment, épépinez-le.
6. Coupez les champignons en grosses lamelles.
7. Préchauffez l'huile dans une poêle, ajoutez les champignons et faites-les sauter 8 minutes.
8. Ajoutez le piment et l'ail pilé, laissez cuire encore 4 minutes.
9. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes.
10. Pendant la cuisson des rigatonis, écrasez les têtes d'ail, comme s'il s'agissait d'un tube de dentifrice, pour extraire la pulpe de chaque gousse.
11. Ajoutez la pulpe aux champignons et incorporez la crème.
12. Salez et poivrez.
13. Égouttez les pâtes et nappez-les de la sauce.
14. Accompagnez de parmesan râpé.

Fettucine comme en « Umbria »

500 g. de fettucine
100 g. de cèpes frais
60 g. de jambon de Parme
1 dl. de crème liquide
4 c. à s. de lait
30 g. de beurre
40 g. de truffes
60 g. de parmesan râpé
Sel.

1. Dans une sauteuse suffisamment grande pour contenir les pâtes quand elles seront cuites, mettre le beurre et le jambon coupé en petits dés, puis ajouter les cèpes nettoyés.
2. Laisser dorer quelques minutes, puis ajouter la crème.
3. Faire cuire les pâtes « al dente », les égoutter et les verser dans la sauteuse contenant la sauce.
4. Remuer délicatement, ajouter le lait.
5. Retirer du feu et parsemer de lamelles de truffes et de parmesan râpé.
6. Servir immédiatement.

Penne Boscaiola

Pour 2 personnes

300 g de penne
4 tranches de bacon
300 gr de champignon
2 gousses d'ail
2 oignons
50 ml de vin blanc
4 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
1 cuillère à soupe de tomate concentré
1 poignée de persil
Sel, Poivre
Parmesan
Huilee olive

1. Hacher l'oignon et l'ail.
2. Couper en carré le bacon
3. Rincer les champignons et émincer en lamelles.
4. Faire revenir l'oignon et l'ail dans une poêle avec un peu d'huile d'olive pendant 5 minutes.
5. Ajouter à la poêle le bacon et laisser revenir pendant 2-3 minutes
6. Verser le vin blanc et laisser évaporer.
7. Ajouter les champignons.
8. Ajouter les 4 cuillères à soupe de crème, le thym et le jus de tomate concentré.
9. Laisser mijoter pendant 10 minutes à feu doux.
10. Faire cuire les pâtes al dente et les égoutter.
11. Ajouter les pâtes et le persil.
12. Mélanger le tout sur feu doux pendant 3-5 minutes.
13. Dresser les assiettes : saupoudrez de parmesan.

PÂTES AUX TRUFFES

Tagliatelles aux truffes 🍄

600 g de tagliatelles
150 g de beurre
150 g de gruyère
50 g de truffes au naturel ou en boîte
Quelques cuillerées de bouillon

1. Faire fondre le beurre dans une casserole, ajouter le fromage râpé, un peu de sel, du poivre, et quelques cuillerées de bouillon.
2. Incorporer alors la truffe hors du feu. S'il s'agit de truffes en conserve, ajouter aussi le jus des truffes.
3. Remuez bien cette sauce
4. Pendant ce temps, faites cuire les tagliatelles al dente et les égoutter.
5. Remuez bien les tagliatelles bien chaudes avec la sauce.

PÂTES A LA VIANDE

PÂTES à la VIANDE de BŒUF

Pâtes au four de Mamie 🍝🍝🍝

500 g de penne
500 g de bœuf haché
6 œufs
500 g de chair à saucisse
300 g de parmesan
150 g de beurre
Sel, Poivre

1. Faire revenir le bœuf et la chair à saucisse dans un fait-tout sans matière grasse
2. Faire cuire les pennes, les égoutter.
3. Mélanger les pâtes avec la viande.
4. Rajouter 4 œufs.
5. Mélanger le tout avec le parmesan.
6. Poivrer largement, surveiller le sel.
7. Disposer dans un plat qui va au four.
8. Battre 2 œufs en neige, incorporer le jaune, et le disposer sur le dessus pour gratiner.
9. Faire gratiner.
10. Servir en pensant à Mamie.

Tagliatelles à la bolognaise 🍝🍷🍴

L'expression "sauce bolognaise" n'existe pas en italien. Cette recette, comme d'autres de la cuisine traditionnelle, a été déposée dans les années soixante-dix auprès de la Chambre de commerce de Bologne.

Aujourd'hui, on recourt rarement à la technique officielle, car de nombreux ingrédients sont considérés comme trop gras et ne font plus partie de nos habitudes alimentaires.

Par exemple, à la place de la pancetta on préfère l'huile d'olive extra vierge, le lait a été remplacé par le bouillon de viande et surtout, on n'utilise plus les parties les plus grasses du bœuf et du porc.

La recette a été revue par de nombreux chefs et elle diffère en fonction des morceaux de viande utilisés, alors que la technique et les temps de cuisson sont restés identiques.

Le ragoût doit avoir une consistance dense et épaisse.

600 g de tagliatelle,
Deux gros oignons
3 carottes
Persil
2 branches de céleri
70 g de lard de poitrine maigre
4 c. à s. d'huile
50 g de beurre
500 g de chair à saucisse
700 g de bœuf haché
1,5 verre de vin rouge
1 boîte de coulis de tomate
1 litre de bouillon
Sel, poivre
50 g de champignons séchés

1. Mettez les champignons dans un petit saladier et faites-les se réhydrater pendant 2h.
2. Au bout de ce temps, égouttez-les et coupez-les grossièrement.
3. Hachez les oignons, les carottes, le céleri et un petit bouquet de persil, puis, séparément, le lard de poitrine.
4. Laissez chauffer l'huile et le beurre dans une cocotte.

5. Faites-y revenir le lard, puis le hachis de légumes pendant 5 minutes, en mélangeant.
6. Ajoutez alors la chair à saucisse (ou les saucisses pelées et émietées), le bœuf haché et les champignons.
7. Salez et poivrez.
8. Laissez rissoler pendant 5 minutes, en mélangeant.
9. Arrosez avec le vin rouge.
10. Ajoutez la sauce tomate délayée dans un peu de bouillon, puis le reste de bouillon.
11. Mélangez.
12. Laissez mijoter 3 h sur feu doux, en mélangeant de temps en temps.
13. 20 minutes avant la fin de cuisson, faites cuire les tagliatelles.
14. Égouttez les tagliatelles et mettez-les dans un saladier.
15. Versez la sauce par-dessus.
16. Mélangez juste au moment de servir.

Cornas rouge, Châteauneuf-du-Pape

Rigatoni en sauce à la viande et au céleri

(Rigatoni strasciati)

« Tout ce qui touche Florence semble coloré d'un violet tendre comme du vin étendu d'eau. »

Henry James, lettre à Henry James Sr, 26 octobre 1869.

Le secret de la sauce repose sur une forte proportion de céleri, la bonne qualité de la viande (vous pouvez en varier à volonté et même prendre des morceaux de prosciutto ou de pancetta pour une saveur plus marquée) et un temps de cuisson bien calculé (environ 30 minutes au total).

Strasciati vient du verbe strasciare qui veut dire traîner, allusion au geste que l'on fait en enrobant les pâtes de sauce dans l'assiette. Les rigatonis sont traditionnels pour cette recette, mais vous pouvez aussi prendre des penne ou des coquilles.

500 g de rigatoni, penne ou grosses coquilles
6 cl d'huile d'olive extra-vierge
1 petit oignon émincé
1 tasse de céleri en branche haché
1 /4 de tasse de persil plat haché
Sel de mer
250 g de bifeck haché ou un mélange de bœuf, porc et/ou veau, ou prosciutto, ou pancetta
750 g de tomates pelées au naturel ou en purée
Plusieurs brins de persil, feuilles de laurier et de céleri liés ensemble en bottillon
Parmesan râpé

1. Dans une poêle assez grande pour contenir toutes les pâtes en fin de cuisson, mélangez l'huile, l'oignon, le céleri, le persil et une pincée de sel.
2. Remuez bien pour enrober d'huile les ingrédients.
3. Faites cuire sur feu modéré pendant 4 à 5 minutes jusqu'à ce que le mélange soit bien tendre et parfumé.
4. Ajoutez la viande et mélangez.

5. Réduisez la chaleur et faites cuire pendant encore 5 minutes jusqu'à ce que la viande change de couleur, en veillant à bien écraser les particules de viande avec une spatule en bois.
6. Si vous prenez des tomates entières, placez un moulin à légumes au-dessus de la poêle et réduisez-les en purée directement dans l'ustensile de cuisson. Si vous prenez des tomates en purée, versez celle-ci simplement dans la poêle.
7. Mélangez intimement. Ajoutez le bouquet garni et poursuivez la cuisson pendant 20 minutes à découvert jusqu'à ce que la sauce commence à épaissir.
8. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement. Retirez la poêle du feu et éliminez le bouquet garni.
9. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes al dente. Égouttez-les.
10. Versez les pâtes égouttées dans la poêle et mélangez-les intimement avec la sauce.
11. Couvrez et laissez infuser 1 à 2 minutes, feu éteint, pour que les pâtes absorbent bien la sauce.
12. Répartissez dans des assiettes creuses chaudes et servez aussitôt, avec du parmesan râpé.

*Avec ce plat, j'aime bien boire un vin rouge léger de Toscane,
pourquoi pas un Chianti classico.*

Pâtes (ou raviolis à la ricotta) aux boulettes de bœuf 🍴🍴🍴

(Zouzou dit que c'est pour 4 personnes, mais je ne la crois pas)

500 g de viande hachée
4 oignons
5 gousses d'ail
6 œufs
Pain dur ou chapelure
Un paquet de persil
400 g de concentré de tomate
1/2 Kg de coulis de tomate
Un poivron vert
Sel poivre

(Le top, avec des pâtes, c'est de servir ça avec de la ricotta)

Pour les boulettes :

1. Mélanger la viande hachée et 2 oignons hachés, l'ail, le persil et le pain.
2. Former les boulettes.
3. Les frire dans l'huile d'olive, la surface devant être dorée.

Pour la sauce :

1. Faire revenir deux gros oignons.
2. Rajouter le concentré de tomates.
3. Faire revenir le concentré de tomate en remuant constamment (si ça crame, c'est dégueulasse).
4. Ajouter le coulis.
5. Remuer un petit peu à petit feu.
6. Ajouter l'eau : environ $\frac{3}{4}$ de litre.
7. Ajouter le poivron.
8. Ajouter deux sucres.
9. Faire cuire à petit feu.
10. Saler poivrer.
11. Quand l'huile remonte à peine à la surface ajouter les boulettes frites égouttées dans la sauce.

Côtes du Rhône + SIESTE

Pâtes au bœuf et aux aubergines

(Rigatoni con Manzo e Melanzane)

1 kg de morceau de bœuf dans la culotte
10 cl d'huile d'olive
Quatre tranches de prosciutto hachées menu
Deux oignons blancs hachés
25 cl de vin blanc
Un kg de tomates épluchées, épépinées et coupées en cubes
Sel, poivre noir fraîchement moulu
2 c. à s. de beurre
Cinq champignons coupés en lamelles
500 g de rigatoni
Trois foies de poulet hachés
750 g d'aubergines épluchées et coupées en languettes
30 g de parmesan râpé

1. Dans une grande cocotte profonde, faites chauffer 2 c. à s. d'huile ; mettez le prosciutto et les oignons, remuez et laissez-les ramollir.
2. Ajoutez le bœuf et faites-le dorer à feu vif ; réduisez la flamme, mouillez avec le vin et laissez cuire découvert en remuant et en retournant la viande, jusqu'à ce que le vin se soit évaporé.
3. Incorporez les tomates en tournant ; assaisonnez avec 1 c. à c. de sel et un peu de poivre.
4. Couvrez la cocotte et laissez mijoter 2 heures jusqu'à ce que la viande soit tendre, en la remuant et l'arrosant fréquemment.
5. Faites fondre le beurre dans une grande casserole et revenir les champignons et les foies pendant 5 minutes.
6. Saupoudrez de 2 pincées de sel, remuez et gardez au chaud.
7. Retirez la viande de la cocotte, passez la sauce au chinois dégraissez-la. Coupez la viande en cubes et mélangez-la bien avec la sauce, aux champignons et aux foies.
8. Faites cuire les rigatoni «al dente ».
9. Égouttez-les mettez-les dans une terrine bien chaude.
10. Faites sauter les languettes d'aubergines dans le reste d'huile jusqu'à qu'elles soient tendres et bien dorées.
11. Saupoudrez les pâtes de parmesan, remuez.
12. Versez la moitié de la sauce et remuez à nouveau.
13. Présentez dans des assiettes à soupe chaudes et décorez de languettes d'aubergine.
14. Servez à part le reste de sauce et de parmesan.

Macaronis aux boulettes de viande Stroganoff

Préparation : 40 minutes Cuisson : 20 à 25 minutes

500 g de macaroni
750 g de bifteck maigre haché
2 gousses d'ail, écrasées
2 à 3 c. à s. de farine
Une c. à c. de paprika doux
2 c. à s. d'huile
50 g de beurre
1 gros oignon, finement émincé
250 g de petits champignons de Paris, coupés en deux
2 c. à s. de concentré de tomates
2 à 3 cuillerées à café de moutarde de Dijon
60 ml de vin blanc
125 ml de bouillon de bœuf
185 g de crème fraîche
3 c. à s. de persil frais finement haché

1. Mélanger la viande hachée, l'ail, du sel et du poivre concassé.
2. Bien malaxer avec les mains.
3. Façonner des boulettes avec 2 cuillerées à café pleines de préparation.
4. Sur un plan de travail propre, mélanger la farine, le paprika et du poivre noir fraîchement moulu.
5. Rouler les boulettes de viande dans ce mélange.
6. Chauffer l'huile et la moitié du beurre dans une poêle. Lorsque le beurre grésille, saisir la viande à feu moyen, jusqu'à ce qu'elle dore.
7. Retirer de la poêle et égoutter sur du papier absorbant.
8. Faire fondre le reste du beurre dans la poêle et faire revenir l'oignon.
9. Incorporer les champignons et les cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
10. Verser le mélange de concentré de tomates, de moutarde, de vin et de bouillon.
11. Remettre les boulettes de viande et réchauffer doucement le tout
12. Porter à ébullition puis baisser le feu et laisser mijoter 5 minutes, en remuant de temps en temps.
13. Cuire les pâtes al dente. Les égoutter et les réserver au chaud.
14. Assaisonner et incorporer la crème fraîche.
15. Saupoudrer de persil et servir avec les pâtes.

Macaronade sétoise

Les sétois disent qu'il y a autant de recettes de macaronade que d'habitants à Sète.

Préparation : 20 mn Cuisson : 120 mn

400 g de macaroni ou de Pennoni Rigati
300 g d'escalopes de paleron de bœuf
12 tranches fines de lard maigre fumé
1 petite boîte de tomates concassées (ou pulpe de tomates)
1 cuillère à soupe de concentré de tomate
25 cl de vin rouge
1 oignon haché
2 gousses d'ail
1 bouquet de persil
Huile d'olive
Parmesan
Sel, poivre
Paprika
Le zeste d'une demie orange et son jus (facultatif)

1. Confectionnez les brageoles (*paupiettes de viande, aussi appelées "alouettes sans tête* »). Pour cela, mettez à plat les escalopes de joue (chaque petite escalope mesure environ 6 cm de large sur 15 cm de long et 8 mm d'épaisseur), salez, poivrez, recouvrez d'une fine tranche de lard fumé.
2. Faites un hachis avec les 2 gousses d'ail écrasées et le persil ciselé finement.
3. Tapissez le lard avec ce hachis et roulez les paupiettes. Faites-les tenir avec des piques en bois.
4. Dans une cocotte, faites-les revenir dans un filet d'huile d'olive. Une fois dorées, retirez-les du feu et remplacez par l'oignon émincé.
5. Faites-le roussir à feu vif 2 minutes puis ajoutez le concentré de tomates, le vin, le zeste de l'orange et son jus, la boîte de tomates et l'équivalent en eau de la boîte.
6. Salez, poivrez et saupoudrez d'une cuillère à café de paprika.
7. Remettez les paupiettes et laissez cuire 1h 30 (voire 2 heures) à couvert (ajoutez de l'eau en cours de cuisson si besoin). Ajustez l'assaisonnement.

8. Cuisez les pâtes "al dente" dans de l'eau salée. Égouttez-les rapidement et mélangez-les à la sauce.
9. Dans chaque assiette, servez les pâtes, posez 3 brageoles par personne par-dessus et saupoudrez avec du parmesan fraîchement râpé.

Il est possible de remplacer le paleron par de la joue de bœuf, viande plus tendre et moins gélatineuse.

Une fois prêtes, dans leur sauce, je les fais cuire au four au moins 2 heures à couvert dans une cocotte en fonte.

Elle peut se préparer sans le lard et j'ajoute 2 ou 3 feuilles de laurier.

Nous l'apprécions aussi avec un vin blanc sec à la place du vin rouge

Macaroni à la pizzaiola

Cette préparation provient du sud de l'Italie. A Naples, on trouve un plat de viande appelé "bistecca alla pizzaiola" nappé d'une sauce à base de viande en daube, et dont le goût rappelle celui de la pizza. Si on coupe la viande en très fines tranches ou en tous petits cubes, cette sauce devient un accompagnement idéal pour un plat de pâtes.

Temps de préparation : 50 mn.

400 g de macaroni
400 g de viande de bœuf (rumsteck ou faux-filet de préférence)
1 gousse d'ail
1/2 oignon
30 g de câpres
3 c. à s. d'huile d'olive 1 c. à c. de sel
Poivre fraîchement moulu
1 c. à s. de persil haché
1 c. à s. d'origan haché
1 petite boîte de tomates pelées et épépinées (500 g)
80 g de parmesan fraîchement râpé

1. Coupez la viande en très petites et très fines tranches, puis éventuellement en petites lanières.
2. Pelez l'ail et l'oignon
3. Hachez-les finement ainsi que les câpres.
4. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle et faites-y revenir les tranches (ou les lanières) de viande, sur feu vif, jusqu'à ce qu'elles soient dorées de toutes parts.
5. Ajoutez alors le hachis d'ail, d'oignon et de câpres, le sel, le poivre, le persil et l'origan.
6. Remuez bien le tout et baissez le feu.
7. Faites égoutter les tomates sorties de leur boîte et coupez la chair en petits cubes.
8. Ajoutez-les alors au contenu de la poêle et laissez cuire pendant 6 à 8 mn sur feu moyen pour que la sauce réduise un peu.
9. Faites cuire les pâtes al dente et égouttez-les.
10. Servez la sauce avec les macaronis à part, ou juste posés au centre, et accompagnez-les du parmesan râpé.

Tagliatelle à la crème aux polpettes

Préparation : 30 mn Cuisson : 15 mn

500 g de tagliatelle fraîches
50 cl de crème fraîche
20 g de pain
4 c. à s. de lait chaud
1 œuf
650 g de bœuf haché
70 g de chapelure
6 c. à s. d'huile d'olive
Sel, poivre

1. Coupez le pain en petits morceaux dans un saladier et versez le lait chaud dessus.
2. Lorsque le pain est bien imbibé, réduisez-le en bouillie à la fourchette.
3. Ajoutez l'œuf et la viande hachée.
4. Mélangez le tout, salez et poivrez.
5. Partagez-en 6 portions égales et aplatissez légèrement chacune des polpettes.
6. Enrobez les boulettes de viande dans la chapelure.
7. Faites revenir les polpettes à la poêle dans l'huile d'olive 5 mn de chaque côté.
8. Disposez les polpettes dans un plat à gratin beurré et passez 15 mn au four préchauffé à 200° (Th 6-7).
9. Pendant ce temps, faites cuire les tagliatelles al dente.
10. Égouttez-les et ajoutez la crème fraîche.
11. Servez avec les polpettes bien chaudes.

Nouilles chinoises sautées au bœuf 🍲

Préparation : 15 mn, Cuisson : 5 mn

300 g de fines nouilles de blé ou de riz chinoises
200 g de filet de bœuf ou de rumsteck (prendre impérativement une viande tendre)
100 g de haricots verts extra fins coupés en tronçons de 3 cm environ
Quelques grandes feuilles de laitue
6 c. à s. d'eau ou de bouillon de volaille
4 c. à s. de sauce de soja
1 cuillère à soupe d'ail haché
1 cuillère à soupe de racine de gingembre frais haché
5 cuillères à café d'huile de sésame
2 cuillères à café de sucre en poudre
2 cuillères à café rase de Maïzena
1 tige de ciboule émincée
Quelques feuilles de coriandre

1. Détailler le bœuf en très fines lamelles de 3 cm x 3 environ (c'est plus facile si la viande est un peu congelée).
2. Enrober les lamelles de viande avec la Maïzena délayée dans 1 cuillère à soupe de sauce de soja et 2 cuillères à café d'huile de sésame.
3. Réserver au frais.
4. Faire bouillir de l'eau légèrement salée.
5. Si vous utilisez des nouilles de riz, versez l'eau sur les pâtes afin de les ramollir à la bonne consistance (le temps dépend de leur diamètre ou épaisseur). Si vous utilisez des nouilles de blé, faites cuire le temps indiqué sur le paquet.
6. Lorsque les pâtes sont prêtes (c'est à dire al dente), les égoutter et les assaisonner d'1 cuillère à café d'huile de sésame pour ne pas qu'elles se collent.
7. Réserver.
8. Faire chauffer à feu très vif 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide dans un wok.
9. Faire sauter les lamelles de bœuf avec leur marinade en veillant à ce qu'elles ne se collent pas entre elles, pendant 1 minute, en remuant sans cesse.
10. Réserver la viande avec le jus de cuisson.
11. Essuyer le wok et le remettre sur le feu avec 1 cuillère à soupe d'huile.
12. Faire sauter l'ail et le gingembre à feu très vif pendant 30 secondes, puis ajouter les légumes, l'eau (ou le bouillon), le sucre et la sauce de soja restante (1 cuillère à soupe).
13. Laisser mijoter à feu moyen pendant 2 à 3 minutes environ, le temps que les légumes soient juste cuits (ils doivent rester fermes).
14. Ajouter alors les pâtes, la ciboule émincée, et les lamelles de bœuf.
15. Bien mélanger tout en poursuivant la cuisson 1 minute environ.
16. Servir dans de grands bols ou des assiettes creuses et parsemer de coriandre ciselée.

Préparer tous les ingrédients à l'avance et de les tenir à portée du wok dans l'ordre où on va les cuire, car les différentes étapes de cuisson sont très brèves.

*On peut tout à fait utiliser d'autres légumes pour colorer ce wok :
carottes taillées en bâtonnets, poivrons verts ou rouges émincés,
champignons noirs, châtaignes d'eau, pois gourmands...*

PÂTES à la VIANDE d'AGNEAU

Pâtes à la Zabeth 🤪🤪🤪

(Jeannot : "c'est un kif, frisant l'orgasme"
Zouzou : "ah non alors...")

Quatre côtelettes d'agneau (bien épaisses)
Un collier d'agneau coupé en quatre
350 g de concentré de tomates
Deux cuillerées à café de coriandre en poudre
Quatre gousses d'ail hachées
Quatre cuillerées à café de paprika doux
Sel, poivre
Huile d'olive
Poivron piquant pour les connaisseurs
Pâtes préconisées : pipe rigate

1. Dans une marmite, faire dorer la viande dans qq cuillerées d'huile d'olive.
2. Rajouter la coriandre en poudre et le paprika.
3. Bien remuer.
4. Rajouter l'ail haché.
5. Faire revenir quelques minutes.
6. Rajouter le concentré de tomates.
7. Ajouter de l'eau pour couvrir à fleur.
8. Faire cuire pendant minimum de deux heures à petit feu.
9. Rajouter de l'eau au besoin pendant la cuisson.
10. Si la sauce s'avère acide, ajouter un sucre maximum.

Macaronis à la viande

(Maqrouna masbouba bil lham)

Procédé tunisien traditionnel

500 g de macaronis
500 g de viande d'agneau
Un petit oignon
Une grosse noisette de Smen (ou beurre) : indispensable
2 c. à s. de concentré de tomate
1/2 c. à s. d'harissa (indispensable)
1/2 c. à s. de piment rouge
1 décilitre d'huile d'olive
Sel et poivre
100 g de pois chiches

1. Découper la viande en morceaux de même taille, les frotter de sel et de poivre et les faire revenir quelques minutes à feu vif dans l'huile en même temps qu'un oignon épluché et coupé menu.
2. Ajouter les pois chiches qu'on a pris soin de mettre à tremper la veille, la tomate concentrée délayée dans un peu d'eau, l'harissa et le piment rouge, mélanger et laisser cuire pendant 10 minutes environ à découvert.
3. Mouiller ensuite d'eau, juste ce qu'il faut pour couvrir la viande, faire bouillir, baisser la flamme, couvrir la marmite et poursuivre la cuisson le temps qu'il faut, une heure à une heure et demie, cela dépend de la tendreté de la viande utilisée.
4. Remuer de temps à autre et compenser l'évaporation chaque fois qu'il est nécessaire.
5. Lorsque la viande et les pois chiches sont à point de cuisson, verser un litre d'eau, raviver la flamme, faire reprendre l'ébullition, plonger les pâtes dans le bouillon (macaronis, spaghetti, coquillettes ou autre selon vos désirs, et laisser bouillir à découvert pendant .15 à 20 minutes).
6. Dès que les pâtes sont cuites, elles doivent être tendres, résistant légèrement sous la dent mais jamais pâteuses, ajouter le smen ou le beurre avec une pincée de poivre, retirer du feu et servir aussitôt.

Gratin de pâtes à l'agneau

500 g de pâtes courtes (type penne, farfalles, rigatoni, etc.)
500 g d'épaule d'agneau hachée (ou un mélange de collier et d'épaule)
1 bûche de fromage de chèvre un peu sec (du supermarché, c'est suffisant)
1 kg de tomates bien mûres (ou une boîte de tomates pelées)
1 gros oignon (rouge, c'est plus doux, ou jaune)
2 gousses d'ail
3 cm de carotte
1 cm de côte de céleri
4 c. à s. d'huile d'olive
1 cuillère à café rase de concentré de tomates
Thym frais
Romarin frais
Laurier
Sel, poivre

1. Ébouillanter les tomates 1 minute avant de les passer sous l'eau froide. Les peler et en retirer le maximum de graines, couper la chair en morceaux.
2. Dans un faitout, faire revenir tout doucement l'oignon dans l'huile d'olive, avec les morceaux de carotte et de céleri taillés en tout petits dés.
3. Ne pas laisser colorer.
4. Ajouter la viande d'agneau, les morceaux de tomates, le concentré de tomates, l'ail dégermé et écrasé, les aromates, saler et poivrer généreusement.
5. Ajouter un petit verre d'eau ou de bouillon de viande.
6. Laisser mijoter à feu très doux pendant 40 minutes environ en surveillant régulièrement.
7. Couvrir en fin de cuisson et ajouter un peu d'eau si nécessaire.
8. Préchauffer le four sur position grill, à température élevée : 220°C (thermostat 7) au moins.
9. Râper grossièrement le chèvre (si sa texture le permet) ou le couper en morceaux.
10. Faire cuire les pâtes dans de l'eau bouillante salée. Les laisser cuire 3 minutes de moins qu'indiqué sur le paquet.
11. Egoutter les pâtes, les assaisonner avec la sauce bolognaise à l'agneau (il est possible que vous ayez beaucoup de sauce... gardez-en pour une autre fois).
12. Ajouter la moitié du chèvre au mélange.
13. Répartir dans des ramequins individuels légèrement enduits d'huile d'olive.
14. Parsemer le dessus du chèvre restant.
15. Enfourner pour 5 à 10 minutes, le temps que les pâtes finissent de cuire et que le dessus soit bien gratiné.
16. Déguster.

PÂTES à la VIANDE de VEAU

Osso bucco aux tagliatelles 🍴🍴🍴

Un petit oignon
Une petite carotte
Une branche de céleri
(le tout coupé très fin)
Une boîte de tomates pelées
1 kg de jarret de veau
Huile d'olive
Farine
Sel, poivre, une feuille de laurier
Vin blanc sec (une mignonnette)
Tagliatelles fraîches

1. Fariner les morceaux de veau.
2. Les faire dorer dans l'huile d'olive rapidement.
3. Réserver.
4. Baisser le feu et faire revenir quelques minutes l'oignon, la carotte et le céleri en remuant.
5. Ajouter le vin et le faire réduire.
6. Ajouter les tomates et leur jus, le sel, le poivre et la feuille de laurier.
7. Porter à ébullition, puis remettre la viande.
8. Laisser mijoter à couvert pendant une bonne heure et demie.
9. Tester la cuisson de la viande : elle doit être tendre.
10. Réserver la viande au chaud.
11. Mixer les légumes et éventuellement faire réduire la sauce si elle est trop liquide.
12. Vérifier l'assaisonnement.
13. Verser sur la viande.

Cette recette trouve véritablement son apogée lorsqu'elle est servie avec une Gremolata : Mélanger 1 gousse d'ail hachée, le zeste d'un demi citron haché, 2 c. à s. de persil plat haché et parsemer ce mélange sur l'osso bucco au moment de le servir.

Pas de fromage avec cette recette

Jarret de veau aux olives

4 tranches de jarret de veau
4 c. à soupe de farine
2 oignons
2 carottes
2 gousses d'ail
4 c. à soupe d'huile d'olive
400 g de tomates concassées
Un bouquet garni : thym (laurier, persil, romarin)
20 cl de vin blanc sec
200 g d'olives vertes (et noires)
1 c. à soupe de persil plat ciselé
Sel, poivre du moulin

1. Pelez et émincez les oignons.
2. Taillez les carottes en dés.
3. Hachez l'ail.
4. Chauffez la moitié de l'huile d'olive dans une cocotte, faites-y revenir les oignons. Lorsqu'ils sont très légèrement colorés, ajoutez l'ail et les carottes. Versez la pulpe de tomates concassées et ajoutez le bouquet garni. Portez à ébullition, puis couvrez et laissez mijoter 10 min.
5. Pendant ce temps, salez, poivrez les tranches de jarret de veau. Pour que les tranches restent bien plates, incisez en plusieurs endroits la membrane qui se trouve autour des tranches.
6. Roulez-les dans la farine.
7. Faites saisir les tranches dans une poêle sur feu vif avec 2 cuil. à soupe d'huile d'olive jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées sur les deux faces. (Procédez en plusieurs fois si la poêle n'est pas assez grande).
8. Retirez-les et déposez-les au fur et à mesure sur le lit de tomates dans la cocotte.
9. Mouillez la poêle de vin blanc, portez à ébullition tout en grattant les sucs de cuisson qui ont attaché, versez dans la cocotte.
10. Portez à ébullition, puis couvrez et laissez mijoter à feu doux pendant 1h30.

Ajoutez les olives dans la cocotte. Laissez encore 15 min à feu doux et servez dans la cocotte, saupoudré de persil, accompagné avec des tagliatelles.

Saltimbocca à la romaine 🍷🍷🍷

8 petites escalopes de veau
8 tranches de jambon (de la même taille que les escalopes)
Un verre de Marsala
8 feuilles de laurier
8 feuilles de sauge fraîche

1. Assaisonner de sel et poivre les escalopes, les battre, les rouler dans la farine et les faire sauter.
2. Déglacer la poêle d'un verre de Marsala.
3. Faire griller les tranches de jambon (de la grandeur des escalopes).
4. Poser sur chaque escalope une tranche de jambon, une feuille de laurier, une autre escalope, une feuille de sauge fraîche et piquer un bâtonnet de bois pour tenir le tout.
5. Napper du jus de cuisson.
6. Servir avec quelques tagliatelles (y a quand même des pâtes).

Croquettes de veau aux pâtes

Préparation : 20 mn Cuisson : 10 mn

100 g de restes de pâtes,
300 g de restes de rôti de veau,
1 oignon,
100 g de jambon blanc,
2 c. à s. de crème,
1 œuf,
Farine,
50 g de gruyère râpé,
50 g de chapelure,
2 c. à s. d'huile,
60 g de beurre,
Sel, poivre.

1. Passez le morceau de veau et la tranche de jambon au hachoir.
2. Écrasez également le reste de pâtes froides.
3. Versez le tout dans un saladier.
4. Épluchez l'oignon.
5. Émincez-le et faites-le fondre doucement dans 20 g de beurre.
6. Ajoutez-le au contenu du saladier.
7. Mêlez le tout avec du gruyère râpé et la crème fraîche.
8. Coûtez et rectifiez l'assaisonnement.
9. Formez 8 petits disques avec cette farce.
10. Poudrez-les légèrement de farine.
11. Cassez l'œuf dans une assiette creuse, battez-le.
12. Versez la chapelure dans une autre assiette.
13. Passez les croquettes d'abord dans l'œuf battu, puis dans la chapelure.
14. Posez une sauteuse sur le feu.
15. Versez l'huile et 40 g de beurre.
16. Faites chauffer et posez les croquettes à dorer sur un feu pas trop vif.
17. Au bout de 5 mn, retournez-les avec une spatule et faites-les dorer de l'autre côté encore 5 mn.

Coteaux du Layon blanc.

Escalopes panées à la bolognaise

4 escalopes de veau de 150 g chacune

2 petits œufs

30 g de farine

80 g de chapelure de pain frais

4 c. à s. d'huile

Sel, poivre.

1. Cassez les deux œufs dans une assiette creuse.
2. Salez, poivrez.
3. Battez-les avec une petite cuillerée d'eau.
4. Versez la chapelure dans une autre assiette, et la farine dans une troisième.
5. Trempez les escalopes successivement dans la farine, dans l'œuf battu puis dans la chapelure.
6. Appuyez avec la main pour bien faire adhérer la panure.
7. Chauffez l'huile dans une grande poêle.
8. Faites-y dorer les escalopes 4 à 5 min sur chaque face.
9. Servez avec du citron et personnellement, je les déguste avec des spaghettis et un soupçon de sauce rapide.

Juliéas ou morgon.

Faite avec de la mie de pain fraîche, la panure sera plus épaisse et croustillante.

Mieux : passez une deuxième fois les escalopes dans la farine, l'œuf et la chapelure

PÂTES à la VIANDE de PORC

Fettucine au jambon cru et à la crème

150 g de jambon non fumé
50 g de beurre
2 échalotes hachées menues
Sel et poivre noir fraîchement moulu
150 ml de crème fraîche épaisse
350 g de fettucine
50 g de parmesan râpé
Quelques brins de persil frais

1. Séparer le gras du jambon et découper le gras et le maigre séparément en petits carrés.
2. Faire fondre le beurre dans une poêle de taille moyenne.
3. Ajouter les échalotes et le gras de jambon.
4. Faire dorer.
5. Placer le maigre du jambon et laisser cuire 2 minutes encore.
6. Poivrer.
7. Incorporer la crème fraîche et laisser sur feu doux pendant la cuisson des pâtes.
8. Cuire les pâtes "al dente".
9. Verser dans un saladier et maintenir au chaud.
10. Mélanger avec la sauce.
11. Incorporer le fromage et décorer avec les brins de persil.

On peut remplacer le jambon par 170 g de petits pois frais ou congelés.

Fettucine Pino 🍝

500 g de fettucine fraîches
20 g de beurre
20 cl de crème fraîche liquide (fleurette ou longue conservation)
200 g de tomates fraîches concassées ou de tomates pelées en boîte (égouttées)
4 tranches de jambon de Parme
1 jaune d'œuf

1. Laissez fondre le beurre dans une casserole, sans le laisser colorer, puis ajoutez la crème fraîche, salez et poivrez, délayez et laissez mijoter à frémissement jusqu'à consistance d'une sauce veloutée.
2. Alors ajoutez un jaune d'œuf pour donner du corps et de la couleur, mais en battant vigoureusement pour ne pas faire grumeler la sauce. Retirez aussitôt du feu.
3. Réchauffez tout doucement le concassé de tomates (ou les tomates pelées) dans une petite casserole, sur feu très doux.
4. Il ne faut pas le cuire, juste le tiédir.
5. Faites cuire les fettucine « al dente ».
6. Égouttez les pâtes, mettez-les dans un plat creux bien chaud, versez la sauce à la crème par-dessus et mélangez.
7. Ajoutez encore le concassé de tomates et le jambon de Parme coupé en fines lanières.
8. Vous finirez de mélanger à table.

Farfalles aux petits pois, prosciutto et champignons

375 g de farfalles
60 g de beurre
Un oignon, haché
200 g de champignons, finement émincés
250 g de petits pois surgelés
3 tranches de prosciutto, émincées
250 ml de crème liquide
Un jaune d'œuf
Parmesan frais, pour la garniture (facultatif).

1. Cuire les pâtes al dente.
2. Les égoutter et les remettre dans la casserole.
3. Pendant que les pâtes cuisent, chauffer le beurre dans une casserole et faire revenir l'oignon et les champignons 5 minutes à feu moyen, en remuant jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
4. Ajouter les petits pois et le prosciutto.
5. Dans un bol, mélanger la crème et le jaune d'œuf et verser le mélange dans la casserole.
6. Couvrir et laisser mijoter 5 minutes pour bien réchauffer le tout.
7. Verser la sauce sur les pâtes et bien mélanger.
8. Garnir de copeaux de parmesan.

Farfalles au prosciutto et au parmesan

4 c. à s. d'huile d'olive
600 g de farfalles
2 gros oignons finement émincés
300 g de champignons de Paris coupés en tranches fines
4 courgettes coupées en bâtonnets
2 grosses gousses d'ail hachées
250 g de prosciutto coupé en lamelles
300 ml de crème fraîche
150 g de parmesan râpé
Feuilles de basilic, pour garnir

1. Faire chauffer l'huile d'olive dans une grande poêle, à feu vif.
2. Lorsqu'elle est bien chaude, ajouter l'oignon, les champignons, les courgettes et l'ail, faire dorer pendant 1 minutes, et réduire le feu.
3. Ajouter les lamelles de prosciutto, et faire frire pendant 2 ou 3 minutes.
4. Ajouter la crème fraîche et continuer la cuisson pendant 2 minutes.
5. Ajouter le parmesan, goûter et assaisonner d'un peu de sel et de poivre noir fraîchement moulu.
6. Faire cuire les papillons al dente et les égoutter.
7. Verser les pâtes dans la poêle, mélanger et les faire réchauffer rapidement.
8. Parsemer de feuilles de basilic frais.
9. Servir immédiatement.

Paille et foin, lard et petits pois 🍴

300 g de fines tagliatelles jaunes
300 g de fines tagliatelles vertes
1 kg de petits pois frais
100 g d'oignons nouveaux
150 g de poitrine fumée
50 g de beurre
2 c. à s. d'huile d'olive
50 g de parmesan finement et fraîchement râpé
Sel, poivre

1. Écossez les petits pois.
2. Coupez la poitrine fumée en fins bâtonnets, en retirant la couenne.
3. Pelez les oignons, lavez-les et coupez-les en fines rondelles, partie vert tendre comprise.
4. Mettez les petits pois dans une sauteuse.
5. Ajoutez les bâtonnets de lard, les oignons et la moitié du beurre.
6. Versez 1 décilitre d'eau et posez la sauteuse sur feu doux.
7. Couvrez et laissez cuire 20 mn environ jusqu'à ce que le mélange soit cuit, qu'il n'y ait plus de liquide et que tout soit enrobé d'un jus sirupeux.
3. 10 mn environ avant la fin de la cuisson des légumes et des lardons, faites cuire les pâtes.
4. Mettez les pâtes dans un plat creux, ajoutez le reste du beurre et arrosez-les d'huile. Mélangez.
5. Ajoutez le contenu de la sauteuse et mélangez encore.
6. Parsemez de fromage sans cesser de remuer et servez.
7. Poivrez au moment de déguster.

Spaghettis à l'amatriciana 🍝🍷🍷

600 g de spaghetti,
2 gros oignons,
500 g de lard de poitrine fumé,
2 c. à s. d'huile,
30 g de beurre,
1 piment rouge séché,
1 boîte 4/4 de tomates pelées,
100 g de pecorino ou de parmesan,
Sel, poivre.

1. Pelez et coupez l'oignon en tranches minces.
2. Coupez également le lard en petits lardons.
3. Mettez le beurre et l'huile dans une poêle, laissez chauffer et faites-y blondir l'oignon, puis les lardons, jusqu'à ce qu'ils soient bien frits, bien foncés, et qu'ils aient rejeté toute leur huile.
4. Poivrez généreusement, ajoutez le piment rouge épépiné et les tomates pelées.
5. Laissez mijoter minimum une heure minimum sur feu moyen, il faut laisser réduire en touillant régulièrement, résultat presque sec.
6. Faites cuire les pâtes al dente. Égouttez-les.
7. Versez la sauce par-dessus, râpez le fromage.
8. Ne mélangez qu'à table.
9. Vous pouvez mélanger moitié pecorino et moitié parmesan, la saveur de votre plat n'en sera que plus relevée.

Côtes de Provence rosé

*L'appellation "alla matriciana" serait erronée.
En réalité, cette recette tiendrait son nom de la ville d'Amatrice,
située sur les collines romaines.
La véritable appellation serait donc spaghetti "à l'amatriciana".*

Spaghettis à la " Gricia " 🍷

320 g. de spaghettis,
160 g. de lardons coupés en julienne,
60 g. de parmesan râpé,
4 gousses d'ail,
4 c. à s. d'huile d'olive,
1 demi-verre de vin blanc sec,
Piment (la pointe d'un couteau),
Sel fin,

Pour cette recette suivre la même préparation que pour les spaghettis à l'amatriciana, sauf qu'il n'y a pas de tomates.

Rigatonis all'arrabbiata

3 c. à s. d'huile d'olive
2 échalotes hachées
8 tranches de bacon hachées
2 c. à c. de piment rouge sec pilé
400 g de tomates concassées, en boîte
6 tranches de pain de mie
115 g de beurre
2 gousses d'ail écrasées
500 g de rigatonis
Sel et poivre noir fraîchement moulu

1. Chauffer l'huile dans une casserole et faire revenir les échalotes et le bacon 6 à 8 minutes jusqu'à coloration.
2. Ajouter le piment et les tomates.
3. Laisser mijoter 20 minutes à demi couvert.
4. Pendant ce temps, retirer la croûte des tranches de pain.
5. Réduire la mie en miettes à l'aide d'un robot ménager.
6. Chauffer le beurre dans une poêle et verser l'ail et les miettes de pain jusqu'à ce que le mélange soit coloré et croustillant.
7. Ne pas laisser brunir sinon le résultat final ne serait pas celui escompté !
8. Cuire les pâtes "al dente". Bien égoutter.
9. Mélanger les pâtes avec la sauce tomate et les dresser sur des assiettes chaudes.
10. Saupoudrer du mélange beurre ail et miettes de pain.
11. Servir immédiatement.

Spaghetti alla Carbonara : la recette véritable 🍝🍝🍝



Le monde est divisé en deux camps, c'est bien connu. Les spaghettis alla carbonara doivent-ils ou pas être préparés avec de la crème fraîche ?

Voici la véritable recette.

500 g de pâtes fraîches (type spaghetti ou tagliatelle)
200 g de pancetta coupée en dés (à défaut, des lardons)
2 œufs entiers + 4 jaunes
100 g de parmesan râpé (ou un mélange parmesan/pecorino)
Poivre du moulin

1. Faites rissoler la pancetta à sec, à feu vif, jusqu'à ce qu'elle dore.
2. Réserver au chaud sans jeter la graisse.
3. Faites cuire les pâtes al dente.
4. Pendant ce temps, battez les œufs entiers et les jaunes avec la moitié du mélange pecorino-parmesan.
5. Poivrez généreusement.
6. Égouttez les pâtes en prenant soin de garder un petit verre d'eau de cuisson au fond de la marmite.
7. Reversez les pâtes dans la marmite chaude, ajoutez la pancetta et sa graisse, puis un peu d'eau.
8. Hors du feu, ajouter ensuite les œufs fouettés et mélanger vigoureusement pour éviter la coagulation.
9. L'ensemble doit être crémeux, n'hésitez pas à rajouter un peu d'eau de cuisson si besoin.
10. Dans une assiette, déposer un nid de pâtes.
11. Ajouter un jaune d'œuf au centre et parsemer de parmesan râpé.

Tagliatelle à la manière d'Alba

Alba est située dans le Piémont : c'est le pays de la truffe blanche.

500 g de tagliatelles fraîches,
100 g de jambon cru,
100 g de lard maigre fumé,
400 g de restes de rôti,
1 verre de vin blanc sec,
1 branche de céleri,
1 carotte,
1 oignon,
1 bouquet garni,
200 g de champignons,
70 g de gruyère,
1 plaquette de bouillon,
Concentré de tomates,
4 c. à s. d'huile,
Sel, poivre.
Facultatif : 1 truffe blanche.

1. Hachez le jambon et le lard de poitrine fumé.
2. Nettoyez tous les légumes, carotte, céleri, oignon, champignons (à Alba, on utilise des champignons séchés qu'on fait se réhydrater 30 mn : pour nous il est plus fréquent de trouver des champignons de Paris).
3. Mettez l'huile dans une sauteuse. Faites dorer le jambon et le lard hachés.
4. Ajoutez les légumes coupés en fins bâtonnets.
5. Lorsque tout est doré, mettez les champignons émincés.
6. Délayez une plaquette de bouillon dans le vin blanc, ajoutez 2 c. à s. de concentré de tomates et versez ce mélange dans la sauteuse.
7. Arrosez avec 1 /2 litre d'eau et laissez cuire tranquillement 1 h.
8. Hachez les restes de viande : cela peut être du blanc de poulet, un rôti de veau, de porc, selon ce que vous avez. Versez ce hachis dans la sauce en cours de cuisson (au moins 30 mn avant la fin).
9. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
10. Faites-les cuire les tagliatelles. Égouttez-les.
11. Versez dans un plat creux chauffé. Couvrez avec la sauce, mélangez et, éventuellement, parsemez de lamelles de truffe.
12. Poudrez largement de gruyère râpé.
13. Servez aussitôt.

On utilise pour cette recette, en général, un fromage suisse, le « sbrinz ». A défaut, du gruyère fera l'affaire.

Nouilles sautées à la chinoise

400 g de nouilles chinoises aux œufs, fines
200 g de filet de porc
200 g de blanc de poulet
200 g de petites crevettes roses cuites décortiquées
100 g de pousses de soja
50 g de pousses de bambou
6 grandes feuilles de chou chinois
6 oignons nouveaux
1 décilitre de bouillon de volaille
1 c. à c. de maïzena
2 c. à c. de sauce de soja
1 gousse d'ail
1 c. à c. de gingembre frais râpé
1 décilitre d'huile d'arachide
Sel

1. Faites bouillir de l'eau dans une casserole.
2. Salez-la et plongez-y les pâtes.
3. Laissez-les cuire 3 mn puis égouttez-les, rincez-les abondamment et égouttez-les à nouveau.
4. Étalez-les sur un linge et laissez-les sécher 30 mn.
5. Pendant ce temps, préparez viandes et légumes : coupez porc et poulet en bâtonnets de la taille d'une allumette.
6. Lavez les feuilles de chou chinois et épongez-les ; coupez-les en fines lanières.
7. Lavez de soja et égouttez-les.
8. Rincez les pousses de bambou, épongez-les et coupez-les en fins bâtonnets.
9. Pelez la gousse d'ail et hachez-la menu.
10. Pelez les oignons, lavez-les et coupez-les en tronçons de 2 cm.
11. Délayez la maïzena dans le bouillon et la sauce de soja.
12. Faites chauffer 4 c. à s. d'huile dans un wok ou une sauteuse. Plongez-y les nouilles peu à peu et retirez-les dès qu'elles sont dorées, avec une écumoire.
13. Égouttez-les sur un papier absorbant.
14. Versez le reste d'huile dans le wok et ajoutez ail et gingembre.
15. Mélangez 30 secondes puis ajoutez les crevettes, le porc et le poulet.
16. Mélangez une minute puis ajoutez les oignons, le chou chinois, les pousses de soja et de bambou.
17. Mélangez 1 mn puis versez le mélange maïzena-bouillon-sauce de soja.
18. Laissez épaissir la sauce en remuant sans cesse pendant à 3 mn.
19. Répartissez les nouilles dans un plat et couvrez-les du sauté de viandes aux légumes.
20. Servez aussitôt.

PÂTES AUX SAUCISSES, MERGUEZ OU CHORIZO

Penne alla Norcina 🍷🍷🍷

Les goûter, c'est un délice !

500 g de penne
900 g de saucisses (à griller)
200 g de crème fraîche
Deux gros oignons
Persil
Vin blanc sec
Parmesan râpé
Huile d'olive,
Sel, poivre

1. Hachez finement l'oignon et faites-le revenir dans une poêle avec 3 cuillères d'huile, à feu très doux.
2. Après 6 à 8 minutes environ, ajoutez les saucisses auxquelles vous aurez enlevé la peau et que vous aurez coupées en petits morceaux.
3. Laissez-les bien dorer et ajoutez un demi-verre de vin, que vous ferez évaporer à feu moyen.
4. Quand cette sauce se sera réduite, ajoutez la crème fraîche, salez et faites cuire encore quelques minutes.
5. Éteignez le feu et complétez la sauce avec une cuillère de persil haché.
6. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes.
7. Égouttez-les quand elles sont al dente et ajoutez aussitôt la sauce et le fromage râpé.

Le nom de ce plat dérive de la ville de Norcia, en Ombrie, qui est spécialisée depuis des siècles dans la production de charcuterie et surtout de saucisses.

C'est pourquoi, dans toute l'Italie centrale, on désignait par le nom de « norcino » les charcutiers en général.

Bucatini avec saucisse et pancetta

600 g de Bucatini secs
200 g de saucisse de porc
500 g de tomates olivettes italiennes
1 c. à s. d'huile d'olive
1 gousse d'ail, pilée
200 g de pancetta ou de bacon entrelardé, sans la couenne, grossièrement haché
½ botte de persil plat frais, haché sel et poivre noir du moulin
5 c. à s. de crème fraîche épaisse
2 jaunes d'œufs

1. Émiettez grossièrement la chair de la saucisse au couteau, en veillant à ne pas laisser de morceaux de peau.
2. Réduisez les tomates en purée, au robot ou au mixeur.
3. Préchauffez l'huile dans une casserole de taille moyenne, ajoutez l'ail et faites-le revenir à feu doux 1 à 2 minutes.
4. Retirez l'ail avec une écumoire et jetez-le.
5. Ajoutez la chair à saucisse et la pancetta ou le bacon et faites cuire à feu doux 3 à 4 minutes.
6. Remuez en permanence avec une cuiller en bois pour fragmenter la chair de la saucisse qui doit dorer et être complètement en miettes.
7. Ajoutez la purée de tomate dans la casserole avec la moitié du persil.
8. Salez et poivrez à votre goût.
9. Mélangez et portez à ébullition, en grattant la chair à saucisse qui collerait au fond de la casserole.
10. Baissez le feu, couvrez et laissez mijoter 20 minutes, en remuant de temps à autre.
11. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement au besoin.
12. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes al dente.
13. Versez la crème et les jaunes d'œufs dans un grand saladier chaud et battez à la fourchette.
14. Salez et poivrez.
15. Dès que les pâtes sont cuites, égouttez-les et transvasez-les dans la sauce à la crème.
16. Remuez pour bien enrober les bucatini, puis versez la préparation de chair à saucisse dessus et mélangez.
17. Servez les pâtes immédiatement dans des assiettes creuses chaudes, saupoudrées du reste de persil.

*Pour gagner du temps, utilisez du coulis de tomate en conserve.
Pour plus d'authenticité, achetez de la "salciccia a metro", une saucisse pur porc vendue au mètre dans les épicerie italiennes.
Les bucatini sont des pâtes longues et creuses qui ressemblent à des pailles à boisson ; vous pouvez les remplacer par des spaghettis.*

Penne à la saucisse 🍷🍷🍷

Les favoris de Yann et Nicolas !

30 ml d'huile d'olive
2 oignon finement haché
2 gousses d'ail écrasées
1 piment rouge pelé, épépiné et finement émincé (ou en poudre)
450 g de tomates Roma bien mûres et finement coupées
2 c. à s. de purée de tomates
150 ml de vin rouge
1 c. à c. de sucre
500 g de penne
1,5 kg de saucisses de Toulouse
Sel et poivre noir fraîchement moulu
1c. à s. de persil frais pour garnir
250 g de petits pois
Parmesan fraîchement râpé pour servir

1. Faire chauffer l'huile, ajouter l'oignon, l'ail, le piment et cuire sur feu doux en remuant souvent 10 minutes jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
2. Ajouter les tomates, la purée de tomates, le vin, le sucre, le sel et le poivre.
3. Porter à ébullition.
4. Réduire le feu et laisser mijoter à couvert en remuant de temps en temps 40 minutes.
5. Ajouter quelques c. à s. d'eau si la sauce devient trop épaisse.
6. Faire revenir les saucisses coupées en tronçons de 5cm et le placer dans la sauce.
7. Réchauffer et ajuster l'assaisonnement.
8. Faites cuire les pâtes al dente.
9. Égoutter les pâtes et les dresser dans un grand saladier.
10. Verser la sauce, les petits pois et bien mélanger.
11. Servir accompagné de parmesan râpé.

One pot pasta Spaghetti aux merguez

Huile d'olive

1 poivron vert

5 merguez

1 c à s de concentré de tomate

1 cc d'harissa ou de piment en poudre

½ c à c de tabel-karouia

3 gousses d'ail

1 cc de sel une pincée de poivre

250 g de spaghetti

Persil

1. Dans une casserole contenant un peu d'eau chaude, cuire les merguez.
2. Pendant ce temps, dans une grande sauteuse, faire revenir le poivron coupé en lamelles dans 4 c à s d'huile d'olive, pendant 5 minutes à feu moyen.
3. Une fois les poivrons fondants, ajouter le concentré de tomate, un verre d'eau chaude, les épices, le sel et l'ail écrasé. Laisser mijoter 2-3 minutes en remuant.
4. Sortir les merguez du feu, et les couper en petits morceaux. Ajouter à la sauce.
5. Verser ensuite 650ml d'eau chaude dans la saute et ajouter les spaghettis, recouvrir la sauteuse, et laisser mijoter pendant 15 minutes, en remuant de temps en temps.
6. Après cuisson, laisser reposer 5 minutes, pour que les spaghettis absorbent la sauce restante et que les pâtes soient bien onctueuses.
7. Ajouter du persil émincé sur le dessus du plat, et servir chaud avec du parmesan.

« Risotto » de coquillettes au chorizo



1 morceau de parmesan de 50 g
150 g de chorizo piquant
2 dosettes de safran en poudre (ou 2 pincées de filaments)
350 g de coquillettes
1 gros oignon
2 tablettes de bouillon de volaille
10 cl de vin blanc sec
60 g de beurre
Poivre

1. Pelez et hachez finement l'oignon. Dans une casserole, faites chauffer 1,5 litre d'eau avec les tablettes de bouillon.
2. Faites fondre 30 g de beurre dans une sauteuse à fond épais, mettez-y l'oignon à revenir en remuant. Quand il blondit, ajoutez les coquillettes et mélangez 1 à 2 min. Versez ensuite le vin et remuez à la spatule jusqu'à ce qu'il soit évaporé.
3. Mouillez avec le bouillon chaud, ajoutez le safran, couvrez et laissez cuire 12 à 15 min. à frémissements, jusqu'à ce que les pâtes aient absorbé presque tout le bouillon.
4. Pendant ce temps, râpez le parmesan. Pelez le chorizo, coupez-le en fines rondelles, ajoutez-les dans la sauteuse.
5. Poivrez, ajoutez le reste de beurre froid et le parmesan. Éteignez le feu, mélangez puis laissez reposer à couvert 1 à 2 min. avant de servir.

Rouleau aux épinards 🍴

Préparation : 20 mn Repos : 24 h Cuisson : 40 mn

400 g de pâte à ravioli,
1,500 kg d'épinards,
100 g de jambon cuit,
100 g de gruyère,
2 jaunes d'œufs,
100 g de beurre,
100 g de parmesan,
Sel, poivre.

1. La veille, préparez la pâte. Étalez cette pâte à ravioli en une seule feuille, pour obtenir un grand rectangle.
2. Ébouillantez 10 mn les épinards, nettoyés, dans beaucoup d'eau salée. Égouttez-les soigneusement et hachez-les.
3. Mélangez le gruyère râpé avec les jaunes d'œufs et 50 g de beurre fondu. Ajoutez les épinards hachés.
4. Formez une farce verte homogène. Salez, poivrez.
5. Étalez cette farce sur la longue feuille de pâte.
6. Roulez-la en forme de saucisson serré.
7. Posez-le sur une feuille d'aluminium et enfermez soigneusement le rouleau dans cette feuille.
8. Plongez ce rouleau dans de l'eau bouillante et faites-le cuire à petits bouillons 20 mn.
9. Sortez-le et laissez-le refroidir.
10. Le lendemain, 15 mn avant le repas, coupez le rouleau en rondelles.
11. Posez-les dans un plat beurré allant au four.
12. Parsemez de noisettes de beurre (50 g) et de parmesan et faites gratiner à four chaud (220°, thermostat 7/8) pendant 10 mn environ.

Saumur, Champigny.

Tagliatelle à la Tour d'Argent

400 g de tagliatelle,
350 g de fromage blanc,
125 g de crème fraîche,
150 g de jambon cru,
1 jaune d'œuf,
1/4 de litre de lait,
50 g d'emmenthal,
80 g de parmesan,
100 g de beurre,
20 g de farine,
Sel, poivre.

1. Préparez une sauce Mornay, c'est-à-dire une sauce béchamel avec 30 g de beurre, 20 g de farine et 1 /4 de litre de lait.
2. Râpez l'emmenthal, ajoutez-le à la béchamel, puis incorporez le jaune d'œuf.
3. Fouettez pour que le mélange soit homogène.
4. Versez le fromage blanc dans un saladier.
5. Ajoutez la crème fraîche, le parmesan râpé. Mélangez.
6. Goûtez pour vérifier l'assaisonnement.
7. Faites sous-cuire les pâtes (5 mn au lieu de 10 mn) dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les.
8. Coupez le jambon en lanières longues et fines.
9. Beurrez (20 g) un plat allant au four.
10. Étalez une couche de tagliatelle, puis une couche de lanières de jambon.
11. Versez la moitié de la sauce au fromage blanc, remettez des pâtes, du jambon, le reste de sauce, puis couvrez avec la sauce Mornay et le reste de beurre parsemé en noisettes.
12. Mettez à four chaud (220°, thermostat 7/8) pendant 15 mn, puis servez aussitôt.

Graves blanc sec.

Penne au mascarpone et aux noix

500 g de penne
50 g de beurre
1 gousse d'ail pilée
200 g de cerneaux de noix (ou de noisettes broyées)
250 g de mascarpone
100 g de parmesan râpé

1. Sur feu doux, dans une casserole avec le beurre fondu, faites blondir l'ail.
2. Ajouter les noix et remuer le tout.
3. Ajouter le mascarpone et continuez à remuer jusqu'à qu'il soit fondu.
4. Incorporez le parmesan, salez, poivrez et mélanger aux pâtes chaudes.

PÂTES au POULET

Farfalles au poulet et aux tomates cerises

500 g de blancs de poulet, sans la peau, coupés en grosses bouchées
5 c. à s. de vermouth italien, sec
2 cuillerées à café de romarin frais, haché
4 brins de romarin en supplément, pour décorer
Sel et poivre noir du moulin
2 c. à s. d'huile d'olive
2 oignons, finement émincés
100 g de salami italien, coupé en dés
500 g de farfalles
2 c. à s. de vinaigre balsamique
400 g de tomates cerise italiennes, en conserve
1 bonne pincée de piment rouge séché, broyé

1. Placez le poulet dans un grand saladier, arrosez du vermouth et parsemez de la moitié du romarin haché.
2. Salez et poivrez à votre goût. Mélangez et réservez.
3. Préchauffez l'huile dans une grande casserole, ajoutez l'oignon et le salami, et faites revenir à feu moyen environ 5 minutes, en remuant fréquemment.
4. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes al dente.
5. Incorporez le poulet arrosé de vermouth au salami et à l'oignon, augmentez le niveau du feu et faites revenir 3 minutes, jusqu'à ce que le poulet soit blanc de toutes parts.
6. Arrosez de vinaigre.
7. Ajoutez les tomates cerise et le piment, remuez bien et laissez frémir encore quelques minutes.
8. Goûtez la sauce et rectifiez l'assaisonnement au besoin.
9. Égouttez les farfalles et transvasez-les dans la sauce.
10. Ajoutez le reste de romarin haché et mélangez soigneusement les pâtes et la sauce.
11. Décorez de brins de romarin et servez immédiatement dans des assiettes creuses chaudes.

Fettucine sauce au poulet et aux champignons

Préparation : 20 minutes Cuisson : 20 minutes

500 g de fettucine
3 gros blancs de poulet
Deux c. à s. d'huile d'olive
30 g de beurre
4 tranches de bacon, hachées
3 gousses d'ail, écrasées
250 g de champignons de Paris, émincés
80 ml de vin blanc
170 ml de crème liquide
4 oignons nouveaux, hachés
Une cuillerée à soupe de farine
Deux c. à s. d'eau
50 g de parmesan fraîchement râpé, pour la garniture

1. Parer le poulet et le couper en fines lanières.
2. Chauffer l'huile et le beurre dans une poêle à fond épais et faire revenir le poulet 3 minutes, à feu moyen.
3. Ajouter le bacon, l'ail et les champignons et faire cuire 2 minutes en remuant île temps en temps.
4. Verser le vin et prolonger la cuisson jusqu'à ce que le jus ait réduit de moitié.
5. Incorporer la crème et l'oignon nouveau.
6. Porter à ébullition.
7. Délayer la farine dans l'eau, l'ajouter dans la casserole et remuer jusqu'à ébullition et épaississement.
8. Baisser le feu et laisser mijoter 2 minutes.
9. Saler et poivrer.
10. Cuire les pâtes al dente.
11. Les égoutter et les remettre dans la casserole.
12. Verser la sauce sur les pâtes et remuer le tout à feu doux.
13. Garnir de parmesan.
14. Servir immédiatement, accompagné d'une salade verte.

Pâtes au poulet et poivrons grillés

2 poitrines de poulet entières, désossées et sans peau
30 g de farine
3 poivrons
3 c. à s. d'huile d'olive
1 oignon, épluché et émincé finement
2 gousses d'ail, épluchées, écrasées et hachées
2 c. à s. de basilic haché
25 dl de bouillon de volaille, chaud
3 c. à s. de marsala
500 g de pâtes, cuites al dente
Sel et poivre
Persil haché

1. Couper le poulet en lanières de 2,5 cm d'épaisseur.
2. Bien assaisonner, puis enrober de farine ; réserver.
3. Couper les poivrons en deux et les épépiner.
4. Badigeonner la peau d'huile et les mettre sur une tôle, la peau vers le haut ; faire griller 6 minutes au four.
5. Sortir du four et laisser refroidir.
6. Peler et émincer finement.
7. Faire chauffer l'huile dans une poêle, à feu moyen. Y faire cuire l'oignon et l'ail 4 minutes.
8. Ajouter le poulet et bien assaisonner.
9. Poursuivre la cuisson 6 minutes, à feu moyen.
10. Ajouter le basilic et le bouillon de volaille ; faire cuire 3 minutes, à feu doux.
11. Mouiller avec le vin et incorporer les pâtes chaudes.
12. Laisser mijoter 2 minutes, à feu doux.
13. Parsemer de persil haché avant de servir.

One pot pasta poulet épinards chèvre

Pour deux

300 g de filet de poulet
300 g de penne
200 g d'épinards frais
2 oignons
50 cl de bouillon de volaille
4 C à S de chèvre frais
3 pincées de piment d'Espelette
Parmesan râpé

1. Chauffer le beurre dans la poêle, ajoutez l'oignon émincé puis y colorer le filet de poulet coupé en petits dés.
2. Ajouter les pâtes, les épinards nettoyés, un peu de piment d'Espelette.
3. Verser par-dessus le bouillon de volaille reconstitué bien mélanger et cuire dix minutes en mélangeant régulièrement.
4. À la fin de la cuisson ajouter le fromage de chèvre et mélanger.
5. Saupoudrer de parmesan.

Spaghetti à la tunisienne

350 g de spaghetti
250 g de blanc de poulet coupé en gros cubes
1 piment ou poivron long
1,5 c à s de tomate concentrée
1/2 cs de piment moulu
1 c à c de sel
1 cc de tabel-karouia
4 gousses d'ail
Huile d'olive
Une pincée de poivre

1. Dans un faitout, mettre un fond épais d'huile d'olive (1cm). Toujours hors feu, ajouter les morceaux de poulet, la tomate concentrée, le piment, le sel et le poivre, ainsi qu'un verre d'eau.
2. A feu moyen, faire revenir le tout pendant 5 bonnes minutes en remuant régulièrement. Éplucher les gousses d'ail et les écraser au pilon (ça ressemble à ça) avec le tabel-karouia. Ajouter à la sauce. Laisser mijoter encore 2-3 minutes.
3. Ajouter ensuite 50 cl d'eau bien chaude et laisser mijoter tranquillement pendant une demi-heure.
4. min avant la fin, laver et équeuter le piment, le fendre en 2 puis le rajouter à la sauce.
5. En fin de cuisson (soit 40 minutes), la sauce doit être devenue épaisse et parfumée.
6. Cuire les pâtes dans de l'eau salée, égoutter et mélanger à la sauce (après avoir retiré les légumes et la viande). Mettre dans le plat de service et décorer avec la garniture restante.
7. Servir immédiatement.

PÂTES AU FOIE GRAS

Tagliatelles fines au foie gras frais

400 g de tagliatelles fines
300 g de foie gras
Une truffe
200 g de crème fraîche
Sel, poivre.

1. Taillez le foie gras frais en petites tranches fines (quelques millimètres d'épaisseur).
2. Salez légèrement, poivrez.
3. Coupez la truffe en lamelles.
4. Faites cuire les pâtes.
5. D'autre part, versez la crème fraîche dans une casserole.
6. Salez-la, poivrez-la.
7. Faites-la chauffer.
8. Égouttez les pâtes.
9. Versez-les dans une sauteuse avec la crème fraîche et les lamelles de truffe.
10. Posez les tranches de foie gras.
11. Mettez sur feu vif 2 mn, remuez délicatement avec une spatule.
12. Servez dans un plat chaud sans attendre.

Gewurztraminer, Vin jaune (Arbois), Loupiac.

PÂTES AU THON

Spaghettis au thon (spaghetti al tonno)

Temps de préparation : 20 mn Temps de cuisson : 20 mn

320 g. de spaghettis
125 g. de thon à l'huile,
4 filets d'anchois salés lavés et bien nettoyés,
2 gousses d'ail,
1 petit oignon,
4 tiges de persil plat,
4 c. à s. d'huile d'olive,
300 g. de tomates pelées et passées au moulin à légumes,
1/3 de verre de vin blanc sec,
1 cuiller à soupe de persil haché,
Gros sel et fin,
Piment à volonté.

1. Écraser à l'aide d'une fourchette le thon, en mettant l'huile de côté.
2. Émincer très finement l'ail, l'oignon et les tiges de persil.
3. Mettre à chauffer une casserole, verser l'huile d'olive, ensuite les légumes émincés et le piment (comme toujours il suffit de la pointe d'un couteau).
4. Dès que l'oignon est bien doré, ajouter, hors du feu, les anchois, en les écrasant à l'aide d'une fourchette.
5. Remettre la casserole sur le feu et laisser fondre doucement.
6. Ajouter le thon et le rissoler sans qu'il soit trop sec.
7. Verser le vin, laisser le réduire de moitié et ajouter les tomates.
8. Saler et laisser cuire pendant 15 à 20 mn, le temps que la sauce épaississe.
9. Cuire les pâtes "al dente", les égoutter soigneusement et les verser dans la sauce pendant quelques instants pour relever leur goût.
10. Saupoudrer de persil haché et servir.

PÂTES AUX ANCHOIS

Tagliatelles au beurre et aux anchois

(Tagliatelle burro e alici)

Temps de préparation : 10 mn Temps de cuisson : 15 mn

Lorsque tout va bien à Rome, on dit : "a burro e alici" et bien sûr la douceur du beurre se marie élégamment avec le goût... décidé de l'anchois. Entre les deux il n'y a pas de conflit, mais un mélange parfait. Les tagliatelles au beurre et aux anchois se dégustent avec un bon verre de Frascati ou de Muscadet frais.

400 g. de tagliatelles fraîches ou 320 g. séchées,
30 g. de beurre,
2 c. à s. d'huile d'olive,
50 g. de filets d'anchois à l'huile.

1. Porter à ébullition dans une grande casserole 4 litres d'eau bien salée.
2. Faire fondre doucement le beurre dans une poêle, ajouter l'huile et après une ou deux minutes les filets d'anchois.
3. Augmenter légèrement le feu et faire fondre les anchois en les écrasant à l'aide d'une fourchette.
4. Dans l'eau bouillante jeter les tagliatelles, les cuire "al dente", puis les égoutter très vite sans qu'elles dessèchent ;
5. Verser le beurre aux anchois (bien bouillant) sur les tagliatelles, mélanger et servir.
6. En augmentant la quantité de beurre (60 g. ou 90 g.) on peut déguster les tagliatelles "doppio burro" ou "triplo burro" c'est à dire au double ou au triple de beurre.

Spaghettis à la « puttanesca » 🍴🍷

6 cl d'huile d'olive
750 g de tomates pelées au naturel ou en purée
4 filets d'anchois au sel ou à l'huile d'olive égouttés et émincés
15 olives noires dénoyautées et coupées en deux
3 belles gousses d'ail émincées
2 c. à s. de câpres égouttées et rincées
1/2 c. à c. de piment rouge
1kg de spaghetti
Sel de mer
1 tasse de persil plat ciselé

1. Dans une poêle assez grande pour contenir ensuite toutes les pâtes, versez l'huile, ajoutez les anchois, l'ail, le piment et une pincée de sel.
2. Mélangez intimement à froid, puis faites chauffer sur feu modéré pendant 2 à 3 minutes jusqu'à ce que l'ail soit doré mais sans roussir.
3. Si vous prenez des tomates entières, placez un moulin à légumes au-dessus de la poêle et réduisez les tomates en purée directement dans l'ustensile de cuisson.
4. Si vous prenez des tomates en purée, versez celle-ci simplement dans la poêle.
5. Ajoutez aussi les olives et les câpres.
6. Mélangez intimement, puis faites mijoter à découvert pendant 15 minutes environ jusqu'à ce que la sauce commence à épaissir.
7. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
8. Quand les pâtes sont "al dente", les égoutter et les mélanger à la sauce
9. Versez les spaghetti égouttés dans la poêle et mélangez-les avec la sauce. Laissez chauffer doucement pendant 1 à 2 minutes pour permettre aux pâtes d'absorber la sauce.
10. Ajoutez le persil et mélangez encore.
11. Répartissez les spaghetti dans des assiettes creuses chaudes et servez aussitôt.

Pas de fromage râpé avec ce plat.

Spaghetti aux anchois et croûtons grillés

Préparation : 20 mn.

150 g de pain rassis
15 cl d'huile d'olive
8 filets d'anchois
500 g de spaghetti
2 c. à s. de persil haché
1/2 cuillérées à café de sel
Poivre fraîchement moulu

1. Concassez grossièrement le pain rassis ou, mieux, coupez-le en petits dés.
2. Faites chauffer la moitié de l'huile d'olive dans une poêle et faites-y revenir les croûtons de pain jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
3. Retirez-les de la poêle et posez-les sur du papier absorbant.
4. Faites chauffer le reste de l'huile dans la même poêle et jetez-y les filets d'anchois.
5. Faites-les revenir doucement.
6. Faites cuire les spaghettis al dente.
7. Égouttez-les dans une passoire et placez-les dans un plat préchauffé.
8. Ajoutez les croûtons de pain, les filets d'anchois avec leur huile.
9. Parsemez de persil haché, salez modérément, poivrez et mélangez bien le tout.
10. Servez aussitôt afin que les croûtons restent bien croquants.

Vermicelles à la sicilienne

500 g de vermicelles
400 g de tomates (fraîches ou en boîte)
100 g d'olives noires
50 g de câpres
5 c. à s. de chapelure
4 filets d'anchois à l'huile
Ail,
Huile d'olive
Piment,
Sel

1. Faites chauffer 3 cuillères d'huile dans une poêle avec une gousse d'ail et un peu de piment, que vous enlèverez dès qu'ils seront dorés.
2. Versez dans l'huile la tomate, les olives dénoyautées, les câpres et les anchois coupés.
3. Salez, mais pas trop, car les anchois sont déjà très salés, et laissez s'épaissir la sauce à feu moyen pendant 10 à 15 minutes.
4. Faites cuire les vermicelles
5. Pendant que les pâtes cuisent, faites chauffer 4 cuillères d'huile dans une poêle plus petite, versez-y la chapelure et faites-la revenir quelques minutes, en mélangeant souvent jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée (mais veillez à ce qu'elle ne brûle pas).
6. Quand les pâtes seront cuites et bien égouttées, ajoutez aussitôt la chapelure, mélangez soigneusement, puis ajoutez la sauce.

Spaghetti à l'ancienne

600 g de spaghettis
2 décilitres d'huile d'olive
50 g d'anchois
100 g parmesan râpé
3 gousses d'ail
Poivre noir fraîchement moulu
Persil haché

1. Faire cuire les pâtes au dernier moment.
2. Dans un peu d'huile faire revenir l'ail, ajoutez les anchois pilés dans un mortier, le poivre et le persil haché.
3. Laisser dorer quelques instants, sans cesser de remuer.
4. Mélanger alors les spaghettis et laisser cuire un peu pour qu'ils soient bien imprégnés.
5. Servez dans un récipient profond, accompagné de parmesan râpé.
6. Un fromage de lait de brebis sec et râpé peut aussi être un bon accompagnement.

PÂTES AUX SARDINES

Casarecce aux sardines et au fenouil

Les Casarecce se marient à la perfection à cette recette, qui est l'une des recettes siciliennes les plus typiques

350 g de Casarecce
250 g de Sardines
150 g de Fenouil sauvage
4 Filets d'anchois
1/2 Oignon blanc
1 gousse d'ail
10 cuillerées d'huile d'olive extra vierge
1 cuillerée de pignons
1 cuillerée de raisins de Smyrne
Safran
Farine de blé tendre : quantité nécessaire
Sel, Poivre

1. Nettoyer les sardines, les fariner et les faire frire dans une grande quantité d'huile (6 cuillerées environ), puis les déposer sur du papier absorbant, saler et conserver au chaud.
2. Faire cuire le fenouil dans une grande quantité d'eau salée et le couper finement.
3. Faire revenir dans 4 cuillerées d'huile l'oignon et l'ail finement hachés.
4. Ajouter le fenouil, les filets de sardines émiettés, le raisin sec (que vous aurez laissé tremper au préalable dans de l'eau tiède), les pignons, un peu de poivre et le safran, et laisser cuire quelques minutes.
5. Si la sauce est trop sèche, la diluer avec un peu d'eau tiède.
6. Faire cuire les Casarecce al dente, les égoutter et les faire sauter dans une poêle avec la sauce au fenouil.
7. Servir en décorant les pâtes avec les sardines bien chaudes, coupées en petits morceaux.

Cette recette est excellente également pour les préparations au four : avant de servir, faire gratiner les pâtes déjà assaisonnées dans un plat à 180° C pendant environ 10 minutes. Dans ce cas, égoutter les Casarecce une minute avant.

PÂTES AU SAUMON

Farfalles au saumon fumé

500 g de farfalles
250 g de saumon fumé
50 cl de crème fraîche liquide
3 gousses d'ail
1/2 bouquet de persil
1/2 piment rouge
10 cl de vin blanc sec
10 g de beurre
Sel, poivre

1. Épluchez l'ail, hachez-le avec le persil et le piment.
2. Faites-les revenir avec le beurre pendant 2 minutes, puis arrosez de vin blanc et laissez évaporer.
3. Ajoutez le saumon fumé coupé en dés ou en fines lanières et la crème, salez, poivrez.
4. Laissez cuire à très petit feu pendant 10 minutes.
5. Pendant ce temps, faites cuire les pâtes.
6. Égouttez-les bien et versez-les dans un plat chaud.
7. Arrosez de sauce et servez immédiatement.

PÂTES AUX FRUITS DE MER

Penne aux coquilles Saint-Jacques 🍷🍷

700 g de penne,
8 coquilles Saint-Jacques,
400 g de champignons,
200 g de crème fraîche,
3 jaunes d'œufs,
2 verres de vin blanc,
2 oignons,
2 gousses d'ail,
1 bouquet garni,
Persil,
20 g de beurre,
Sel, poivre.

1. Ouvrez les coquilles, enlevez les parties noires et les barbes du tour. Lavez à l'eau courante les noix et le corail.
2. Mettez une casserole sur le feu.
3. Versez le vin blanc, 1/2 litre d'eau, salez, poivrez, ajoutez le bouquet garni et l'oignon haché.
4. Faites bouillir pendant 15 mn, plongez les coquilles, qui sont tout juste recouvertes, et retirez du feu. Gardez en attente.
5. Nettoyez les champignons. Enlevez les pieds terreux, lavez-les et émincez-les.
6. Versez-les dans une sauteuse avec le beurre. Dès qu'ils sont dorés, arrêtez la cuisson et ajoutez l'ail haché, sans le germe. Salez et poivrez.
7. Faites cuire les penne al dente. Égouttez-les.
8. Versez la crème fraîche dans une casserole.
9. Battez les jaunes d'œufs avec un verre de bouillon de cuisson des coquilles. Incorporez-les à la crème fraîche, et posez sur feu doux. Fouettez pour que le mélange épaississe. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
10. Faites chauffer un plat. Versez et mélangez les pâtes, les champignons et les coquilles (vous pouvez les laisser entières ou les couper).
11. Arrosez avec la sauce chaude (qui ne doit pas avoir bouilli) et servez sans attendre après avoir poudré d'une cuillère à soupe de persil haché.

Le vin blanc de la sauce

Spaghetti aux fruits de mer au safran

600 g de spaghetti
2 kg de petits coquillages bivalves mélangés : moules, coques, palourdes, tellines...
6 coquilles Saint-Jacques
1 c. à s. de persil plat ciselé
3 pincées de filaments de safran
2 décilitres de vin blanc sec
1 décilitre d'huile d'olive
1 gousse d'ail
1 piment oiseau sec
Sel, poivre

1. Demandez à votre poissonnier de décoquiller les Saint-Jacques et de séparer corail et noix.
2. Rincez-les et épongez-les.
3. Coupez les noix en deux rondelles.
4. Pelez la gousse d'ail et coupez-la en fines lamelles.
5. Lavez les coquillages dans plusieurs eaux.
6. Grattez les moules et ébarbez-les.
7. Égouttez les coquillages et mettez-les dans une grande marmite.
8. Ajoutez le vin et posez la cocotte sur feu vif.
9. Couvrez et laissez cuire 5 mn en secouant la cocotte plusieurs fois afin de mélanger les coquillages.
10. Au bout de 5 mn, retirez les coquillages de la marmite avec une écumoire et éliminez ceux qui ne se seraient pas ouverts.
11. Filtrez leur jus au-dessus d'une sauteuse.
12. Ajoutez les lamelles d'ail et le piment en l'émiettant entre vos doigts.
13. Posez la sauteuse sur feu vif et laissez réduire le jus jusqu'à ce qu'il soit sirupeux, pendant 5 mn environ, sur feu vif.
14. Ajoutez alors noix et coraux de Saint-Jacques, retournez-les dans la sauce et retirez du feu. Ajoutez l'huile d'olive et poivrez.
15. Faites bouillir de l'eau dans une marmite et ajoutez le safran : il donnera une jolie couleur dorée aux pâtes et un excellent parfum.
16. Salez l'eau et plongez-y les pâtes.
17. Faites-les cuire al dente puis égouttez-les et mettez-les dans la sauteuse.
18. Mélangez et gardez au chaud.
19. Décoquillez les fruits de mer mais gardez-en quelques-uns entiers pour la décoration.
20. Ajoutez-les au fur et à mesure dans la sauteuse. Mélangez.
21. Ajoutez les fruits entiers et le persil, mélangez délicatement et versez dans un plat creux.
22. Servez aussitôt.

Spaghettis aux fruits de mer 🍷🍷🍷

600 g de spaghettis
500 g de fruits de mer congelés
6 belles gousses d'ail finement émincées
½ verre à un verre d'huile d'olive
2 c. à s. de persil plat grossièrement haché
1,5 verre de vin blanc
Sel, poivre.

1. Faire revenir l'ail jusqu'à blondir dans une grande poêle à feu doux
2. Ajouter les fruits de mer préalablement rincés et débarrassés de tout sable
3. Attendre qu'il n'y ait plus d'eau en remuant fréquemment
4. Rajouter le vin blanc et faire réduire à feu doux
5. Laisser réduire jusqu'à quasi-disparition du vin
6. Pendant ce temps, porter à ébullition 5 litres d'eau salée
7. Quand les pattes sont à la limite d'être "al dente", les égoutter et les mélanger aux fruits de mer
8. Rajouter en mélangeant le persil sur le feu
9. Saler et poivrer généreusement

Muscadet pas trop frais

Spaghetti aux palourdes 🍷

Essayez le fenouil frais haché au lieu du traditionnel persil pour un plat exquis !

24 palourdes dans leur coquille, bien nettoyées
250 ml d'eau
120 ml de vin blanc sec
500 g de spaghettis
100 ml d'huile d'olive
Deux gousses d'ail finement émincées
3 c. à s. de persil frais haché
Sel et poivre noir fraîchement moulu

1. Rincer les palourdes à l'eau froide et bien les égoutter.
2. Dans une grande casserole, placer les coquillages, l'eau et le vin.
3. Porter à ébullition.
4. Couvrir et cuire jusqu'à ce que les palourdes s'ouvrent. Compter 6 à 8 minutes.
5. Jeter toutes celles qui ne sont pas ouvertes.
6. Retirer les palourdes de leur coquille. Si elles sont très grosses, les hacher grossièrement.
7. Filtrer le jus de cuisson et le placer dans une petite casserole.
8. Faire bouillir jusqu'à ce que le liquide réduise de moitié. Réserver.
9. Cuire les spaghettis "al dente".
10. Pendant ce temps, chauffer l'huile dans une grande poêle.
11. Ajouter l'ail et le faire revenir 2 à 3 minutes. Il ne doit pas brunir.
12. Verser le jus de cuisson des palourdes et le persil.
13. Cuire sur feu doux jusqu'à ce que les spaghettis soient prêts.
14. Égoutter les pâtes, puis les verser dans la poêle.
15. Augmenter le feu et incorporer les palourdes.
16. Cuire 3 à 4 minutes, en remuant pour que les spaghettis soient recouverts de sauce et que les coquillages soient chauds.
17. Saler et poivrer.
18. Servir immédiatement.

Muscadet pas trop frais

Spaghetti aux moules

(Spaghetti con cozze)

1 kg de moules fraîches dans leurs coquilles
75 ml d'huile d'olive
3 gousses d'ail finement hachées
4 c. à s. de persil frais haché
60 ml ou de vin blanc
400 g de spaghetti
Sel et poivre noir fraîchement moulu

1. Bien nettoyer les moules sous l'eau froide et les ébarber à l'aide d'un petit couteau pointu.
2. Porter à ébullition une grande casserole d'eau pour les pâtes.
3. Placer les moules dans une grande cocotte.
4. Ajouter une tasse d'eau et placer sur feu doux.
5. Dès qu'elles s'ouvrent, les retirer une par une.
6. Quand les moules sont ouvertes (jeter toutes celles qui ne le sont pas), filtrer le liquide de la cocotte à l'aide d'une passoire dans laquelle vous aurez au préalable disposé une feuille de papier absorbant pour récupérer les impuretés. Réserver.
7. Faire chauffer l'huile dans une grande poêle.
8. Placer l'ail, le persil et cuire 2 à 3 minutes.
9. Verser les moules, leur jus et le vin blanc.
10. Cuire à feu modéré.
11. Dans le même temps, ajouter le sel à l'eau bouillante de l'autre casserole puis y plonger les pâtes.
12. Assaisonner généreusement 1 sauce de poivre noir fraîchement moulu.
13. Goûter l'assaisonnement et ajouter du sel si nécessaire.
14. Égoutter les pâtes quand elles sont "al dente", les verser dans la poêle et bien mélanger.
15. Cuire à feu modéré 3-4 minutes de plus.
16. Servir immédiatement sans ajout de fromage.

Tagliatelles aux moules et au safran 🍷

(Tagliatelle alle cozze)

Les moules au safran et à la crème sont servies avec des tagliatelles dans cette recette, mais vous pouvez utiliser d'autres variétés de pâtes.

Le résultat est excellent !

1,75 kg de moules dans leur coquille
150 ml de vin blanc sec
2 échalotes finement émincées
350 g de tagliatelles
25 g de beurre
2 gousses d'ail écrasées
250 ml de crème fraîche
Une bonne pincée de filaments de safran
1 jaune d'œuf
Sel et poivre noir fraîchement moulu
2 c. à s. de persil frais haché, pour garnir

1. Nettoyer et ébarber les moules sous l'eau froide.
2. Jeter toutes celles qui sont ouvertes.
3. Porter à ébullition le liquide de cuisson des moules, cuire jusqu'à ce qu'il réduise de moitié.
4. Filtrer le bouillon obtenu.
5. Placer les moules dans une grande casserole avec le vin et les échalotes.
6. Cuire à couvert sur feu vif.
7. Remuer le récipient de temps en temps.
8. Compter 5 à 8 mn jusqu'à ce que les moules soient ouvertes, puis les égoutter.
9. Jeter toutes celles qui sont fermées.
10. Réserver le liquide de cuisson.
11. A l'exception de quelques-unes, enlever les moules de leur coquille et les réserver au chaud.
12. Cuire les tagliatelles dans une grande casserole d'eau salée.
13. Compter 10 minutes pour qu'elles soient "al dente".
14. Pendant ce temps, faire fondre le beurre et faire revenir l'ail 1 minute.
15. Verser le bouillon des moules, la crème et le safran.
16. Chauffer jusqu'à ce que la sauce épaississe.
17. Arrêter le feu, incorporer le jaune d'œuf et les moules sans coquille.
18. Assaisonner.
19. Égoutter les tagliatelles et les disposer dans un plat de service.
20. Verser la sauce et saupoudrer de persil haché.
21. Garnir avec les moules dans leur coquille et servir immédiatement.

Spaghetti aux fruits de mer en papillote au four

Pour les papillotes, on peut se servir soit de papier sulfurisé, soit de papier aluminium.

450 gr de moules fraîches
100 ml de vin blanc sec
60 ml d'huile d'olive
2 gousses d'ail finement hachées
450 gr de tomates fraîches ou en boîte, pelées et concassées
400 gr de spaghetti
225 gr de crevettes décortiquées, fraîches ou surgelées
2 c. à s. de persil frais finement haché
Sel et poivre noir fraîchement moulu

1. Ébarber les moules à l'aide d'un petit couteau.
2. Bien les gratter et les rincer abondamment à l'eau froide.
3. Placer les moules et le vin blanc dans une grande casserole et faire cuire jusqu'à ce qu'elles s'ouvrent.
4. Une fois les moules ouvertes, les réserver dans un plat (jeter celles qui ne s'ouvrent pas).
5. Filtrer le liquide de cuisson à travers du papier absorbant renforcé et le réserver. Préchauffer le four à 150° C.
6. Porter à ébullition une grande casserole d'eau salée.
7. Dans une casserole de taille moyenne, faire chauffer l'huile et l'ail ensemble 1 à 2 minutes.
8. Ajouter les tomates et faire cuire, de feu modéré à feu vif, jusqu'à ce qu'elles soient tendres.
9. Verser 150 ml du liquide de cuisson des moules.
10. Placer les pâtes dans l'eau bouillante et les cuire "al dente".
11. Juste avant d'égoutter les pâtes, ajouter les crevettes et le persil à la sauce tomate.
12. Cuire 2 mn.
13. Rectifier l'assaisonnement en ajoutant du sel et du poivre selon les goûts. Arrêter la cuisson.
14. Préparer 4 morceaux de papier sulfurisé ou d'aluminium d'environ 30 cm par 45 cm.
15. Disposer chaque feuille au centre d'un bol profond.
16. Placer les pâtes dans un grand récipient.
17. Ajouter la sauce tomate et bien mélanger.
18. Placer les moules.
19. Répartir les pâtes et les fruits de mer entre les 4 morceaux de papier en formant un léger creux au milieu et rouler ensemble les bords du papier pour fermer la papillote.
20. Disposer les papillotes sur la grille du four et les placer dans le four préchauffé.
21. Faire cuire 8 à 10 minutes.
22. Placer chaque papillote fermée sur chaque assiette.
23. Déguster rapidement.

PÂTES aux CALMARS

Tagliatelle à la sauce rouge et aux calmars (ou aux supions)

25 0 g de tagliatelle
25 0 g de calmars
20 0 g de purée de tomates
10 0 g de petites tomates mûres
45 g d'huile d'olive extra vierge
4 0 g d'échalotes
25 g d'ail
2 0 g de persil haché
15 g de basilic frais
1 verre de vin blanc sec
Sel et poivre.

1. Rincez soigneusement les calmars dans une grande quantité d'eau fraîche et coupez-les en fines rondelles.
2. Faites revenir pendant une minute l'ail et les échalotes dans l'huile d'olive.
3. Ajoutez les calmars et le vin blanc et faites cuire jusqu'à évaporation du vin.
4. Ajoutez trois louches d'eau chaude et un peu de persil.
5. Quand l'eau est presque évaporée, ajoutez la purée de tomates, les petites tomates coupées en tranches ainsi qu'une goutte d'huile d'olive et faites cuire pendant sept minutes.
6. Salez et poivrez.
7. Faites cuire les tagliatelle al dente, égouttez-les et assaisonnez-les avec la sauce aux calmars.
8. Saupoudrez de basilic frais.

Vous pouvez ajouter à la sauce un peu de piment rouge sec haché.

Pour gagner du temps, faites revenir les calmars dans l'huile d'olive, ajoutez seulement les tomates mûres et un peu d'eau de cuisson et faites cuire à feu vif pendant quelques minutes.

Pour nettoyer les calmars, coupez d'abord les tentacules juste au-dessus des yeux.

Éliminez ensuite en pressant dessus le petit bec dur situé à l'intérieur des tentacules à l'endroit où ils rejoignent la tête.

En vous aidant de vos doigts, retirez les viscères et l'os.

Ne vous inquiétez pas de la peau grisâtre : elle est comestible.

Lavez le calmar à l'eau froide et épongez-le soigneusement.

PÂTES à L'ENCRE DE SEICHE

Spaghetti à l'encre de seiche

(Pasta cu niuru di sicci)

Cette recette est originaire de Catane.

Pour parer la sèche, ouvrez-la délicatement avec un couteau pointu, en venant soin de ne pas abîmer la poche à encre. Enlevez l'os de seiche, extrayez la poche à encre et réservez-la. Retirez le bec et les viscères. Si la seiche est fraîche, l'encre sera liquide. Si elle est gelée, l'encre sera solidifiée et vous devrez la faire dissoudre dans une cuillerée à soupe de liquide bouillant (eau, bouillon ou vin).

600 g de spaghetti fins (spaghettoni)

100 g de pecorino frais râpé

500 g de seiches coupées en fines lanières, poches à encre réservées

Un oignon émincé

Huile d'olive pour la friture

4 c. à s. de persil haché

300 g de tomates pelées et concassées

Sel et poivre

1. Ouvrez les poches à encre et versez délicatement l'encre dans un bol.
2. Faites brunir l'oignon dans l'huile chaude avec le persil puis ajoutez les tomates et la seiche.
3. Laissez cuire à feu modéré pendant 15 minutes environ, jusqu'à ce que le liquide ait légèrement réduit, en remuant constamment.
4. Ajoutez l'encre et l'assaisonnement.
5. La sauce prendra une teinte brunâtre aux reflets topaze dus au mélange d'huile, de tomates et d'encre.
6. Nappez les spaghettis cuits de cette délicieuse sauce foncée et saupoudrez de fromage râpé.

Ces spaghettis se dégustent surtout en Sicile.

Cette sauce aux seiches se prépare aussi à Venise, mais elle la base d'un risotto, le "risotto nero".

Tagliatelles aux calamars, sauce à l'encre de seiche

Pour 4 personnes

Préparation : 30 minutes Cuisson : 50 minutes environ



900g de calamars entiers vidés et nettoyés frais ou décongelés (ou des supions, ou de la seiche)

2 gousses d'ail

1 gros oignon

3dl de vin blanc

2 c à s de concentré de tomate

Un peu d'huile d'olive

Sel et poivre

12g d'encre de seiche (ou 3 sachets de 4g)

2dl d'eau

Une poignée de persil

500g de tagliatelles (à l'encre de seiche de préférence)

1. Passer les calamars sous l'eau froide, les sécher.
2. Les couper en anneaux avec un couteau. Réserver.
3. Peler et hacher l'ail et l'oignon.
4. Dans une poêle haute ou dans un faitout, mettre à chauffer un filet d'huile d'olive puis faire revenir l'ail et l'oignon sur feu moyen-vif 2 minutes en mélangeant.
5. Ajouter les anneaux de calamars, poivrer et mélanger.
6. Faire revenir sur feu moyen-vif 5 minutes.
7. Diluer avec une fourchette le concentré de tomate dans le vin blanc et ajouter.
8. Laisser réduire un peu durant 5 à 10 minutes.
9. Ajouter 2 dl d'eau et l'encre de seiche.
10. Saler très légèrement. Bien mélanger.
11. Baisser sur feu doux à l'ébullition et laisser cuire ainsi environ 40 minutes à découvert en mélangeant de temps en temps. La sauce doit réduire et épaissir. Les calamars doivent être bien tendres.
12. Hacher le persil.
13. Dix minutes avant la fin de la cuisson de la sauce, cuire les pâtes al dente.
14. Retirer la sauce du feu, égoutter les pâtes et les mélanger directement et soigneusement dans la poêle ou dans le faitout avec la sauce.
15. Servir de suite dans des assiettes et parsemer de persil.

PÂTES AUX CREVETTES, HOMARD, etc...

Tagliatelle sauce Cardinale

100 g de beurre
1 gousse d'ail
200 g de chair de homard (ou de crabe)
200 g de tomates pelées et épépinées
1/2 cuillérées à café de sel
Poivre fraîchement moulu
6 c. à s. de vin blanc sec
1 c. à s. de persil haché
400 g de tagliatelle
80 g de parmesan fraîchement râpé

1. Pelez l'ail, hachez-le finement.
2. Réduisez les tomates en purée, coupez la chair du homard en morceaux ou effeuillez légèrement la chair du crabe.
3. Faites fondre le beurre dans une poêle et faites-y revenir le hachis d'ail.
4. Ajoutez alors la chair de homard, remuez bien, laissez cuire pendant 2 à 3 mn à chaleur vive.
5. Versez ensuite la purée de tomates, le vin blanc, poudrez de sel, de poivre et de persil haché.
6. Laissez cuire le tout, à feu doux cette fois, pendant 15 à 20 mn.
7. Faites cuire les tagliatelles al dente ; égouttez-les et servez-les mélangées à la sauce cardinale dans un plat préchauffé.
8. Présentez le parmesan à part.

Fettucine aux gambas 🍤🍤🍤



500 g de fettucine
250 g de queues de gambas décortiquées et éveinées (surgelées)
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
20 g de beurre
1 oignon
100 ml de Cognac
1 cuillère à soupe de concentré de tomates
200 g de crème fraîche
1 pincée de sel
1 pincée de poivre
Piment d'Espelette

9. Versez 1 cuillère à soupe d'huile dans une poêle.
10. Faites-y revenir les gambas environ 5 minutes à feu moyen, le temps qu'elles rosissent. Réservez.
11. Plongez les fettucine dans une grande casserole d'eau bouillante salée.
12. Pelez et ciselez l'oignon.
13. Dans une large poêle faites-le revenir dans 20 g de beurre jusqu'à ce qu'il dore.
14. Ajoutez les crevettes cuites et mouillez avec le cognac.
15. Faites cuire jusqu'à évaporation complète de l'alcool puis salez et poivrez.
16. Ajoutez le concentré de tomates, la crème fraîche et portez à ébullition.
17. Dès les pâtes sont cuites al dente (7 minutes), égouttez-les et versez-les dans la poêle.
18. Faites-les sauter dans la sauce pendant 1 minute pour finir la cuisson, réservez et servez immédiatement.
19. Il est possible de déguster avec du parmesan, c'est encore meilleur !

PATES AU FROMAGE, RICOTTA, ETC.

PÂTES A LA RICOTTA

Tagliatelles à la ricotta et croûtons aux herbes

400 g de tagliatelles
100 g de pain de campagne rassis
125 g de ricotta
4 oignons
1 gousse d'ail
1 c. à s. d'herbes de Provence
2 c. à s. d'huile d'olive
Sel, poivre.

1. Émincez les bulbes et le vert des oignons.
2. Faites-les fondre à l'huile sans dorer 10 min.
3. Frottez le pain coupé en tranches avec la gousse d'ail pelée et coupez-le en dés.
4. Dans une poêle, faites chauffer le reste d'huile avec les herbes de Provence.
5. Mettez-y les croûtons à dorer 5 min.
6. Cuisez les tagliatelles al dente.
7. Mélangez les tagliatelles égouttées avec la ricotta émiettée et la fondue d'oignons sur feu doux.
8. Goûtez, salez, poivrez et servez parsemé de croûtons.

Penne à la Ricotta

150 g. de salade rouge de Trévis
30 g. de beurre
50 g. de parmesan râpé
Sel, poivre.
400 g. de penne
200 g. de Ricotta (ou de fromage blanc sec, très égoutté)
1 demi-oignon moyen
100 g. de noix hachées

1. Laver, nettoyer, essuyer la salade.
2. La couper en petits morceaux.
3. Faire revenir dans le beurre l'oignon émincé, puis ajouter la salade et laisser cuire 5 minutes.
4. Ajouter les noix hachées.
5. Saler, poivrer, ajouter la Ricotta et la moitié du parmesan râpé.
6. Remuer et retirer du feu.
7. Faire cuire les pâtes, les égoutter et les mettre dans la sauce.
8. Servir bien chaud, accompagné de parmesan.

Rouleau d'épinards à la ricotta 🍴

Pour la pâte :

200 g de farine de blé

2 œufs

3 pincées de sel de mer fin

Pour la farce :

1 kg d'épinards

250 g de ricotta

50 g de parmesan finement et fraîchement râpé

25 g de beurre

Sel, poivre

Pour servir :

80 g de beurre

12 feuilles de sauge fraîche

Parmesan finement et fraîchement râpé

1. Préparez la pâte et laissez-la reposer 30 mn.
2. Pendant ce temps, préparez la farce : lavez les épinards et retirez-en la tige. Mettez-les dans une marmite, sans les égoutter, et salez-les.
3. Couvrez la marmite et posez-la sur feu vif.
4. Laissez cuire 4 mn, le temps que les légumes « fanent », puis égouttez-les dans une passoire.
5. Laissez-les refroidir puis hachez-les finement au couteau.
6. Faites fondre le beurre dans une poêle et faites-y revenir les épinards hachés, en les remuant sans cesse pendant 3 mn.
7. Écrasez finement la ricotta avec une fourchette, dans une terrine.
8. Ajoutez sel, poivre et parmesan.
9. Mélangez, puis ajoutez les épinards et mélangez encore.
10. Étalez la pâte au rouleau en un rectangle d'environ 25 x 50 cm et de 2 mm d'épaisseur.
11. Étalez la farce sur toute la surface du rectangle, en laissant 1 cm de vide sur les bords.
12. Roulez ensuite la pâte par le plus petit côté et enfermez le rouleau obtenu dans un linge.
13. Ficelez, avec du fil de cuisine, d'abord les deux extrémités puis en quatre endroits.
14. Faites bouillir de l'eau dans une marmite ovale pouvant juste contenir le rouleau.
15. Salez.
16. Plongez-y le rouleau et laissez cuire 40 mn.
17. Égouttez-le et retirez les ficelles et le linge.
18. Coupez le rouleau en tranches de 1 cm et rangez-les sur un plat. Préparez le beurre de sauge : mettez les feuilles de sauge dans une petite casserole.
19. Ajoutez le beurre et laissez-le fondre sur feu doux.
20. Nappez-en les tranches de rouleau aux épinards et servez aussitôt, avec le parmesan à part.
21. Ce rouleau d'épinards peut aussi être servi avec une sauce tomate.

Pâtes à la ricotta, à l'ail confit et au jambon de pays

400 g d'orecchiette
400 g de ricotta
4 tranches épaisses de jambon de pays
3 c. à s. de crème fraîche
5 gousses d'ail
Une c. à s. d'huile d'olive
5 branches de basilic
Sel, poivre du moulin

1. Faites cuire les pâtes al dente.
2. Pendant ce temps, peler les gousses d'ail, faites les blanchir 2 mn dans l'eau bouillante, puis hachez-les grossièrement.
3. Faites griller les tranches de jambon des deux cotés dans une sauteuse.
4. Détaillez-les en lamelles.
5. Versez l'huile dans la sauteuse et faites-y revenir l'ail haché et le jambon sur feu doux.
6. Poivrez.
7. Égouttez les pâtes, ajoutez-les à la préparation, ainsi que la brousse et la crème fraîche, chauffez deux minutes en mélangeant.
8. Versez la préparation dans un saladier parsemez de basilic ciselé, servez sans attendre.

PÂTES AU FROMAGE

Tagliatelle au roquefort 🍷

600 g de tagliatelle,
250 g de roquefort,
200 g de crème fraîche,
2 gousses d'ail,
Poivre
Une bonne pincée de paprika

1. Passez le roquefort au "mixer" avec la gousse d'ail (enlevez le germe auparavant).
2. Faites cuire les tagliatelles al dente
3. Mélangez le roquefort écrasé avec la crème. Poivrez.
4. Je connais des personnes qui rajoutent à ce moment-là une bonne pincée de paprika. Pourquoi pas ? Mais cru...
5. Égouttez les tagliatelles. Mélangez-les avec la sauce crème au roquefort et versez dans un plat brûlant. Servez sans attendre.

Le roquefort est parfois très salé, c'est pour cela je ne mets pas de sel dans la sauce, donc, faut goûter.

Penne aux quatre fromages 🍝

600 g de penne,
Mozzarella (200 g environ),
70 g de Bel Paese,
70 g de fontina,
50 g de parmesan,
100 g de beurre,
Un décilitre de crème fraîche,
Sel.

1. Faites cuire les pennes al dente.
2. Coupez tous les fromages en petits dés.
3. Laissez fondre le beurre dans une cocotte. Mettez-y les pennes. Mélangez.
4. Ajoutez les dés de fromage, mélangez encore soigneusement et ajoutez la crème fraîche.
5. Laissez cuire jusqu'à ce que tous les fromages soient bien fondus, sans cesser de mélanger.
6. Transvasez dans un plat chaud et servez sans attendre.

Bourgogne blanc



Fettucine Alfredo 🍝🍝🍝

Trois règles impératives :

1. *Choisir un beurre fermier très riche en matières grasses (80 %),*
2. *Ne pas égoutter les pâtes à fond*
3. *Et préchauffer le plat de service.*

Alfredo Di Lelio, restaurateur romain, est le précurseur de cette succulente sauce.

Mais c'est en 1914 que la sauce est réellement créée.

Les ingrédients de base de la recette sont : le parmesan, le beurre et la crème.

Habituellement, cette sauce est servie avec des fettucine, des tagliatelles, des macaronis ou tout simplement des spaghettis.

150 g de beurre
200 ml de crème liquide
250 g de fromage râpé
100 g de parmesan fraîchement râpé,
2 gousses d'ail râpées
Sel et poivre

1. Faire fondre le beurre dans une casserole.
2. Une fois le beurre fondu, ajoutez la crème et l'ail râpé.
3. Ensuite, ajoutez le fromage râpé et le parmesan.
4. Bien mélanger jusqu'à l'obtention d'une sauce épaisse, mais fluide.

5. Vous laissez mijoter pendant 10 minutes, puis ajoutez le sel et le poivre.

Pappardelle au vin rouge, au roquefort et aux noix

35 cl de crème fraîche
Sel et poivre du moulin
9 cl de vin rouge ou de porto
150 g de cerneaux de noix grillés et broyés
350 g de roquefort (ou de bleu d'Auvergne)
5 c. à s. de persil ciselé

1. Mettez la crème dans une casserole et chauffez-la jusqu'au seuil de l'ébullition.
2. Versez le vin ou le porto, baissez la flamme et laissez frémir 5 min. Ajoutez le fromage et laissez-le cuire jusqu'à ce qu'il soit fondu et que la sauce ait épaissi.
3. Salez, poivrez et mélangez aux pâtes chaudes.
4. Parsemez de noix et de persil.

Penne au Gorgonzola et aux noix

500 g de penne
20 cl de crème fraîche
1 gousse d'ail pilée
100 g de cerneaux de noix (ou de noisettes broyées)
250 g de Gorgonzola
1 c. à s. de feuilles de basilic
Sel et poivre du moulin

1. Dans une casserole, faites chauffer la crème et le fromage en remuant constamment
2. Sitôt que vous obtenez une crème homogène, ajoutez les noix et remuez bien.
3. Salez et poivrez.
4. Retirez du feu, ajoutez le basilic et mélangez aux pâtes chaudes.

Pennes au chèvre gratiné et à l'émincé de fenouil 🍴🍴🍴

600 grammes de penne
2 ou 3 crottins de chèvre secs
2 gros oignons
3 poivrons rouges
3 gros fenouils ou plusieurs petits
Huile d'olive

1. Épépiner et couper le poivron en rondelles très fines.
2. Couper en bâtonnets le cœur du fenouil (toute la partie tendre), en conservant les plumets.
3. Dans une grande sauteuse, faire revenir dans de l'huile chaude les oignons, les poivrons et les bâtonnets de fenouil.
4. Saler, poivrer.
5. Couper les crottins en dés d'un cm, en grattant un peu la croûte.
6. Faire cuire les pennes al dente (car ils vont cuire encore dans le four).
7. Les égoutter et les mélanger au contenu de la sauteuse.
8. Verser le tout dans un plat bien huilé.
9. Déposer les dés de fromage et arroser d'huile (3 cuillères)
10. Laisser gratiner au four pendant 10 minutes.
11. Décorer du plumet de fenouil et servir.

Blanc sec

Spaghetti cacio e pepe (pâtes au fromage et au poivre)



400 g de pâtes (spaghetti)

4 litres d'eau

28 g de sel (attention cela ne rigole pas)

160 g de Pecorino Romano râpé

1 à 2 cuillères à soupe de poivre du moulin en fonction de vos goûts

1. Portez à ébullition les 4 litres d'eau salée et plongez-y les pâtes.
2. Respectez le temps de cuisson pour une un peu moins qu'al dente (un peu dure, car elles vont cuire encore).
3. Mélangez dans un bol le Pecorino râpé et le poivre.
4. Égouttez les pâtes et réserver environ 1 verre d'eau de cuisson.
5. Remettez les pâtes dans la sauteuse, ajoutez le mélange fromage poivre et 100 ml de l'eau de cuisson.
6. Mélangez bien en chauffant délicatement une minute ; Il doit se créer une sauce crémeuse absolument délicieuse.
7. S'il y a des grumeaux rajouter un petit peu d'eau de cuisson.
8. Servez immédiatement !

PÂTES A LA LIQUEUR

Pennes en sauce tomate à la vodka 🍷🍷🍷

(Penne alla Bettola)

500 g de pennes

6 cl d'huile d'olive

Sel de mer

4 belles gousses d'ail émincées

1/2 c. à c. de piment rouge

5 c. à s. de vodka

700 g de tomates pelées au naturel ou en purée

25 cl de crème fraîche épaisse

1/4 de tasse de persil plat ciselé

1. Dans une poêle assez grande pour contenir toutes les pâtes, versez l'huile, ajoutez l'ail, le piment et une pincée de sel, puis mélangez intimement à froid.
2. Faites cuire pendant 2 à 3 minutes sur feu modéré jusqu'à ce que l'ail soit doré, mais sans roussir.
3. Si vous utilisez des tomates entières, placez un moulin à légumes au-dessus de la poêle et réduisez les tomates en purée directement dans l'ustensile de cuisson.
4. Si vous prenez des tomates en purée, versez celle-ci dans la poêle.
5. Remuez pour bien mélanger, puis laissez mijoter à découvert pendant 15 minutes jusqu'à ce que la sauce commence à épaissir.
6. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
7. Faites cuire à la limite de l'al dente les pennes (elles vont cuire encore).
8. Versez les pâtes égouttées dans la poêle et mélangez avec la sauce tomate.
9. Ajoutez la vodka, remuez à nouveau, puis ajoutez la crème fraîche et mélangez encore.
10. Couvrez, baissez le feu et laissez infuser pendant 1 à 2 minutes pour que les pâtes absorbent la sauce.
11. Ajouter le persil et mélanger une dernière fois.

Pas de fromage râpé avec ce plat.

Tagliatelle à la sauce aux cèpes, au xérès et à la crème 🍴

Cette sauce divine est irrésistible

20 g de cèpes sèches
2 échalotes hachées menu
35 cl de crème fraîche
9 cl de xérès
9 cl de madère
40 g de beurre
1 1/2 c. à s. de ciboulette fraîche ciselée
2 gousses d'ail pelées effilées
Sel et poivre du moulin

Mettez les cèpes à tremper 15 min dans le xérès et le madère. Égouttez-les, en laissant les impuretés au fond du récipient et réservez le liquide.

Faites fondre le beurre dans une poêle placée sur feu moyen et mettez-y à revenir l'ail et les échalotes pendant 3 min.

Ajoutez les cèpes et laissez cuire 1 min. Sur feu plus vif, ajoutez la crème et le liquide réservé, et laissez cuire 5 min ou jusqu'à ce que la sauce soit bien onctueuse.

Salez et poivrez. Mélangez aux pâtes chaudes et parsemez de ciboulette.

PÂTES SUCRÉES (*pour rire*)

Macaroni à la cassonade

Si, si, ça existe !!! Cette recette est tirée (hum) du livre "la cuisine du Nord et de la Picardie" aux Éditions DNP / La Voix du Nord, 1981.

Préparation : 2 minutes cuisson : 30 minutes

3 litres d'eau
1 pincée de sel
250 g de macaronis
150 g de beurre
200 g de cassonade.

1. Faire bouillir de l'eau à peine salée.
2. Tronçonner les macaronis en morceaux de 3 centimètres.
3. Les jeter dans l'eau à l'ébullition.
4. Laisser 5 minutes bouillir à grand feu.
5. Diminuer la flamme et laisser cuire une vingtaine de minutes jusqu'à ce que les pâtes soient très molles.
6. Égoutter et rafraîchir.
7. Disposer dans le plat creux de service.
8. Faire fondre le beurre dans une petite casserole,
9. Saupoudrer les macaronis de cassonade,
10. Dès que le beurre commence à mousser, retirer du feu, verser sur les macaronis. Les remuer dans le beurre et la cassonade comme on ferait d'une salade dans son assaisonnement afin qu'ils en soient tous imprégnés.
11. L'ensemble forme autour des pâtes une sorte d'enduit caramélisé.
12. Servir avec un bol de cassonade, ajoutée selon le goût de chacun

RAVIOLI

Raviolis maison à la ricotta 🍝🍝🍝

Pâte

Pour environ 130 raviolis

1 kg de farine

4 œufs (jaune + blanc)

1 verre d'eau tiède (20 cl)

Farce

800 gr de ricotta

70 gr de fromage râpé (parmesan ou Pécorigino)

Persil

1 œuf + 1 jaune

Sel et poivre

1. Pétrir la pâte à la main (elle doit être ni trop dure ni trop molle).
2. Avec la machine à pâtes, faire une bande pas trop épaisse et l'étaler sur la table
3. Mettre la farce avec une cuillère à soupe tous les 5 à 6 cm
4. Replier la bande dessus et découper les raviolis à la roulette crantée
5. Recommencer avec les autres bandes jusqu'à épuisement de la pâte et de la farce.

Raviolis au simple

(D'après Zouzou)

La pâte :

400 g de farine
4 œufs
un peu d'eau
1 pincée de sel

La garniture :

125 g de ricotta
30 g de parmesan
10 feuilles de basilic
sel et poivre

La sauce :

2 tomates
4 c. à s. d'huile d'olive
1 petite gousse d'ail
1 branche de basilic

1. Dans un saladier, versez la farine tamisée, ajoutez le sel et les œufs.
2. Travaillez énergiquement pour obtenir une pâte souple.
3. S'il le faut, ajoutez une goutte d'eau.
4. Faites une boule que vous enveloppez dans un torchon et laissez reposer pendant 1 heure.
5. Préparez la garniture travaillez à la fourchette la ricotta avec le basilic et le parmesan, salez et poivrez.
6. Laissez en attente et faites la sauce : pelez les tomates coupez-les en deux, retirez les pépins.
7. Découpez-les en petits cubes.
8. Dans un bol, mélangez cette pulpe avec l'ail pressé, le basilic haché, une pincée de sel et de poivre, liez avec l'huile d'olive.
9. Étalez très finement la pâte en formant 2 rectangles identiques.
10. Déposez-y la garniture en tas espacés.
11. Mouillez du bout des doigts et recouvrez avec le rectangle de pâte qui reste.
12. Soudez les deux épaisseurs entre les tas de farce en pressant avec le bout des doigts.
13. Découpez les raviolis en leur donnant une forme (rectangulaire ou triangulaire).
14. Faites cuire 6 à 8 minutes à l'eau bouillante salée.
15. Égouttez, arrosez de sauce.

Ravioli farcis à la viande

Préparation : 45 mn Repos : 30 mn Cuisson : 30 mn

Pâte à ravioli :

400 g de farine,
4 œufs,
Sel.

Farce :

100 g de cervelle de veau,
100 g de saucisse fraîche,
100 g de beurre,
1 /2 scarole,
350 g de bœuf cuit (restes),
3 œufs
100 g de parmesan râpé,
Sauge,
Noix de muscade,
Sel

Facultatif : 1 truffe blanche.

1. Préparez la farce : nettoyez la cervelle, retirez sa fine membrane et ses filaments sanguins.
2. Coupez-la en petits morceaux.
3. Pelez et émiettez la saucisse.
4. Faites revenir le tout à la poêle dans 30 g de beurre pendant 5 mn.
5. Épluchez la scarole et faites-la blanchir 5 mn à l'eau bouillante salée.
6. Égouttez-la, pressez-la, hachez-la.
7. Ajoutez-la au hachis et laissez rissoler 5 mn en mélangeant.
8. Hachez la viande et mettez-la dans une terrine avec le contenu de la poêle.
9. Salez et râpez un peu de noix de muscade.
10. Ajoutez encore trois œufs et le parmesan râpé.
11. Malaxez bien.
12. D'autre part, préparez la pâte à ravioli : mettez la farine en tas sur le plan de travail, creusez une fontaine, mettez-y les œufs et le sel.
13. Pétrissez jusqu'à obtention d'une pâte souple et homogène, en ajoutant un peu d'eau si besoin est.
14. Roulez-la en boule et laissez-la reposer 30 mn.
15. Au bout de ce temps, étendez la pâte en une feuille mince et découpez-y de grands rectangles à l'aide d'une roulette à pâtisserie.
16. Répartissez la farce en petits tas régulièrement espacés sur la moitié de ces feuilles de pâte.
17. Recouvrez-les avec l'autre moitié des feuilles. Soudez en appuyant bien tout autour et entre chaque tas.
18. Séparez les raviolis à l'emporte-pièce ou à la roulette.
19. Pour servir, faites cuire les raviolis à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'ils remontent à la surface.
20. Égouttez-les et mettez-les dans un plat creux. Arrosez-les avec le reste de beurre fondu et parfumé à la sauge.
21. Éventuellement, parsemez de lamelles de truffe blanche ou de parmesan râpé.

Raviolis à la crème, au laurier et à la sauge

500 g de ravioli farcis au fromage

25 cl de crème fraîche épaisse

6 feuilles de laurier

Une bonne poignée de feuilles de sauge fraîche, lavées et éponnées

Sel, poivre noir du moulin

1. Prenez un poêlon assez grand pour contenir tous les raviolis.
2. Mettez-y la crème et les feuilles de laurier.
3. Portez à ébullition sur feu vif.
4. Baissez ensuite le feu à très doux et laissez mijoter pendant 3 à 4 minutes pour que le laurier infuse dans la crème.
5. Retirez les feuilles de laurier et jetez-les.
6. Pendant ce temps, faites cuire les raviolis. Égouttez-les.
7. Ajoutez les raviolis dans la crème et mélangez intimement.
8. Répartissez les raviolis dans des assiettes creuses bien chaudes.
9. Versez la sauce dessus.
10. Avec une paire de ciseaux, ciselez les feuilles de sauge et parsemez-les sur chaque assiette.
11. Poivrez généreusement et servez aussitôt.

Crescioni

500 g de pâte fraîche
750 g d'épinards
25 g de beurre
1-2 gousses d'ail écrasées
80 g de fromage frais à l'ail
1 pincée de noix de muscade
3 c. à s. de ciboulette, persil et marjolaine hachés
Sel et poivre
Un peu d'œuf battu
Huile à friture
3-4 c. à s. de parmesan râpé

1. Étalez la pâte en couche fine, couvrez de film alimentaire et laissez reposer 5 minutes.
2. Faites cuire les épinards 3 minutes.
3. Égouttez-les et hachez-les grossièrement.
4. Chauffez le beurre dans une poêle et faites fondre l'ail 2 minutes.
5. Ajoutez les épinards, le fromage, la muscade, les herbes, salez et poivrez.
6. Découpez dans la pâte des carrés de 8 cm.
7. Posez au centre de chacun 1 cuillère à café du mélange, badigeonnez les bords d'œuf battu et pliez-les comme un chausson en pressant les bords.
8. Laissez-les 1 heure sur un linge.
9. Faites chauffer l'huile dans une poêle et faites cuire les crescioni 3 minutes de chaque côté, au fur et à mesure.
10. Égouttez-les et mettez-les sur un plat chaud.
11. Saupoudrez de parmesan et servez aussitôt.

Raviolis frits au cumin

Pour la pâte :

300 g de farine de blé
100 g de farine de seigle
2 décilitres de lait
2 œufs

1/2 c. à c. de sel de mer fin

Pour la farce :

2 c. à s. de graines de cumin
1 kg d'épinards
30 g de parmesan finement et fraîchement râpé
2 c. à s. de persil plat ciselé
1 gousse d'ail
1 c. à s. d'huile d'olive
Sel, poivre

Pour la cuisson :

Huile d'arachide

1. Préparez la pâte et laissez-la reposer 30 mn.
2. Préparez la farce : lavez les épinards et retirez-en la tige.
3. Mettez-les dans une marmite, sans les égoutter et salez-les.
4. Couvrez la marmite et posez-la sur feu vif.
5. Laissez cuire 4 mn, le temps que les légumes « fanent » puis égouttez-les dans une passoire.
6. Laissez-les refroidir puis hachez-les finement.
7. Pelez la gousse d'ail et hachez-la menu.
8. Versez l'huile dans une poêle et ajoutez ail et persil.
9. Mélangez 30 secondes puis ajoutez les épinards hachés.
10. Mélangez 2 mn, salez, poivrez et retirez du feu. Incorporez le parmesan.
11. Étalez la pâte le plus finement possible et parsemez-la de cumin.
12. Découpez-y des carrés de 6 cm de côté.
13. Déposez 1 cuillère de farce sur la moitié des carrés puis passez un pinceau trempé dans de l'eau froide tout autour de la pâte.
14. Couvrez chaque carré farci d'un carré de pâte et soudez les bords en appuyant bien.
15. Faites chauffer de l'huile dans une friteuse et lorsqu'elle est chaude, plongez-y les raviolis par quatre ou six.
16. Lorsqu'ils sont dorés, retirez-les avec une écumoire et égouttez-les sur du papier absorbant.
17. Lorsque tous les raviolis sont cuits, mettez-les dans un plat creux et servez aussitôt.
18. La saveur de la farine de seigle et des graines de cumin donnent un goût exquis à ces délicieux raviolis que l'on prépare en Italie du nord.

Mezzelune ripiene di formaggi

225 g de ricotta ou de fromage caillé
225 g de mozzarella
120 g de parmesan rapé
2 œufs
150 g. de basilic frais haché et poivre noir fraîchement moulu
Feuilles de pâte

Pour la sauce :

500 g de tomates fraîches 2c. à s. d'huile d'olive
Un petit oignon haché très finement
100 ml de crème

1. Égoutter au tamis ou à la passoire le fromage caillé ou la ricotta.
2. Couper la mozzarella en petits dés.
3. Mélanger les trois fromages dans une jatte, battre les œufs et le basilic, assaisonner et réserver.
4. Préparer la sauce en plongeant les tomates dans une casserole remplie d'eau bouillante une minute, les retirer et les peler à l'aide d'un petit couteau pointu, puis les hacher finement.
5. Faire chauffer l'huile dans une sauteuse.
6. Ajouter l'oignon et laisser réduire jusqu'à ce qu'il soit translucide.
7. Incorporer les tomates et cuire 15 minutes.
8. Assaisonner.
9. La sauce peut être passée au tamis pour être plus onctueuse.
10. Réserver.
11. Préparer les feuilles de pâte. Bien les étaler, à la main ou à la machine, le plus finement possible. Ne pas laisser sécher la pâte.
12. Sur un plan de travail préalablement fariné, réaliser des ronds d'env. 10 cm de diamètre.
13. Répartir une cuillère à soupe de la préparation sur une moitié de chaque pâte et recouvrir.
14. Écraser les bords extérieurs de la demi-lune à l'aide d'une fourchette.
15. Utiliser les excédents de pâte pour reformer des ronds.
16. Laisser sécher les demi-lunes à peu près 10 à 15 minutes.
17. Retourner chaque pièce pour que les deux faces soient sèches.
18. Porter à ébullition une casserole d'eau salée et placer la préparation de l'étape 2 dans une sauteuse et laisser chauffer pendant la cuisson des pâtes.
19. Ajouter la crème. Ne pas faire bouillir.
20. Plonger doucement les pâtes farcies dans l'eau bouillante en remuant pour éviter qu'elles collent.
21. Cuire 5 à 7 minutes.
22. A l'aide d'une écumoire, les égoutter et les disposer en portions individuelles.
23. Ajouter la sauce et servir.

CANNELLONI

Cannellonis à la béchamel

2 c. à s. d'huile d'olive
1 oignon de taille moyenne finement émincé
225 g de fines tranches de bœuf dégraissé
75 g de jambon blanc finement haché
1 c. à s. de persil frais haché
2 c. à s. de purée de tomate délayée dans une c. à s. d'eau chaude
1 œuf
Sel et poivre noir fraîchement moulu
Cannellonis
750 ml de sauce béchamel
50 g de parmesan râpé
40 g de beurre

1. Chauffer l'huile dans une sauteuse.
2. Ajouter l'oignon et le faire réduire.
3. Incorporer la viande en l'émiettant à l'aide d'une fourchette.
4. Ne pas cesser de remuer jusqu'à ce que la viande ait perdu sa couleur rouge.
5. Cuire 3 à 4 minutes.
6. Retirer du feu et placer la préparation dans un saladier.
7. Ajouter le jambon, le persil, la purée de tomates et l'œuf. Bien mélanger.
8. Saler et poivrer.
9. Réserver.
10. Préchauffer le four à 220° C.
11. Choisir un plat peu profond allant au four, suffisamment grand pour contenir les cannellonis en une couche.
12. Beurrer le plat et enduire d'une couche de béchamel (environ 2 à 3 c. à s.).
13. Ajouter à la préparation de viande à peu près un tiers de béchamel.
14. Remplir les cannellonis et les disposer dans le plat.
15. Étaler le reste de béchamel sur les cannellonis en veillant à en disposer plus particulièrement entre chaque rouleau.
16. Saupoudrez de parmesan et disposer quelques noix de beurre.
17. Enfourner 20 minutes.
18. Attendre 5 à 8 minutes avant de servir.

Cannellonis à la ricotta 🍝

12 cannellonis
200 g de champignons de Paris
300 g d'épinards frais
3 gousses d'ail
20 cl de sauce tomate
150 g d'emmental râpé
500 g de ricotta
25 cl de lait
50 g de beurre
Noix muscade (pas trop)
Sel, poivre

1. Cuire les cannellonis dans une casserole d'eau bouillante salée selon les indications de l'emballage.
2. Les retirer avec une écumoire et les plonger dans de l'eau glacée.
3. Bien les sécher sur un linge.
4. Préchauffer le four à 180 °C.
5. Peler et hacher l'ail.
6. Équeuter puis laver les épinards, les égoutter.
7. Nettoyer les champignons et les émincer.
8. Les faire revenir 5 à 7 mn au beurre. Les réserver.
9. À leur place, faire fondre les épinards 3 mn sur feu vif.
10. Mélanger les champignons avec les épinards hachés, la ricotta, l'ail et ajouter une pincée de noix muscade (pas trop).
11. Saler et poivrer.
12. En farcir les cannellonis avec une poche à douille ou une petite cuillère.
13. Disposer les cannellonis farcis côte à côte dans un plat à gratin légèrement beurré, mouiller avec le lait salé et poivré.
14. Verser la sauce tomate sur les cannellonis et parsemer de fromage râpé.
15. Enfourner pour 15 mn.
16. Servir aussitôt.

Cannelloni à la viande

500 g de cannelloni en paquet.
300 g de jambon cru,
250 g de bœuf haché,
150 g de champignons séchés,
2 oignons
1 mozzarella,
1/3 de litre de litre de béchamel
200 g de parmesan râpé,
4 c. à s. d'huile,
50 g de beurre
Sel, poivre.

1. Mettez les champignons séchés à réhydrater dans de l'eau pendant 30 mn (vous pouvez utiliser des champignons frais, dans ce cas, inutile de les faire tremper).
2. Posez une sauteuse sur le feu avec 30 g de beurre et l'huile. Faites chauffer.
3. Mettez l'oignon pelé et émincé à dorer puis le jambon coupé en dés, le bœuf haché et les champignons taillés en lamelles.
4. Lorsque tout commence à être rissolé, ajoutez la mozzarella coupée en petits morceaux.
5. Remuez fréquemment avec une cuillère en bois. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
6. Fourrez les cannellonis sans les cuire avec une cuillerée de hachis cuit et refroidi.
7. Préparez une béchamel : faites fondre 30 g de beurre, lorsqu'il grésille, versez 25 g de farine, remuez, puis versez petit à petit 1/3 de litre de lait. Fouettez pour que la sauce soit liée.
8. Laissez cuire 10 mn.
9. Incorporez le parmesan, et goûtez pour rectifier l'assaisonnement.
10. Beurrez (20 g) un plat allant au four.
11. Mettez-y les cannellonis couverts de béchamel au parmesan.
12. Faites gratiner à four chaud (220°, thermostat 7/8) pendant 10 mn.
13. Servez à la sortie du four.

Cannelloni au veau, jambon blanc et gruyère

24 cannellonis
80 g de beurre
4 cuillerées d'huile d'olive
Vin blanc sec
Une gousse d'ail
Une petite branche de romarin
Un litre de lait
100 g de farine de blé tendre
4 tranches de jambon cuit
2 œufs
600 g de veau haché
600 g d'épinards surgelés
160 g de gruyère râpé
100 g de parmesan râpé

1. Faire cuire les épinards une dizaine de minutes dans de l'eau salée.
2. Les égoutter et les passer au moulin à légumes.
3. Chauffer deux cuillerées d'huile dans une grande poêle basse, y faire dorer la gousse d'ail écrasée et la branche de romarin qu'il faudra ensuite retirer.
4. Ajouter la viande de veau (ou un reste de rôti de veau, c'est encore meilleur³) et la faire revenir quelques minutes.
5. Arroser avec un peu de vin blanc et le laisser évaporer.
6. Saler et poivrer puis retirer la poêle du feu.
7. Préparer une béchamel en faisant fondre le beurre dans une casserole et en y amalgamant la farine.
8. Verser le lait bouillant et laisser bouillonner en continuant à mélanger.
9. Saler et laisser bouillir 3-4 minutes⁴.
10. Hacher le jambon blanc et l'ajouter à la viande de veau hachée et aux épinards, ajouter 60 g de gruyère râpé et incorporer l'œuf.
11. Saler et poivrer.
12. Remplir les Cannelloni à l'aide d'une petite cuiller, les installer dans un plat à four au-dessus d'une couche de béchamel.
13. Recouvrir les Cannelloni avec le reste de béchamel et saupoudrer le restant de gruyère.
14. Mettre au four 30 à 35 minutes à 180°C.

Un vin blanc n'ayant pas trop de corps, frais et assez fruité.

³ Hachez la même quantité de viande avec le jambon et les épinards.

⁴ Vous pouvez aromatiser la béchamel avec une pincée de noix de muscade, mais pas si je suis invité : j'ai horreur de ça.

Cannelloni à la piémontaise

Préparation : 40 min Cuisson : 50 min

8 cannellonis prêts à farcir
2 steaks hachés
1 oignon
1 gousse d'ail
500 g de tomates
400 g d'épinards frais
50 g de parmesan râpé
40 g de cerneaux de noix
200 g de ricotta
2 c. à s. d'huile d'olive
Sel, poivre.

1. Faites cuire les cannellonis al dente.
2. Pelez et hachez l'oignon.
3. Faites-le fondre dans une sauteuse avec la moitié de l'huile.
4. Ajoutez la viande, les tomates et l'ail hachés, sel et poivre, puis laissez mijoter 5 min.
5. Préchauffez le four à th. 6 (180 °C).
6. Équeutez et lavez les épinards, égouttez-les.
7. Faites-les revenir 4 min dans le reste d'huile d'olive chaude.
8. Hachez-les, puis mélangez-les avec les noix concassées.
9. Salez et poivrez.
10. Farcissez-en les cannellonis.
11. Versez la moitié de la sauce tomate dans un plat à gratin et déposez les cannellonis.
12. Couvrez de sauce et de ricotta.
13. Enfourez et cuisez 40 min.
14. Parsemez de parmesan juste avant de servir.

TORTELLINI

Tortellini à la crème

(Tortellini alla panna)

500 g de pâte fraîche
30 g de beurre
15 g de parmesan
50 cl de crème fraîche épaisse
250 g d'épinards blanchis, égouttés et hachés
250 g de ricotta ou fromage blanc frais
100 g de parmesan râpé
2 œufs battus
Quatre-épices
Sel et poivre noir du moulin

1. Préparez la farce en mélangeant les épinards, la ricotta ou le fromage blanc, le parmesan, les œufs et une pincée de quatre-épices puis salez et poivrez légèrement.
2. Sur une planche farinée, abaissez finement la pâte.
3. Sur une moitié de l'abaisse, disposez des noix de farce en ligne droite et en les espaçant de 5 cm.
4. Rabattez l'autre moitié et pressez bien les parties non farcies.
5. Coupez les tortellinis avec une roulette et laissez-les reposer quelques instants, puis faites-les cuire dans de l'eau bouillante salée pendant 5 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
6. Retirez-les avec une écumoire et dressez-les sur un plat de service.
7. Nappez-les d'une sauce crémeuse obtenue en tournant et en épaississant le beurre avec le reste de parmesan et la crème fraîche sur feu modéré.
8. Servez très chaud en présentant du parmesan râpé et du poivre noir à part.

LASAGNES

Lasagne à la bolognaise (Vincisgrassi)

Vous pouvez remplacer le ris de veau et les cervelles par du veau haché et ajouter à la sauce 30 g de champignons secs mi à tremper dans de l'eau chaude 30 minutes, selon le goût.

325 g de farine tamisée
125 g de semoule fine
3 œufs
125 g de beurre
1 c. à s. de marsala ou autre vin liquoreux
30 cl de sauce béchamel
90 g de parmesan râpé
125 g de ris de veau blanchi à l'eau salée 5 minutes, débarrassé de la membrane et coupé en dés
Cervelles de veau blanchies à l'eau salée pendant 5 minutes, débarrassées de la membrane et coupées en dés
1/2 oignon haché
Une petite carotte hachée
60 g de saindoux ou lard gras
60 g de beurre
250 g de cœurs, gésiers et foies de volaille hachés, foie haché réservé
10 cl de vin blanc sec
Une cuillerée à soupe de sauce tomate
Bouillon ou eau chaude
Sel et poivre
4 c. à s. de lait

1. Pétrissez 275 g de farine avec la semoule, les œufs, 30 g de beurre, le vin et le sel jusqu'à obtention d'une pâte lisse et souple.
2. Abaissez finement cette pâte en saupoudrant le plan de travail avec le reste de farine.
3. Avec une roulette coupe pâte, coupez la feuille obtenue en bandes de 10cm de large environ que vous parez à la longueur de votre plat à four.
4. Pour la sauce, faites revenir l'oignon et la carotte dans le saindoux et le beurre fondus.
5. Quand l'oignon est transparent, ajoutez les abattis.
6. Mouillez avec le vin et faites-le réduire de moitié à feu vif, jusqu'à ce qu'il ne sente plus.
7. Incorporez la sauce tomate délayée avec le bouillon ou l'eau chaude.
8. Assaisonnez, couvrez et laissez mijoter 1 heure environ, en versant progressivement le lait et en remuant de temps en temps.
9. Environ 20 minutes avant la fin de la cuisson, ajoutez le ris de veau, la cervelle et le foie de volaille.

10. Faites cuire les pâtes dans une grande quantité d'eau, rincez-les à l'eau froide et faites-les sécher sur un linge.
11. Beurrez un plat à four et remplissez-le en alternant des couches de pâtes couvertes de béchamel, et de parmesan râpé puis de sauce à la viande, en terminant par une couche de béchamel.
12. Laissez reposer au frais.
13. Faites cuire au four préchauffé à 180° (thermostat 4) 30 minutes environ.
14. Arrosez de beurre et servez immédiatement

Lasagnes à ma façon 🍴🍴🍴

Feuilles de lasagne sèches
600 g de viande hachée de bœuf
500g de chair à saucisse
400g de lardons
1 gousse d'ail
1 oignon
1 carotte
150 g de champignons de Paris équeutés et lavés
Un peu de thym frais
25 cl de vin rouge
600 g de coulis de tomates
40 g de farine
40 g de beurre
50 cl de lait entier
125 g de parmesan râpé
2 boules de mozzarella

1. Dans une poêle, faites revenir les oignons émincés avec de l'huile d'olive.
2. Ajoutez les champignons coupés en fines lamelles et les carottes coupées finement. Faites revenir le tout.
3. Ajoutez la viande et les lardons avec de l'ail émincé, du basilic ou du thym frais.
4. Faites revenir le tout.
5. Salez et poivrez.
6. Déglacez au vin rouge pour décrocher les sucs de la viande.
7. Rajoutez la pulpe de tomate et laissez mijoter une bonne heure.
8. Dans une casserole, faites fondre le beurre, ajoutez la farine et fouettez pour créer un roux.
9. Laissez-le cuire un peu, puis ajoutez le lait progressivement au fouet.
10. Portez à ébullition, laissez cuire pour épaissir la béchamel.
11. Ajoutez le parmesan râpé et mélangez bien.
12. Garnir un plat à gratin de béchamel.
13. Déposez une couche de feuille de lasagnes.
14. Ajouter la sauce, étalez bien puis garnissez de béchamel, puis une nouvelle couche de pâte à lasagnes, en recommençant jusqu'à épuisement.
15. Terminez par une couche de béchamel. Ajoutez du parmesan râpé sur le dessus, avec des tranches de mozzarella.
16. Faites cuire à 200° pendant 15 à 20 minutes.
17. Servez chaud !

CONCHIGLIES

Conchiglies farcis aux épinards et à la ricotta

Préparation : 20 minutes Cuisson : 15 minutes

20 conchiglie géantes
Une cuillerée à soupe d'huile
2 tranches de bacon, finement hachées
Un oignon, finement haché
500 g d'épinards, hachés
750 g de ricotta
35 g de parmesan, fraîchement râpé
250 g de sauce tomate pour pâtes

1. Chauffer l'huile dans une casserole et faire dorer le bacon et l'oignon 3 minutes à feu moyen, en remuant.
2. Ajouter les épinards et remuer à feu doux jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
3. Incorporer la ricotta et bien mélanger.
4. Cuire les pâtes al dente ; les égoutter.
5. Verser le mélange dans les pâtes géantes et saupoudrer de parmesan.
6. Placer les pâtes sur une grille froide légèrement huilée.
7. Les passer 3 minutes au gril modérément chaud, jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées et bien chaudes.
8. Verser la sauce tomate dans une petite casserole e la remuer 1 minute à feu vif.
9. Déposer des cuillerées de sauce dans les assiettes et garnir de pâtes farcies.

Conchiglies à la sauce aux noix et aux champignons

200 g de champignons déshydratés, de préférence des cèpes

500 g de conchiglie

Sel et poivre noir du moulin

150 g de noix

½ botte de basilic

½ botte de sauge

300 ml de crème

2 grosses gousses d'ail

50 g de beurre doux

100 g de parmesan frais, râpé

1. Faites tremper les champignons déshydratés dans de l'eau chaude, à couvert, pendant 10 minutes.
2. Parallèlement, faites cuire les pâtes al dente.
3. Pendant la cuisson des pâtes, concassez finement les noix, ciselez le basilic et hachez la sauge.
4. Placez le tout dans un saladier, ajoutez la crème, salez et poivrez, et mélangez.
5. Pilez l'ail.
6. Égouttez les champignons et épongez-les.
7. Émincez ceux qui sont trop gros.
8. Faites fondre le beurre dans une poêle, ajoutez l'ail et faites-le sauter doucement 2 à 3 minutes.
9. Incorporez les champignons et la sauce à la crème.
10. Faites réchauffer à feu doux.
11. Égouttez les pâtes cuites et versez la préparation dessus, mélangez soigneusement.
12. Saupoudrez de parmesan râpé et servez immédiatement.

GNOCCHI

Gnocchi de pommes de terre traditionnels

Pour ce genre de gnocchi, il est important d'utiliser des pommes de terre farineuses, de préférence de vieilles pommes de terre à bouillir, en raison de leur faible teneur en eau.

Traditionnellement, les pommes de terre sont cuites au four avec leur peau, ce qui les maintient sèches. Toutefois, comme cela demande du temps, on peut les cuire à la vapeur ou à l'eau.

Dans ce cas, veiller à ne pas trop les cuire afin qu'elles ne se désagrègent pas et ne retiennent pas trop d'eau. Les égoutter soigneusement.

En cuisant des légumes destinés à entrer dans la composition de gnocchi, veiller à ce qu'ils ne soient pas trop imbibés d'eau, ce qui demanderait un ajout de farine supplémentaire et rendrait la pâte trop lourde.

Travailler rapidement pour éviter que la pâte ne devienne poisseuse ou trop molle.

Dans l'idéal, les gnocchis devraient être consommés aussi vite que possible et la sauce d'accompagnement devrait être prête avant leur cuisson.

De nombreuses recettes de gnocchi incluent des œufs, afin de rendre la pâte plus facile à manipuler. Or, les œufs requièrent également un supplément de farine, ce qui rend les gnocchis un peu plus durs.

1 kg de pommes de terre farineuses, non pelées
200 g environ de farine.

1. Piquer les pommes de terre à la fourchette sur toute leur surface et les passer à four chaud (200 °C) pendant 1 heure, jusqu'à ce qu'elles soient tendres.
2. Ne pas les envelopper de papier aluminium.
3. Quand elles sont suffisamment refroidies pour être manipulées, les peler et les écraser dans un bol à la fourchette ou au presse-purée.

4. Ajouter trois quarts de la farine et la travailler peu à peu avec les mains.
5. Quand une pâte grossière se forme, la transférer sur un plan de travail fariné et la pétrir doucement.
6. Incorporer le reste de la farine pendant le pétrissage, mais juste assez pour former une pâte molle et légère, qui ne colle pas aux doigts ni au plan de travail, mais qui reste humide au toucher.
7. Cesser de pétrir à ce moment-là.
8. Fariner légèrement le plan de travail ainsi que l'intérieur des dents d'une fourchette.
9. Prendre une portion de pâte et la rouler à la main afin de former un long boudin étroit, de l'épaisseur de l'annulaire.
10. Le découper en segments de 2 cm.
11. Déposer un segment sur les dents de la fourchette et appuyer avec le doigt, en faisant rouler le gnocchi : il en résultera un gnocchi de forme concave, strié sur la face externe.
12. Former un creux au centre afin de faciliter la cuisson et de mieux retenir la sauce.
13. Continuer avec le reste de pâte.
14. Faire cuire les gnocchis, environ 20 à la fois, dans une grande casserole d'eau bouillante salée. Ils sont cuits lorsqu'ils remontent en surface, au bout de 2 à 3 minutes.
15. Les retirer à l'aide d'une écumoire et les réserver au chaud pendant la cuisson des autres gnocchis.
16. Les napper de sauce avant de servir.

Les gnocchis de pommes de terre peuvent être congelés avant le stade de la cuisson, jusqu'à deux mois.

Il convient de les faire d'abord congeler en une seule couche, sans qu'ils se touchent, avant de les conserver dans un récipient hermétique.

Au moment de les utiliser, les plonger délicatement dans l'eau bouillante sans les décongeler.

Gnocchi sauce au Gorgonzola ou à la Fontina

200 g de fontina grossièrement râpé
125 ml de crème liquide
80 g de beurre
2 c. à s. de parmesan fraîchement râpé
400 g de gnocchi de pommes de terre frais

1. Réunir le fontina, la crème, le beurre et le parmesan et faire cuire le mélange 6 à 8 minutes au bain-marie, en remuant de temps en temps jusqu'à ce que le fromage fonde et que la sauce soit bien homogène et chaude.
2. A mi-cuisson de la sauce, faire cuire les gnocchis 2 minutes à l'eau bouillante salée, jusqu'à ce qu'ils remontent en surface.
3. Les égoutter à l'aide d'une écumoire et les napper de sauce.
4. On peut les garnir d'origan frais ou autres herbes aromatiques.

SALADES DE PÂTES

Salade de pâtes au poulet rôti

Un poulet rôti
500 g de penne
60 ml d'huile d'olive
2 c. à s. de vinaigre de vin blanc
200 g de tomates cerises, coupées en deux
20 g de basilic frais, haché
75 g d'olives noires, hachées
Poivre noir fraîchement moulu

1. Détacher la chair et la peau des os du poulet et les couper en fines lanières.
2. Cuire les pâtes à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient al dente.
3. Les égoutter et les transférer dans le saladier de service.
4. Mélanger l'huile et le vinaigre et les incorporer aux pâtes tant qu'elles sont chaudes.
5. Ajouter le poulet, les tomates cerise, le basilic et les olives dans le saladier; bien mélanger.
6. Saupoudrer de poivre noir. Servir chaud en plat de résistance ou à température ambiante avec un assortiment d'autres salades.

Cette salade peut se préparer 2 heures à l'avance. Garder le poulet au réfrigérateur jusqu'au moment de servir et ne l'ajouter qu'à la dernière minute.

Hacher et incorporer le basilic également au dernier moment, afin qu'il ne noircisse pas.

Salade de thon, haricots verts et oignon

200 g de haricots verts, équeutés et coupés en courts tronçons

300 g de penne rigate

125 ml d'huile d'olive

250 g de thon frais, coupé en fines tranches

Un oignon rouge, finement émincé

Une cuillerée à soupe de vinaigre balsamique

1. Cuire les haricots 1 à 2 minutes à l'eau bouillante, jusqu'à ce qu'ils soient tendres mais encore fermes.
2. Les retirer à l'aide d'une écumoire et les rincer à l'eau froide.
3. Égoutter et mettre dans un saladier.
4. Cuire les pâtes à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient al dente. Les égoutter, les rincer à l'eau froide et les égoutter de nouveau avant de les ajouter aux haricots.
5. Chauffer la moitié de l'huile dans une poêle et faire sauter le thon et l'oignon à feu doux, jusqu'à ce que le thon soit cuit.
6. Remuer doucement le thon afin de ne pas le briser.
7. Ajouter le vinaigre, porter à feu vif et faire cuire rapidement jusqu'à ce que la sauce soit réduite et nappe légèrement le thon.
8. Mettre le thon et l'oignon dans le saladier, en laissant les miettes au fond de la poêle.
9. Mélanger délicatement les ingrédients du saladier et incorporer le reste de l'huile, ainsi que du sel et du poivre.
10. Laisser refroidir à température ambiante avant de servir.

Salade de spaghetti à la tomate

500 g de spaghetti ou de bucatini
50 g de basilic frais, haché
250 g de tomates cerises, coupées en deux
1 gousse d'ail, écrasée
75 g d'olives noires, hachées
60 ml d'huile d'olive
1 c. à s. de vinaigre balsamique
50 g de parmesan, fraîchement râpé

1. Cuire les pâtes à l'eau bouillante salée.
2. Les égoutter, les rincer à l'eau froide et les égoutter à nouveau.
3. Dans un saladier, mettre le basilic, les tomates, l'ail, les olives, l'huile et le vinaigre. Laisser reposer 15 minutes avant d'incorporer les pâtes égouttées.
4. Ajouter le parmesan ainsi que du sel et du poivre.
5. Bien mélanger et servir immédiatement.

Salade chaude au poulet et aux pâtes

Préparation : 20 minutes Cuisson : 15 minutes

180 g de penne rigate
60 ml d'huile d'olive vierge
Deux gousses d'ail, écrasées
Zeste d'un citron, coupé en fines lamelles
Une c. à s. de jus de citron
Trois c. à s. de basilic frais haché
Quatre tomates moyennes, épépinées et hachées
18 olives noires, émincées
1/2 cuillérées à café d'origan frais haché
400 g de blanc de poulet
Une c. à s. d'huile
Quelques feuilles de roquette

1. Cuire les pâtes à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient al dente et les égoutter.
2. Pendant que les pâtes cuisent, mélanger l'huile d'olive, l'ail, le zeste et le jus de citron, les tomates, les olives et l'origan dans un saladier. Saler et poivrer.
3. Découper le poulet en fines lanières. Chauffer l'huile dans une poêle à fond épais et faire revenir le poulet 4 minutes à feu moyen, en remuant de temps en temps jusqu'à ce qu'il soit cuit.
4. Ajouter le poulet égoutté et les pâtes chaudes dans le saladier et bien mélanger. Servir sur un lit de roquette.

Salade de pâtes au thon

500 g de conchiglie ou de fusilli
200 g de haricots verts, coupés en courts tronçons
2 poivrons rouges, finement émincés
2 oignons nouveaux, hachés
425 g de thon à l'huile
2 c. à s. d'huile
60 ml de vinaigre de vin blanc
1 c. à s. de jus de citron
1 gousse d'ail, écrasée
1 cuillerées à café de sucre
1 gros concombre, finement émincé
6 œufs durs, coupés en quartiers
4 tomates, coupées en huit
80 g d'olives noires
2 c. à s. de basilic frais haché

1. Cuire les pâtes à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient al dente. Les égoutter, les rincer à l'eau froide et les égoutter de nouveau.
2. Dans un saladier, mettre les pâtes, les haricots, les poivrons et les oignons nouveaux ; bien mélanger.
3. Égoutter le thon en réservant l'huile et l'émietter à la fourchette.
4. Dans un bocal, mélanger l'huile du thon, l'huile, le vinaigre, le jus de citron, l'ail et le sucre.
5. Visser le couvercle et agiter vigoureusement 2 minutes.
6. Déposer les pâtes au centre d'un grand plat de service.
7. Disposer les rondelles de concombre, les tomates et les œufs tout autour et les arroser de la moitié de la sauce.
8. Parsemer la salade de thon, d'olives et de basilic et napper du restant de sauce juste avant de servir.

Pour accompagner : du pain de polenta

Cuire de la polenta et y incorporer 50 g de parmesan finement râpé, quelques fines herbes hachées (basilic, persil, origan, sauge...), 1 gousse d'ail écrasée et un peu de crème fraîche. Bien mélanger et assaisonner. Verser la préparation dans un plat à four et le mettre à four moyen (200 °C) jusqu'à ce que la croûte soit dorée et la polenta bien ferme. Découper en tranches et servir chaud.

Salade de pâtes chaude à la toscane

500 g de rigatoni
80 ml d'huile d'olive
1 gousse d'ail écrasée
1 c. à s. de vinaigre balsamique
425 g de cœurs d'artichaut, égouttés et coupés en quartiers
8 fines tranches de prosciutto, hachées
80 g de tomates séchées marinées à l'huile, égouttées et finement émincées
2 c. à s. de basilic frais ciselé
70 g de feuilles de roquette, lavées et bien égouttées
40 g de pignons, légèrement grillés
45 g de petites olives noires italiennes

1. Cuire les pâtes à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient al dente.
2. Les égoutter et les transférer dans un grand saladier.
3. Pendant que les pâtes cuisent, battre l'huile, l'ail et le vinaigre balsamique dans un bol.
4. Verser la sauce sur les pâtes chaudes.
5. Laisser légèrement refroidir avant d'ajouter les cœurs d'artichaut, le prosciutto, les tomates séchées, le basilic, la roquette, les pignons et les olives.
6. Bien mélanger tous les ingrédients ; saler et assaisonner de poivre noir fraîchement moulu.

*Pour griller les pignons, les faire cuire 1 à 2 minutes à feu moyen dans une poêle sèche, jusqu'à ce qu'ils commencent à dorer.
Laisser refroidir.*

Salade de poivrons grillés aux anchois

500 g de penne ou de fusilli
2 gros poivrons rouges
Un petit oignon rouge, finement haché
20 g de persil plat frais
2 à 3 anchois, entiers ou hachés
60 ml d'huile d'olive
2 c. à s. de jus de citron

1. Cuire les pâtes à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient al dente.
2. Les égoutter, les rincer à l'eau froide et les égoutter de nouveau.
3. Partager les poivrons en deux en retirant les graines et les membranes.
4. Les passer 8 minutes au gril chaud, côté peau en haut, jusqu'à ce que la peau cloque et noircisse.
5. Retirer du feu et couvrir d'un torchon humide. Lorsqu'ils sont refroidis, les
6. peler et les couper en fines lanières.
7. Dans un grand saladier, réunir les pâtes, les poivrons, l'oignon, le persil, les anchois, l'huile, le jus de citron, du sel et du poivre.
8. Bien mélanger et servir immédiatement.

RIZ

Riz aux petits pois

Spécialité vénitienne, il ne faut pas trop le remuer pour ne pas écraser les petits pois. Comme on le mange avec une fourchette et non à la cuillère, il ne doit pas être trop humide.

400 g de riz à grain rond
1 kg de petits pois écossés
Un petit oignon haché
40 g de beurre
60 g de jambon haché comportant autant de gras que de maigre
175 cl de fond de volaille ou bouillon de viande
Parmesan râpé

1. Faites revenir l'oignon dans 15 g de beurre environ.
2. Incorporez le jambon haché, faites-le fondre légèrement puis ajoutez les petits pois.
3. Quand ces derniers sont imprégnés de beurre, versez une grande tasse de fond chaud et, dès qu'il commence à bouillir, ajoutez le riz.
4. Continuez à arroser de fond chaud, 60 cl environ, et laissez cuire lentement sans remuer.
5. Ajoutez-en avant qu'il ne soit complètement absorbé.
6. Lorsque le riz est cuit, incorporez le beurre restant et autant de parmesan.
7. Servez en présentant du parmesan à part.

Riz au four de Mamie 🍴🍴🍴

500 g de riz
500 g de bœuf haché
500 g de chair à saucisse
5 œufs
300 g de parmesan
150 g de beurre
Sel, Poivre

1. Faire revenir le bœuf et la chair à saucisse dans un fait-tout sans matière grasse
2. Faire cuire le riz, l'égoutter.
3. Mélanger le riz avec la viande
4. Rajouter 3 œufs
5. Mélanger le tout avec le parmesan
6. Poivrer largement, surveiller le sel
7. Disposer dans un plat qui va au four
8. Battre 2 œufs en neige, incorporer le jaune, et le disposer sur le dessus pour gratiner
9. Faire gratiner
10. Servir en pensant à Mamie.

Riz sauté (Fried Rice)

600 g de riz cuit à l'eau 1 jour à l'avance
60 g de filet de bœuf réfrigéré
1/4 gousse d'ail pilée
1/2 c. à c. de farine de maïs
1/2 c. à c. de sucre
Deux c. à s. de sauce de soja
Cinq c. à s. d'huile végétale
Deux racines de gingembre pelées et coupées en julienne
Un poivron vert épépiné et coupé en julienne
Quatre tranches de jambon coupées en dés
Six œufs
Sel et poivre
Deux à quatre c. à s. de persil ou feuilles de coriandre hachées
Six Ciboules émincées
Deux tranches de lard maigre fumé coupées en dés
Sel et poivre

1. Coupez le bœuf en lamelles et mélangez-les avec l'ail, du sel et du poivre, la farine, le sucre, 1 c. à s. de sauce de soja et 2 c. à s. d'huile. Laissez mariner.
2. Dans une grande sauteuse, faites chauffer le reste et laissez-y revenir le gingembre et le poivron avec un peu de sel et de poivre pendant 1 minute.
3. Séparez les grains avec vos doigts et mettez-le dans la sauteuse. Quand il est chaud et que les grains sont détachés, faites un puits au centre et mettez-y le lard, les ciboules et le jambon.
4. Faites-les revenir quelques minutes puis mélangez le tout intimement.
5. Reformez un puits au centre, ajoutez-y le bœuf, faites sauter pendant 30 secondes puis incorporez 2 c. à s. de persil ou de feuilles de coriandre.
6. Laissez encore revenir 30 secondes et mélangez bien.
7. Creusez encore un puits au centre, mettez-y les œufs à frire jusqu'à ce qu'ils consistent d'œuf brouillés baveux puis mélangez-les au riz.
8. Agrémentez avec le reste de sauce de soja.
9. Dressez sur un plat de service chaud et garnissez du reste de persil ou de feuilles de coriandre, si vous le désirez.

Paella à la valencienne (*Paella Valenciana*)

Pour préparer les moules, ébarbez-les et grattez les excroissances de la coquille avec un couteau pointu, puis faites-les tremper pendant 3 heures environ dans de l'eau froide salée pour leur faire rendre le sable et la terre qu'elles ont absorbés, en renouvelant l'eau dès qu'elle devient boueuse. Jetez les moules qui sont ouvertes.

Vous pouvez remplacer les crevettes crues par des crevettes cuites que vous ajouterez 5 minutes avant la fin de la cuisson.

Pour 8 personnes

600 g de riz
8 c. à s. d'huile d'olive
1 kg de poulet coupé en morceaux
Sel
200 g de porc maigre haché
200 g de calmar haché
100 g d'oignon haché
Un piment rouge grillé, pelé, épépiné et haché
300 g de tomates pelées, épépinées et hachées
200 g de moules vivantes
200 g de chorizo ou autre saucisson épicé coupés en morceaux
60 cl d'eau bouillante
200 g de crevettes crues
100 g de petits haricots verts
200 g de petits pois écosés blanchis 5 minutes dans de l'eau salée
4 gousses d'ail
1 pincée de safran en poudre

1. Dans une cocotte contenant 2 c. à s. d'huile, faites revenir le poulet et salez.
2. Quand il est à moitié cuit, au bout de 10 minutes environ, ajoutez le porc et le calmar.
3. Couvrez et laissez mijoter 10 minutes.
4. Ajoutez l'oignon et le piment et, quand ils commencent à prendre couleur, les tomates.
5. Faites mijoter à découvert pendant 10 minutes environ, jusqu'à ce que les tomates aient réduit en pulpe.
6. Ajoutez les moules et le chorizo, couvrez et laissez cuire 2 ou 3 minutes, jusqu'à ce que les moules soient ouvertes.
7. Enlevez du feu.
8. Dans un plat à paella ou une grande poêle, faites chauffer 4 c. à s. d'huile.
9. Quand elle commence à fumer, ajoutez le riz et faites-le revenir jusqu'à ce qu'il commence à dorer.
10. Ajoutez ensuite le contenu de la cocotte, remuez et mouillez avec l'eau bouillante.
11. Ajoutez les crevettes crues, les haricots verts et les petits pois.
12. Pilez l'ail avec le safran, délayez avec 2 c. à s. d'huile et versez le tout dans la paella.
13. Couvrez et laissez mijoter 15 minutes.

14. Laissez reposer 5 minutes et servez dans le plat de cuisson.

Croquettes de riz frites

400 g de riz rond
Un oignon émincé
100 g de beurre
60 cl de bouillon de viande
60 g de parmesan râpé
2 œufs battus
30 g de champignons séchés mis à tremper pendant au moins 2 heures, dans de l'eau chaude renouvelée 3 fois, égouttés et émincés
100 g de viande maigre coupée en dés
100 g de foies de volaille coupé en dés
100 g de jambon cru coupé en dés
60 g de chapelure
Huile de friture
Sel et poivre

1. Faites revenir la moitié de l'oignon dans 30 g de beurre.
2. Ajoutez le riz et remuez jusqu'à ce que les grains soient uniformément enduits de beurre.
3. Mouillez progressivement avec 30 cl de bouillon chaud.
4. Couvrez et faites cuire à feu modéré pendant 15 minutes environ.
5. Quelques minutes avant fin, ajoutez le parmesan et 40 g de beurre.
6. Remuez vigoureusement, enlevez du feu et ajoutez l'œuf battu.
7. Laissez refroidir.
8. Faites revenir le reste d'oignon dans le reste de beurre.
9. Ajoutez les champignons, laissez-les mijoter quelques minutes, puis ajoutez les dés de viande.
10. Mouillez avec la moitié du reste de bouillon, salez et poivrez légèrement et couvrez, laissez cuire 20 minutes au moins, jusqu'à ce que tout le liquide ait réduit à la consistance d'une sauce épaisse, en remuant de temps en temps et en ajoutant jusqu'à 15 cl de bouillon si le liquide s'évapore avant la fin de la cuisson.
11. Laissez refroidir.
12. Moulez le riz cuit en six boules ou cylindres. Évidez-les légèrement et remplissez la cavité de préparation à la viande. Refermez avec les grains que vous avez enlevés en évidant.
13. Roulez les croquettes obtenues dans la chapelure et faites-les rapidement frire dans l'huile chaude pendant une minute environ, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Égouttez-les sur du papier absorbant et servez aussitôt.
14. Vous pouvez cuire séparément le veau, les foies de volaille et le jambon et farcir chaque croquette différemment pour surprendre les papilles gustatives de vos convives.

RIZOTTO

Risotto à la milanaise 🍷🍷🍷

500 g de riz à grain rond
Un petit oignon haché menu
40 g de moelle de bœuf
75 g de beurre
15 cl de vin blanc sec
125 cl de bouillon

Une pincée de safran en poudre mélangé avec 2 c. à s. de bouillon
100 g de parmesan râpé

1. Dans une sauteuse, faites revenir l'oignon ainsi que la moelle de bœuf dans la moitié de beurre jusqu'à ce que l'oignon soit tendre et la moelle bien dorée.
2. Incorporez le riz et, au bout de quelques minutes, versez le vin et 15 cl de bouillon puis ajoutez le safran.
3. Laissez cuire à feu doux en remuant doucement et lorsque le liquide est presque entièrement absorbé, ajoutez du bouillon par petites quantités au fur et à mesure qu'il est absorbé, sans cesser de remuer.
4. Lorsque le riz est juste tendre, retirez la sauteuse du feu et incorporez le reste de beurre puis du parmesan.
5. Servez en présentant du parmesan à part.

Risotto aux cèpes et safran

400 g de riz carnaroli
50 g de cèpes sèches
2 pincées de pistils de safran
1,5 litre de bouillon de viande
80 g d'échalotes
3 c. à s. d'huile d'olive
10 cl de vin blanc sec
20 g + 60 g de beurre
60 g de parmesan
Sel, poivre

1. Faites infuser le safran dans 20 cl de bouillon chaud.
2. Faites tremper les cèpes au moins 30 minutes dans un bol d'eau tiède (changez l'eau une fois).
3. Hachez-les grossièrement, filtrez l'eau de trempage et ajoutez-la au bouillon.
4. Dans une casserole, faites chauffer l'huile avec 20 g de beurre et faites revenir à feu doux les échalotes hachées.
5. Au bout de 3 minutes, ajoutez les cèpes.
6. Mélangez 30 secondes et versez le riz.
7. Continuez de remuer 2 minutes à feu vif puis mouillez avec le vin.
8. Laissez évaporer avant de verser le bouillon chaud louche par louche, jusqu'à ce qu'il soit presque absorbé.
9. Quand le risotto est presque cuit, ajoutez le safran avec le bouillon
10. Rectifiez l'assaisonnement avant d'incorporer hors du feu le reste du beurre et le parmesan râpé.
11. Couvrez et attendez 2 minutes avant de servir.

En automne, vous pouvez aménager la recette en utilisant des cèpes frais (comptez 100 g par personne)

Risotto aux poivrons rouges

320 g. de riz long, (pas basmati, mais vialone ou carnaroli),
2 poivrons rouges doux coupés en petits dés,
60-70 g. de beurre,
Une échalote moyenne finement émincée (environ 30 g.),
1,5 litres de bouillon de légume (préparé avec un petit oignon, un morceau de céleri,
une petite carotte et une tomate),
1/2 de vin blanc sec,
2 c. à s. de parmesan vieilli râpé,
Sel fin,
1 cuiller à soupe de persil haché.

1. Porter le bouillon de légumes à ébullition et l'y maintenir.
2. Faire fondre doucement le beurre (moins d'une cuiller à café) dans une casserole.
3. Ajouter l'échalote et la faire revenir doucement - mettre un couvercle - pendant 10 mn.
4. Jeter le riz, augmenter le feu, faire bien caraméliser le riz mais sans le brûler.
5. Verser le vin blanc, laisser réduire pendant 5mn
6. Ajouter les poivrons et couvrir à niveau avec le bouillon, en mélangeant peu et doucement pour éviter de casser les grains.
7. Si le bouillon a été absorbé par le riz, en ajouter encore et assaisonner légèrement avec du sel.
8. Continuer de la même façon jusqu'à la cuisson totale du riz (18 mn environ), lequel doit rester "al dente" mais pas sec.
9. Si cela arrive ajouter un peu de bouillon, parce que le "risotto" doit être crémeux, "all'onda".
10. Hors du feu ajouter le reste du beurre et le parmesan, mélanger et laisser reposer couvert pendant quelques minutes (c'est la "mantecatura").
11. Saupoudrer de persil haché et servir.

Risotto sauté

(Risotto al salto)

C'est l'une des différentes façons d'accommoder un reste de risotto à la milanaise
Comme le risotto sauté est souvent considéré comme meilleur que celui qui vient
d'être fait, préparez-en toujours plus qu'il n'en faut.

Pour 8 personnes

1 kg de reste de risotto à la milanaise
50 à 100 g de beurre coupé en noisettes

1. Beurrez un morceau de papier sulfurisé sur lequel vous moulez le risotto en huit petites galettes.
2. Dans une poêle à fond épais, faites chauffer 15 g de beurre.
3. Mettez une galette dans la poêle sans la casser et faites-la cuire en secouant la poêle, pour qu'elle n'attache pas, jusqu'à ce qu'une croûte se forme dessous.
4. Renversez la galette sur une assiette et remettez-la dans la poêle pour cuire l'autre face.
5. Faites sauter ainsi les galettes une par une, en ajoutant du beurre si besoin est.
6. Servez immédiatement.

Risotto de chanterelles

400 g de riz à grain rond
500 g de chanterelles
Trois oignons émincés
Une gousse d'ail pilée
3 c. à s. d'huile d'olive
Paprika
100 g de beurre
2 carottes râpées
Sel et poivre
Safran en poudre
Fond de volaille ou bouillon de viande
60 g de parmesan ou de gruyère râpé
2 c. à s. de persil, estragon, cerfeuil, ciboulette

1. Faites cuire les champignons 12 minutes à feu doux, dans une sauteuse couverte, avec un hachis fait d'un oignon blanc et d'une gousse d'ail précédemment revenus à l'huile avec une pincée de paprika doux.
2. Tenez au chaud la sauteuse couverte.
3. Dans une cocotte, faites chauffer 40 g de beurre, et, en remuant sans cesse, ajoutez le reste des oignons hachés.
4. Versez-y le riz et continuez à tourner jusqu'à ce que celui-ci ait pris une légère teinte dorée.
5. Ajoutez les carottes, mélangez 1 minute et versez les champignons dans la cocotte.
6. Salez, poivrez, ajoutez une pincée de safran et mouillez avec le bouillon (à peu près deux fois le volume de riz).
7. Couvrez la cocotte et mettez-la au four moyen (préchauffé à 180°, 4 au thermostat) pendant 20 minutes, sans plus toucher au riz.
8. Retirez du four et ajoutez doucement le reste de beurre, le hachis de fines herbes (persil, estragon, cerfeuil, ciboulette) et le fromage râpé.
9. Faites cuire sans couvercle encore 5 minutes, mélangez et servez très chaud.

Risotto aux truffes

Pour apprécier pleinement la saveur et le parfum de la truffe, il faut la servir en accompagnement de plats très simples : la truffe s'accorde parfaitement avec un riz simplement cuit à l'eau et assaisonné au beurre et au fromage.

400 g de riz à grain rond
Une truffe blanche coupée en lamelles
Un oignon
90 g de beurre
90 g
Sel et poivre
10 cl de vin blanc
150 cl de bouillon de viande
75 g de parmesan ou gruyères râpés

1. Hachez très finement l'oignon et faites-le revenir dans une sauteuse avec les trois quarts du beurre.
2. Ajoutez le riz, laissez-le prendre couleur quelques minutes, salez, poivrez, augmentez le feu et versez le vin.
3. Mélangez en laissant évaporer le vin.
4. Ajoutez le bouillon chaud, petit à petit, à la louche et sans cesser de mélanger.
5. Au bout de 15 minutes, le risotto est cuit.
6. Éteignez le feu et rajoutez le fromage râpé et le reste de beurre.
7. Mêlez encore et servez le risotto recouvert de lamelles de truffes.

Risotto aux cèpes

Vous pouvez réaliser une variante en remplaçant le riz par des pâtes fraîches. Nous y revoilà !!!

400 g de riz
40 g et une noix de beurre
1 oignon blanc de taille moyenne émincé finement
1,5 litres de bouillon de volaille
1 dl de vin blanc sec
500 g de cèpes de bordeaux
2 belles aubergines coupées en dés
3 brins de persil haché
10 feuilles de basilic finement ciselées
70 g de parmesan reggiano fraîchement râpé
Fleur de sel de Guérande
Huile d'olive
Poivre du moulin

Faire revenir l'oignon émincé dans l'huile d'olive, afin qu'ils prennent une couleur dorée. Mettre le riz et faire revenir à feu doux, tout en mélangeant pendant 20 secondes.

1. Mouiller avec le vin blanc et faire revenir à feu doux, en mélangeant pendant 1 minute.
2. Assaisonner avec le poivre du moulin et la fleur de sel.
3. Ajouter le bouillon de volaille petit à petit, sans jamais arrêter de mélanger pendant 10 minutes.
4. Incorporer les cèpes émincés, puis mélanger pendant 5 minutes.
5. Ajouter les aubergines coupées en dés et mélanger pendant 5 minutes.
6. Au dernier moment, incorporer le persil et le basilic, puis ajouter le beurre et le parmesan tout en mélangeant énergiquement pendant 1 minute.

POLENTA

Polenta

300 g de semoule de maïs
80 g de parmesan
80 g de beurre
Sel, poivre

1. Versez 1 litre et demi d'eau dans une grande casserole, ajoutez un peu de sel et portez-la à ébullition.
2. Dès que l'eau bout, jetez la semoule en pluie.
3. Faites cuire à petit feu sans cesser de tourner avec une spatule en bois.
4. Ajoutez un peu d'eau chaude si la polenta est trop épaisse.
5. Dès qu'elle est cuite, ajoutez la moitié du beurre.
6. Mélangez.
7. Versez la polenta sur une planche, étalez-la et découpez-la en rectangles, en carrés ou en triangles à votre convenance.
8. Disposez-les dans un plat à gratin, saupoudrez de parmesan, et parsemez de noisettes de beurre.
9. Faites gratiner pendant 5 minutes sous le gril.

Astuce géante :

Servez avec des tranches de poitrine de porc grillées.

CALDI CALDI

Caldi Caldi 🍷🍷🍷

Pour une quinzaine de caldis

460 g de pâte feuilletée (deux rouleaux)
250 g de ricotta
2 œufs
150 g de parmesan râpé
Sel
Poivre noir du moulin

1. Mélanger un œuf battu, le fromage râpé et la ricotta
2. Ajouter un peu de sel, au goût, mais attention, le parmesan l'est déjà.
3. Étendre la pâte.
4. Couper dans la pâte des cercles de 10 cm de diamètre environ.
5. Mettre une belle c. à s. de farce au centre de chaque carré de pâte.
6. Rabattez chaque côté de la pâte de chaque carré un sur l'autre en pinçant les extrémités et en les aplatissant, et en laissant le haut un peu ouvert (cela doit former un losange, les extrémités pointues, la ricotta dépassant un peu).
7. Battez un jaune d'œuf, rajouter un peu d'eau chaude et passez-le au pinceau sur chaque caldi.
8. Placer les sur une plaque bien graissée à la margarine.
9. Enfourez-les (température 230°) environ 25 minutes ou jusque les caldis soient cuits, c'est-à-dire quand ils ont une belle couleur brun doré.

RAVIOLES

En 1807, la raviôle est définie dans un dictionnaire de patois romanais comme une « boulette », vers 1870, c'est une « petite boulette de farine et de fromage à la mode du pays ».

La popularité de ce plat en pays de Romans et dans le Royans est confirmée dès le XIXe, puisque la tradition orale a laissé ce refrain chantonné près de St-Marcellin : « Pía, piarven gota, Y a d'raviôle, Píar, piar vend gota, Va d'raviôle den le plaça ».

A la fin du XIXe, la fabrication de ces raviôles jusqu'alors familiale, comme le confirme le refrain ci-dessus, est abandonnée à des spécialistes : les raviôleuses. Ce nouveau comportement apparaît certainement au milieu du XIXe.

La consommation des raviôles diminue et se limite alors aux dimanches, aux jours de fêtes, aux grands travaux agricoles : « à Rencurel, dans le Vercors lorsque les fenaisons sont finies, on fait un grand repas au cour duquel on mange des raviôles, plat local très apprécié ».

La raviôleuse se déplace de maison en maison, de ferme en ferme. En un après-midi, elle peut aligner une vingtaine de grosse (144 raviôles) dans une corbeille (la gavagne).

Cette manière de compter, utilisant le système duo-décimal, est antérieure à la diffusion du système décimal, dans la première moitié du XIXe, cette constatation confirme l'ancienneté de ce plat en pays de Romans.

A Romans, les raviôles sont aussi consommées le lundi, jour « sacré » et férié pour les ouvriers du cuir qui honorent « Saint Lundi » et se retrouvent dans les cafés.

La Mère Maury, qui tient l'un de ces cafés, acquiert une belle renommée à la fin du XIXe et proposant des raviôles à ses clients.

Ravioles traditionnelles 🍝

En plat principal : 3 à 4 plaques par personne.

En accompagnement d'une viande ou d'un poisson : 1 à 2 plaques par personne.

1. Porter à ébullition 2 litres d'eau avec de la matière grasse (beurre, huile ou bouillon cube de volaille).
2. Plonger les plaques entières de ravioles en maintenant l'angle de leur papier de protection hors de l'eau.
3. Secouer légèrement et retirer le papier.
4. Remuer délicatement avec une écumoire à ravioles afin de détacher les carrés.
5. Laisser frémir une minute et ramasser les ravioles à la surface de l'eau à l'aide de l'écumoire.
6. Les ravioles sont très fragiles, ne pas les égoutter dans une passoire.
7. Les déposer immédiatement dans un plat chaud ou les servir directement dans les assiettes.
8. Les accommoder à votre goût : les napper de crème fraîche tiède ou de fromage râpé.

Ne jamais laisser bouillir les ravioles.

COUSCOUS

Les secrets d'un bon couscous : la graine

Couscous à l'agneau

(Kousksi bil âallouch)

750 g de Couscous
500 g de viande d'agneau
200 g de pommes de terre
2àà g de carottes petites
200 g de navets jeunes
100 g de pois chiches
100 g de "Liya"⁵
30 g de smen
Un pied de cardon sauvage (Khorchof) :
Un petit oignon :
Un décilitre d'huile d'olive
Deux c. à s. de purée de tomate
Une cuillerée à soupe d'harissa
1/2 c. à s. de piment rouge
Sel et poivre

1. Trier les pois chiches, les laver, les mettre à tremper plusieurs heures à l'avance dans de l'eau fraîche et les rincer.
2. Humidifier le couscous en l'aspergeant d'un verre d'eau juste avant de le placer dans le couscoussier.
3. Racler les carottes et les couper en deux.
4. Eplucher les navets et les couper en quartiers.
5. Racler au couteau les côtes d'un pied de cardon sauvage (khorchof) pour les débarrasser de leurs filandres, les laver et les couper en bâtonnets.
6. Eplucher et émincer un oignon.
7. Laver et peler les pommes de terre.
8. Couper la graisse de mouton en tranches ou en cubes.
9. Découper une livre de viande d'agneau ou de mouton en 4 ou 5 morceaux de même taille et les assaisonner de sel et de poivre ainsi que les morceaux de liya.
10. Chauffer l'huile à feu vif dans une marmite à couscous et y faire revenir pendant quelques minutes les morceaux de viande et de graisse en même temps que le hachis d'oignon.

(1) Liya : graisse de la queue des moutons barbarins.

11. Ajouter la purée de tomate délayée dans un verre d'eau, l'harissa et le piment rouge, mélanger et laisser cuire à découvert pendant 8 à 10 minutes.
12. Ajouter ensuite les légumes, sauf les pommes de terre qu'on ajoutera à mi-cuisson, verser un litre et demi d'eau et amener à ébullition.
13. Placer alors le couscous dans le kiskas adéquat, adapter ce dernier à la marmite, luter les deux récipients et cuire le couscous deux fois à la vapeur comme il a été dit ci-dessus. Dès que le couscous est cuit, le retirer du feu, le verser une soupière et l'aérer en séparant les grains les uns des autres.
14. Aussitôt que la viande et les pois chiches sont cuits, corriger le sel au goût.
15. Prélever avec une louche la partie grasse du bouillon qui surnage, délayer dans ce liquide une noix de beurre ou de smen et 1/2 c. à c. de poivre, verser le mélange sur les grains de couscous, bien mélanger et égaliser.
16. Arroser alors le couscous avec le bouillon, juste ce qu'il peut absorber, le garnir avec les pois chiches, les morceaux de viande et de légumes, le laisser reposer un moment et servir.

Variantes dans la garniture du couscous

Selon vos préférences et suivant les saisons et les possibilités du marché on peut varier la garniture du couscous à l'infini. Voici quelques exemples :

- Remplacer les cardons sauvages et les navets par 250 g de fèves vertes de primeur. Les choisir fines, ce sont les plus tendres. Les laver, les ép pointer aux deux extrémités, les couper en deux ou trois tronçons et les plonger dans le bouillon à moitié cuisson.
- Remplacer les cardons, les navets et les pois chiches par des fèves vertes mûres écosées et une courgette grattée au couteau, débarrassée de son pédoncule et coupée en tranches épaisses. Les plonger dans le bouillon à moitié cuisson.
- Remplacer les cardons et les navets par 5 ou 6 oignons minuscules et par la moitié d'un chou vert. Effeuille ce dernier, laver les feuilles une à une, les couper grossièrement et les ajouter au bouillon du couscous, avec les oignons épluchés, à mi-cuisson.
- Remplacer les cardons et les navets par une tranche de courge rouge coupée en cubes de même taille, des oignons entiers, deux ou trois poivrons doux et quelques piments forts, le tout plongé dans la sauce entre deux cuissons du couscous.

Couscous au poulet

Procéder comme pour la recette-type et remplacer la viande de mouton ou d'agneau par un poulet jeune découpé en 5 ou 6 morceaux de même taille.

Le couscous de Mamie 🍴🍴🍴

(Elle se servait d'un couscoussier, elle !)

4 pommes de terre
8 carottes
300 g de courge
2 courgettes
500 g de pois chiches
250 g de couscous moyen précuit
Une petite boîte de concentré de tomates
Un petit chou vert
2 navets
4 poivrons
8 merguez
700 g de collier
500 g de côtelettes d'agneau
Une boîte de fonds d'artichauts.
Ras el Rhanout
Un cardon (facultatif)
Sel, poivre

1. Faire revenir la viande dans de l'huile d'olive, avec les poivrons épépinés.
2. Réserver la viande.
3. Éplucher les légumes.
4. Les mettre dans la casserole qui a servi à frire la viande, avec l'huile de cuisson et les poivrons.
5. Recouvrir le tout d'eau.
6. Porter à ébullition.
7. Rajouter le Ras el Rhanout.
8. Laisser réduire.
9. Retirer les légumes au fur et à mesure de leur cuisson et les réserver.
10. Laisser cuire au minimum 2 heures, rajouter de l'eau au besoin.
11. Salez, poivrez au goût.
12. 10 mn avant de servir, rajouter la viande et les légumes au bouillon.
13. Faire griller les merguez.
14. Prélever un peu de bouillon et mettez-le dans une casserole avec les pois chiches pour les réchauffer, avec les fonds d'artichauts.

Pour la graine :

1. La verser dans un plat
2. Rajouter une louche de bouillon très chaud
3. Rajouter 100 g de beurre ou de smen
4. Bien mélanger et séparer les grains
5. Recommencer jusqu'à ce que les grains soient bien détachés et bien gonflés (mais pas trop !)
6. Servir séparément la graine, la viande, les légumes, les pois chiches, les fonds d'artichauts, la sauce, et une sauce à laquelle vous aurez mélangé deux bonnes c. à s. d'harissa

Servir avec les boulettes de Mamie, un délice !

Couscous au poisson

1 kg de mullet noir vidé et écaillé
500 g de graine de couscous fine
100 g de pois chiches en boîte
4 petites courgettes vert clair
2 gros oignons
1 poivron piquant
4 carottes
2 c. à s. de concentré de
tomate
1 c. à c. de piment rouge doux
2 c. à c. de cumin en poudre
2 c. à c. d'harissa
3 c. à s. d'huile d'olive
Sel
Poivre du moulin.

1. Lavez le poisson et coupez-le en 4 belles tranches.
2. Badigeonnez-les d'un mélange composé de sel, de poivre, de cumin et de 1 c. à c. d'harissa et réservez.
3. Émincez 1 oignon.
4. Épluchez les carottes, coupez-les en deux dans la longueur.
5. Épépinez le poivron.
6. Grattez les courgettes.
7. Coupez le second oignon en quatre.
8. Faites chauffer l'huile dans la partie basse du couscoussier et faites-y revenir l'oignon émincé pendant 1 ou 2 minutes.
9. Ajoutez l'autre oignon, les pois chiches, le poivron entier et le concentré de tomate délayé dans un verre d'eau avec 1 c. à c. d'harissa et le piment doux.
10. Mélangez et laissez mijoter 5 minutes à feu doux.
11. Mouillez avec 1,5 litre d'eau, portez à ébullition et laissez cuire 30 minutes à feu moyen.
12. Étalez la graine dans un plat et humectez-la avec un verre d'eau.
13. Brassez légèrement pour répartir l'eau.
14. Laissez gonfler 5 minutes.
15. Aspergez à nouveau d'un verre d'eau et roulez la graine (voir ci-contre), puis mettez-la dans le haut du couscoussier pour une première cuisson au-dessus du bouillon.
16. Dès que la vapeur commence à traverser la graine, laissez cuire environ 15 minutes.
17. Enlevez le haut du couscoussier.
18. Ajoutez au bouillon les carottes et les courgettes.
19. Faites cuire 15 à 20 minutes à feu moyen

20. Pendant ce temps, transvasez la graine dans un grand plat et cassez les grumeaux.
21. Attendez 5 minutes, puis roulez à nouveau la graine en l'humectant avec un verre d'eau salée.
22. Laissez reposer 10 minutes.
23. Mettez le poisson et le piment dans le bouillon, puis retransvasez la graine dans le haut du couscoussier.
24. Laissez cuire 20 minutes à partir du moment où la vapeur commence à traverser la graine.
25. Mettez la graine dans le plat de service.
26. Sortez le poisson délicatement et gardez-le au chaud.
27. Avec une louche, prélevez du bouillon gras en surface et arrosez la graine avec juste la quantité qu'elle peut absorber.
28. Dressez la graine en dôme et déposez dessus, en les alternant, les légumes et les tranches de poisson.
29. Versez le reste du bouillon et des légumes dans un grand bol.

PAIN, PIZZA & AUTRES MERVEILLES

Pour réussir les pizzas à la perfection

- Pour obtenir un meilleur goût et une meilleure texture, utilisez de la farine à pain lorsque vous confectionnez la pâte à pizza. La farine dite ordinaire convient pour tous les emplois en pâtisserie salée ou sucrée, alors que la farine à pain - dont la teneur en protéines est plus élevée - convient pour un emploi spécifique. Lorsque les protéines de la farine se mélangent avec un liquide, il se forme du gluten. Et c'est le gluten de la farine qui donne à la pâte son élasticité et sa consistance.
- N'oubliez pas que dans une pizza, c'est surtout la pâte qui compte, la garniture n'est qu'un complément.
- Pour que la pâte soit tendre et parfumée, laissez-la lever lentement, en plusieurs fois, de préférence toute la nuit dans le réfrigérateur.
- Une pâte douce et moelleuse donne une croûte légère et croustillante.
- Veillez à ce que la garniture soit légère et simple : limitez-vous en l'occurrence à trois ou quatre ingrédients d'excellente qualité.
- Pour que les saveurs soient harmonisées, badigeonnez la pâte d'huile ou de sauce tomate avant de disposer les ingrédients par dessus.
- Avant de réaliser la garniture, faites tremper quelques minutes dans de l'huile les ingrédients qui ont tendance à se dessécher à la cuisson, comme les lamelles de champignons ou le jambon.
- Préparez le travail : disposez les ingrédients de la garniture dans des bols, après les avoir émincés, hachés, égouttés ou taillés en lamelles selon le cas, pour que le travail de garniture soit facile et plaisant à réaliser.
- Répartissez les ingrédients régulièrement, pour que chaque portion de pizza contienne ensuite un peu de chaque saveur.
- Laissez une marge vide autour de la bordure pour former une croûte, qui empêchera aussi les ingrédients de glisser sur la tôle ou la pierre du four.
- Préchauffez le four à la température maximum au moins 40 minutes avant d'enfourner.
- Utilisez de préférence une pierre à four. Vous pouvez aussi faire l'acquisition d'une pelle à pizza en bois pour glisser les pizzas dans le four et d'une pelle en métal pour les retirer.

- Si vous aimez la croûte croustillante comme il se doit, mangez la pizza toute chaude. Dès qu'elle attend après la sortie du four, elle se ramollit.
- La proportion de levure doit être très réduite alors que la pousse (laps de temps pendant lequel la pâte lève) est longue et qu'elle a lieu à froid, de sorte que les pains et les pizzas restent légers. (Si vous êtes pressé, la pâte peut lever à température ambiante, mais le résultat sera moins savoureux et moins moelleux.)
- Pour de meilleurs résultats, vérifiez bien la date de péremption de votre levure.

Pour obtenir un bon pain croustillant

- La proportion de levure doit être réduite : sinon la pâte sera boursouflée et pleine de trous.
- Laissez la pâte lever lentement, en deux ou trois fois. Chaque étape de cette pousse donnera davantage de caractère au pain.
- Le début de la cuisson doit se faire à four très chaud (260°C, thermostat 9), pour obtenir une croûte épaisse et dense.
- Utilisez une pierre à four : le pain prendra une couleur plus intense.
- Aspergez d'eau la sole et les parois du four trois ou quatre fois pendant les six premières minutes de cuisson : la vapeur ainsi engendrée va favoriser la prise de volume, renforcer la croûte et donner au pain un aspect plus plaisant.
- Laissez refroidir le pain sur une grille.
- La circulation d'air va le refroidir plus rapidement et le dessous restera lui aussi croustillant.
- Ne coupez pas le pain en tranches avant qu'il n'ait refroidi pendant au moins une heure. Si vous le tranchez alors qu'il est encore chaud, vous l'écraserez.

Pâte à pain et à pizza

Pour 4 petites pizzas ou 15 petits pains ronds

1 c. à c. de levure de boulanger
1 c. à c. de sucre
30 cl d'eau tiède
2 c. à s. d'huile d'olive extra-vierge
1 c. à c. de sel fin de mer
500 g de farine à pain

1. Mettez dans une grande terrine la levure, le sucre et l'eau et mélangez intimement.
2. Laissez reposer pendant 5 minutes jusqu'à ce que le mélange soit mousseux. Incorporez l'huile et le sel.
3. Ajoutez la farine petit à petit en remuant jusqu'à ce qu'elle soit presque entièrement absorbée par le liquide et qu'elle forme une boule.
4. Mettez celle-ci sur le plan de travail fariné et pétrissez-la pendant 4 à 5 minutes jusqu'à ce qu'elle soit lisse et de consistance satinée, mais encore ferme, en rajoutant suffisamment de farine pour empêcher la pâte de coller.
5. Mettez la boule de pâte dans une terrine propre, couvrez hermétiquement d'un film plastique et mettez le tout au réfrigérateur.
6. Laissez lever pendant 8 à 12 heures jusqu'à ce que la pâte ait doublé ou triplé de volume. (Vous pouvez garder cette pâte au réfrigérateur pendant 2 à 3 jours: enfoncez-la d'un coup de poing lorsque son volume a doublé ou triplé.)

Pizza Margherita

Temps de préparation : 45 mn.

C'est une des pizzas les plus célèbres dans toute l'Italie, le monde ! Elle fut dédiée à la reine Marguerite (Margherita) de Savoie (d'où son nom) par un certain Raffaele Esperito, « pizzaiolo » de son métier, c'est-à-dire cuisinier spécialisé dans la création de nouvelles pizzas.

Elle est d'autant plus célèbre qu'elle porte les couleurs du drapeau italien ! Cette pizza patriotique comprend, en effet, les trois ingrédients aux couleurs de l'Italie : le vert du basilic, le blanc de la mozzarella et le rouge des tomates.

La recette qui suit se fera dans un plat de 33 X 43 cm et les proportions sont conçues pour 4 personnes. Pour une « pizza-partie », on peut également faire des pizzas individuelles en découpant la pâte en 12 parts et en les plaçant dans des petits moules ronds. Le temps de cuisson sera alors réduit de 3 à 4 mn.

300 g de farine
20 g de levure
12,5 cl d'eau tiède
1/2 cuillérées à café de sel
2 c. à s. d'huile d'olive Pour la garniture :
800 g de tomates fraîches ou en boîte
2 boules de mozzarella fraîche
Sel
Poivre fraîchement moulu
12 feuilles de basilic frais
12.5 cl d'huile d'olive

1. Préparez la pâte : mettez la farine dans un grand saladier, creusez un puits au milieu et mettez-y la levure et le sel.
2. Malaxez avec l'eau tiède et formez une boule ; laissez reposer 1/4 d'heure dans un endroit tiède.
3. Ajoutez alors l'huile d'olive et repétrissez la pâte, qui doit être ni trop molle ni trop sèche.
4. Reformez une boule et recouvrez-la d'un peu de farine.
5. Enveloppez-la dans un torchon propre et laissez-la reposer environ 15 mn.
6. Huilez légèrement une lèchefrite et abaissez la pâte régulièrement au rouleau à pâtisserie.
7. Posez-la sur la lèchefrite et piquez-la avec une fourchette pour qu'elle n'éclate pas à la cuisson.

8. Pétrissez la pâte, soit avec une spatule en bois, soit encore avec vos doigts. (Si vous avez un bol à mixer électrique, utilisez le couteau « à pétrir »).
9. Aplatissez la pâte au rouleau à pâtisserie jusqu'à ce qu'elle soit uniformément épaisse, poudrez légèrement de farine.
10. Huilez légèrement une lèchefrite et posez-y la pâte ; piquez-la avec une fourchette à plusieurs endroits pour qu'elle n'éclate pas à la cuisson.
11. Répartissez les tomates bien égouttées si elles viennent d'une boîte, bien lavées et découpées en rondelles si elles sont fraîches.
12. Coupez la mozzarella en fines tranches et déposez-les sur les tomates.
13. Salez, poivrez et disposez les feuilles de basilic sur la pizza.
14. Laissez encore reposer 10 à 15 mn.
15. Allumez le four, thermostat 6.
16. Arrosez la pizza Marguerite d'huile d'olive et laissez cuire de 18 à 22 mn jusqu'à ce que la mozzarella fonde et que la pâte soit bien dorée.

Pizza Pisciotta 🍕

(Ugo : la pizza de la Mamie Pisciotta, c'est vrai que c'est un délice !)

1 Kg de farine
Levure de bière
3/4 de litre de lait.
1 verre d'huile d'olives,
Olives noires.
Câpres
Anchois
1 kg d'oignons
Une boîte de tomates pelées
Quelques tomates fraîches
Gruyère râpé

1. Faire fondre la levure dans du lait tiède.
2. Ajouter du sel et l'huile.
3. Faire la pâte en ajoutant, une fois qu'elle est bien pétrie (à moins d'avoir un robot adéquat pour pétrir),
4. Ajouter du lait si nécessaire de manière à rendre la pâte assez molle.
5. Éplucher les oignons, les faire cuire à feu lent, ajouter un peu d'huile puis, le contenu de la boîte de tomates.
6. Poivrez, salez, ajouter de l'huile si nécessaire et les tomates fraîches après les avoir pelées, on peut ajouter des herbes de Provence.
7. Faire monter la pâte pendant une heure.
8. Étaler la pâte dans des plats à four, mettre des petits morceaux de filets d'anchois, des câpres, des olives dénoyautées.
9. Avant de mettre chaque plat au four, étaler la farce. Faire cuire à 230° pendant 25 min environ (apprécier en soulevant la pizza avec une pointe de couteau).
10. Mettre du gruyère et laisser cuire encore 5 min environ (on peut mettre, aussi le gruyère à même la pâte, avant d'étaler la farce).
11. A titre indicatif, avec un kg de pâte on fait 4 à 5 plats de taille moyenne.

Pissaladière

Temps de préparation : 50 mn. Temps de repos : 2 à 3 h. Temps de cuisson : 30 à 35 mn.

250 g de farine
20 g de levure
12,5 cl de lait
1/2 cuillérées à café de sel
30 g de beurre mou
300 g d'oignons
3 c. à s. d'huile d'olive
12,5 cl de vin blanc
1/2 cuillérées à café de sel
Poivre fraîchement moulu
20 filets d'anchois
4 tomates
100 g d'olives noires de Nice
1 c. à s. de persil
100 g de poitrine fumée

1. Préparez la pâte : mettez la farine dans un saladier.
2. Faites fondre la levure dans le lait et mélangez-la à la farine, ajoutez le sel, le beurre et pétrissez la pâte vigoureusement.
3. Formez une boule et placez-la pendant 2 à 3 heures au réfrigérateur pour la laisser gonfler lentement.
4. Pendant ce temps, pelez les oignons et hachez-les très finement.
5. Faites chauffer l'huile dans une poêle et faites-y revenir les oignons avec le vin blanc, le sel et le poivre pendant une dizaine de minutes, jusqu'à ce que les oignons soient moelleux mais non dorés.
6. Coupez la poitrine fumée en petits dés.
7. Pelez les tomates et coupez-les en rondelles, faites égoutter les filets d'anchois, dénoyotez les olives.
8. Allumez le four, thermostat 6.
9. Sortez la pâte du réfrigérateur, abaissez-la au rouleau à pâtisserie et étalez-la sur un moule rond, piquez-la avec une fourchette et répartissez tous les ingrédients en commençant par les oignons, puis les anchois, les tomates, la poitrine fumée, les olives et enfin le persil.
10. Placez le plat dans le four et laissez cuire pendant 30 à 35 mn.

Focaccia

1 pâte à pizza
45 ml d'huile d'olive
Du gros sel de mer

1. Pétrir la pâte 3 à 4 minutes.
2. Enduire au pinceau une grande plaque de four à petits rebords de 15 ml d'huile d'olive.
3. Étaler la pâte sur la plaque en une couche de 2 cm d'épaisseur.
4. Bien la tasser avec les doigts.
5. Couvrir d'un linge et laisser lever 30 minutes dans un endroit assez chaud.
6. Préchauffer le four à 200° C.
7. Juste avant de l'enfourner, perforer régulièrement la surface de la pâte avec les doigts.
8. Badigeonner au pinceau avec l'huile restante et saupoudrer légèrement avec du gros sel.
9. Enfourner 25 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit dorée.
10. Couper en parts carrées.
11. Se déguste chaud ou à température ambiante, seul ou en accompagnement de viande.

ASTUCE

Pour congeler, laisser d'abord refroidir après la cuisson.

Envelopper dans du papier aluminium et congeler.

Dégeler et passer au four avant de servir.

Variante sublime : parsemer la pâte de brins de romarins avant de laisser lever 30 minutes.

Focaccia aux oignons

1 pâte à pizza
5 c. à s. d'huile d'olive
1 oignon de taille moyenne, haché menu
1/2 c. à s. de thym frais
Du gros sel de mer

1. Pétrir la pâte 3 à 4 minutes.
2. Enduire au pinceau une grande plaque de four à petits rebords à l'aide d'1 c. à s. d'huile d'olive.
3. Étaler la pâte sur la plaque en une couche de 2 cm d'épaisseur.
4. Bien la tasser avec les doigts.
5. Couvrir d'un linge et laisser lever 30 minutes dans un endroit assez chaud.
6. Préchauffer le four à 200° C (400° F).
7. Pendant que la pâte lève, chauffer 3 c. à s. d'huile dans une poêle de taille moyenne.
8. Ajouter l'oignon et laisser réduire sur feu doux.
9. Ajouter le thym.
10. Juste avant d'enfourner, perforer régulièrement la surface de la pâte avec les doigts.
11. Badigeonner au pinceau d'huile restante.
12. Répartir l'oignon sur le dessus et saupoudrer légèrement de gros sel. Enfourner 25 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit dorée.
13. Couper en parts carrées.
14. Se déguste chaud ou à température ambiante, seul ou en accompagnement de viande.

Notuce

*Cet appétissant pain plat est parsemé de petits oignons sautés.
Il peut être plié et garni de jambon ou de fromage et former un sandwich très
original.*

Variante sublime :

*Le dessus du pain est ici parsemé d'olives vertes dénoyautées enfoncées
dans la pâte. Les olives sont enfoncées dans la pâte avant d'enfourner.*

Paninis méditerranéens au fromage

3 c. à s. d'huile d'olive
4 ou 5 pulpes de tomates en boîte, finement hachées
Quelques feuilles de basilic ciselées
Sel et poivre noir fraîchement moulu
4 à 6 tranches de pain
1 gousse d'ail pelée et coupée en deux
75 g de mozzarella

1. Faire chauffer l'huile dans une poêle.
2. Ajouter les tomates et le basilic, puis assaisonner.
3. Cuire de feu doux à feu modéré 8 à 10 minutes.
4. Préchauffer le grill.
5. Griller légèrement le pain.
6. Quand il est un peu refroidi, frotter une face avec l'ail.
7. Étaler la préparation de tomates sur chaque morceau de pain et recouvrir d'une tranche de fromage.
8. Placer sous le grill jusqu'à ce que le fromage fonde et commence à cloquer (compter 5 à 8 minutes).
9. Servir chaud.

Gressins



250 g de pâte feuilletée surgelée pré-étalée.
2 cuil. à soupe de graines de lin "mélange du boulanger".
1/2 cuil. à café de fleur de sel.
40 g de beurre fondu.

1. Découpez au couteau la pâte feuilletée en lanières d'environ 1,5 cm de large.
2. Badigeonnez-les de beurre fondu, puis poudrez-les de graines et de cristaux de fleur de sel.
3. Torsadez-les, posez-les sur la tôle du four couverte de papier sulfurisé et réservez-les au réfrigérateur.
4. Préchauffez le four th. 7 (210 °C), puis enfournez les gressins.
5. Lorsqu'ils sont dorés, sortez-les du four, puis laissez-les refroidir avant de les mettre dans une boîte hermétique.

Ces gressins peuvent être cuits la veille s'ils sont bien gardés à l'abri de l'humidité, ou faits la veille et cuits à la dernière minute.

- Pour 30 gressins, achetez 2 abaisses de pâte feuilletée ; pour 45, 3 abaisses ; etc.
- Vous pouvez réaliser les gressins avec d'autres graines ou un mélange de graines (tournesol, sésame, pavot...).

Bagels maison



750 g de farine de blé
25 g de levure de boulanger fraîche
395 ml d'eau tiède
2 c-à-s d'huile d'olive
20 g miel liquide
40 g de graines de sésame doré
Sel

Pour le pochage :

20 g miel liquide
10 g fécule de maïs

1. Dans un grand bol, mélanger la farine, la levure émiettée et 2 grosses pincées de sel.
2. Ajouter progressivement en pétrissant l'eau, le miel et 2 c-à-s d'huile.
3. Pétrir 10 à 15 minutes pour obtenir une pâte élastique.
4. Diviser la pâte en 12 portions égales.
5. Avec chaque portion, former un boudin et en relier les extrémités pour former un bagel.
6. Ajouter un peu d'eau pour coller les deux extrémités.
7. Répéter l'opération avec toutes les portions.
8. Les placer sur une plaque préalablement recouverte de papier sulfurisé.
9. Saupoudrer un peu de farine et recouvrir d'un torchon propre.
10. Laisser pousser 50 minutes à température ambiante.
11. Préchauffer le four à 210°C, thermostat 7.
12. Pour le pochage, verser 3 L d'eau dans une grande casserole, ajouter la fécule de pommes de terre et le sel.
13. Chauffer jusqu'à ébullition.
14. Plonger les bagels dans l'eau, laisser pocher 2 minutes en les retournant à mi-cuisson.
15. Les déposer à nouveau sur la plaque de four.
16. Saupoudrer de graines de sésame et enfourner pour 20 minutes de cuisson.

CRÊPES etc.

Trucs et astuces

Pour réserver les crêpes au chaud, disposez-les sur une assiette posée sur un bain-marie frémissant et recouvrez-les de papier d'aluminium, plutôt que de les faire réchauffer au four où elles dessècheront.

Il est préférable de congeler de la pâte à crêpes, plutôt que des crêpes cuites : mettez-la dans une bouteille en plastique de 75 cl (sans la remplir complètement). Le jour où vous désirez faire des crêpes, sortez la bouteille à l'avance : le matin pour le soir. Après l'avoir secouée énergiquement, versez directement la pâte décongelée dans la crêpière.

Bien graisser la poêle

C'est un des secrets de la réussite des crêpes et il y a plusieurs moyens d'y parvenir de façon idéale :

- La première consiste à piquer au bout d'une fourchette un morceau de pomme de terre que l'on trempe dans de l'huile, du beurre fondu ou un mélange des deux ;
- La seconde, plus traditionnelle et donnant un goût plus rustique, s'effectue au moyen d'un morceau de lard gras piqué sur la pointe d'un couteau ;
- Enfin, on peut tout simplement essuyer la poêle entre chaque crêpe avec un petit tampon de tissu imprégné de matière grasse mais les doigts, à proximité de la chaleur, risquent de souffrir davantage.

Faire des crêpes bien fines

Le bon truc c'est d'utiliser une pâte bien fluide qui ne "colle" pas, d'en verser une louche dans la poêle, d'en enduire toute la surface et d'en rejeter l'excédent dans la terrine de pâte crue.

Parfumer la pâte

Différents parfums font merveille dans la pâte à crêpes, tels que :

- La vanille, sous forme d'essence, de poudre, de sucre aromatisé ou plus luxueusement en gousse dont on gratte les petits grains contenus à l'intérieur ;
- La classique fleur d'oranger dont on peut renforcer encore l'arôme avec des zestes fins de citron, d'orange, voire de mandarine;
- Toutes sortes de liqueurs et d'alcools qui peuvent servir, en outre, à flamber les crêpes.

De bons ustensiles

- La galettière en fonte pour la couleur locale, exige néanmoins un bon culottage, une musculature à l'avenant et un sérieux tour de main.
- Les poêles antiadhésives sont vivement conseillées aux débutants.
- Le râteau en bois pour répartir la pâte uniformément sur la galettière.
- La spatule en bois, indispensable pour plier et retourner crêpes, galettes, blinis, etc.

- Le cercle à flan (en vente dans les magasins pour professionnels) est utile pour mouler la pâte des crumpets, il doit être en métal assez lourd pour adhérer parfaitement à la poêle.

Que boire avec ?

On ne saurait déguster des galettes de froment autrement qu'avec du cidre, brut ou doux selon les goûts. Celles de blé noir se satisferont bien du goût plus neutre du gros lait ou du lait ribot, sorte de lait fermenté apparenté au yaourt à boire.

En ce qui concerne les blinis, on les accompagne le plus souvent de vodka frappée et pour ce qui est des pancakes, toutes les fantaisies sont permises mais disons qu'ils font surtout bon ménage avec les boissons chaudes.

Galettes de blé noir

10 min de préparation • 1 h de temps de repos • 2 min de cuisson par galette

Pour 20 galettes environ
500 g de farine de sarrasin
2 œufs
1 c. à c. de sel
Eau

1. Battez les œufs en omelette avec 2 verres d'eau.
2. Versez la farine et le sel dans une terrine et creusez-y un puits.
3. Incorporez petit à petit le mélange eau-œufs en remuant bien.
4. Complétez avec autant d'eau que nécessaire jusqu'à l'obtention d'une pâte fluide et souple.
5. Laissez reposer pendant au moins 1 h pour que le blé noir acquière l'épaisseur et la texture adéquates et rallongez avec un peu d'eau si nécessaire.
6. Faites chauffer une galettière (poêle spéciale en fonte) ou une crêpière graissée et versez-y une petite quantité de pâte.
7. Étalez-la très rapidement avec une petite raclette en bois spéciale et laissez cuire jusqu'à ce que la pâte soit figée et se décolle nettement sur le pourtour.
8. Retournez la galette avec une spatule et faites-la cuire 1 min de l'autre côté.
9. Dégustez sans attendre, avec un mélange salé.

Galette complète

Par galette de blé noir

1 œuf extra-frais

1 fine tranche de jambon cuit

30 g de fromage râpé (emmental ou comté)

20 g de beurre salé fleur de sel, poivre

1. Une fois retournée et cuite des deux côtés, beurrez-la généreusement, disposez la tranche de jambon au centre, parsemez d'emmental râpé, puis cassez l'œuf en dernier, en essayant de ne pas briser le jaune.
2. Salez et poivrez celui-ci.
3. Lorsque le blanc est laiteux et le fromage fondu, repliez chaque bord de la galette vers le centre, de façon à ce que seul le jaune apparaisse.
4. Parsemez de noisettes de beurre et servez aussitôt.
5. On peut remplacer le jambon par du lard paysan dégraissé.

Crêpes de froment

10 min de préparation • 1 h de temps de repos • 2 min de cuisson par galette
Pour 20 crêpes environ

250 g de farine
3 œufs
50 cl de lait
50 g de beurre
25 g de sucre
1/2 c. à c. de sel

1. Dans une terrine, mélangez la farine, le sel et le sucre.
2. Creusez un puits au centre.
3. Cassez les œufs dans un grand bol et battez-les en omelette en incorporant un verre de lait.
4. Versez cette préparation dans la farine et travaillez-la vigoureusement au fouet jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et sans grumeaux.
5. Faites fondre le beurre.
6. Ajoutez progressivement le reste de lait et le beurre fondu.
7. Laissez reposer pendant au moins 1 h.
8. La cuisson des crêpes s'effectue comme celle des galettes.
9. Servez avec un mélange sucré.

Blinis

20 min de préparation • 1 h 30 de temps de repos • 5 à 7 min de cuisson par blini

Pour 12 blinis environ

250 g de farine

1 sachet de levure de boulanger déshydratée ou 7 g de levure fraîche

60 cl de lait environ 3 œufs

10 cl de crème fleurette beurre pour la cuisson

Sel

1. Faites gonfler la levure dans 10 cl de lait tiède pendant 10 min.
2. Versez la farine et le sel dans une terrine et creusez-y un puits.
3. Avec une fourchette, fouettez légèrement les jaunes (réservez les blancs) avec la levure puis versez au centre de la terrine.
4. Mélangez en ajoutant petit à petit le reste de lait et la crème fleurette tiédés.
5. Laissez lever 1 h dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air.
6. Montez les blancs en neige assez souples et incorporez-les délicatement à la préparation, qui doit être légère et présenter de petites bulles à la surface.
7. Laissez lever à nouveau 20 min.
8. Faites fondre dans une poêle de petit diamètre un peu de beurre et versez-y une louche de pâte sur 2 cm d'épaisseur environ.
9. Laissez cuire à feu doux.
10. Lorsque la surface du blinis est sèche, retournez-le à l'aide d'une spatule et poursuivez la cuisson de l'autre côté.
11. Faites cuire les autres blinis de la même façon jusqu'à épuisement de la pâte en les gardant au chaud au fur et à mesure dans le four à 80 °C, enveloppés de papier aluminium.

Muffins

30 min de préparation, 2 h de temps de repos, 12 min de cuisson

Pour 6 à 8 muffins

500 g de farine

1 c. à c. de sel

1 sachet de levure de boulanger déshydratée

1 c. à c. de sucre en poudre

20 cl d'eau

20 cl de lait

50 g de semoule très fine

1. Faites gonfler la levure déshydratée dans la moitié de l'eau tiède.
2. Dans une terrine, mélangez la farine, le sel et le sucre et creusez-y un puits.
3. Versez au centre la levure délayée, le lait et le reste d'eau tiédis.
4. Pétrissez cette pâte jusqu'à ce qu'elle soit souple et élastique (en vous aidant au besoin d'un robot muni de pales pétrisseuses) et jusqu'à ce que tout le liquide soit absorbé.
5. Couvrez avec un linge et laissez gonfler dans un endroit chaud pendant 1 h.
6. Rompez la pâte à nouveau pendant 5 min et laissez reposer pendant 30 min.
7. Partagez la pâte en 8 boulettes et roulez-les sur une plaque de cuisson dans de la semoule très fine.
8. Placez par-dessus un torchon et laissez lever encore 30 min dans un endroit chaud.
9. Faites chauffer à feu doux une poêle en fonte non graissée et disposez-y 4 muffins (côté haut lors de la dernière levée), en contact direct avec la chaleur de la poêle (c'est-à-dire en les retournant).
10. Laissez-les cuire 6 min de chaque côté et tenez-les au chaud en attendant la cuisson de la tournée suivante.
11. Servez avec du beurre et de la confiture.

Pancakes

10 min de préparation, 1 h de temps de repos, 5 min de cuisson

Pour 12 pancakes environ

250 g de farine
2 c. à c. de levure chimique
1 c. à s. de sucre
30 g de beurre fondu (2 c. à soupe)
10 cl de crème fleurette
40 cl de lait
1 œuf + 2 blancs
1/2 c. à c. de sel
Beurre pour la cuisson

1. Dans une terrine, mélangez la farine, la levure, le sel et le sucre.
2. Dans un autre récipient, fouettez vivement l'œuf avec la crème, le beurre fondu et le lait.
3. Réunissez le contenu de ces deux récipients et fouettez pour obtenir une pâte homogène.
4. Montez les blancs en neige assez souples et incorporez-les à la pâte.
5. Laissez reposer pendant 1 h à température ambiante.
6. Faites fondre un peu de beurre dans une petite poêle et versez-y une petite louche de pâte.
7. Laissez cuire le pancake à feu modéré et, dès que de petites bulles apparaissent à la surface, retournez-le avec une spatule.
8. Poursuivez la cuisson jusqu'à ce que la pâte n'attache plus en dessous, signe qu'elle est cuite.
9. Servez chaud avec du sirop d'érable ou de maïs.

Crêpes Suzette

1 h de préparation, 2 h de temps de repos, 3 min de cuisson

Pour 6/8 personnes (18 crêpes moyennes)

Pâte à crêpes sucrée

250 g de farine

3 œufs entiers

100 g de sucre

40 cl de lait

20 cl d'eau ou de cidre ou de bière

60 g de beurre

1 bonne pincée de sel

Un peu d'eau de fleur d'oranger

Garniture

150 g de beurre extra-fin

150 g de sucre glace

Le zeste finement râpé d'une orange

10 cl de liqueur d'orange (Cointreau, Grand-Marnier, Curaçao)

1 c. à s. de sucre en poudre

Confection de la pâte à crêpes sucrée

1. Faites fondre le beurre dans une petite casserole.
2. Dans un bol, battez les œufs en omelette avec le sel.
3. Mettez la farine et le sucre dans une terrine et creusez un puits au centre.
4. Versez les œufs et le lait et mélangez au fouet pour amalgamer soigneusement les ingrédients.
5. Allongez la pâte avec le reste de liquide — eau, cidre ou bière — et ajoutez le beurre fondu.
6. Laissez reposer la pâte au moins 2 h au frais.
7. Si, après avoir reposé, la pâte a épaissi, rallongez-la avec un peu de lait.
8. Aromatisez cette pâte avec un peu d'eau de fleur d'oranger.
9. Confectionnez une vingtaine de crêpes très fines dans une poêle moyenne légèrement graissée.
10. Empilez-les au fur et à mesure, ainsi, resteront-elles souples.

Préparation de la garniture

1. Râpez très finement le zeste de l'orange et mélangez-le au beurre mou, au sucre glace et à 1 c. à s. de liqueur.
2. Étalez une mince couche de crème sur chaque crêpe, pliez-les en triangle et rangez-les en éventail dans un plat allant au four.
3. Faites réchauffer les crêpes dans le four à 100 °C (th. 2/3) durant 10 min, avant de servir.
4. Apportez les crêpes à table, saupoudrez-les de sucre en poudre et versez la liqueur tiédie.
5. Enflammez et arrosez régulièrement jusqu'à l'extinction des flammes.
6. Servez aussitôt.
7. Vous pouvez remplacer l'orange par une mandarine et la liqueur par de la Mandarine Impériale.

LÉGUMES

Artichauts poivrade à la romaine

10 artichauts poivrade
8 gousses d'ail
1 citron
15 cl d'huile d'olive
50 cl de vin blanc sec
1/2 bouquet de persil plat
1/2 c. à c. de piment (doux ou fort)
Gros sel

1. Rincez et hachez finement les feuilles de persil.
2. Pelez et écrasez les gousses d'ail en purée.
3. Coupez la moitié des tiges des artichauts et pelez-les.
4. Pressez le citron dans une jatte.
5. Gardez les morceaux de citron.
6. Effeuillez les artichauts en cassant les feuilles vers le bas jusqu'à ce qu'il ne reste plus que le cœur.
7. Retirez le cône restant et creusez le centre pour ôter le foin.
8. Rincez les artichauts, puis citronnez-les.
9. Chauffez la moitié de l'huile dans une sauteuse.
10. Faites-y revenir 2 min la purée d'ail avec le persil, puis ajoutez les artichauts.
11. Mélangez pendant 2 min.
12. Versez le vin blanc, le restant d'huile, les morceaux de citron.
13. Assaisonnez de gros sel et de piment.
14. Couvrez à demi la sauteuse.
15. Laissez mijoter env. 40 min.
16. Faites refroidir les artichauts dans le jus de cuisson.
17. Ôtez les morceaux de citron.
18. Disposez les artichauts tête en bas dans un plat creux.
19. Faites réduire le jus de cuisson de moitié et laissez-le refroidir.
20. Répartissez les artichauts dans les assiettes, nappez-les avec la sauce et servez-les en entrée.

Épinards à l'huile d'olive

300 g d'épinards
1 gousse d'ail
3 c. soupe d'huile d'olive
2 pincées de sel
1 pincée de piment moulu

1. Laver les épinards.
2. Faire bouillir à feu élevé durant une dizaine de minutes.
3. Égoutter.
4. Déposer les épinards dans un bol et ajouter l'ail finement coupé, l'huile d'olive, le sel et le piment en grain.
5. Bien mélanger.
6. Prêt à servir.

Poêlée d'épinards frais au beurre

8 grosses poignées épinards frais
Un oignon
Une gousse d'ail
50g de beurre
Sel
Poivre

1. Éliminez les queues des feuilles d'épinards en tirant dessus. Pelez et hachez l'oignon et la gousse d'ail.
2. Faites chauffer le beurre dans une grande sauteuse. Lorsqu'il est mousseux, placez-y l'oignon et l'ail hachés.
3. Laissez-les dorer pendant 5 à 10 min, l'oignon doit être bien blond.
4. Ajoutez les feuilles d'épinards d'un coup et couvrez 2 min. Le volume des épinards va largement diminuer.
5. Retirez le couvercle et mélangez soigneusement, jusqu'à ce que tous les épinards soient "tombés". Salez, poivrez. Servez immédiatement.

Les plus jeunes pousses d'épinards sont tellement fines que l'on peut les déguster crues, en salade.

Poivrons farcis à la sicilienne

4 poivrons rouges
150 g de chapelure
100 g de pecorino râpé
400 g de tomates
Une botte de basilic
2 gousses d'ail
5 cl d'huile d'olive
Sel, poivre

1. Disposer les poivrons dans un plat allant au four
2. Faites-les griller 10 minutes de chaque côté
3. Les mettre dans un sac en plastique, attendre un peu, et les peler.
4. Éépiner et hacher les tomates
5. Hacher les tomates en petits dés
6. Hacher les gousses d'ail
7. Ciseler les feuilles de basilic
8. Déposer dans un récipient la chapelure, l'ail, le pécorino, le basilic, les tomates.
9. Saler et poivrer
10. Verser l'huile d'olive, mélanger avec une spatule en bois.
11. Déposer délicatement la farce sur la chair des poivrons.
12. Enrouler les poivrons sur eux même, dresser les dans un plat de service
13. Décorer avec du pecorino, du basilic et un filet d'huile d'olive.

Lard à la paysanne

1 kg de pommes de terre
200 g. de lard fumé
200 g. de jambon lorrain
4 oignons
4 œufs
100 g. de crème fraîche
50 g. de beurre
Sel, poivre, muscade.

1. Faire cuire 10 minutes les pommes de terre épluchées dans de l'eau bouillante salée.
2. Couper le lard en lanières fines et les tranches de jambon en deux.
3. Les faire rissoler légèrement dans du beurre.
4. Ajouter les oignons émincés et continuer la cuisson pendant 5 minutes.
5. Egoutter les pommes de terre et les couper en tranches épaisses.
6. Beurrer un plat à gratin.
7. Recouvrir le fond d'une couche de pommes de terre, puis de la viande et des oignons.
8. Terminer par les pommes de terre.
9. Battre les œufs avec la crème, la muscade et le poivre.
10. Verser sur la préparation et faire cuire 1/2 heure à four moyen.

Gratin dauphinois

Un plat à gratin de 2 litres
1 gousse d'ail
1 kilo de pommes de terre à chair ferme (Belle de Fontenay, Charlotte)
1/2 litre de lait entier
125 g de gruyère suisse fraîchement râpé
6 c. à s. de crème fraîche épaisse
Sel fin et poivre noir du moulin

1. Préchauffez le four à 190 'C (thermostat 4/5).
2. Pelez et émincez très finement les pommes de terre. Pelez et coupez la gousse d'ail en deux.
3. Frottez l'intérieur du plat à gratin avec l'ail.
4. Dans un grand saladier, mettez les pommes de terre, les trois quarts du fromage, le lait et la crème, salez et poivrez.
5. Mélangez intimement.
6. Étalez ce mélange dans le plat à gratin, versez le liquide dessus et saupoudrez avec le reste du fromage.
7. Mettez le plat dans le four à mi-hauteur et faites cuire pendant une heure 15 jusqu'à ce que le dessus du gratin soit doré.

Aubergines alla « parmigiana » 🍷🍷



Temps de préparation : 25 minutes Temps de cuisson : 40 minutes

4 aubergines
1 brique de coulis de tomates au naturel
80 g de parmesan fraîchement râpé
50 g de farine
2 œufs
3 brins de basilic
3 brins de thym
8 cuil. à soupe d'huile d'olive
Sel poivre

1. Lavez les aubergines et éliminez leurs extrémités.
2. Coupez-les en tranches de 1/2 cm d'épaisseur dans le sens de la longueur, poudrez-les de sel et laissez dégorger 15 min dans une passoire.
3. Effeuiliez et ciselez le basilic, émiettez le thym. Réservez ces herbes. Préchauffez le four à 210° (th 7).
4. Dans une assiette creuse, battez les œufs en omelette et mettez la farine dans une autre assiette.
5. Épongez les aubergines dans du papier absorbant, passez chaque tranche d'abord dans la farine, puis dans les œufs battus.
6. Dans une sauteuse, faites chauffer l'huile.
7. Faites-y frire les tranches d'aubergine jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées sur les deux faces.
8. Égouttez-les sur du papier absorbant puis disposez-les dans un plat à four en les saupoudrant au fur et à mesure de parmesan.
9. Nappez le plat de coulis de tomates, parsemez d'herbes, salez, poivrez et enfournez pour 30 min.
10. Servez chaud ou froid.

Beignets de courgettes au parmesan 🍷



Temps de préparation : 15 minutes Temps de cuisson : 15 minutes

4 courgettes moyennes
200 g de parmesan
2 petits oignons
80 g de farine de froment
1 œuf
3 cuil. à soupe d'huile d'olive
Sel poivre

1. Dans un saladier, battez l'œuf avec 2 cuil. à soupe d'eau, salez et poivrez.
2. Ajoutez la farine tamisée puis mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.
3. Lavez puis râpez les courgettes. Posez-les sur un torchon pour éliminer l'humidité.
4. Épluchez et émincez les oignons.
5. Faites rissoler courgettes et oignons dans une poêle avec 2 cuil. à soupe d'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient bien dorées. Laissez refroidir.
6. Incorporez le mélange à la pâte puis formez des disques à l'aide d'une cuillère. Faites-les frire dans la poêle avec le reste d'huile d'olive. Espacez bien les disques et aplatissez-les avec une cuillère.
7. Faites-les cuire environ 3 minutes de chaque côté.
8. Déposez les beignets sur une assiette et disposez les copeaux de parmesan sur chaque croquette.
9. Arrosez d'un filet de vinaigre balsamique et décorez à volonté.

Terrine de poivrons grillés 🍷

Cette terrine est parfaite pour un dîner car elle doit être préparée à l'avance pour que le goût soit plus développé. Préparer la sauce le jour même du service. Servir avec du pain italien chaud.

Pour 6 personnes

8 poivrons (rouge, jaune et orange)
675 g de mascarpone ou de ricotta
3 œufs, blancs et jaunes séparés
2 c. à s. de persil plat grossièrement haché et de feuilles de basilic
2 grosses gousses d'ail grossièrement hachées
2 poivrons (rouge, jaune ou orange) épépinés et grossièrement hachés
2 c. à s. d'huile d'olive extra-vierge
2 c. à c. de vinaigre balsamique
Quelques feuilles de basilic
Une pincée de sucre
Sel et poivre noir fraîchement moulu

1. Placer les poivrons sous un grill chaud 8 à 10 minutes en les tournant fréquemment jusqu'à ce que leur peau soit noire et cloquée, puis les laisser refroidir.
2. Peler les poivrons sous l'eau froide et les épépiner.
3. Les égoutter et sécher sur un papier absorbant, puis couper sept d'entre eux en fines lamelles dans le sens de la longueur.
4. Réserver le dernier pour la sauce.
5. Placer le mascarpone dans un saladier avec les jaunes d'œufs, les herbes et la moitié de l'ail.
6. Saler et poivrer. Bien mélanger.
7. Dans un autre récipient, monter les blancs en neige, puis les incorporer à la préparation au mascarpone.
8. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
9. Graisser un moule à cake de 900 g.
10. Placer un tiers de la préparation dans le moule et égaliser le dessus.
11. Placer la moitié des lamelles de poivrons, puis recouvrir du mélange.
12. Répéter l'opération jusqu'à ce qu'il n'y ait plus ni mélange, ni lamelle.
13. Couvrir à l'aide d'une feuille de papier aluminium et enfourner au bain-marie une heure.
14. Laisser refroidir dans le bain-marie, puis le retirer et placer au réfrigérateur au moins 8 heures.
15. Quelques heures avant de servir, préparer la sauce.
16. Placer le reste des poivrons grillés et les poivrons frais dans un robot ménager.
17. Ajouter le reste d'ail, l'huile et le vinaigre.
18. Mixer jusqu'à ce que la préparation soit homogène.
19. Verser la sauce dans un bol.
20. Saler et poivrer, puis la placer dans le réfrigérateur jusqu'au moment du service.
21. Démouler la terrine et la trancher finement.

22. Garnir de feuilles de basilic fraîches et servir froid avec la sauce.

Criques

Un kg de pommes de terre

2 œufs

30 g de beurre

Sel, persil, ail

1. Râper les pommes de terre crues
2. Préparer les œufs comme une omelette ordinaire
3. Y ajouter les pommes de terre râpées, avec une persillade assaisonnée
4. Mettre chauffer le beurre dans la poêle et verser le mélange
5. Cuire 10 minutes à feu modéré
6. Retourner comme une crêpe et laisser dorer 5 minutes
7. Servir chaud.

PURÉE

La purée !

Et pourquoi pas, après tout ?

1 kg de grosses pommes de terre à chair farineuse (bintje ou estima)
30 cl de lait
50 à 100 g de beurre
Gros sel
Sel, poivre.

1. Rincez les pommes de terre et plongez-les dans une grande casserole d'eau froide salée (10 g par litre).
2. Portez à ébullition et cuisez-les environ 25 min.
3. Pelez les pommes de terre et passez-les au moulin à légumes grille fine (pas au mixer, ça la rend élastique).
4. Versez la purée dans une casserole puis faites-la dessécher 5 min sur feu moyen en remuant avec une spatule.
5. Hors du feu, incorporez-lui le beurre froid par petits morceaux, en remuant énergiquement.
6. Portez le lait à ébullition. Ajoutez-le progressivement dans la purée toujours en remuant vigoureusement.
7. Salez et poivrez.

ASTUCE GEANTE

*Remplacez le lait par 20 cl de crème liquide chaude.
Écrasez la purée puis ajoutez la crème, 4 cuillérées d'huile d'olive,
1 c. à s. de persil plat haché et 12 olives noires hachées fin.*

Et ça... c'est divin avec les côtelettes d'agneau grillées au feu de bois

Purée de pommes de terre à l'huile d'olive et au parmesan



1 kg de pommes de terre à chair ferme (BF 15. Ratte)
1/2 litre de lait entier
30 g de parmesan fraîchement râpé
Sel de mer fin
4 c. d'huile d'olive extra vierge

1. Brossez les pommes de terre et pelez-les.
2. Versez 1 litre d'eau dans le fond d'une marmite à vapeur et portez à ébullition.
3. Posez les pommes de terre dans le panier de cuisson, mettez celui-ci en place, couvrez, et faites cuire pendant 20 à 30 minutes (la pointe d'un couteau enfoncée dans la chair doit ressortir facilement).
4. Versez le lait dans une casserole et portez à ébullition sur feu vif.
5. Réservez.
6. Passez les pommes de terre au moulin à légumes, grille moyenne, au-dessus d'une grande casserole à fond épais.
7. Ajoutez une pincée de sel et l'huile d'olive, petit à petit, en remuant avec une cuiller en bois jusqu'à ce qu'elle soit entièrement absorbée et que le mélange devienne mousseux et léger.
8. Ajoutez lentement les 3/4 du lait bouillant en un mince filet, toujours en remuant vigoureusement, jusqu'à ce que tout le lait soit absorbé.
9. Posez la casserole sur feu doux et continuez à remuer.
10. Si la purée semble un peu lourde ou pâteuse, rajoutez un peu de lait en remuant sans arrêt.
11. Incorporez enfin le fromage.
12. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
13. La purée peut être préparée 1 heure à l'avance.
14. Tenez-la au chaud au bain-marie en la remuant de temps en temps pour qu'elle reste lisse.

Purée gratinée

Préparation : 5 mn Cuisson : 10 mn

600 g de purée de pommes de terre
150 g de fromage râpé
2 œufs
50 g de beurre
Sel, poivre

1. Préchauffez le four th. 7 (210°).
2. Beurrez un plat à gratin.
3. Mélangez la purée avec la moitié du fromage râpé, vérifiez l'assaisonnement, salez et poivrez si nécessaire, mélangez bien.
4. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes.
5. Ajoutez les jaunes à la purée.
6. Battez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel, incorporez-les délicatement à la purée.
7. Versez la purée dans le plat, saupoudrez avec le reste de fromage râpé et laissez cuire 10 minutes.
8. Passez sous le gril 5 minutes pour colorer le dessus.
9. Servez bien chaud.

VIANDES

AGNEAU

Côtelettes d'agneau panées au parmesan 🍷

8 côtelettes d'agneau parées et dégraissées (180 à 270 g chacune)

90 g de parmesan fraîchement râpé, versé dans un plat creux

2 gros œufs légèrement battus, dans un autre plat creux

Sel de mer fin

Poivre noir du moulin

1 tasse de fine chapelure, dans un troisième plat creux

50 cl d'huile d'arachide pour la friture

2 citrons coupés en quartiers pour la garniture

1. Avec un attendrisseur ou, à défaut, un pilon, aplatissez la noix de viande des côtelettes d'agneau pour leur donner une forme régulière, mais sans les écraser comme des galettes.
2. En tenant les côtelettes par le manche, passez-les une par une dans le fromage râpé, une face après l'autre, en les secouant légèrement pour laisser tomber l'excédent.
3. Passez-les ensuite aussitôt dans les œufs battus, puis, pour terminer, dans la chapelure.
4. Mettez les côtelettes panées au fur et à mesure dans une assiette pendant que vous préparez les autres. (Vous pouvez procéder à cette opération une heure à l'avance et les garder à température ambiante, ou 4 heures à l'avance et les mettre alors au réfrigérateur ; sortez-les cependant du réfrigérateur une heure avant de les faire cuire.)
5. Faites chauffer l'huile sur feu modéré dans une grande poêle à rebord.
6. Quand elle est bien chaude mais avant qu'elle ne fume, rangez dans la poêle autant de côtelettes qu'elle peut en contenir sans qu'elles soient entassées.
7. Laissez-les cuire pendant 4 minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
8. En prenant des pincettes, retournez-les délicatement en veillant à ne pas abîmer la panure, salez et poivrez-les. Laissez-les cuire de l'autre côté pendant encore 4 minutes jusqu'à ce qu'elles soient également dorées de ce côté.
9. Assaisonnez-les à nouveau et égouttez-les rapidement sur du papier de cuisine.
10. Servez aussitôt sur des assiettes chaudes avec des quartiers de citron.

Ce plat robuste mérite un bon vin rouge

Côtelettes d'agneau marinées et grillées 🍷🍷🍷

Ne salez pas la viande avant cuisson, sinon elle va rendre tout son jus savoureux. Ces côtelettes d'agneau minces et goûteuses portent en italien le nom de «scottadito », c'est-à-dire «à brûle-doigts», ce qui veut dire qu'on peut les déguster avec les mains.

8 côtelettes d'agneau parées et dégraissées (180 à 270 g chacune)
6 cl d'huile d'olive extra vierge
Sel de mer fin
Poivre noir du moulin
3 c. à s. de jus de citron pressé
Quartiers de citron pour la garniture

1. Mélangez dans un grand plat creux l'huile et le jus de citron, mettez les côtelettes d'agneau dedans et laissez-les mariner à température ambiante pendant au moins 1 heure (jusqu'à 3 heures), en les retournant de temps en temps.
2. Égouttez-les, épongez-les et réservez-les.
3. Faites chauffer une lourde poêle ou une grande sauteuse en fonte pendant 5 minutes sur feu vif.
4. Vous pouvez aussi préparer un feu de charbon de bois : il est prêt lorsque les braises sont rouges et couvertes de cendres.
5. Si vous utilisez une poêle ou une sauteuse, baissez le feu, posez les côtelettes d'agneau dedans et faites-les cuire pendant 2 minutes de chaque côté jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées (si vous les aimez saignantes).
6. Salez et poivrez les côtelettes quand elles sont cuites.
7. Posez-les sur des assiettes chaudes et servez aussitôt avec des quartiers de citron.

Proposez en même temps un rouge bien charpenté, un bon accord avec ces côtelettes d'agneau délicieusement simples.

Agneau aux petits pois et cœurs d'artichauts 🍷🍷

(Jeannot)

Huit côtelettes épaisses dans la rognonnade
Un collier d'agneau coupé en quatre
Un morceau de selle d'agneau
Huit artichauts violets
500 g de petits pois frais ou surgelés extra fin (pas de boîte, c'est une catastrophe)
3 ou 4 paquets de cébettes sans le vert
½ paquets de persil
½ flacons de paprika
L'harissa donne un goût de chez nous

1. A froid : Mettre dans une marmite de l'huile d'olive l'agneau rincé à l'eau au préalable et le paprika
2. Mélanger soigneusement le tout
3. Faire revenir le tout
4. Attention : sans remuer : Poser soigneusement par-dessus les petits pois
5. Poser les cebettes dont on a enlevé le vert
6. Poser les cœurs d'artichauts coupés en deux
7. Ajouter le persil
8. Saler, poivrer
9. Couvrir
10. Laisser cuire à petit feu
11. C'est cuit lorsque le cœur d'artichaut est cuit

Moussaka

Pour 6 personnes
Préparation : 45 mn Cuisson : 1 h 15

4 grosses aubergines
500 g d'épaule d'agneau hachée au couteau
1 boîte 2/2 (400 g) de pulpe de tomate
4 tomates
1 oignon
1 gousse d'ail
1 c. à s. de persil
15 cl de vin blanc
50 g de beurre
50 g de farine
50 cl de lait
75 g de fromage de brebis râpé
Huile d'olive
Sel, poivre
Piment en poudre.

1. Tailler les aubergines en fines tranches, les ranger par couches dans une passoire en les salant à mesure.
2. Laisser dégorger 1 h.
3. Frire l'oignon et l'ail hachés dans 1 c. à s. d'huile d'olive, verser le vin, faire bouillir 5 mn, ajouter l'agneau et 3 pincées de piment, saler, poivrer.
4. Incorporer la pulpe de tomate, cuire 30 mn.
5. Préparer une béchamel : faire fondre le beurre et la farine sur feu doux, verser peu à peu le lait froid. Faire épaissir en remuant 3 à 4 mn dès l'ébullition.
6. Frire les aubergines en 3 fois dans une poêle antiadhésive avec chaque fois 2 à 3 c. à s. d'huile d'olive.
7. Égoutter sur du papier absorbant.
8. Tapisser le fond, puis les parois d'un moule à soufflé avec les lamelles d'aubergines, en les laissant déborder.
9. Garnir avec la moitié de viande, dessus une couche de béchamel, la moitié du fromage, le reste de viande, de béchamel, de fromage.
10. Couvrir d'aubergines restantes et rabattre celles qui débordent.
11. Cuire 40 mn au four préchauffé à 180 °C.
12. Attendre 10 mn, démouler.
13. Décorer de tranches de tomates et de persil.

Gigot à la provençale

Pour 10 personnes

1 gigot d'agneau avec l'os de 2,5 kilos environ
2 gros bouquets garnis, préparés chacun avec plusieurs brins de persil, de thym, de sarriette, de romarin, quelques feuilles de laurier liés en bottillon avec de la ficelle de cuisine, romarin (facultatif)
6 têtes d'ail entières
2 c. à s. d'huile d'olive extra-vierge
Sel de mer et poivre noir du moulin

1. Préchauffez le four à 220 °C (thermostat 7/8).
2. Coupez le tiers supérieur des têtes d'ail et jetez-le.
3. Mettez-les dans le plat, face coupée dessus, et arrosez-les d'huile.
4. Disposez les bouquets garnis autour.
5. Placez une petite grille à rôtir rectangulaire sur le plat. (A moins que vous ne posiez le gigot sur un lit de romarin.)
6. Enduisez le gigot d'huile d'olive, salez-le et poivrez-le généreusement.
7. Posez-le sur la grille (ou le lit de romarin) de manière qu'il puisse rôtir régulièrement. Mettez le plat dans le four et faites rôtir en comptant 10 à 12 minutes par livre pour une cuisson saignante, 15 minutes si on le désire un peu plus cuit.
8. Retournez le gigot plusieurs fois pendant la cuisson en l'arrosant de temps en temps.
9. Sortez le gigot du four et assaisonnez-le encore une fois généreusement.
10. Sur une grande planche à découper, posez une petite assiette à l'envers sur une grande assiette. Posez le gigot, os en l'air, relevé contre l'assiette renversée. Recouvrez-le d'une feuille d'aluminium sans serrer et laissez reposer pendant au moins 25 minutes et jusqu'à 1 heure.
11. Posez les gousses d'ail sur une grande assiette, en laissant le jus dans le plat. Couvrez-les et tenez-les au chaud dans le four à chaleur douce jusqu'à ce que le gigot soit prêt.
12. Pendant ce temps, préparez la sauce : posez le plat à rôtir sur feu modéré et grattez les sucs de cuisson qui attachent au fond.

13. Faites cuire pendant 2 à 3 minutes en grattant et en remuant jusqu'à ce que le jus soit presque caramélisé. Ne le laissez pas brûler. Retirez l'excès de graisse avec une cuiller.
14. Ajoutez ensuite plusieurs cuillerées d'eau froide pour déglacer le plat (l'eau chaude risquerait de troubler la sauce). Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez mijoter pendant 5 minutes jusqu'à ce que la sauce épaisse.
15. Passez la sauce au chinois et versez-la dans une saucière. Découpez le gigot en tranches très fines. Rangez-les sur de grandes assiettes de service chaudes et entourez-les de gousses d'ail.

Zitounia

La zitounia peut se réaliser avec du veau, du bœuf, du poulet ou de l'agneau.

Préparation : 20 min. Cuisson : 1 h 25.

600 g de collier de veau désossé.
200 g d'olives vertes.
100 g de concentré de tomates.
2 oignons.
2 gousses d'ail.
10 g de paprika doux.
10 g de coriandre moulue.
1 trait de vinaigre blanc.
5 cl d'huile d'olive.
Sel. Poivre.

1. Dès le début, prenez la précaution de ne pas trop saler la sauce : les olives apporteront largement le sel nécessaire à l'assaisonnement du plat.
2. Si vous le souhaitez, remplacez le collier de veau par un savoureux morceau d'épaule.
3. Sur une planche à découper, taillez le collier de veau en gros cubes réguliers d'environ 50 g.
4. Salez et poivrez la viande.
5. Saupoudrez de coriandre moulue.
6. Épluchez et émincez les oignons.
7. Faites chauffer de l'huile d'olive dans votre poêle.
8. Lorsqu'elle est bien chaude, faites rissoler les lamelles d'oignons.
9. Quand les oignons commencent à dorer, ajoutez la viande épicée dans la poêle.
10. Laissez-la mijoter 5 min sur le feu, le temps qu'elle soit saisie.
11. Ajoutez le paprika, le concentré de tomates et l'ail pilé. Mélangez sur le feu jusqu'à obtention d'une sauce homogène.
12. Ajoutez un verre d'eau, couvrez.
13. Faites cuire 1 h.
14. Coupez les olives en rondelles.
15. Versez-les dans le ragoût lorsque le collier de veau est tendre.
16. Mélangez.
17. Achevez la cuisson 15 min.
18. Ajoutez un filet de vinaigre dans la sauce avant de servir.

Tagine d'agneau

Ce type de plat tire son nom de la marmite en terre cuite traditionnellement utilisée pour sa préparation.

115 g d'abricots secs
2 c. à s. d'huile d'olive
1 gros oignon haché
1 kg d'épaule d'agneau désossée, coupée en cubes
1 c. à c. de cumin en poudre
1 c. à c. de coriandre en poudre
1 c. à c. de cannelle en poudre
Le zeste râpé et le jus d'une demi-orange
1 c. à c. de filaments de safran
1 c. à s. d'amandes en poudre
30 cl de bouillon de volaille
1 c. à s. de graines de sésame
Sel et poivre du moulin
Persil frais pour la garniture
Couscous en accompagnement

1. Coupez les abricots en deux et mettez-les dans un bol avec 15 cl d'eau. Laissez tremper une nuit.
2. Préchauffez le four à 200 °C (therm. 5).
3. Mettez l'huile d'olive dans une cocotte en fonte.
4. Faites dorer l'oignon haché 10 minutes sans le laisser noircir.
5. Ajoutez les cubes d'agneau, le cumin, la coriandre et la cannelle, salez et poivrez.
6. Mélangez de façon à enrober d'épices les morceaux de viande.
7. Laissez cuire 5 minutes en remuant souvent.
8. Ajoutez les abricots et leur eau, puis le zeste et le jus d'orange, le safran, les amandes en poudre et suffisamment de bouillon pour recouvrir le tout.
9. Couvrez la cocotte et mettez-la au four 1 heure à 1 heure et demie, en remuant de temps en temps.
10. Ajoutez en cours de cuisson un peu de bouillon si nécessaire.
11. Dans une poêle à fond épais préalablement chauffée, faites dorer à sec les graines de sésame en les faisant sauter de temps en temps pour qu'elles ne brûlent pas.
12. Parsemez-en la viande, garnissez de persil et servez avec du couscous.

Astuce

Si vous n'avez pas le temps de faire tremper les abricots secs, ajoutez-leur un peu de bouillon chaud au moment de les utiliser.

Navarin printanier 🍷

Préparation : 20 mn Cuisson : 1 h

1,2 kg d'agneau (collier, poitrine, épaule)
500 g de petits pois
500 g de haricots verts
500 g de navets
500 g de carottes
500 g de pommes de terre
8 petits oignons nouveaux
1 bouquet garni
30 g de beurre
20 g de farine
1 l de bouillon de légumes
Thym
Sel, poivre.

1. Éplucher tous les légumes, couper les navets et les pommes de terre en dés, trancher les carottes en rondelles.
2. Faire fondre le beurre, dans une grande cocotte et y dorer la viande coupée en cubes.
3. Saupoudrer de farine, mélanger pour bien enrober tous les morceaux puis mouiller avec le bouillon de légumes chaud.
4. Mettre le bouquet garni, saler, poivrer, couvrir la cocotte et laisser cuire 30 mn à feux doux.
5. Ajouter les carottes, les navets et les pommes de terre, puis 15 mn plus tard, les autres légumes.
6. Laisser mijoter encore 15 mn.
7. Parsemer de thym et servir le navarin à même la cocotte ou présenté dans un grand plat creux.

Si vous avez peu de temps

Utilisez des légumes surgelés déjà pelés et découpés, ou un mélange surgelé tout prêt de « légumes printaniers ». Ajoutez-les alors 15 mn avant la fin de la cuisson.

Dégraissez au maximum les cubes d'agneau. Faites-les sauter normalement puis jetez l'excédent de graisse.

BŒUF

Boulettes de Mamie 🍷🍷🍷

600 g de bœuf haché (steak ou macreuse)
200 g de pain rassis
1 oignon
Un bouquet de persil plat
2 œufs
Sel, poivre
Huile pour la friture

1. Faire tremper la mie de pain dans du lait.
2. Éplucher l'oignon et le râper côté gros trous.
3. Rincer le persil et hacher le tout très finement.
4. Dans un saladier, malaxer la mie de pain (pressée et débarrassée du liquide), les oignons, le persil.
5. Saler, poivrer et mélanger intimement.
6. Ajouter la viande, malaxer encore, finir par l'œuf et mélanger.
7. Former des boulettes ni trop grosses ni trop petites (comme une petite clémentine), légèrement aplaties.
8. Dans une grande poêle, chauffer l'huile et y mettre à frire les boulettes que l'on pose ensuite sur du papier absorbant au fur et à mesure qu'elles sont cuites. On peut également les griller au barbecue.
9. Servir en pyramide sur un plat.

Astuce

Il faut tremper régulièrement dans l'eau la main qui façonne les boulettes, ainsi la farce ne collera pas.

Côte de bœuf au gros sel 🍷🍷

La côte de bœuf est posée sur une couche de gros sel et rôtie à four très chaud pendant environ 8 minutes (pour une côte de 1 kilo).

Un thermomètre à viande
1 côte de bœuf de 1 kilo
1 c. à c. d'huile d'olive extra-vierge
375 g de gros sel de mer
Sel de mer fin et poivre noir du moulin

1. Préchauffez le four à 260 °C (thermostat 9).
2. Étalez le gros sel sur une plaque à pâtisserie en une couche assez fine et régulière.
3. Badigeonnez légèrement d'huile les deux côtés de la viande.
4. Posez-la sur le gros sel, côté le plus gras dessus.
5. Enfournes la plaque dans le bas du four et laissez rôtir pendant environ 18 minutes jusqu'à ce que la peau soit croustillante et dorée, et que le jus et la graisse commencent à perler.
6. Pour vérifier la cuisson, enfoncez le thermomètre à viande dans la partie la plus charnue pendant au moins 15 secondes : à 50 °C, la viande est bleue ; à 55 °C, elle est saignante.
7. Sortez la plaque du four et retirez la côte de son lit de sel. Assaisonnez-la généreusement de sel et de poivre des deux côtés.
8. Posez-la sur une grille placée sur un plat creux pour recueillir le jus qui s'écoule.
9. Couvrez d'une feuille de papier d'aluminium sans serrer et laissez reposer pendant au moins 15 minutes dans un endroit chaud.
10. Pour servir : avec un grand couteau à découper et une fourchette, détachez la viande de l'os, en suivant les contours de celui-ci.
11. Détailler la viande en tranches diagonales épaisses et posez-les sur des assiettes chaudes.
12. Versez le jus qui s'est écoulé pendant le temps de repos dans une saucière et servez à part.

Daube de bœuf à la provençale

Le récipient idéal pour préparer la daube est naturellement la daubière en terre cuite, un ustensile parfaitement bien conçu qui réduit la surface exposée et du même coup diminue l'évaporation du précieux jus. Sa forme permet également de retirer plus facilement la graisse qui monte à la surface.

POUR 8 A 10 PERSONNES

3 c. à s. de concentré de tomate

1 kilo de carottes

1 boîte (480 g) de tomates entières au naturel

4 os à moelle coupés

90 g de couenne de porc

Le zeste râpé d'une orange ou 1 écorce d'orange séchée

125 g d'olives noires dénoyautées

6 oignons moyens

6 clous de girofle

2 kilos de bœuf à braiser (réunir au moins trois morceaux de bœuf différents comme le plat de côtes, le tende de tranche et le paleron)

2 bouteilles de 75 cl chacune de vin rouge corsé (côtes-du-rhône)

1 poignée de thym frais

5 feuilles de laurier

1 1/2 c. à c. de noix de muscade râpée

3 c. à s. d'huile d'olive extra-vierge

Sel de mer et poivre noir du moulin

1. Pelez puis coupez cinq oignons en deux dans la hauteur, posez-les à plat sur le plan de travail et émincez-les finement dans l'autre sens.
2. Coupez le dernier oignon en deux et enfoncez trois clous de girofle dans chaque moitié.
3. Dans une grande terrine ou un saladier, mélangez les morceaux de viande, les oignons, le vin, le thym, les feuilles de laurier et la noix de muscade.
4. Couvrez et laissez mariner à température ambiante pendant au moins 24 heures.
5. Le lendemain, égouttez le contenu de la terrine et séparez les oignons des morceaux de viande. Réservez la marinade. Dans une

Le recueil de recettes de Jean-Paul Cassar, c'est "Ze Kif".

Version du : 20/01/2022 06:41

grande cocotte à couvercle (ou mieux, une daubière), faites chauffer l'huile sur feu modéré jusqu'à ce qu'elle soit très chaude mais qu'elle ne fume pas.

6. Ajoutez les oignons et baissez le feu, puis faites dorer doucement pendant 4 à 5 minutes. Avec une écumoire, retirez les oignons et mettez-les sur une assiette.
7. Dans la graisse qui reste, commencez à faire revenir les morceaux de viande, en réglant soigneusement le feu pour éviter de les faire roussir. Cette opération est essentielle : les morceaux de bœuf doivent être dorés régulièrement pour rester savoureux. Il faut procéder en plusieurs fois en comptant une dizaine de minutes à chaque fois pour que tous les morceaux soient bien dorés sur toutes les faces.
8. Lorsque les morceaux sont dorés, retirez-les avec des pincettes — éviter de percer la viande avec une fourchette - et mettez-les dans un plat.
9. Salez et poivrez généreusement.
10. Une fois que tous les morceaux de viande sont dorés, remettez-les dans la cocotte, ainsi que les oignons, ajoutez le concentré de tomate et la marinade. Salez et poivrez.
11. Faites chauffer jusqu'à ce que le liquide se mette à frémir, puis couvrez et laissez cuire pendant 1 heure.
12. Ajoutez les carottes émincées, les tomates égouttées, les os à moelle et la couenne. Remuez pour répartir équitablement les ingrédients.
13. Faites à nouveau chauffer pour atteindre le frémissement, couvrez et faites cuire pendant 2 heures. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement. Vérifiez que la viande est bien tendre. Si nécessaire, poursuivez la cuisson pendant encore 1 heure.
14. Au cours des 30 dernières minutes de cuisson, ajoutez le zeste d'orange et les olives noires.

La daube sera encore plus savoureuse et moins grasse si vous la laissez reposer pendant 24 heures avant de la déguster. Laissez-la refroidir complètement à température ambiante, puis couvrez et mettez-la dans le réfrigérateur. Avant de servir, retirez la couche de graisse figée à la surface, faites réchauffer la daube doucement et servez dans des assiettes creuses.

Bœuf braisé aux carottes

1 kg de paleron de bœuf
100 g de poitrine fumée
800 g de carottes
1 gros oignon
1 bouquet de persil
25 cl de vin blanc sec
2 c. à s. d'huile
1 branche de thym
1 feuille de laurier
2 gousses d'ail
Sel, poivre

1. Lavez le persil, épongez-le ; faites un bouquet garni (attachez le persil avec la feuille de laurier et la branche de thym).
2. Coupez la viande en gros dés.
3. Pelez et émincez l'oignon.
4. Détaillez des lardons dans la poitrine fumée.
5. Dans une cocotte, faites chauffer l'huile sur feu modéré ; lorsqu'elle est bien chaude, faites-y revenir l'oignon et les lardons ; retirez-les puis faites dorer les morceaux de viande sur toutes leurs faces.
6. Remplacez lardons et oignons dans la cocotte, salez et poivrez puis versez le vin blanc ; ajoutez 25 cl d'eau, le bouquet garni et les 2 gousses d'ail écrasées avec le plat d'un gros couteau.
7. Couvrez, baissez le feu au maximum et laissez braiser 1 h 30 mn.
8. Pelez les carottes, lavez-les et coupez-les en bâtonnets de 4 cm de long puis ajoutez-les à la viande. Vérifiez l'assaisonnement, ajoutez un peu d'eau si nécessaire.
9. Prolongez la cuisson à couvert, pendant 45 mn.

Paupiettes de bœuf à la maltaise (*bragjoli*)

Préparation : 45 min

250 g de bacon
200 g de gruyère râpé
6 œufs
1 bouquet de persil plat
400 g de mie de pain blanc frais
100 g de chapelure sèche
1 gros oignon
1 gousse d'ail
Huile de maïs
Sel, poivre
8 tranches de jarret de bœuf
1 gros oignon
4 gousses d'ail
1 feuille de laurier
50 cl de bouillon de bœuf
25 cl de vin blanc
Huile de maïs

1. Dans une poêle, faites rissoler ail et oignon hachés 5 min à l'huile.
2. Dans une terrine, versez mie de pain fraîche et chapelure sèche, ail et oignon dorés et persil haché.
3. D'autre part, faites durcir 4 œufs 10 min à l'eau bouillante, épluchez-les et coupez-les en quartiers.
4. Détaillez le bacon en lanières.
5. Ajoutez-les dans la farce, ainsi que les quartiers d'œufs durs, le gruyère râpé, 2 œufs crus, sel et poivre.
6. Mélangez bien la farce avec vos mains.
7. À l'aide d'une batte à viande, aplatissez les tranches de bœuf jusqu'à ce qu'elles soient très fines.
8. Avec votre main, tassez de petites parts de farce et déposez-les au centre de chaque tranche de bœuf.
9. Repliez la viande autour de la farce, avec les extrémités vers l'intérieur et refermez en paupiettes d'environ 10 cm de long. Fixez les extrémités avec des piques en bois.
10. Dans une marmite, faites dorer les paupiettes 5 min à l'huile avec ail et oignons hachés, en retournant régulièrement.
11. Ajoutez laurier, vin blanc, bouillon et laissez cuire 30 min.
12. Servez les paupiettes tranchées en biseau, entourées de sauce et décorées de persil

Les conseils d'un maltais (c'est vrai, j'en suis un)

Pour les réaliser, vous pouvez choisir du jarret ou du contre-filet.

Si vous ne possédez pas de batte à viande ou de maillet pour aplatir finement les tranches, demandez à votre boucher de le faire pour vous.

Traditionnellement enveloppées de bœuf, ces paupiettes peuvent cependant être entourées d'escalopes de veau ou de porc.

Dans la farce, il faut prendre soin de mélanger de la mie de pain fraîche et sèche. La première absorbera les graisses et permettra à la garniture de rester moelleuse, tandis que la seconde contribuera à la lier.

Cette garniture peut aussi être agrémentée au choix de jambon fumé, de bacon ou de viande fraîche hachée.

Pour remplir les tranches de jarret, on peut rouler une portion de farce en une petite "saucisse" épaisse, qu'il tasse bien avant de la déposer sur la viande.

Ensuite, on replie les bordures de la tranche vers l'intérieur puis roule le tout autour de la farce : ainsi, les extrémités de la paupiette seront fermées et la farce ne s'échappera pas durant la cuisson.

Par prudence, scellez tout de même chaque extrémité à l'aide de petites piques en bois.

Normalement, les paupiettes à la maltaise sont suffisamment copieuses pour qu'une seule suffise à satisfaire un convive.

Elles sont habituellement servies entières, accompagnées de purée, frites ou petits pois.

Pour apporter une touche plus gastronomique, vous pouvez aussi les trancher en biseaux.

Vous pouvez les napper abondamment de sauce, dans laquelle il faut faire tremper des morceaux de pain.

Tajine de pommes de terre et viande hachée

Pour 2 personnes



250g de viande hachée
Une grosse pomme de terre
Un oignon
Une grosse tomate
1 c à c de concentré de tomate
2 gousses d'ail
Sel/poivre/paprika/cumin/curcuma
Persil et coriandre hachée
Un piment doux ou fort
Huile d'olive

1. Préparer vos galettes de viande hachée. Pour cela, mélanger la viande avec un peu d'oignon, une gousse d'ail, du persil haché, du sel, du poivre, du paprika et un peu d'huile d'olive.
2. Bien mélanger et former les galettes.
3. Dans un tajine ou une poêle, ajouter un filet d'huile d'olive.
4. Disposer l'oignon puis la tomate coupée en rondelle. Saler légèrement.
5. Disposer les galettes de viande hachée et les rondelles de pommes de terre en les intercalant.
6. Dans un bol, mélanger 1 c à c de paprika, 1/2 de cumin, 1/2 de curcuma, une gousse d'ail, du sel, du poivre, le concentré de tomate et la coriandre hachée avec de l'eau et bien mélanger.
7. Ajouter le mélange au tajine, ajouter un piment doux ou fort et faire mijoter pendant 15 minutes à découvert.
8. Faire gratiner le dessus au four, en position grill.



Tajine de boulettes de kefta aux œufs à la marocaine

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes



Boulettes

400 gr de viande hachée
1/2 oignon finement émincé
1 gousse d'ail écrasée
Une cuillère à café de cumin
1 demi-cuillère à café de poivre noir
1/2 cuillère à café de gingembre
1 cuillère à café de paprika
1 bonne poignée de coriandre et persil ciselés
Sel

Sauce

1 boîte de tomates pelées 400 gr
1 oignon moyen émincé
2 gousses d'ail
1 cuillère à café de cumin
1 demi-cuillère à café de poivre noir
1/2 cuillère de sel
Une demi-cuillère à café de piment fort (selon les goûts)
1/2 bouquet de coriandre fraîche ciselée
1 cuillère à café de concentré de tomate
1 cuillère à café de paprika
Huile d'olive
3 œufs
Sel

1. Dans un saladier, malaxer ensemble la viande hachée ainsi que tous les ingrédients.
2. Former de petites boulettes et réserver.
3. Dans le plat à tajine en terre (ou marmite), faire revenir dans un filet d'huile d'olive l'oignon émincé, l'ail.
4. Rajouter la boîte de tomates pelées, le concentré de tomate, les épices et la coriandre et laisser mijoter à feu doux pendant environ 20 minutes.
5. La tomate doit cuire et faire une sauce.

6. Ajouter alors les boulettes de viande en disposant de manière régulière dans le plat et ajouter environ 15 cl d'eau.
7. Couvrir et laisser cuire la viande 15 minutes environ en surveillant que ça ne colle pas.
8. Il ne reste plus qu'à casser les œufs harmonieusement, couvrir et finir la cuisson.
9. Parsemer alors de coriandre ou persil frais ciselés et de cumin puis servir aussitôt.

Si c'est la saison des tomates fraîches, bien entendu ce sera meilleur !

Hamburger de Jean-Paul (Geepee's Hamburger) 🍔

C'est moi

Pour 6 hamburgers :
3 oignons moyens,
30 g de beurre,
750 g de viande hachée,
30 g de saindoux ou de beurre,
Sel, poivre fraîchement moulu,
1 œuf,
75 g de farine,
Du beurre et de l'huile,
12 cl de bouillon ou de vin,
50 g de beurre.

1. Hacher les oignons finement et les faire cuire lentement dans le beurre.
2. Les mélanger à la viande assaisonnée.
3. Former 6 hamburgers.
4. Juste avant de les faire cuire, les fariner légèrement.
5. Dans une poêle, faire chauffer assez fort le beurre et l'huile et y faire revenir les hamburgers, 2 ou 3 mn de chaque côté.
6. Transférer sur un plat de service chaud en attendant la sauce.
7. Jeter la graisse.
8. Sur feu fort, y ajouter le bouillon ou le vin, en raclant le fond et les bords de la poêle, et réduire de moitié.
9. Hors du feu, incorporer le beurre peu à peu.
10. Verser cette sauce sur les hamburgers et servir.

Le hamburger est traditionnellement servi au Canada sur un pain rond spécial.

Il peut être garni de mayonnaise, ketchup, moutarde, tranches de tomate, laitue, fromage, oignon cru en rondelles, tranches de bacon croustillantes, cornichons, relish, etc.

Bœuf bourguignon 🍷🍴

Préparation : 10 min Cuisson : 1h

800 g de bourguignon
50 g de lardons
3 oignons
6 verres de vin rouge
2 c. à s. de beurre
1 c. à s. d'huile d'arachide
3 clous de girofle
3 feuilles de laurier
1 pincée de mélange 4-épices
3 brins de persil ciselé
1 zeste d'orange
2 brins de thym
sel, poivre

1. Faites chauffer le beurre et l'huile dans une cocotte.
2. Faites-y revenir la viande coupée en morceaux.
3. Remuez ces morceaux avec une cuillère en bois pour qu'ils dorent bien sur chaque face.
4. Ajoutez les lardons, les oignons piqués d'un clou de girofle, le thym, le laurier et 2 brins de persil.
5. Faites bouillir le vin rouge et ajoutez-le chaud à la viande.
6. Salez, poivrez et ajoutez 1 pincée de 4 épices.
7. Ajoutez le petit zeste d'orange et fermez la cocotte.
8. Laissez mijoter 1 heure.
9. Servez-le bœuf bourguignon décoré du reste de persil ciselé.

Bœuf Stroganov à la moutarde

Cette recette russe est l'une des plus célèbres. Elle fut inventée au siècle dernier par le chef du comte Stroganov qui donna son nom au plat. Deux conditions sont indispensables pour la réussir : ne jamais utiliser d'ingrédients trop froids et laisser la viande et la sauce reposer après les avoir préparées.

Pour 6 personnes

1kg de filet de bœuf
Sel et poivre
30 g de farine
60 g de beurre
60 cl de bouillon de bœuf ou de veau
1 c. à s. de tomates réduites en purée
1/2 c. à c. de moutarde aromatisée
Un gros oignon haché menu
4 c. à s. de crème aigre

1. Préparez la viande au moins 2 heures à l'avance. Coupez d'abord le filet en tranches, puis en minces filets (mais pas trop fins, sinon la viande durcirait à la cuisson).
2. Salez, poivrez et laissez reposer.
3. Dans le même temps, faites revenir la farine dans la moitié du beurre, travaillez-la pour obtenir une pâte en ajoutant progressivement le bouillon très chaud, la tomate et la moutarde.
4. Portez à ébullition, passez au tamis et laissez reposer.
5. Vingt minutes avant de servir, faites revenir rapidement l'oignon et la viande en plusieurs fois dans le reste de beurre en remuant avec une spatule pendant 5 minutes environ ; couvrez à chaque fois le fond de la poêle seulement.
6. Quand la viande est prête, ajoutez la crème aigre à la sauce et versez-la avec la viande et l'oignon dans une cocotte que vous fermerez hermétiquement.
7. Gardez au chaud sur une plaque d'amiante en mettant à feu très doux pendant 10 minutes.
8. Portez à un point voisin de l'ébullition juste avant le moment de servir.

Vous pouvez également préparer la sauce sans moutarde ou bien encore ajouter aux oignons des champignons coupés en fines lamelles et, dans ce cas, vous les ferez revenir à part.

Bœuf Stroganoff (Recette de Alain Ducasse)

400 g de bavette de bœuf
2 c. à soupe de Worcestershire (facultatif)
500 g de champignons de Paris
20 cl de crème fraîche épaisse
1 oignon
10 cl de bouillon de bœuf (10 cl d'eau bouillante+1 carré de bouillon bœuf)
2 c. à soupe de concentré de tomate
2 c. à soupe d'huile d'olive
2 c. à café de paprika (piment doux)
1 gousse d'ail
1 c. à café de sucre
1 c. à café de moutarde
1 c. à soupe de farine
1 c. à soupe de persil plat ciselé

1. Tailler le bœuf en aiguillettes de 2,5 cm d'épaisseur et 5 cm de longueur environ.
2. Les déposer dans un plat et les arroser de sauce Worcestershire.
3. Laisser mariner pendant 1 heure au frais (si vous n'avez de sauce Worcestershire vous pouvez la remplacer par de la sauce soja avec un peu de piment rouge en poudre).
4. Laver les champignons puis les découper grossièrement en tranches. Peler et émincer l'oignon.
5. Faire chauffer une poêle avec un filet d'huile, sur feu vif. Quand la poêle est chaude, ajouter les aiguillettes de bœuf.
6. Une fois la viande tout juste saisie, la débarrasser sur une assiette.
7. Dans la même poêle, ajouter un filet d'huile, puis les oignons et faire dorer pendant 5 minutes puis ajouter les champignons et la gousse d'ail hachée finement.
8. Quand les oignons et les champignons sont bien dorés, ajouter le bœuf.
9. Ajouter le bouillon de bœuf pour déglacer. Laisser cuire pendant 5 minutes.
10. Ajouter la farine diluée dans un peu d'eau le paprika, le sucre, le concentré de tomate et la moutarde.
11. Baisser le feu et laisser mijoter pendant 3-5 minutes.
12. Laver et effeuiller et ciseler le persil plat.
13. Une fois la sauce un peu réduite, ajouter la crème fraîche et éteindre le feu. Saler et poivrer selon le goût puis parsemer le persil plat haché.
14. Déposer les pâtes ou le riz sur une assiette.
15. Les recouvrir de bœuf Stroganoff puis parsemer de persil plat.
16. Servir chaud aussitôt.

Pot-au-feu des vigneron

Préparation : 30 mn Cuisson en autocuiseur : 1 h 10

1 kg 500 à 2 kg de bœuf (macreuse, plat de côte ou griffe par exemple)
4 à 6 blancs de poireaux
4 carottes
3 navets
1 oignon
1 gousse d'ail
1 branche de céleri bouquet garni sel
1 petit cœur de chou blanc
2 verres de vin blanc sec
1 os à moelle
4 à 6 pommes de terre
Quelques tranches de pain grillées
Gros sel
Cornichons
Moutarde

1. Épluchez les légumes.
2. Mettez-les (sauf chou et pommes de terre) dans l'autocuiseur, avec oignon (éventuellement piqué de clous de girofle, mais je n'aime pas), ail, céleri, bouquet garni et sel.
3. Versez-y de l'eau froide jusqu'à mi-hauteur.
4. Plongez-y la viande.
5. A part, faites bouillir de l'eau dans un grand faitout.
6. Plongez-y le chou coupé en 4, pendant 5 minutes.
7. Égouttez-le et passez-le sous l'eau froide.
8. Ajoutez-le ensuite dans l'autocuiseur.
9. Fermez l'autocuiseur et laissez cuire, à petit feu, 1 heure 10 à partir de la mise en pression.
10. Un peu avant la fin de la cuisson, ouvrez l'autocuiseur pour y joindre l'os à moelle et les pommes de terre.
11. Refermez et remettez en pression 10 minutes.
12. Présentez, sur un plat chaud, la viande, la moelle retirée de l'os et les légumes.
13. Le bouillon sera servi à part avec du pain grillé, gros sel, cornichons et moutarde.

L'autocuiseur ne doit être rempli qu'aux 2/3 de sa hauteur, car le bouillon, produisant toujours un peu d'écume, risque de monter et de boucher la soupape de sûreté.

Pour que la moelle ne s'échappe pas, frottez les deux extrémités de l'os avec du citron avant de le plonger dans le bouillon frémissant, en fin de cuisson seulement.

Pour un très bon pot-au-feu, réunissez 2 ou 3 morceaux de bœuf différents, de manière à mélanger des viandes grasses, maigres et moelleuses.

Meatloaf, pain de viande

Temps de préparation : 20 minutes Temps de cuisson : 1 heure 10 minutes



800 g de basse côte de bœuf hachée (maison ou par le boucher)

1 œuf

1 oignon

20 cl de lait

100 g de chapelure

1 cuil. à soupe de sauce Worcestershire

2 cuil. à soupe de moutarde

4 cuil. à soupe de ketchup

25 g de cassonade

1 cuil. à soupe d'huile d'olive

15 g de beurre

Sel poivre

1. Préchauffez le four à 180° (th 6).
2. Tapissez un moule à cake de papier sulfurisé beurré.
3. Pelez et hachez finement l'oignon.
4. Faites-le fondre dans une poêle avec l'huile, puis laissez refroidir.
5. Dans un saladier, mélangez la viande hachée, la chapelure, l'oignon refroidi, l'œuf et le lait.
6. Salez, poivrez, relevez de sauce Worcestershire.
7. Disposez cette préparation dans le moule à cake.
8. Dans un bol, mélangez le ketchup, la moutarde et la cassonade, badigeonnez le cake de ce mélange.
9. Enfourez pour 1 h.
10. Si le meatloaf colore trop vite, couvrez-le avec du papier d'aluminium.
11. Laissez-le refroidir, puis réservez-le au moins 6 h au réfrigérateur.
12. Sortez le meatloaf du réfrigérateur environ 20 min avant de servir.
13. Démoulez-le, coupez-le en tranches, et servez-le avec une salade verte et le coleslaw.

Ragoût d'épinards frits 🍴🍷

(Bkaila)

1,5 kg d'épinards frais
Un gros oignon
4 ou 5 gousses d'ail
3/4 de litre d'huile d'olive
1,5 cuillerée à soupe (environ 30 g) de haricots blancs lingots par personne trempés la veille
Un kg de bœuf (macreuse et plat de côtes) coupé en morceaux
500 g de osben (facultatif)
2 ou 3 gousses d'ail
5 branches de menthe ou une cuillerée à soupe de feuilles de menthe séchées
Une c. à c. d'harissa (facultatif)
Un verre de feuilles de menthe ciselées pour la décoration
Un verre de feuilles de coriandre ciselées pour la décoration
Sel

1. Équeuter et laver les épinards puis émincer les feuilles. Les mettre à cuire à feu moyen dans un demi-litre d'huile d'olive, ajouter l'oignon émincé et l'ail haché.
2. Après une heure, ou au moment où l'eau dégagée par les épinards s'évapore, ajouter le reste d'huile. Laisser cuire à très petit feu au moins quatre heures et remuer souvent pour que cela n'attache pas au fond de la marmite.
3. En fin de cuisson, les petits bouts d'épinards vont commencer à légèrement noircir et à devenir craquants. Attention : s'ils brûlent, c'est fichu.
4. Dans une cocotte en fonte, mettre environ deux c. à s. d'épinards frits et une cuillerée et demi à soupe de haricots blancs par personne.
5. Ajouter la viande de bœuf coupée en morceaux.
6. Ajouter les feuilles de menthe et les gousses d'ail écrasées. Mouiller avec de l'eau aux trois quarts de la cocotte. Porter à ébullition puis baisser le feu, couvrir à demi et laisser mijoter deux ou trois heures.
7. Surveiller la cuisson des haricots et de la viande. Une demi-heure avant la fin, mettre le osben. Dès que c'est réduit de moitié et que l'huile remonte, le plat est prêt. Ajouter sel et harissa si l'on veut.
8. Comme beaucoup de ragoûts, c'est meilleur le lendemain. Avant de servir, j'ajoute des feuilles de coriandre et de menthe fraîche.
9. Servir la graine de couscous à part.
10. Ce ragoût, si difficile à admettre par sa couleur, mais tellement divin, même sans osben...

Pssall ou Loubia 🍲 (Ragoût de haricots et d'oignons)

Un kg de bœuf (plat de côtes et gîte) coupé en morceaux
500 g de haricots blancs lingots trempés la veille
Quatre oignons
Deux gousses d'ail
Une branche de céleri
Deux c. à s. de concentré de tomate
Un petit bâton de cannelle
Une c. à c. de piment rouge doux
Deux aubergines pour le « derbeli » (facultatif)
Deux verres d'huile d'olive
Sel, Poivre

1. Dans une cocotte remplie aux trois quarts d'eau froide, mettre les oignons émincés, l'ail écrasé, le bœuf coupé en morceaux, les haricots blancs, l'huile, le bâton de cannelle, le concentré de tomate, le piment rouge doux, la branche de céleri, du sel et du poivre.
2. Porter à ébullition, baisser le feu, couvrir et laisser mijoter deux à trois heures à feu très doux.
3. La consistance doit être celle d'un cassoulet. Ce plat se mange avec du pain et des petites salades autour.
4. Petite variante de ce ragoût : en fin de cuisson, ajouter des tranches d'aubergines frites sur le dessus. Laisser cuire encore un quart d'heure. C'est délicieux. On appelle ça du « derbeli », allez savoir pourquoi !

Ragoût de pommes de terre

(Tajine batata)

600 grammes de macreuse
500 grammes de pommes de terre
2 oignons
1 branche de céleri
4 gousses d'ail
1 petit bouquet de persil
1/2 citron
1/2 verre d'huile
1 petit bâton de cannelle
Noix muscade
Sel, poivre.

1. Peler les oignons et l'ail ; les hacher avec le persil dans la moulinette électrique.
2. Verser l'huile dans un fait-tout posé sur feu moyen ; y faire revenir la viande coupée en portions pendant trois minutes.
3. Ajouter le hachis, mélanger et faire revenir encore deux minutes.
4. Ajouter un litre d'eau, le céleri coupé fin, une cuiller à dessert de sel rase, deux pincées de poivre, une de noix muscade râpée et le petit bâton de cannelle.
5. Couvrir, mettre à feu modéré et faire cuire une heure.
6. Peler les pommes de terre, les laver et les couper en quartiers. Les mettre dans le fait-tout avec le jus de citron. Couvrir, mettre à feu doux et faire mijoter cinquante minutes.
7. Dresser dans un grand plat et servir chaud.

Kefta

600 g de bœuf haché (steak ou macreuse)
200 g de pain rassis
1 oignon
2 gousses d'ail
Un bouquet de persil plat
2 œufs
Sel, poivre
Huile pour la friture

10. Faire tremper la mie de pain dans de l'eau ou mieux, dans du lait.
11. Éplucher l'oignon et le râper côté gros trous. Peler l'ail, rincer le persil et hacher le tout très finement.
12. Dans un saladier, poser mie de pain (pressée et débarrassée du liquide), oignons, ail écrasé, persil.
13. Saler, poivrer et mélanger intimement.
14. Ajouter la viande, malaxer encore, finir par l'œuf et mélanger.
15. Former des boulettes ni trop grosses ni trop petites (comme une petite clémentine), légèrement aplaties.
16. Dans une grande poêle, chauffer l'huile et y mettre à frire les boulettes que l'on pose ensuite sur du papier absorbant au fur et à mesure qu'elles sont cuites. On peut également les griller au barbecue.
17. Servir en pyramide sur un plat.
18. Selon les goûts, on les parfumera de menthe, de coriandre fraîche ou de cumin en poudre.

Astuce

Il faut tremper régulièrement dans l'eau la main qui façonne les boulettes, ainsi la farce ne collera pas.

Mloukhia 🍴🍴🍴

La Mloukhia, ou corète, est une herbe qui s'utilise en poudre pour en faire un ragout délicieux, qui se déguste avec du pain. On sauce, on sauce, et il en reste encore et encore... On l'a surnommé « Quella che non finisce mai » (celle qui ne finit jamais).

Notons qu'en Égypte on la cuisine en feuilles, et que des plats de corète ont été retrouvés dans les tombeaux de certains pharaons. Ce qui a fait dire à tous ses amateurs que ce plat est à proprement parler un met digne des Dieux.

1 kg de morceaux de bœuf (viande à bourguignon, basses-côtes, pot au feu, etc.)
200g de poudre de corète
30 cl d'huile d'olive
3,5 l d'eau
1 gros oignon
2 c à s de concentré de tomate
1 c à s d'harissa
5 feuilles de laurier
4 gousses d'ail écrasées et dégermées
Sel, poivre

1. Coupez la viande, assaisonnez-la de la moitié de chaque ingrédient : Ras El Hanout, ail écrasé et dégermé, l'harissa, sel et poivre et mélangez avec un filet d'huile d'olive.
2. Réservez votre viande épicée au frigo, faites cela dès le début de la cuisson afin que la viande s'imbibe bien de ses épices.
3. Dans un bol à part, mélangez bien la poudre de Mloukhia avec l'huile d'olive avant la cuisson cela permet au mélange de ne pas devenir pâteux.
4. Faites bouillir 3 litres d'eau dans une grande marmite.
5. Jetez-y les feuilles de laurier, les gousses d'ail, l'oignon coupé en petit morceaux, assaisonnez de Ras El Hanout, salez et poivrez.
6. Lorsque l'eau boue, transvasez le mélange poudre de Mloukhia /huile d'olive.
7. Mélanger bien le tout et laisser cuire à feu doux, très doux, jusqu'à ce que le liquide perde son aspect gluant et non granuleux au besoin, utilisez un pied mixer.

8. Au bout de 2 heures de cuisson, une fois que le liquide a perdu son aspect gluant, c'est à ce moment-là que l'on peut rajouter la viande épicée.
9. Prolongez la cuisson 3 heures toujours sur feu très doux, en remuant de temps à autre. Ajoutez de l'eau si nécessaire.
10. Quand l'huile remonte à la surface, ajoutez-y le concentré de tomate et l'harissa.
11. Laissez cuire à feu doux encore 2 à 3 heures, en surveillant, mélangez de temps en temps pour que la viande n'attache pas.
12. Ajouter de l'eau et rectifiez le goût si nécessaire.

Rôti haché (*Polpetone*)

1 kg de bœuf (macreuse)
1 carotte
1 gros oignon
2 gousses d'ail
1/2 bouquet de persil plat
1 œuf
4 c. à s. d'huile d'olive
Farine
Sel, poivre

1. Hacher le bœuf. Peler l'ail. Rincer le persil, le sécher dans un torchon et le ciseler finement.
2. Éplucher l'oignon et le couper en lamelles.
3. Séparer le blanc du jaune d'œuf.
4. Dans un grand saladier, mélanger viande, ail écrasé, persil, sel et poivre, puis terminer par le blanc d'œuf.
5. Bien malaxer et donner à cette farce la forme d'un rôti.
6. Éplucher la carotte, la couper en fins bâtonnets que l'on enfonce ça et là dans le rôti pour le rendre plus moelleux.
7. Verser la farine dans un grand plat et y rouler le rôti.
8. L'enduire ensuite du jaune d'œuf délayé dans une c. à s. d'eau.
9. Mettre l'huile d'olive à chauffer dans une cocotte, y faire revenir le rôti sur toutes ses faces.
10. Poser les lamelles d'oignon tout autour. Couvrir, baisser le feu et laisser mijoter pendant 1 h comme un rôti.
11. Servir en tranches, accompagné de pommes de terre vapeur, de pâtes nature, de riz ou de légumes.

Steaks hachés gratinés

Préparation : 10 mn Cuisson : 15 mn.

4 steaks hachés de 150 g environ
40 g de roquefort
80 g de beurre
1 c. à c. de moutarde
1 cl de cognac
Sel, poivre

1. Malaxez dans un bol le roquefort avec la moutarde, la moitié du beurre, le cognac, un peu de sel et de poivre.
2. Faites cuire les steaks hachés à la poêle dans le reste de beurre.
3. Disposez-les dans un plat à gratin.
4. Recouvrez-les de sauce au roquefort et faites gratiner sous le gril pendant 5 minutes environ.

Bavette à l'échalote et frites

4 bavettes
4 échalotes
20g de beurre
Un filet d'huile d'olive
Persil haché (un peu)

Pour les frites

Un Kg de pommes de terre (type Bintje)
Bain de friture avec de préférence du « Blanc de bœuf »

1. Dans une petite casserole, faites fondre 15 g de beurre puis ajoutez les échalotes émincées.
2. Salez, poivrez et laissez compoter sur feu doux pendant 30 min en ajoutant un peu d'eau au fur et à mesure.
3. Préparez les frites : faites chauffer l'huile à 160 °C.
4. Pendant ce temps, épluchez et coupez les pommes de terre en bâtonnets d'1,5 cm de côtés.
5. Placez les bâtonnets sur des essuie-tout.
6. Plongez-les dans l'huile pendant 7 min environ puis retirez-les à l'aide d'une écumoire et déposez-les sur du papier absorbant.
7. Remontez la température de l'huile à 190°C et replongez les frites pendant 5 min.
8. Égouttez-les sur du papier absorbant et salez-les immédiatement.
9. Dans le même temps faites chauffer l'huile dans une poêle et déposez-y les bavettes.
10. Salez puis ajoutez le reste de beurre et arrosez la viande au fur et à mesure.
11. Laissez cuire 2 min par face environ, puis poivrez.
12. Surmontez-la des échalotes confites.
13. Servez avec les frites, parsemé du persil ciselé.

VEAU

Veau « thonné » 🍷🍷

800 g. de veau maigre (épaule ou noix pâtissière)

1 c. à s. d'huile

1 c. à s. de vinaigre

1 branche de céleri

1 carotte

1 petit oignon.

Pour la sauce :

120 g. de thon à l'huile

3 ou 4 anchois

50 g. de câpres

1 jaune d'œuf cuit dur

Le jus d'un citron

Sel, poivre.

1. Faire bouillir dans 2 litres d'eau salée la carotte, l'oignon, la branche de céleri, le vinaigre et l'huile, ajouter la viande.
2. Faire cuire à feu modéré pendant 1 heure 30 minutes environ.
3. Laisser refroidir la viande dans le bouillon.
4. Passer au mixer le thon, les anchois privés de leurs arêtes et dessalés, les câpres et le jaune d'œuf.
5. Mouiller avec un peu de bouillon de cuisson de la viande, ajouter le jus de citron.
6. Couper le veau froid en fines tranches et les couvrir de sauce.
7. Laisser reposer au réfrigérateur les tranches ainsi préparées durant 3 à 4 heures avant de servir.

Blanquette de veau à l'ancienne 🍷🍷

Un kg de poitrine ou tendrons, coupés en morceaux de 2 cm d'épaisseur
175 g de petits champignons de Paris équeutés et lavés
1 à 2 c. à s. de jus de citron
4 c. à s. d'eau
75 g de beurre
Sel et poivre fraîchement moulu
Trois carottes moyennes, épluchées et coupées en tronçons de 2,5 cm
Deux oignons moyens épluchés, dont un piqué de clous de girofle
1 bonne pincée de thym ou mélange d'herbes
Un bouquet composé de persil, de céleri et de 1 feuille de laurier
20 petits oignons
Une c. à s. de farine
5 c. à s. de crème fraîche épaisse
3 jaunes d'œufs
Noix de muscade fraîchement râpée
Jus de citron
Persil haché

1. Dans une casserole couverte, faites bouillir les champignons dans le jus de citron, l'eau, 15 g de beurre, un peu de sel et de poivre, pendant 1 minute.
2. Disposez les morceaux de viande dans une cocotte de sorte qu'ils prennent le minimum de place.
3. Laissez les champignons en attente ; versez leur liquide de cuisson sur la viande et suffisamment d'eau pour la recouvrir de plus de 1 cm environ.
4. Salez, portez à ébullition et écumez de 2 à 3 fois, en ajoutant de petites quantités d'eau froide chaque fois que le liquide recommence à bouillir.
5. Mettez les carottes, les oignons moyens, le thym ou les herbes et le bouquet garni, en veillant à ce que tout soit bien immergé ; réglez la flamme pour maintenir un frémissement, couvrez la cocotte et laissez mijoter 1 heure et demie.
6. Pendant ce temps, placez les petits oignons avec 30 g de beurre dans une casserole assez large pour les contenir en une seule couche.
7. Salez, poivrez, couvrez la casserole et laissez-les cuire à feu doux pendant 15 minutes environ en les remuant de temps en temps. Ils doivent être mous et blonds.
8. Après avoir retiré du feu la cocotte qui contient la viande, filtrez le jus de cuisson au-dessus d'un bol.
9. Enlevez les 2 oignons et le bouquet, laissez-en attente le bol de liquide.
10. Remettez la viande et les carottes dans la cocotte, ajoutez les champignons et les petits oignons, couvrez.
11. Dégraissez avec soin la surface du liquide de cuisson.
12. Dans une autre casserole, préparez un roux de la façon suivante : faites fondre à feu doux le reste de beurre, ajoutez la farine et laissez cuire 1 minute environ en tournant, sans lui laisser le temps de brunir.
13. Versez le liquide de cuisson de la viande en une fois ; fouettez jusqu'à ébullition.

14. Baissez le feu de façon à maintenir un frémississement, la casserole découverte, pendant 20 minutes environ ; retirez la fine pellicule grasse qui se forme à la surface.
15. Lorsque le roux a légèrement épaissi, versez-le sur la viande et les légumes et laissez mijoter, à couvert, pendant 20 minutes environ.
16. Dans une terrine, mélangez la crème et les jaunes d'œufs.
17. Ajoutez un peu de poivre et de noix de muscade râpée ; en tournant, incorporez lentement une louche de sauce puis, hors du feu, mélangez le tout au contenu de la cocotte.
18. Remettez à feu moyen sans bouillir, en remuant sans arrêt jusqu'à ce que la sauce nappe une cuillère.
19. Pressez quelques gouttes de jus de citron ; goûtez et rajoutez-en si c'est nécessaire.
20. Saupoudrez de persil haché et servez avec du riz.

Osso buco à la milanaise (Ossobuco alla Milanese) 🍷🍴👨🍳

Comme pour la plupart des plats traditionnels, il existe différentes façons d'accommoder l'osso buco. Cette recette qui ne comporte pas de tomates est, beaucoup le disent, la seule qui soit authentique. Pour accompagner ce plat, on peut préparer un risotto à la milanaise. Il faut faire revenir au beurre du riz italien à grain rond, le parfumer au safran, le mouiller de vin blanc et ajouter plusieurs fois en cours de cuisson du bouillon frémissant pour lui donner une consistance glutineuse tout à fait caractéristique. Juste avant de servir, il faudra incorporer au riz une poignée de parmesan râpé et un peu de beurre.

Quatre tranches de jarret de veau épaisses d'environ 5 cm et bien charnues
30 c de beurre
2 c. à s. de farine assaisonnée de sel et de poivre
25 cl de vin blanc sec
10 cl de bouillon de bœuf chaud

Gremolata

Une c. à s. de persil frais haché menu
Une gousse d'ail pilée
Le zeste d'un citron finement râpé

1. Faites chauffer le beurre dans une cocotte.
2. Roulez les jarrets dans la farine assaisonnée et faites-les bien dorer dans le beurre en les retournant plusieurs fois.
3. Mettez les tranches de viande à la verticale, afin que la moelle de l'os ne s'échappe pas pendant la cuisson.
4. Mouillez avec le vin et laissez cuire à découvert pendant 5 minutes environ.
5. Ajoutez le bouillon chaud, couvrez et laissez cuire pendant 1 heure environ, jusqu'à ce que la viande soit tendre.
6. Dix minutes avant de servir, mélangez le persil, l'ail et le zeste de citron, et saupoudrez-en les os.
7. Laissez cuire encore 5 minutes.
8. Vérifiez la sauce : si elle est trop épaisse, ajoutez un peu de bouillon chaud et un peu de beurre, mélangez bien. Si elle est trop claire, épaississez-la avec une liaison faite de 15 g de beurre et d'une demi-cuillerée à soupe de farine.
9. Servez avec un risotto à la milanaise.

Côtes (ou escalopes) de veau à la milanaise 🍷🍷🍷



Cette recette célèbre n'est parfaitement réussie que si l'on fait revenir le veau au beurre. Certains cuisiniers milanais laissent tremper les côtelettes environ une heure dans du lait pour attendrir la viande.

4 côtes de veau
2 œufs
Sel et poivre noir fraîchement moulu
50g de farine
15 c à café de chapelure
75g de parmesan râpé
100 gr de beurre
3 c. à s. d'huile
2 citrons coupés en quartiers

1. Enlever soigneusement le gras des côtes de veau à l'aide d'un couteau bien aiguisé.
2. Couper le long de l'os, si nécessaire, pour laisser la viande libre d'un côté.
3. Battre l'œuf dans un bol, ajouter le parmesan râpé et assaisonner de sel et de poivre.
4. Étaler la farine sur une assiette.
5. Étaler la chapelure sur une assiette.
6. Tremper les côtelettes dans la farine, puis dans l'œuf, puis dans la chapelure, en veillant à ce qu'elle colle bien à la viande.
7. Faire chauffer le beurre avec l'huile dans une poêle à fond épais assez grande pour contenir les 2 côtes de veau l'une à côté de l'autre.
8. Ne pas laisser brunir, ne pas faire dorer trop vite la chapelure pour laisser aux côtes de veau le temps de cuire.
9. Servir chaud accompagnées de tranches de citron (et de tagliatelles).

Saltimbocca à la romaine 🍷🍷🍷

Ces paupiettes de veau sont si bonnes que, comme leur nom italien "Saltimbocca" l'indique, elles "sautent" dans la bouche.



4 fines escalopes de veau
8 fines tranches Jambon sec
8 Feuilles de sauge
40g Beurre
15cl Vin blanc sec
Sel, Poivre

1. Coupez les escalopes de veau en deux dans la longueur puis aplatissez-les à l'attendrisseur à viande.
2. Déposez une tranche de jambon sur chaque morceau d'escalope puis ajoutez une feuille de sauge au milieu (à défaut, je me sers de sauge lyophilisée, que je parsème sur le jambon).
3. Roulez l'ensemble et maintenez-le fermé avec un cure-dent en bois.
4. Salez, poivrez.
5. Faites mousser le beurre à feu moyen dans une sauteuse et ajoutez les saltimboccas.
6. Faites-les dorer 5 min en mélangeant régulièrement pour bien les dorer et les imprégner de la sauce.
7. Réserver les saltimboccas : il ne faut pas faire trop cuire le veau, il durcirait !
8. Arrosez de vin blanc, et faites réduire.
9. Rectifiez l'assaisonnement.
10. Remettre les saltimboccas et bien les imprégner de sauce.
11. Servez sans attendre accompagné de tagliatelles aux œufs.

Escalopes de veau au citron 🍋

4 escalopes de veau
3 c. à s. de farine
50 g de beurre
4 c. à s. d'huile d'olive
4 c. à s. de vermouth blanc sec ou de vin blanc sec
3 c. à s. de jus de citron
Sel et poivre noir fraîchement moulu
Tranches de citron et persil frais, pour garnir

1. Placer les escalopes entre deux films plastiques et les aplatir à aide d'un rouleau à pâtisserie.
2. Couper les escalopes en deux ou quatre et les fariner.
3. Faire fondre le beurre avec la moitié de l'huile dans une sauteuse jusqu'à grésillement.
4. Ajouter la moitié des escalopes.
5. Saisir de feu moyen à fort 1 à 2 minutes sur chaque face pour qu'elles se colorent légèrement.
6. Retirer avec une écumoire et réserver au chaud.
7. Verser le reste d'huile et cuire le reste d'escalopes de la même façon.
8. Hors du feu, incorporer le vin et le jus de citron.
9. Mélanger vivement pour obtenir un mélange homogène, puis replacer sur le feu.
10. Placer les escalopes et les recouvrir de sauce.
11. Porter à feu doux et quand la viande est bien imprégnée monter le feu plus fort.
12. Servir immédiatement en garnissant de tranches de citron et de persil.

*Vous pouvez substituer le veau par des blancs de poulet.
Si la viande est épaisse, la couper en deux avant de l'aplatir.*

Escalopes de veau cordon bleu 🍷

4 escalopes de veau de 120 g environ fines taillées dans la sous-noix
4 tranches de jambon à l'os de 60 g le gras retiré autour
4 morceaux de comté de 40 g la croûte retirée
2 c. à s. de lait
fleur de thym
Farine
1 œuf battu en omelette
50 g de panure fraîche (mie de pain émietée)
Sel, poivre du moulin
15cl de fond de veau lié

La veille au soir

Dans un petit plat allonger les escalopes salées et poivrées, verser le lait avec un tout petit peu de fleur de thym puis filmez et rentrer au frigo.

Le jour même

1. Sécher les escalopes sur du papier absorbant.
2. Installez-les en long devant vous, assaisonnez puis sur une moitié d'escalope placez ½ tranche de jambon, le comté taillé pour couvrir le jambon, puis la 2eme ½ tranche de jambon, refermez avec l'autre moitié d'escalope comme un portefeuille.
3. Préparer 3 petites assiettes une avec de la farine, une l'autre avec l'œuf battu assaisonné et enfin la dernière avec la panure fraîche.
4. Passer les escalopes farcies tout d'abord dans la farine, puis dans l'œuf battu et enfin dans la panure puis les mettre 10 minutes au congélateur.
5. Dans une grande poêle mettre une grosse noix de beurre et un peu d'huile, puis lorsque l'ensemble sera à peine couleur meunière posez vos escalopes et les cuire doucement 10 minutes, en les retournant à la spatule.
6. Les retirer du feu et mettez un couvercle et laisser reposer pendant 5 minutes.
7. Pendant ce temps faire chauffer le fond de veau, en tester le goût et ajouter quelques gouttes de jus de citron.
8. Servir sur assiettes chaudes un cordon de fond de veau citronné autour.

Personnellement j'adore les «Cordon bleu» avec des tagliatelles fraîches liées à la crème avec quelques gouttes de citron et un peu de fleur de thym frais

POULET & VOLAILLE

Dinde au whisky 🍷🍷🍷

Une dinde d'environ 5 kg (pour 6 personnes),
Une bouteille de whisky,
Sel, poivre
Huile d'olive
Bardes de lard.

1. Barder de lard la dinde, la ficeler, la saler, la poivrer.
2. Ajouter un filet d'huile d'olive.
3. Faire préchauffer le four thermostat 7 pendant 10 minutes.
4. Se verser un verre de whisky pendant ce temps-la.
5. Mettre la dinde au four dans un plat à cuisson.
6. Se verser ensuite 2 verres de whisky et les boire.
7. Mettre le thermostat à 8 après 20 minutes pour la saisir.
8. Se bercer 3 verres de whisky.
9. Après une debi beure, fourrer l'ouvrir et surveiller la cuisson de la dinde.
10. Brûler la bouteille de biscuit, et s'enfiler une bonne rasade derrière la bravade - non- la cravate.
11. Après une debi beure de plus, tituber jusqu'au bour. Ouvrir la putain de borte du bour, et rebumer -non- revoumer -non- recoumer- 'fin, mettre la putain de guinde dans l'aut' sens.
12. Se pruler la main avec la putain de borte du bour en la refermant - bordel de merde.
13. Essayer de s'asseoir sur une putain de chaise et se reverdir 5 ou 6 whisky de verres. Ou le contraire, je sais blus.
14. Buire -non- luire -non- cuire -non- ah ben si ! -cuire la bringue bandant 4 heures.
15. Et 5 verres de plus en attendant. Ça fait du bien par ou q'ca passe!
16. Roter.
17. R'tirer le four de la dinde.
18. Se rebercer une bonne goulée de visky.
19. Essayer de sortir le bour de c'te saloperie de dinde de nouveau parce que ça a raté la première fois.
20. Rabasser la dinde qu'est tombée bar terre. L'essuyer avec la saleté de chiffon qui traîne la, et la foutre sur un blat, ou un clat, ou sur une assiette. De toute façon, on s'en fout.
21. Meeeeerdeeeuuuh ! Se péter la gueule à cause gras sur le barilage -le carrelage- de quand elle est bombée, la dinde!
22. Décider que l'on est aussi bien par terre, et binir la bouteille de whisky.
23. Ramper jusqu'au lit, s'étendre sur la moquette, et dorbir toute la nuit.
24. Le lendemain midi, manger la dinde froide avec de la mayonnaise (en tube, n'essayez pas de la faire), puis nettoyer le tout pendant le reste de la journée.

Poulet frit

Préparation : 20 min - Cuisson : 20 min

1 poulet prêt à cuire
50 cl de lait
2 œufs
200 g de corn flakes
100 g de farine
2 c. à c. de paprika
1 bain d'huile de friture
Sel, poivre.

1. Découpez le poulet en huit morceaux.
2. Mettez-les dans un plat creux, couvrez-les de lait et laissez reposer 15 min.
3. Faites chauffer le bain d'huile de friture à 180 °C.
4. Écrasez les corn flakes au rouleau à pâtisserie sur une planche afin d'obtenir une chapelure grossière.
5. Préparez trois assiettes.
6. Dans la première, mettez la farine, du sel, du poivre et le paprika.
7. Dans la deuxième, cassez les œufs.
8. Étalez les corn flakes dans la troisième.
9. Roulez successivement les morceaux de poulet dans la farine, puis dans l'œuf et en fin dans les corn flakes.
10. Plongez quatre morceaux dans la friture bien chaude et laissez-les cuire 10 à 15 min, jusqu'à ce que la panure soit bien dorée.
11. Égouttez-les sur du papier absorbant.
12. Faites frire les autres morceaux et servez sans attendre avec des quartiers de citron ou une sauce Barbecue.
13. Maintenez les morceaux frits au chaud dans le four allumé sur th. 1 (50 °C) pendant que les autres sont en train de frire.

Terrine au poulet (*Mennina*)

Recette du restaurant Le Carthage, à Tunis.

1/2 poulet
8 œufs
50 g de gruyère
2 c. à s. de parmesan
2 gros cornichons
2 gousses d'ail
1 petit piment rouge
1 c. à s. de câpres
2 feuilles de laurier
1 c. à c. rase de curcuma en poudre
1/2 c. à c. de poivre moulu
Beurre
Sel

1. Faire cuire le poulet dans 1/2 litre d'eau, avec une noix de beurre, les feuilles de laurier, l'ail épluché, les câpres, le curcuma, le sel et le poivre (15 mn environ).
2. Ôter la peau du poulet et le désosser, puis le couper en morceaux.
3. Préparer deux œufs durs. Couper le gruyère et les cornichons en dés, puis émincer le piment.
4. Battre 6 œufs et y ajouter le poulet, le gruyère, le parmesan, les cornichons et le piment en morceaux.
5. Partager le mélange en deux.
6. Chauffer un moule à cake préalablement huilé.
7. Y verser la moitié du mélange.
8. Aligner par-dessus les œufs durs entiers, puis recouvrir avec l'autre moitié.
9. Mettre au four à 200° (th. 6) durant 20 mn.
10. Vérifier la cuisson en introduisant la pointe d'un couteau.
11. La mennina se déguste en tranches, chaude ou froide.

Cataplana au poulet

Préparation : 20 minutes cuisson : 40 minutes

La cataplana (la cocotte-minute de l'Algarve) genre de "wok" double en cuivre étamé, dont le récipient et le couvercle sont liés par une charnière et qui se ferme par un "verrou". Une fois fermée, ressemble à une praire ou une coque.

Une vingtaine de rondelles de chorizo fort
4 cuisses de poulet (pilons et hauts de cuisses séparés) en morceaux.
1 gros oignon haché
2 grosses tomates bien mûres vidées et coupées en petits cubes
2 ou 3 gousses d'ail frais écrasées ;
huile d'olive
sel et poivre
une feuille de laurier
une vingtaine de praires en coquilles, rincées à l'eau claire

1. Dans la cataplana, faire suer à sec les rondelles de chorizo en les retournant pour qu'elles dorent des deux côtés.
2. Les retirer.
3. Ajouter 2 cuillères d'huile d'olive et faire dorer les oignons d'abord, puis les morceaux de poulet.
4. Procéder par portions.
5. Remettre le chorizo, ajouter les cubes de tomates, l'ail écrasé, la feuille de laurier, saler et poivrer.
6. Fermer la cataplana et laisser mijoter à feu doux pendant environ 20 minutes.
7. Avec des gants de cuisine et en faisant ATTENTION A LA VAPEUR, ouvrir la cataplana, ajouter les praires (ou les coques) et remettre à cuire encore 20 minutes.
8. Servir à table dans la cataplana, accompagné de riz pilaf.

Poulet à la tomate (Mermez) 🍴🍴

500 g de poulet ou de viande de veau
500 g de tomates fraîches
250 g d'oignons
200 g de poivrons doux
100 g de piments frais
100 g de pois chiches
Un décilitre d'huile d'olive
1/2 c. à s. d'harissa
1/2 c. à s. de coriandre
1/2 c. à s. de piment moulu
Sel, poivre

1. Trier les pois chiches, les laver, les mettre à tremper la veille au soir dans de l'eau fraîche et les rincer.
2. Éépiner les poivrons et les couper en gros dés.
3. Laver les tomates, en réserver deux pour la garniture et découper le reste en morceaux ou les presser en purée au moulin à légumes.
4. Hacher un des oignons et émincer le reste.
5. Chauffer l'huile à feu vif.
6. Découper la viande en morceaux de même taille, l'assaisonner de coriandre de sel fin et de poivre et la faire revenir quelques minutes dans l'huile, en même temps que l'oignon haché.
7. Ajouter les pois chiches, les morceaux de tomate et de poivrons, les tranches d'oignons, l'harissa et le piment moulu, mélanger, couvrir d'eau, porter à ébullition, baisser la flamme et laisser cuire doucement à couvert.
8. Remuer et verser un filet d'eau de temps à autre.
9. Dès que la viande est cuite à point et les pois chiches ramollis, ajouter les piments frais tels quels et les tomates découpées en tranches.
10. Laisser réduire la sauce à découvert pendant un petit quart d'heure, ajouter une pincée de poivre, vérifier le sel au goût et retirer du feu.
11. Disposer les morceaux de viande sur un plat de service, verser la sauce tout autour, aligner dessus les tranches de tomate et les piments forts et servir.

Il n'y a pas si longtemps, les vieilles Tunisoises préparaient le mirmiz avec de la viande de chevreau, surtout en été. Rien ne nous empêche d'en faire autant.
Dans le mirmiz, c'est la saveur aigrelette des tomates fraîches qui doit dominer.

Cocotte de poulet aux morilles à la crème



Un poulet découpé en morceaux
2 échalotes
25cl de vin jaune
25cl de crème liquide
15cl de bouillon de volaille
250g de morilles
2 cuil. à café de fécule de maïs
4 cuil. à soupe d'huile
1 branche de persil plat
Sel, poivre

1. Ôtez la première peau de vos échalotes et ciselez-les.
2. Lave très soigneusement vos morilles.
3. Salez et poivrez vos morceaux de poulet.
4. Dans une cocotte chaude sur feu vif, colorez sur toutes leurs faces vos morceaux de poulet dans l'huile pendant 10 minutes. Réservez-les.
5. Dégraissez légèrement votre cocotte sans la nettoyer. Faites-y revenir vos échalotes avec un peu de sel sur feu moyen pendant 5 minutes en prenant soin de remuer régulièrement.
6. Ajoutez le vin jaune et grattez le fond de votre cocotte avec une cuillère en bois pour décoller l'ensemble des sucs de cuisson. Faites réduire des 2/3.
7. Ajoutez le bouillon de volaille, la crème liquide et les morceaux de poulet puis poursuivez la cuisson à feu doux pendant 30 minutes.
8. Ajoutez les morilles et poursuivez la cuisson 15 minutes.
9. Ajoutez la fécule de maïs et mélangez jusqu'à ce que votre sauce épaississe. Au dernier moment, ajoutez 5 cl de vin jaune et mélangez. Salez et poivrez.
10. Agrémentez votre plat de persil effeuillé et haché.
11. Vous pouvez ajouter une pointe de Cognac avec le vin blanc avant de flamber.

PORC

Rôti de porc à la sauge

Préparation : 20 min. Cuisson : 50 min

Pour 6 personnes

1kg de rôti de porc dans l'épaule, bardé
3 échalotes
1 tranche de pain de mie
12 gousses d'ail
6 feuilles de sauge
1 brin de romarin
2 c. à s. d'huile d'olive
10 g de beurre
Sel, poivre.

1. Hachez sauge et romarin.
2. Pelez, ciselez les échalotes, poêlez-les 5 min au beurre.
3. Ajoutez le pain de mie émietté, les herbes hachées, du sel et du poivre.
4. Préchauffez le four sur th. 6-7 (200 °C).
5. Déficelez le rôti, ôtez la barde et ouvrez-le dans l'épaisseur.
6. Farcissez, refermez, puis bardez et reficelez-le.
7. Déposez la viande dans un plat à rôtir, arrosez d'huile.
8. Enfournez et faites cuire 45 min.
9. A mi-cuisson, ajoutez les gousses d'ail non pelées tout autour.
10. Laissez reposer le rôti quelques minutes, recouvert de papier d'aluminium, avant de le trancher.
11. Accompagnez du jus de cuisson et des gousses d'ail rôties.

Préparez le rôti la veille, gardez au froid et cuisez-le le jour même. Accompagnez de cornichons, moutarde douce et forte, chutney ou confiture d'oignons.

Travers de porc au four 🍷🍷 (Spare Ribs)

1 kg de travers de porc
1 petite boîte de concentré de tomates,
4 c. à s. de sauce soja
1 c. à s. de miel liquide
4 c. à s. de ketchup
2 c. à s. de Worcestershire sauce
Le jus d'un citron
1 gousse d'ail

1. Coupez les bandes de travers de porc en tronçons d'environ 5 cm de large.
2. Plongez-les dans un grand faitout rempli d'eau bouillante.
3. Faites-les blanchir pendant environ 5 min à feu vif, puis égouttez.
4. Préchauffez le four à thermostat b (240 °C) 20 minutes.
5. Pendant ce temps, préparez la sauce aigre-douce : mélangez tous les ingrédients dans un bol, pressez la gousse d'ail au-dessus.
6. Enduisez les deux faces des morceaux de travers de cette sauce (avec les doigts ou au pinceau), placez-les sur une grille et enfournez-les.
7. Sous la grille du four, glissez la lèchefrite remplie d'eau, ce qui évite que la sauce, en s'écoulant au cours de la cuisson, ne carbonise et dégage de la fumée.
8. Laissez cuire les travers pendant 25 à 30 min, en les retournant de temps en temps.
9. Déposez-les sur un plat de service, et servez très chaud.

On trouve dans les épiceries exotiques, ou au rayon spécialisé des grandes surfaces, une sauce chinoise "hoï-sin", en boîte, convenant très bien pour accommoder les spare-ribs. Prête à l'emploi, il suffit d'en enduire les travers.

Travers de porc au barbecue 🍷🍷

(Barbecue Spare Ribs)

Préparation : 10 minutes

Attente : 6 heures

Cuisson : 15/20 minutes

1,5 kg de travers de porc
3 gousses d'ail
6 c à s de miel liquide
4 c à s de ketchup
c à s de sauce Worcestershire
4 c à s de sauce soja
4 c à s d'huile d'olive
1 pincée de piment d'Espelette

1. Mélangez le miel liquide, le ketchup, la sauce soja, la sauce Worcestershire avec les gousses d'ail épluchées et écrasées et la pincée de piment d'Espelette.
2. Incorporez l'huile d'olive.
3. Déposez les travers de porc dans un grand plat et arrosez-les avec la marinade.
4. Retournez les deux ou trois fois puis filmez le plat.
5. Réservez au frais de 4 à 6 heures ou pendant une nuit. Retournez-les de temps en temps.
6. Égouttez-les quand votre feu est prêt mais ne jetez pas la marinade.
7. Posez-les sur la grille du barbecue pour 15 à 20 minutes selon leur épaisseur.
8. Retournez-les deux ou trois fois en prenant le soin à chaque fois d'enduire les travers de porc avec la marinade, à l'aide d'un pinceau alimentaire.
9. Servez aussitôt avec des crudités, un taboulé ou bien des frites.

Pour éviter que la viande n'attache sur la grille, enduisez-la préalablement d'huile.

10. Vous pouvez également les faire cuire sur une plancha chaude et huilée.

Côtelettes de porc aux cèpes

15 g de cèpes secs mis à tremper dans 250 ml d'eau chaude
(réserver l'eau de trempage)
75 g de beurre
2 gousses d'ail épluchées et écrasées
300 g de champignons de Paris frais
finement émincés
Sel et poivre noir fraîchement moulu
1 c. à s. d'huile d'olive
4 côtelettes de porc
1/2 c. à c. de feuilles de thym frais ou 1/4 de c. à c. de thym séché
100 ml de vin blanc sec
75 ml de crème fraîche liquide.

1. Égoutter les cèpes en réservant l'eau de trempage filtrée à l'aide d'un papier absorbant.
2. Faire fondre 2/3 du beurre dans une grande poêle.
3. Ajouter l'ail.
4. Quand une écume se forme, incorporer tous les champignons.
5. Assaisonner et cuire à feu modéré jusqu'à ce qu'ils rendent leur eau.
6. Il faut compter 8 à 10 minutes.
7. Retirer les champignons et réserver.
8. Ajouter le reste du beurre et l'huile dans la poêle.
9. Placer les côtelettes sans chevauchement et saupoudrer de thym.
10. Cuire de feu modéré à feu vif 3 minutes sur chaque face.
11. Réduire le feu et laisser mijoter 15 à 20 minutes.
12. Retirer la viande et réserver au chaud.
13. Enlever le gras de la surface de la poêle.
14. Déglacer la poêle avec le vin et l'eau des champignons.
15. Cuire à feu vif jusqu'à ce que la sauce ait réduit de moitié.
16. Gratter le fond de la poêle pour décoller tous les sucs.
17. Ajouter les champignons et la crème.
18. Laisser cuire 5 minutes de plus.
19. Servir les côtelettes recouvertes de sauce.

Petit salé aux lentilles 🍴

Préparation : 40 mn Cuisson : 1 h50

500 g de palette demi-sel désossée ou d'échine de porc
400 g de jambonneau demi-sel
250 g de poitrine demi-sel
500 g de lentilles
2 carottes
2 oignons
4 gousses d'ail
3 brins de thym
4 feuilles de laurier
3 clous de girofle
2 c. à s. de saindoux (ou d'huile)
Sel, poivre.

1. Rincer les viandes demi-sel dans plusieurs eaux, les mettre dans un faitout, ajouter un oignon piqué de clous de girofle, 2 feuilles de laurier, 2 gousses d'ail.
2. Couvrir largement d'eau froide, porter à ébullition, écumer, cuire à feu doux 1 h, jusqu'à ce que les viandes soient moelleuses.
3. Couper le deuxième oignon en rondelles et les carottes en tronçons.
4. Les faire rissoler au saindoux dans une cocotte.
5. Ajouter 2 gousses d'ail, puis les lentilles, 2 brins de thym, 2 feuilles de laurier, bien mélanger, couvrir d'eau.
6. Cuire à feu très doux 30 mn, ajouter les viandes égouttées, cuire encore 20 mn.
7. Bien poivrer, saler peu. Remplacer le thym cuit par du thym frais.
8. Couper les viandes et les servir avec les lentilles, éventuellement en accompagnant de cornichons et d'oignons au vinaigre.

Filet mignon aux morilles

Préparation : 40 minutes - Cuisson : 15 minutes - Réserve : 30 minutes

500 g de filet mignon de porc
1 citron
2 bottes d'oignons de printemps
30 g de morilles séchées
2 c. à c. de margarine végétale
20 cl de crème fraîche liquide légère
(à 15% de M. G.) ou de crème de soja
2 c. à c. de curry doux
1 c. à c. de fond de veau
1 c. à s. de cognac
1/2 c. à c. de Maïzena
Sel
Poivre du moulin.

1. Mettre les morilles à tremper dans un peu d'eau tiède.
2. Couper le filet mignon en tranches régulières de 1,5 cm et les aplatir légèrement.
3. Mélanger le cognac et 1 c. à s. de jus de citron.
4. Badigeonner les tranches de ce mélange et laisser reposer 30 minutes au frais.
5. Éponger la viande avec du papier absorbant.
6. Faire chauffer 1 c. à c. de margarine dans une poêle avec 1 c. à c. de curry pour y faire rôtir rapidement les tranches de filet mignon des deux côtés.
7. Saler et poivrer.
8. Retirer les tranches quand elles sont dorées et les réserver au chaud.
9. Nettoyer les oignons, ôter les racines.
10. Rincer les tiges vertes puis les couper en biais en tronçons de 2 cm.
11. Émincer les bulbes en rondelles de 0,5 cm d'épaisseur.
12. Égoutter les morilles et fendre les plus grosses en deux.
13. Dans la poêle, faire fondre les oignons et les morilles à feu doux avec 1 c. à c. de margarine.
14. Ajouter 1 c. à c. de curry doux et faire revenir 3 minutes.
15. Mouiller avec 10 cl d'eau et le fond de veau.
16. Faire mijoter 4 minutes environ à couvert et à feu doux, jusqu'à ce que les morilles et les oignons soient tendres.
17. Ajouter la crème fraîche, laisser mijoter 2 à 3 minutes puis saler et poivrer.
18. Verser la Maïzena diluée dans 1 c. à s. d'eau.
19. Lorsque la sauce est prête, baisser le feu, ajouter les tranches de filet mignon et laisser cuire sans bouillonnements pendant 2 minutes.
20. Servir aussitôt.

Côtes de porc à la moutarde 🍷

4 côtes de porc
50 g de beurre
3 c. à s. de moutarde
3 c. à s. de crème
1/2 verre d'eau
sel et poivre

1. Faire dorer les côtes de porc à la poêle, dans un beurre chaud.
2. Délayer la moutarde avec un demi-verre d'eau chaude, et verser dans la poêle.
3. Saler et poivrer, remuer le tout.
4. Couvrir, et laisser cuire à feu doux pendant 20 min.
5. Dresser les côtes de porc dans un plat chaud.
6. Verser la crème dans la poêle, et laisser épaissir en remuant.
7. Arroser les côtes avec cette sauce, et servir.

Porc aux lentilles

Préparation : 25 mn Cuisson : 2 h 15

1,2 kg de viande de porc salée (poitrine, travers, palette)
350 g de lentilles
2 saucisses de Montbéliard
2 carottes
2 oignons
1 gousse d'ail
1 bouquet garni
2 clous de girofle
30 g de beurre ou de saindoux

1. Rincer la viande.
2. La mettre dans le faitout, couvrir d'eau froide.
3. Porter à ébullition, écumer si nécessaire et laisser cuire 1 h 30.
4. Peler les oignons, en piquer un des clous de girofle, hacher l'autre.
5. Peler les carottes et les couper en tronçons.
6. Peler l'ail.
7. Mettre les lentilles dans 1 litre d'eau froide, porter à ébullition.
8. Ajouter, à frémissements, les saucisses, l'oignon entier, les carottes, l'ail et le bouquet garni.
9. Laisser cuire 30 mn, saler au gros sel.
10. Égoutter en conservant 15 cl de jus de cuisson.
11. Égoutter la viande et la détailler en morceaux.
12. Réserver 10 cl de jus de cuisson et le mélanger à celui conservé des lentilles.
13. Faire suer l'oignon haché dans le saindoux.
14. Ajouter les lentilles égouttées et les morceaux de viande.
15. Mouiller avec le mélange des bouillons et laisser mijoter
16. 15 mn à feu très doux, à découvert.
17. Servir dans un plat en terre.

II faut toujours saler les lentilles en fin de cuisson afin qu'elles ne durcissent pas.

Piquez les saucisses avec une fourchette pour éviter qu'elles n'éclatent à la cuisson.

Timbale de chou farci 🍴

Préparation 30 minutes. Cuisson une heure.

1 chou vert frisé
1 oignon moyen
400 g de chair à saucisse
200 g de riz pour risotto
80 g de parmesan
1 botte de persil hachée
1 œuf
1 cuillerée à soupe d'huile d'olive
50 g de beurre
Sel, poivre

1. Faites cuire le chou entier à la vapeur ou dans de l'eau bouillante salée.
2. Comptez 30 minutes pour que le cœur soit tendre.
3. Faites cuire le riz très al dente dans de l'eau bouillante salée, égouttez et assaisonnez avec 30 g de beurre
4. Dans une poêle, faites dorer l'oignon 2 minutes avec 1 cuillerée à soupe d'huile puis ajoutez la chair à saucisse.
5. Laissez cuire 3 minutes.
6. Égouttez le chou et enlevez une douzaine de feuilles extérieures. Gardez-le.
7. Hachez le cœur, mélangez avec le riz, la chair à saucisse, le persil, le parmesan râpé et l'œuf.
8. Salez et poivrez.
9. Beurrez un moule à charlotte, tapissez le fond avec une feuille de chou et ajoutez une couche de farce.
10. Recommencez plusieurs fois et terminez par une feuille de chou.
11. Couvrez de papier alu beurré et faites cuire 20 minutes au four à 200 °C.
12. Attendez 5 minutes avant de servir.

Saucisses aux lentilles 🍴

Préparation : 20 mn Cuisson : 55 mn

700 g de saucisse de Toulouse (*ou de Montbéliard, qui est une saucisse fumée*)

350 g de lentilles vertes

10 cl de vin blanc sec

1 gros oignon

150 g de lardons fumés

3 feuilles de laurier

2 c. à c. de thym

40 g de beurre

Sel, poivre.

1. Poêler les lardons dans une poêle antiadhésive sans matière grasse 2 mn à feu vif.
2. Cuire les lentilles 40 mn à petits frémissements, dans 2,5 fois leur volume d'eau, avec le vin, l'oignon pelé, le laurier et le thym.
3. A mi-cuisson, ajouter les lardons, saler et poivrer.
4. Piquer la saucisse et la couper en quatre morceaux.
5. Les cuire 15 à 20 mn dans une poêle antiadhésive sans matière grasse, en les retournant plusieurs fois.
6. Prélever les lentilles à l'écumoire, les mettre dans un plat, ajouter le beurre et mélanger.
7. Poser dessus les morceaux de saucisses, servir aussitôt.

Paupiettes de porc à la crème et aux champignons

300 g de champignon de Paris frais
6 paupiettes de porc
1 oignon
20 cl de crème fraîche
20 g de beurre
Persil
Huile d'olive
Sel, poivre

1. Couper les champignons et les oignons en lamelles.
2. Les faire revenir séparément dans l'huile d'olive.
3. Faire dorer les paupiettes à la poêle avec le beurre puis une fois dorées.
4. Ajouter les oignons et les champignons.
5. Mélanger.
6. Ajouter un peu de persil.
7. Mettre le tout dans un plat à gratin puis mettre à cuire 15 min au four à 210°C (thermostat 7).
8. Servir avec pomme de terre, riz ou pâtes.

Paupiettes de porc sauce moutarde

4 paupiettes de porc
1 échalote
un peu de beurre
un trait d'huile d'olive
25 cl de vin blanc sec
15 cl d'eau
2 càs de moutarde (à l'ancienne, c'est mieux)
20 cl de crème liquide
2 c à c de fond de veau
sel, poivre

1. Dans une cocotte à couvercle, faire dorer les paupiettes dans le beurre et l'huile.
2. Ajouter l'échalote émincée ; déglacer avec le vin blanc.
3. Porter à ébullition et ajouter l'eau.
4. Saler et poivrer.
5. Baisser un peu le feu.
6. Fermer la cocotte et laisser cuire 30 – 45 min.
7. Dans un bol, mélanger le fond de veau avec la crème et la moutarde ; verser dans la cocotte.
8. Laisser épaissir quelques minutes et servir.

LES FARCIS

Artichauts farcis

200 g de viande hachée
25 g de parmesan râpé
50 g de persil haché
8 artichauts
3 œufs
Un oignon
Un citron
Un décilitre d'huile
1 c. à s. de concentré de tomate
1/2 c. à s. d'harissa
1/2 c. à s. de piment moulu
1/2 c. à s. de coriandre
Sel, poivre

1. Casser les feuilles extérieures de 8 gros artichauts à raison de deux par personne, peler au couteau la base des légumes et les raccourcir aux ciseaux d'un tiers de leurs hauteurs, les laver avec soin, les arroser copieusement de jus de citron et les ramollir dans de l'eau chaude sur feu doux pendant une quinzaine de minutes.
2. Les retirer, les égoutter et les évider en arrachant une partie des feuilles internes et en éliminant le foin avec un petit couteau, ce qui donnera aux artichauts la forme d'un verre.
3. Hacher la viande et le persil.
4. Éplucher et émincer un petit oignon, mélanger le tout et assaisonner le mélange de coriandre, de sel et de poivre, ajouter une cuillerée d'huile et faire cuire dans une terrine sans eau pendant une dizaine de minutes en remuant sans arrêt.
5. Retirer ensuite du feu et laisser refroidir.
6. Ajouter les œufs crus, le fromage râpé, mélanger le tout, poivrer, saler au goût et farcir les artichauts.
7. Mélanger à froid dans un plateau, l'huile, la purée de tomate, l'harissa et le piment moulu avec un verre d'eau.
8. Aligner les artichauts farcis dans la sauce, placer le plateau au four moyen pendant 15 à 20 minutes, retirer du feu, corriger le sel et servir les artichauts avec la sauce.

Aubergines farcies 🍷

4 aubergines
2 pommes de terre moyennes
2 oignons
Un verre de persil plat haché
3 œufs
3/4 de baguette de la veille (facultatif)
Un verre d'huile d'olive
Gros sel
Sel, Poivre

1. Couper les aubergines en deux dans le sens de la longueur. Les évider.
2. Couper la pulpe en morceaux, la mettre à dégorger avec du gros sel dans une passoire pendant une demi-heure, presser et égoutter. C'est important, car les aubergines absorbent énormément l'huile.
3. Faire revenir la chair des aubergines dans deux à trois c. à s. d'huile d'olive, bien égoutter.
4. Dans une casserole, mettre à cuire ensemble, dans un verre d'eau, les oignons hachés, le persil haché, les pommes de terre épluchées et coupées en quatre, du sel, du poivre, plus une cuillerée à soupe d'huile.
5. Une fois ce mélange cuit et réduit au maximum, au bout d'environ quinze minutes, retirer la casserole du feu et ajouter alors la chair frite des aubergines.
6. Laisser refroidir ou tiédir, écraser avec une fourchette et casser les œufs un par un.
7. Ajouter la mie de pain trempée et pressée si on le souhaite. Goûter.
8. Bien essuyer les aubergines creusées et les remplir de farce.
9. Faire frire les aubergines à la poêle ou au four.
10. À la poêle, faire chauffer l'huile d'olive.
11. Poser délicatement les aubergines dans la poêle les unes à côté des autres, en équilibre : c'est très délicat à faire. Les saisir.
12. Au moment où on constate que la farce a un peu durci, après environ quinze minutes, couvrir la poêle.
13. Baisser le feu et prolonger la cuisson.
14. Au bout de quinze minutes environ, les retourner avec précaution et laisser cuire encore une quinzaine de minutes. Sortir les aubergines farcies de la poêle et les poser dans un grand plat.
15. Au four, poser les aubergines dans un plat huilé.
16. Faire cuire au four préchauffé à 210-240 °C (thermostat 7/8).
17. Après trente minutes, vérifier la cuisson.
18. On peut ajouter une sauce tomate épicée, et on mange froid. Ce n'est pas mal du tout...

Poivrons farcis 🍴👨🍳

8 beaux poivrons allongés verts ou rouges
200 grammes de viande maigre à hacher
4 œufs
1 oignon moyen
6 gousses d'ail
1 petit bouquet de persil
30 grammes de pain rassis
3/4 de verre d'huile
4 belles tomates ou 2 c. à s. de concentré de tomates
Sel, poivre.

1. Mettre deux œufs à durcir dans une casserole, ajouter un demi-litre d'eau, poser sur feu moyen pendant douze minutes.
2. Mettre le pain à tremper dans une cuvette pleine d'eau.
3. Laver et essuyer les poivrons.
4. Inciser tout autour de la queue, enlever les graines et réserver les chapeaux.
5. Couper la viande en morceaux, la mettre dans une casserole avec deux c. à s. d'huile, l'oignon émincé, le persil, quatre gousses d'ail pelées, une cuiller à café de sel, deux pincées de poivre et un demi-verre d'eau.
6. Mélanger et poser sur feu moyen.
7. Faire cuire jusqu'à évaporation presque complète de l'eau.
8. Hacher le tout à la moulinette électrique.
9. Mettre ce hachis dans une cuvette avec le pain trempé et bien essoré, les œufs durs coupés en morceaux ; casser dessus deux œufs et bien malaxer.
10. Verser l'huile dans une poêle et la poser sur feu moyen.
11. Remplir les poivrons de farce, remettre leurs chapeaux et les faire frire de tous côtés.
12. Les retirer et les réserver.
13. Mettre alors dans la poêle les tomates pelées et coupées en morceaux ou le concentré de tomates délayé dans un verre d'eau ; ajouter deux gousses d'ail pelées et écrasées, une cuiller à café rase de sel et une pincée de poivre.
14. Couvrir et laisser cuire dix minutes à feu modéré.
15. Peler les poivrons.
16. Les dresser dans un plat, les napper d'un peu de sauce et mettre le reste dans une saucière.
17. Servir chaud.

LES ABATS

Akoud

Un kg de tripes nettoyées et lavées
1/2 verre de coulis de tomate
3 gousses d'ail
2 c. à s. de cumin en poudre
Une cuillerée à soupe de piment rouge doux
Une cuillerée à soupe d'harissa
Une cuillerée à soupe de farine ou de Maïzena® (facultatif)
Un verre d'huile d'olive
Sel Poivre

1. Contrôler les tripes, les ébouillanter trois minutes puis jeter l'eau.
2. Couper les tripes en carrés.
3. Les mettre dans une cocotte remplie aux trois quarts d'eau.
4. Ajouter le cumin, le piment rouge doux, l'ail écrasé, le coulis de tomate, l'harissa, du sel, du poivre et l'huile d'olive.
5. Les tripes étant grasses, on peut diminuer ta dose d'huile.
6. Laisser mijoter deux à trois heures à feu moyen et à couvert.
7. Si l'on voit en fin de cuisson que la sauce est trop liquide, délayer la farine ou la Maïzena dans un demi-verre d'eau et verser en remuant dans la cocotte pour rendre la sauce plus onctueuse.
8. Saucer avec du pain.

Ce plat est souvent une entrée que l'on déguste à trois ou quatre dans la même assiette.

Presser un peu de citron dessus, c'est encore meilleur.

POISSONS & FRUITS DE MER

Fritto misto à la mayonnaise à l'ail 🍷🍷

Pour 6 personnes comme entrée ou pour 2 comme plat principal

2 échalotes finement hachées
150 ml de vin blanc sec
1 feuille de laurier
1 brin de thym frais
300 g de moules nettoyées et ébarbées
150 g de calmar
Huile, pour la friture
4 œufs légèrement battus
90 g de farine assaisonnée de sel et de poivre
200 g de chapelure
150 g de filet de sole, de carrelet ou de flet, coupé en lamelles
150 g de filet de morue ou d'élingue, coupé en morceaux
2 gousses d'ail finement hachées
Persil frais et quartiers de citron, pour garnir
Mayonnaise
Un yaourt

1. Mettre les échalotes, le vin, les feuilles de laurier et le thym dans une grande casserole, couvrir et porter à ébullition.
2. Ajouter les moules, (jeter toutes celles qui sont déjà ouvertes), couvrir et faire cuire à feu moyen pendant 2 minutes en remuant la casserole de temps en temps.
3. Lorsque les moules sont ouvertes (jeter celles qui ne le sont pas), égoutter et décortiquer.
4. Pour préparer le calmar, couper les tentacules et enlever la peau et la partie cornée (la plume).
5. Rincer, égoutter, faire sécher et couper en anneaux.
6. Remplir une grande casserole à fond épais d'un tiers d'huile et faire chauffer à 190°C.
7. Mettre l'œuf, la farine et la chapelure dans trois bols séparés.
8. Passer le poisson, les moules et le calmar dans la farine, enlever l'excédent et plonger dans l'œuf avant de passer dans la chapelure.
9. Enlever l'excédent de chapelure.
10. Plonger ensuite dans l'huile bouillante, par petites quantités et faire dorer.
11. Égoutter sur des essuie-tout chiffonnés et saupoudrer légèrement de sel.
12. Pour les garder chaud quelques minutes, les poser sur une grille et mettre au four chaud, sans les couvrir.
13. Pour préparer la sauce à l'ail, mettre la mayonnaise, le yogourt et l'ail dans un bol et servir avec les fruits de mer et le poisson.
14. Garnir de persil et de quartiers de citron.

Salade de poulpes 🍷🍷🍷

2 kg de poulpes nettoyés et décongelés
Un ½ verre d'huile d'olive
Le jus d'un gros citron
Une ½ tasse de persil plat grossièrement haché
Sel, poivre

1. Dans une marmite d'eau bouillante, faire cuire les poulpes pendant une heure : le poulpe doit être tendre et pas élastique. Pas assez cuit, il est cartilagineux, et il tend à se durcir s'il est trop cuit. Il convient donc d'apprécier sa texture pendant la cuisson.
2. Laissez-les refroidir dans leur eau de cuisson, puis égouttez-les.
3. Les couper en morceaux de deux centimètres de longueur environ
4. Les mettre dans un saladier avec l'huile et le citron
5. Rajouter le persil
6. Mélanger et assaisonner au goût
7. Laisser rafraîchir au frigo avant d'y goûter

Rosé de Provence bien frais

On peut ajouter à l'eau bouillante, un bouchon pour diminuer l'écume.

Poisson rôti en croûte de sel 🍷🍷🍷

C'est en effet la méthode idéale pour préparer un poisson : le faire rôtir entier, recouvert de gros sel de mer.

Facile, simple, c'est une technique qui permet au poisson, cuit entier avec l'arête, de rester intact, parfaitement moelleux, savoureux et d'une texture parfaite.

Le sel, très riche en eau, se solidifie sous l'effet de la chaleur et enferme le poisson dans une croûte hermétique.)

On peut faire cuire de cette façon de nombreuses espèces de poissons, notamment daurade et même saumon.

N'écaillez pas le poisson, car les écailles non seulement ajoutent de la saveur mais protègent la chair pendant la cuisson, et, comme elles restent ensuite prises dans le sel, il est facile de lever les filets une fois la cuisson terminée.

1 loup de 1 kilo non écaillé
Laurier frais (facultatif)
2 kilos de gros sel marin
Huile d'olive extra-vierge,
Citron

1. Préchauffez le four à 230 °C (thermostat 8).
2. Demandez à votre poissonnier de vider le poisson par les ouïes et surtout de ne pas l'écailler.
3. Lavez soigneusement le poisson à l'intérieur et à l'extérieur pour éliminer toute trace de sang.
4. Retirez les ouïes. Essuyez avec du papier absorbant.
5. Salez l'intérieur et glissez-y quelques feuilles de laurier et quelques grains de poivre.
6. Étalez 250 g de gros sel dans le fond d'un plat à rôtir.

7. Posez le poisson dessus et versez le reste de sel sur le poisson et autour de lui pour le recouvrir entièrement de la tête à la queue. Il faut que le plat donne l'impression de ne contenir que du gros sel. (Si le poisson est gros, le bout de la queue risque de ne pas être entièrement recouvert, ce qui n'a pas d'importance et n'influe pas sur la cuisson. Si l'on ne possède pas de plat assez grand, couper la tête et la queue et recouvrir les extrémités de papier aluminium pour éviter que la chair ne soit en contact avec le sel).
8. Mettez le plat dans le four à mi-hauteur et faites rôtir en comptant 10 minutes par 500 g.
1. Sortez le plat du four. Laissez reposer 5 minutes pour que la chair se raffermisse et soit plus facile à lever.
2. Cassez la croûte de sel à l'aide d'un petit marteau et retirez le plus de sel possible.
3. Avec un couteau plat (couteau à poisson par exemple), soulevez et retirez délicatement la peau. Retirez les feuilles de laurier. Incisez délicatement la chair au centre en partant de la tête, pour partager le filet supérieur en deux.
4. Parez en écartant la peau superflue et les lambeaux de chair sur le côté. Vous obtiendrez ainsi des filets bien nets et faciles à lever.
5. Avec deux grandes cuillers, prélevez délicatement la moitié du filet supérieur, puis l'autre moitié. Déposez chaque portion directement sur des assiettes de service chaudes. Retirez l'arête centrale. Répétez la même opération pour le filet du dessous.
6. Servez aussitôt, avec un cruchon d'huile d'olive et des quartiers de citron.

Beignets de calamars 🍷🍷🍷

*Pour bien réussir l'enrobage de ces petits calamars frits, j'utilise une semoule de blé qui donne des beignets un peu rustiques, croustillants et bien dorés.
N'oubliez pas de faire tremper les calamars dans de l'eau glacée pendant au moins dix minutes avant de les faire cuire pour que le choc thermique avec l'huile bouillante les empêche d'absorber trop l'huile et préserve leur saveur.*

Pour 4 personnes en entrée :

500 g de calamars très frais
100 g de semoule de blé ou de farine à gâteaux
Sel de mer fin
1 litre à 1,5 litre d'huile d'arachide
Quartiers de citron

1. Nettoyez les calamars : lavez-les et égouttez-les soigneusement.
2. Coupez les tentacules juste sous les yeux. Retirez et jetez le petit bec dur situé sous les tentacules à l'endroit où ils rejoignent la tête.
3. Videz les calamars et jetez l'os. La peau est comestible, mais vous pouvez la retirer si vous le préférez.
4. Coupez les calamars en rondelles de 12 cm et les tentacules en deux dans la longueur.
5. Lavez les calamars à nouveau et égouttez-les à fond.
6. Mettez-les dans une grande terrine d'eau glacée au moins 10 minutes avant de les faire cuire.
7. Mettez la farine dans un sac en papier ou en plastique et ajoutez 1 c. à s. de sel. Secouez pour bien mélanger.
8. Préchauffez le four à 100° C (thermostat 1)
9. Versez l'huile de friture dans une grande marmite de 6 litres de contenance ou utilisez une friteuse. (L'huile doit former une couche de 5 cm au moins.) Plongez un thermomètre à friture dans l'huile et faites-la chauffer à 190° C.
10. Égouttez les calamars et séchez-les soigneusement dans un torchon.
11. Mettez-en une poignée dans le sac de farine et secouez bien pour les enrober.
12. Versez-les ensuite dans une passoire métallique pour retirer l'excédent de farine.
13. Plongez les calamars enrobés par petites quantités dans l'huile bouillante et faites-les frire pendant 1 à 2 minutes jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.
14. Avec une écumoire métallique, retirez-les du bain d'huile et déposez-les sur du papier absorbant.
15. Saupoudrez-les aussitôt de sel fin puis mettez-les dans le four, porte légèrement entrouverte, pour les garder au chaud.
16. Continuez à faire frire les autres calamars, en surveillant la température du bain d'huile de cuisson (190° C) avant d'y plonger de nouveaux beignets.
17. Servez aussitôt avec des quartiers de citron.

Un vin blanc léger

Calamars farcis 🍷

900 gr de calamars frais (environ 16 moyens)
Le jus d'1/2 citron
2 filets d'anchois hachés
2 gousses d'ail finement hachées
2 tomates moyennes, pelées, épépinées et finement hachées
3 c. à s. de persil frais haché
50 gr de chapelure
1 œuf
Sel et poivre noir fraîchement moulu
30 ml à soupe d'huile d'olive
100 ml de vin blanc sec
Quelques brins de persil frais pour garnir

1. Nettoyer d'abord les mollusques en leur enlevant la peau.
2. Bien rincer.
3. Enlever la tête et les tentacules de la poche charnue.
4. Une partie des intestins va venir avec la tête.
5. Jeter le cartilage transparent et tout ce qui reste dans la poche.
6. Séparer les tentacules de la tête, jeter la tête et les intestins.
7. Retirer et jeter le petit bec situé à la base des tentacules.
8. Placer les tentacules dans un bol d'eau avec le jus de citron.
9. Nettoyer l'intérieur avec du papier absorbant.
10. Préchauffer le four à 180°. Égoutter les tentacules.
11. Les couper grossièrement et les placer dans un bol mélangeur.
12. Ajouter les autres ingrédients et assaisonner.
13. Farcir les poches avec ce mélange puis les fermer à l'aide de cure-dents.
14. Huiler un plat à gratin suffisamment grand pour que les calamars ne se chevauchent pas.
15. Y poser les calamars.
16. Verser l'huile et le vin.
17. Cuire à découvert 35 à 45 mn (ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres).
18. Enlever les cure-dents et servir avec du persil.

Ne pas trop farcir les calamars car ils risquent d'éclater pendant la cuisson.

Poêlée de Saint-Jacques à la crème de safran 🍽️



16 noix de Saint-Jacques fraîches sans corail (ou surgelées)

2 pincées de filaments de safran

2 échalotes

4 cuil. à café de fumet de poisson en poudre

10 cl de vin blanc sec

20 cl de crème liquide

40 g de beurre

Quelques brins de ciboulette

Sel, poivre

1. Rincez les noix de Saint-Jacques, épongez-les et réservez.
2. Dans un bol, faites tremper le safran dans 2 cuillerées à soupe d'eau tiède.
3. Pelez et émincez les échalotes. Rincez, séchez et ciselez la ciboulette.
4. Faites fondre le beurre dans une poêle. Dès qu'il mousse, saisissez les Saint-Jacques 30 secondes sur chaque face. Retirez-les et réservez-les.
5. Dans la même poêle, faites revenir les échalotes doucement, sans les faire colorer 5 min.
6. Saupoudrez avec le fumet, versez le vin et le safran avec son eau de trempage.
7. Salez, poivrez.

Daurade (ou autre poisson) au four (*Jarraf fil koucha*)

Une belle daurade (1,2kg)
500 g de pommes de terre
100 g de persil
100 g d'oignon
60 g de beurre frais ou smen
Un citron
Un décilitre d'huile d'olive
Deux pincées de safran moulu
Sel, poivre.

1. Écailler une grosse daurade (ou 2 de taille moyenne), l'ébarber, l'éplucher, la vider par le ventre ou par les ouïes, la nettoyer avec soin, l'éponger, la ciseler, l'assaisonner de sel et de poivre et placer à l'intérieur une noisette de beurre ou de smen.
2. Réserver.
3. Peler les pommes de terre, les couper en tranches épaisses et les frotter également de sel et de poivre.
4. Hacher le persil et l'oignon.
5. Chauffer le four à chaleur élevée.
6. Beurrer un plateau allant au feu, le tapisser de persil et d'oignon hachés, placer le poisson au milieu, l'entourer de tranches de pommes de terre, arroser le tout d'huile et de jus de citron et verser au fond du récipient un verre d'eau dans lequel on a délayé le safran moulu.
7. Placer le plateau au four, attendre 4 à 5 minutes, diminuer le chauffage et poursuivre la cuisson à chaleur modérée pendant 25 à 30 minutes.
8. Prendre soin de surveiller la cuisson et d'arroser le poisson de temps à autre avec quelques cuillerées de jus prélevé au fond du récipient.

Service : Découper le poisson en tranches de même épaisseur, les répartir sur les assiettes individuelles, les garnir avec les morceaux de pomme de terre, les arroser avec la sauce de cuisson et servir.

Poisson complet 🍷🍷🍷

1 mulot de 1 kg
2 pommes de terre moyennes
4 tomates
3 poivrons
2 piments piquants (facultatifs)
4 œufs
30 g de farine
3 gousses d'ail
3/4 de verre d'huile
Sel

1. Écailler, laver et vider le poisson, puis le couper en tranches d'environ quatre centimètres.
2. Peler les pommes de terre et les couper en tranches fines.
3. Verser l'huile dans une poêle posée sur feu moyen. Quand elle est chaude, y faire frire les tranches de pommes de terre. Les mettre dans une assiette et les tenir au chaud.
4. Percer les poivrons et les piments, et les faire frire de tous côtés. Les réserver dans une autre assiette.
5. Mettre la farine dans une assiette. En enrober les tranches de mulot et les faire dorer de tous côtés. Les tenir au chaud avec les pommes de terre.
6. Couper en deux les tomates dans le sens de la largeur, les mettre dans l'huile chaude du côté de la peau. Au bout de deux minutes, retourner les demi-tomates et leur enlever le maximum de peau. Ajouter l'ail pelé et écrasé ainsi qu'une c. à c. de sel. Écraser les tomates avec une fourchette, mettre à feu doux.
7. Peler les poivrons et les piments frits, leur enlever les queues et les graines, puis les hacher avec deux couteaux dans leur assiette. Mettre ce hachis dans la poêle, bien mélanger aux tomates, augmenter le feu (modéré) et laisser cuire trois minutes.
8. Retirer la poêle du feu, casser quatre œufs sur la sauce en espaçant les jaunes.
9. Remettre sur le feu et laisser bien prendre les blancs. Les jaunes doivent être mollets.
10. Transvaser délicatement dans un grand plat.
11. Disposer les tranches de poisson et de pommes de terre tout autour.
12. Servir chaud.

Boutargue ou poutargue (Aadam roout) 🍷🍷🍷

Laitance de mullet
Sel

Œufs de mullet, on les trouve un peu partout dans les épicerie fines, les épicerie orientales ou dans les bonnes poissonneries. Ils ne se conservent que recouverts d'une couche régulière de paraffine sans aucun trou.

1. Laver soigneusement la laitance sans crever la peau extrêmement fine qui la recouvre. (Sinon, il n'y a plus qu'à la cuisiner autrement).
2. La poser sur une planche et la couvrir de sel fin en la retournant pour saler les deux faces.
3. Attendre 30 min, ou plus si elle est très grosse.
4. La peau s'est durcie, comme figée, on la rince pour retirer le sel et on l'essuie avec du papier absorbant.
5. La reposer sur une planche et la laisser sécher en la retournant tous les jours.
6. Quand on ne constate plus de trace d'humidité sur la planche, suspendre la boutargue pendant 3 jours. Elle est prête.

Pour la suspendre, glisser un bout de ficelle à rôtir entre les deux lobes ou utiliser un filet résille type filet à pommes de terre ou à oignons.

On peut, soit la consommer immédiatement, soit la recouvrir de paraffine.

Cataplana de coques

Préparation : 15 mn, cuisson : 25 mn

1,5 kg de coques
1 c. à c. dessert de vinaigre
1 c. café thé de paprika fort (ou doux)
3 oignons coupés en demi-lune fine
1,5 dl d'huile d'olive
1 c. à s. de beurre ou margarine
1 petit bouquet de coriandre
1 petit bouquet de persil
1/2 chorizo coupé en rondelles
150 g de jambon cru coupé en petits dés
5 tranches de bacon
sel, poivre

1. Lavez les coques dans de l'eau salée.
2. Versez dans la "cataplana", l'huile d'olive, le beurre ou la margarine, les oignons.
3. Laissez dorer.
4. Ajoutez le paprika préalablement dilué dans le vin blanc puis, le bacon préalablement frit, les rondelles de chorizo, les cubes de jambon cru, le persil, la coriandre et pour finir les coques.
5. Salez, poivrez.
6. Fermez la "cataplana" et laissez mijoter 25 mn.

Calmars grillés pimentés (*Grigliata di calamari*)

Pour 2 personnes

2 calmars entiers nettoyés
75 ml d'huile d'olive
30 ml de vinaigre balsamique
2 piments rouges finement hachés
60 ml de vin blanc sec
Sel et poivre noir fraîchement moulu
Riz chaud cuit façon risotto, pour servir
Brins de persil frais, pour garnir

1. Couper les calmars en deux dans le sens de la longueur, puis aplatir le corps.
2. Inciser la chair en croix à l'aide de la pointe d'un couteau bien aiguisé.
3. Hacher les tentacules.
4. Disposer les calmars dans un saladier.
5. Mélanger l'huile et le vinaigre, saler et poivrer, puis verser sur les calmars.
6. Laisser mariner à couvert environ 1 heure.
7. Chauffer un grill de cuisson.
8. Disposer le corps d'un calmar.
9. Cuire sur feu moyen 2 à 3 minutes en appuyant sur le corps pour qu'il reste plat.
10. Répéter l'opération pour l'autre face, puis réaliser la même opération avec l'autre calmar.
11. Couper le corps en lamelles.
12. Dresser le riz en puits sur des assiettes creuses.
13. Disposer les bandelettes en croix pour faire une jolie présentation.
14. Réserver au chaud.
15. Placer les tentacules et les piments dans une sauteuse et cuire en mélangeant sur feu doux 2 mn.
16. Incorporer le vin et verser sur le riz.
17. Garnir de persil et servir immédiatement.

LES SOUPES

Soupe à l'oignon 🍷🥰

(6 personnes)

*Veillez à choisir des oignons blancs assez doux (les jaunes donnent un goût amer).
N'hésitez pas à vous équiper de bols à gratinée en porcelaine blanche bien épaisse.*

500 g d'oignons blancs finement émincés
50 cl de vin blanc sec (Muscadet ou Macon Villages)
30 g de beurre
1,5 l de bouillon de volaille non salé
6 tranches de baguette croustillante
160 g de gruyère français ou suisse râpé

1. Préchauffez le four à 220° C.
2. Mélangez dans une sauteuse les oignons, le vin et le beurre.
3. Faites braiser doucement à découvert pendant environ 45 minutes, jusqu'à ce que les oignons soient bien attendris en ayant absorbé presque tout le liquide.
4. Augmentez la chaleur et portez à ébullition.
5. Pendant ce temps, faites chauffer le bouillon dans une grande casserole.
6. Répartissez les oignons dans 6 bols en porcelaine à feu.
7. Versez le bouillon par-dessus.
8. Placez une rondelle de pain à la surface et répartissez le fromage râpé sur le contenu des bols.
9. Glissez-les sous le gril et laissez gratiner pendant 2 ou 3 minutes, jusqu'à ce que le fromage soit fondu.
10. Servez aussitôt.

Chorba 🍲🍲

Côtes d'agneau coupées (2 par personne),
Un peu de poitrine d'agneau
1 oignon
1 c. à s. de concentré de tomate dilué avec un peu d'eau de façon à obtenir une
crème épaisse
1 paquet de persil
1 petit bouquet de céleri coupé fin
Huile d'olive
1 jus de citron
Pâtes "langues d'oiseaux".
Un jaune d'œuf

1. Mettre l'agneau avec un gros oignon émincé, du sel, du poivre et du paprika.
2. Imbiber la viande de ces aromates.
3. Verser l'huile d'olive dans un faitout et faire revenir la viande.
4. Avant que la viande d'agneau ne colore, verser le concentré de tomate dilué avec un peu d'eau, le persil et le céleri.
5. Verser sur la viande et laisser cuire jusqu'à retour de l'ébullition.
6. Lorsqu'il y a ébullition, remuer et recouvrir la viande d'eau.
7. Lorsque la viande est cuite, sortir la viande, ajouter un peu d'eau en ayant soin de prélever un peu de jus.
8. Mettre les pâtes dans la sauce et laisser cuire.
9. Lorsque les pâtes sont cuites, reverser la viande et le jus prélevé.
10. Battre un jaune d'œuf avec du citron.
11. Au moment de servir, sans laisser cuire, diluer le mélange jaune d'œuf / citron dans le jus.
12. Bien mélanger et servir.

Soupe de pois chiches (*Laablabi* ou *Hhomss*) 🍲

C'est l'équivalent (sociologiquement parlant) de la "soupe à l'oignon" en Tunisie : à consommer de préférence au petit matin après une nuit blanche...

500 grammes de pois chiches
1 cuiller à café d'harissa
1 citron
1 gousse d'ail
1 cuiller à café de cumin moulu
1/2 verre d'huile
Sel

1. Faire tremper pendant vingt-quatre heures les pois chiches dans de l'eau additionnée d'une bonne pincée de bicarbonate de soude.
2. Les rincer et les mettre dans une marmite avec deux litres et demi d'eau.
3. Poser sur feu vif et dès ébullition, couvrir et mettre à feu modéré.
4. Faire cuire deux heures et demie, jusqu'à ce qu'ils deviennent fondants. Ne pas égoutter.
5. Ajouter une cuiller à dessert rase de sel.
6. Mettre dans un saladier une louche de jus de pois chiches, y délayer l'harissa, ajouter l'huile, le jus de citron, une gousse d'ail pelé et écrasé, le cumin et une cuiller à café rase de sel. Bien mélanger.
7. Verser la soupe dans une soupière. Servir les pois chiches chauds avec leur jus.
8. Accompagner de tranches de pain rassis.
9. Chacun des convives peut ajouter de la sauce dans sa soupe selon son goût.

Minestrone 🍲

Le "minestrone" appartient à toute l'Italie : dans chaque région, du Nord au Sud on le prépare d'une manière différente, selon les ingrédients utilisés.

Au Nord, ce sera le beurre, tandis qu'au Centre et au Sud ce sera l'huile d'olive et dans quelques autres régions le gras de porc. Le plus important, pour un véritable "minestrone" - qui n'est pas un potage - est la variété des légumes.

Préparation 45 minutes + 1 nuit de trempage. Cuisson 2 heures 30 minutes

250 g de haricots secs (haricots rouges)
150 g de porc salé ou de lard coupé en dés
2 c. à s. d'huile d'olive
1 gros oignon haché
2 carottes coupées en dés
2 pommes de terre coupées en dés
1 branche de céleri coupée en dés
2 gousses d'ail hachées
Une c. à s. de concentré de tomates
3 litres de bouillon de bœuf ou d'eau
1 bouquet garni
1/4 de chou coupé en tranches fines
250 g de macaroni ou autres petites pâtes
Parmesan râpé, pour servir

1. Recouvrir les haricots d'eau froide et laisser tremper 8 heures ou toute une nuit.
2. Égoutter et verser dans une grande casserole avec 2 litres d'eau et laisser mijoter pendant 1 heure et demie, jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres.
3. Pendant ce temps, mettre le porc salé ou le bacon dans une autre casserole et recouvrir d'eau froide. Porter à ébullition, égoutter et faire refroidir dans de l'eau froide. Faire sécher sur des essuie-tout.
4. Faire chauffer l'huile dans une grande casserole à fond épais et faire revenir le porc salé ou le bacon à feu moyen pendant 3 minutes.
5. Ajouter les oignons, les carottes, le céleri et l'ail et continuer à feu doux pendant 5 minutes pour les ramollir sans les faire dorer.
6. Ajouter le concentré de tomates et continuer la cuisson pendant 3 minutes. Ajouter le bouillon et faire mijoter pendant 10 minutes, en dégraissant la surface de temps en temps.
7. Ajouter le bouquet garni et le chou. Faire mijoter pendant 5 minutes. Enlever du feu et laisser de côté.
8. Égoutter les haricots et ajouter à la soupe. Remettre au feu et laisser mijoter pendant 10 minutes. Ajouter les pâtes et faire cuire 15 minutes.
9. Vérifier l'assaisonnement et enlever le bouquet garni.
10. Servir et saupoudrer l'assiette de parmesan râpé.

Soupe de pâtes aux haricots (*Pasta e fagioli*) 🍴

Si le "Minestrone" est le roi des soupes italiennes, la "Pasta e fagioli", en est la reine. Cette soupe est très simple à faire avec du parmesan, ou du "pecorino", ou simplement avec un peu d'huile. Pour l'enrichir on peut choisir entre des lardons, ou des petites saucisses, ou l'os de jambon, ou seulement de la couenne de porc coupé en petits morceaux, ou encore la croûte du parmesan coupée en petits dés.

Temps de préparation : 10 mn Temps de cuisson : 1h et 15 mn

200 g. de pâtes courte ou de spaghettis écrasés,
500-600 g. de haricots à écosser (ou 350 g. secs trempés dans l'eau pendant quelques heures),
100 g. de couenne de porc blanchie et coupée en petits dés (ou des morceaux de jambon pris autour de l'os ou de petits dés de croûte de parmesan),
50 g. de lard blanc,
1 oignon moyen,
1 petite carotte,
1 branche de céleri,
1 gousse d'ail,
200-300 g. de tomates,
2 c. à s. d'huile d'olive,
1 demi-verre de vin rouge sec,
Gros sel et sel fin,
Poivre noir à moulin.

1. Cuire les haricots dans beaucoup d'eau avec le céleri, la carotte et une cuiller à café de gros sel pendant 40 à 45 mn environ.
2. Émincer finement l'oignon, la carotte, le morceau de céleri, l'ail et le lard blanc (l'ensemble appelé "battuto" en romain).
3. Verser le tout dans une cocotte où l'huile a été chauffée au préalable.
4. Dorer l'oignon, ensuite arroser avec du vin rouge et laisser réduire presque complètement.
5. Ajouter les tomates passées au moulin à légumes, faire évaporer leur eau de végétation.
6. Verser les haricots cuits, dont une partie moulinée et l'eau de cuisson à volonté, saler et mouliné un peu du poivre.
7. Ajouter aussi la couenne (ou les morceaux de jambon ou de croûte de parmesan) et dès que la soupe bout verser les pâtes.
8. Laisser cuire environ 8 à 12mn. et servir le "minestrone" bien chaud, avec du parmesan râpé ou de l'huile.

Pâtes et pois chiches à la romaine

(Pasta e ceci alla romana)

Temps de préparation : 10 mn temps de cuisson : 1h et 15 mn

200 g. de pâtes de petit format ou spaghettis coupés,
280 g. de pois chiches trempés dans l'eau tiède avec un peu de bicarbonate de soude ou une cuiller à soupe de farine,
4 c. à s. d'huile d'olive ou 100 g. de gras de jambon cru haché avec de l'ail.
6 gousses d'ail,
4 à 5 tomates concassées,
4 filets d'anchois salés hachés,
2-3 rameaux de romarin,
Sel fin,
Poivre noir.

1. Dans une casserole émaillée, faire revenir doucement dans l'huile quatre gousses d'ail.
2. Ajouter les pois chiches, le sel, et le romarin ; mettre un litre et demi d'eau froide, porter à ébullition et laisser bouillir environ 40-45 mn.
3. Entre-temps dans une petite casserole faire revenir les deux autres gousses d'ail, les tomates concassés et les anchois.
4. Laisser mijoter pendant quelques minutes et joindre ensuite au bouillon les pois chiches ; Si nécessaire, ajouter de l'eau bouillante.
5. Environ 10 mn avant la fin de cuisson des pois chiches, plonger les pâtes et les faire cuire normalement.
6. A la fin, hors du feu, assaisonner avec un filet d'huile d'olive et du poivre noir.

Soupe de tomate aux pâtes et au basilic

3 grosses tomates bien mûres (750 g environ)
2 c. à s. d'huile d'olive
1 oignon, finement haché
1 gousse d'ail, écrasée
1 petit poivron rouge, finement haché
Un litre de bouillon de volaille ou de légumes
60 g de concentré de tomates (double)
1 cuillerées à café de sucre
15 g de feuilles de basilic frais
150 g de conchiglie ou de macaroni

1. Inciser d'une croix la base de chaque tomate.
2. Les plonger 1 à 2 minutes dans de l'eau bouillante, puis dans de l'eau froide.
3. Les peler à partir de la croix.
4. Retirer les graines et hacher grossièrement la pulpe.
5. Chauffer l'huile dans une grande casserole à fond épais et faire revenir les oignons, l'ail et le poivron 10 minutes en remuant.
6. Ajouter les tomates et prolonger la cuisson de 10 minutes.
7. Ajouter le bouillon, le concentré de tomates, le sucre, du sel et du poivre.
8. Couvrir et laisser mijoter 15 minutes.
9. Retirer du feu et ajouter le basilic.
10. Laisser refroidir légèrement avant de passer le tout au mixeur.
11. Remettre la préparation dans la casserole et la réchauffer à petit feu.
12. Pendant que la soupe mijote, cuire les pâtes al dente.
13. Les égoutter et les mettre dans la soupe jusqu'à ce qu'elles soient réchauffées.
14. Garnir de feuilles de basilic.

Le basilic s'ajoute en fin de cuisson afin qu'il conserve tout son arôme.

Soupe aux oignons (La cippollata)

150 g de tranches de pancetta hachée grossièrement
2 c. à s. d'huile d'olive
1 c. à s. de beurre
700 g d'oignons finement émincés
2 c. à c. de sucre en poudre
Environ 1,2 litre de bouillon de poule
350 g de tomates olivettes italiennes bien mûres, pelées et hachées grossièrement
Quelques feuilles de basilic
Sel et poivre noir fraîchement moulu
Parmesan râpé frais, pour servir.

1. Faire revenir la pancetta dans une grande casserole sur feu doux en remuant constamment jusqu'à ce que le gras s'évapore.
2. Monter le feu, ajouter l'huile, le beurre, les oignons et le sucre.
3. Bien mélanger.
4. Laisser cuire les oignons, à demi-couvert 20 mn jusqu'à ce qu'ils dorent.
5. Remuer souvent et réduire le feu si nécessaire.
6. Ajouter le bouillon et les tomates.
7. Saler et poivrer.
8. Porter à ébullition, en mélangeant.
9. Réduire le feu et laisser mijoter à demi-couvert.
10. Mélanger de temps en temps.
11. La cuisson dure environ 30 mn.
12. Vérifier la consistance de la soupe et verser un peu de bouillon ou d'eau si elle est trop épaisse.
13. Juste avant le service, incorporer trois-quarts du basilic et rectifier l'assaisonnement.
14. Servir chaud, en garnissant avec le reste de feuilles de basilic.
15. Proposer le parmesan dans un petit bol à part.

Choisir de préférence des oignons "vidalia". Ils sont disponibles dans de nombreux supermarchés. Ils ont une saveur très douce et leur chair est d'une jolie couleur jaune.

Cette soupe est parfois épaissie avec des œufs battus et beaucoup de parmesan. Elle est servie avec de délicieux petits croûtons aillés ou des œufs brouillés.

Soupe au pistou 🍲🍴

Préparation : 1 heure Cuisson : 35 à 40 minutes

3 brins de persil frais
1 gros brin de romarin frais
1 gros brin de thym frais
1 gros brin de marjolaine fraîche
1 feuille de laurier
60 ml d'huile d'olive
2 oignons, finement émincés
Un poireau, finement émincé
375 g de potiron, coupé en petits morceaux
250 g de pommes de terre, coupées en petits morceaux
Une carotte, coupée en deux dans la longueur et finement émincée
Deux petites courgettes, finement émincées
Une c. à c. de sel
2 litres d'eau ou de bouillon de légumes
80 g de fèves fraîches ou surgelées
80 g de petits pois frais ou surgelés
2 tomates bien mûres, pelées et hachées
80 g de petits macaronis ou de conchiglie

Pistou

25 g de feuilles de basilic frais
2 grosses gousses d'ail, écrasées
1/2 cuillérées à café de poivre noir
35 g de parmesan, fraîchement râpé
100 ml d'huile d'olive

1. Former un bouquet garni avec le persil, le romarin, le thym, la marjolaine et la feuille de laurier.
2. Chauffer l'huile dans une casserole à fond épais et faire revenir l'oignon et le poireau 10 minutes à feu doux.
3. Ajouter le bouquet garni, le potiron, les pommes de terre, la carotte, les courgettes, le sel et l'eau (ou le bouillon).
4. Couvrir et laisser mijoter 10 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient presque tendres.
5. Ajouter les fèves, les petits pois, les tomates et les pâtes.
6. Couvrir et prolonger la cuisson de 15 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient très tendres et les pâtes cuites (rajouter de l'eau si nécessaire).
7. Retirer le bouquet.
8. Pendant que la soupe mijote, préparer le pistou.

***Pistou :** passer le basilic, l'ail, le poivre et le parmesan 20 secondes au mixeur. Sans arrêter le moteur, incorporer l'huile peu à peu, jusqu'à obtention d'une purée lisse. Servir de petites quantités de pistou sur la soupe.*

Gaspacho andalou



Temps de préparation : 30 minutes Temps de cuisson : 12 heures

1 kg de tomates bien mûres
1 petit concombre
1 poivron vert
1 oignon moyen
1 gousse d'ail
100 g de pain rassis
6 cuil. à soupe d'huile d'olive
2 cuil. à soupe de vinaigre de Xérès
Sel poivre

Pour la garniture

1/2 concombre
1 oignon
1/2 poivron vert
1/2 poivron rouge
200 g de croûtons maison

1. 12 h à l'avance, épluchez le concombre, l'oignon et l'ail.
2. Lavez les tomates et le poivron puis coupez le tout en morceaux.
3. Placez le pain dans un récipient hermétique et imbibe-le de vinaigre.
4. Ajoutez tous les légumes et condiments coupés ainsi que la moitié de l'huile.
5. Salez et mélangez bien.
6. Fermez le récipient et placez-le au réfrigérateur 12 h afin de bien laisser macérer.
7. Passé ce temps, versez le contenu du récipient dans le bol d'un robot avec le reste de l'huile.
8. Poivrez et mixez pour obtenir une soupe bien lisse.
9. Ajoutez de l'eau en mixant jusqu'à obtenir la consistance souhaitée (plus ou moins liquide selon les goûts).
10. Placez le gaspacho au frais jusqu'au moment de servir.
11. 4. Avant de servir, préparez la garniture. Lavez les poivrons, pelez le concombre et l'oignon. Coupez le tout en petits dés, mettez-les dans des coupelles ainsi que les croûtons.
12. Versez le gaspacho dans des verrines, parsemez de dés de légumes et servez frais.

ŒUFS, OMELETTES ET AUTRES MERVEILLES

Oojja

8 œufs
1/2 verre d'huile
6 gousses d'ail
2 cuillerées à café de concentré de tomates
1 c. à c. d'harissa
1 c. à c. de carvi (karouiya) moulu
1/2 c. à c. de coriandre moulue
1/2 c. à c. de paprika
Sel

1. Verser l'huile dans la poêle et poser sur feu moyen, y faire revenir trente secondes l'ail pelé et écrasé puis ajouter la harissa et le concentré de tomates délayé dans un verre d'eau, la coriandre, le carvi, le paprika et une cuiller à café de sel.
2. Remuer et laisser cuire cinq minutes.
3. Casser les œufs dans un bol, les verser dans la poêle et les brouiller vivement avec une fourchette.
4. Laisser bien prendre, transvaser dans un plat et servir très chaud.

A servir aussi avec des bouts de merguez frits et mélangés à la ojja

Omelette espagnole 🍳🍳 (Tortilla espanola)

Très différente de l'omelette française, la tortilla doit être épaisse et ferme comme un gâteau. Utilisez une poêle d'environ 23 cm de diamètre (plus grande, la tortilla serait difficile à retourner).

6 gros œufs
Sel et poivre noir, moulu
500 g de pommes de terre, coupées en dés
125 ml d'huile d'olive

1. Jetez les pommes de terre dans l'huile bien chaude et remuez.
2. Réduisez la chaleur après 2 ou 3 minutes et faites-les cuire en tournant fréquemment pour qu'elles ne se colorent pas.
3. Mettez ensuite les pommes de terre dans une terrine dont vous aurez garni le fond de papier absorbant.
4. Versez l'huile dans une tasse et essuyez la poêle avec du papier absorbant.
5. Reprenez environ 2 c. à s. de cette même huile et faites-la de nouveau chauffer dans la poêle.
6. Battez les œufs, salez et poivrez généreusement.
7. Retirez le papier absorbant de la terrine et versez les œufs sur les pommes de terre.
8. Mettez le mélange dans l'huile chaude en le répartissant bien et laissez prendre la tortilla 1 minute à feu vif.
9. Réduisez la chaleur et laissez cuire.
10. Glissez une spatule le long des parois de la poêle et secouez-la de temps en temps pour éviter que la tortilla n'attache au fond.
11. Dès que le dessus se solidifie, recouvrez la poêle avec un plat et retournez pour démouler.
12. Prenez 2 c. à s. d'huile réservée dans la tasse, faites-la chauffer dans la poêle et mettez l'autre côté de la tortilla à cuire 2 ou 3 minutes.

La tortilla se consomme chaude ou froide, en tapa ou en plat principal.

Omelette basquaise

(Piperada vasca)

Préalablement grillés et épluchés, les poivrons à la chair tendre fondent dans les œufs.

500 g de poivrons rouges ou verts
1 oignon, émincé
4 c. à s. d'huile
1 gousse d'ail écrasée
500 g de tomates bien mures, pelées et épépinées
6 gros œufs
Sel et poivre noir, moulu

1. Faites cuire les poivrons en leur donnant un quart de tour toutes les 5 minutes jusqu'à ce que leur peau soit grillée de tous côtés.
2. Pelez et coupez les poivrons en deux au-dessus d'une assiette, jetez les queues et les graines.
3. Faites revenir l'oignon à la poêle dans 2 c. à s. d'huile, ajoutez l'ail et la pulpe des tomates.
4. Passez rapidement les poivrons au mixeur, mettez-les dans la poêle avec leur jus et laissez cuire jusqu'à l'obtention d'une sauce onctueuse.
5. Battez les œufs, assaisonnez-les et versez-les dans la poêle.
6. Remuez le tout pour obtenir un mélange moelleux et crémeux, d'une belle couleur orangée.
7. Faites ensuite frire comme une omelette sans remuer, jusqu'à ce que le dessous soit cuit.

Œufs en meurette 🍷🍷

Préparation : 30 mn Cuisson : 30 mn

4 œufs
50 cl de vin de bourgogne rouge (Passe-tout-grain ou Mâcon)
100 g de beurre
300 g de lardons
3 échalotes
Un peu de farine
Sel, poivre.

1. Faire dorer les lardons sans matière grasse.
2. Éliminer une partie du gras rendu.
3. Ajouter le beurre et les échalotes émincés pour les faire colorer légèrement.
4. Verser le vin.
5. Ajouter un peu de farine pour épaissir.
6. Faire cuire à découvert pendant 25 mn a feu moyen.
7. Porter une casserole d'eau à ébullition.
8. Ajouter 1 c. à s. de vinaigre d'alcool blanc.
9. Casser le premier œuf et le faire pocher 3 mn.
10. Réserver et procéder de même pour les trois autres.
11. Répartir les échalottes et les lardons dans quatre petites coupelles.
12. Poser dessus un œuf.
13. Faire réduire à feu vif la sauce puis la verser autour ou sur l'œuf.

*Le vinaigre aidera le blanc d'œuf à se rétracter autour du jaune.
Vous pouvez aussi créer un petit tourbillon, en tournant une spatule dans l'eau et y casser l'œuf au centre.*

Omelette aux oignons

60 ml d'huile d'olive
2 oignons de taille moyenne finement tranchés
Sel et poivre noir fraîchement moulu
2 c. à s. de persil frais haché
6 œufs

1. Chauffer l'huile dans une grande poêle non adhésive.
2. Verser les oignons et cuire à feu doux jusqu'à réduction 10 à 15 minutes.
3. Saler et poivrer.
4. Mélanger avec les herbes.
5. Casser les œufs dans un saladier et les battre à la fourchette.
6. Réduire le feu sous les oignons et lorsque cela grésille, incorporer les œufs.
7. Remuer rapidement afin de bien les répartir puis ne plus agiter.
8. Laisser cuire 5 minutes jusqu'à ce que l'omelette soit gonflée et dorée.
9. Si elle attache à la poêle, faire un mouvement de va-et-vient pour la détacher.
10. Poser une grande assiette sur la poêle et la maintenir fermement à l'aide de maniques.
11. Retourner l'ensemble et récupérer l'omelette sur l'assiette.
12. Glisser dans la poêle et faire dorer la seconde face (3 à 4 minutes).
13. Retirer du feu.
14. Découper en parts pour servir.

Œufs Bénédicte 🍳🍳



Temps de préparation 15 minutes Temps de cuisson 10 minutes

6 œufs
3 muffins anglais nature
6 tranches de bacon
20 g de beurre
250 g de beurre doux
3 jaunes d'œufs
1 cuil. à café de jus de citron
Sel
Poivre du moulin

1. Faites cuire les œufs dans de l'eau bouillante salée (le sel facilite l'écalage), 6 min pour qu'ils soient mollets. Laissez tiédir. Écalez les œufs tièdes avec précaution.
2. Coupez les muffins en deux dans l'épaisseur et toastez-les au grille-pain. Faites griller le bacon dans une poêle avec un peu de beurre.
3. Préparez la sauce : coupez en dés le beurre bien froid. Dans une casserole, fouettez les jaunes d'œufs, 1 cuillerée à soupe d'eau et le jus de citron. Salez et poivrez.
4. Posez la casserole sur un bain-marie puis ajoutez au fur et à mesure le beurre en parcelles sans cesser de fouetter, jusqu'à ce que la sauce devienne mousseuse et épaississe.
5. Garnissez chaque demi-muffin avec une tranche de bacon, posez dessus un œuf écalé puis nappez avec la sauce. Servez sans attendre.

Selon vos préférences, vous pouvez remplacer la tranche de bacon par du saumon fumé.

Œufs cocotte épinards et lardons



8 œufs

150g de pousses d'épinards

1 échalote

100g de lardons

20cl de crème liquide

30g de beurre

Sel/ Poivre du moulin

1. Préchauffez le four à 200°C
Faites suer 10 mn les pousses d'épinards et l'échalote ciselée dans une poêle avec 15 g de beurre. Salez, poivrez et réservez.
2. Faites dorer les lardons dans une seconde poêle sans ajouter de matière grasse.
3. Beurrez les cocottes puis disposez au fond les épinards à l'échalote.
4. Déposez-les dans un plat à gratin rempli d'eau bouillante.
5. Cassez les œufs et versez 1 jaune d'œuf et 2 blancs d'œufs par cocotte.
6. Ajoutez la crème fraîche, salez, poivrez et laissez cuire 8mn à 200°C (Th. 6-7).
7. Répartissez alors les 4 jaunes d'œufs restants et les lardons dans les cocottes et laissez cuire encore 2min.
8. Servez aussitôt avec des mouillettes de pain grillé et une petite salade verte.

LES FONDUES

Fondue au fromage

Préparation : 10 mn, Cuisson : 15 mn

1 kilo de fromage (250 g par personne) : comté, beaufort, emmental...

40 cl de vin blanc sec

1/2 cuillère à café de Maïzena (fécule de maïs)

Un fond de kirsch

Qui dit fondue, dit bon fromage. Quels que soient vos goûts, optez pour un produit de qualité qui rendra moins de gras et donnera une fondue plus savoureuse. Ici j'ai choisi d'utiliser du Comté, du Beaufort et de l'Emmental dans une proportion égale.

1. Dans un caquelon, versez environ le vin blanc sec. Lorsqu'il commence à bouillir, ajoutez les fromages coupés en fines lamelles (vous pouvez également les râper).
2. Lorsque le fromage commence à fondre, mélangez pour rendre la fondue homogène.
3. Délayez une demi cuillère à café de fécule de maïs (type Maïzena) dans un fond de Kirsch et versez-les dans la fondue pour lui donner un peu plus de consistance et de parfum.
4. Afin de parfumer votre fondue, vous pouvez frotter une gousse d'ail contre les parois de votre caquelon avant d'y verser le vin.
5. Assaisonnez d'un tout de moulin à poivre et d'une pincée de noix de muscade et servez la fondue avec des petits cubes de pain dur (plus digeste que le frais) **ou pourquoi pas de pommes de terre.**
6. Et pour accompagner le tout : un petit verre de vin blanc sec.

Fondue Chinoise

500 g de filet ou faux filet de bœuf coupé en fines lanières allongées
500 g de filet de porc en fines lanières allongées
1 litre de bouillon de poule
1 céleri
1 gousse d'ail
1/2 oignon
5 épices
20 g de champignons noirs secs (à faire tremper la veille)
Sauce soja

Accompagnements :

Riz cantonnais (riz cuit à la créole auquel on ajoute une omelette de 3 œufs coupée en lamelles, quelques rondelles de saucisse chinoise ou de jambon, 1 oignon coupé en morceaux et revenu au beurre).

Champignons.

Pousses de bambous coupées en fines rondelles (en boîte),
Salade de soja (boîte de germes de soja),
Cornichons et oignons blancs au vinaigre.

1. Verser un litre de bouillon de poule dans le caquelon et 3 c. à c. de sauce soja.
2. Faire chauffer.
3. Ajouter une gousse d'ail, 1/2 oignon coupé en lamelles, 1 céleri coupé en lanières, la moitié des champignons coupés en lamelles, 1 c. à c. des 5 épices et le sel.
4. Laisser ensuite mijoter le bouillon environ 10 min avant de déguster.

TOURTES, QUICHES, TARTES & AUTRES FRIENDS

Pâte sablée

Creusez 250 g de farine, versez 2 pincées de sel, 125 g de beurre en dés et frottez entre les mains en grosse semoule.

Ajoutez 1 œuf et 2-3 c. à s. d'eau froide, mélangez, roulez en boule, placez 1 h au frais

Pâte brisée

Versez 250 g de farine dans un saladier.

Ajoutez 125 g de beurre froid en cubes, 1 jaune d'œuf battu, 2 pincées de sel.

Mélangez du bout des doigts en sable grossier, incorporez 4 cl d'eau froide.

Rassemblez en boule, sans trop pétrir.

Enveloppez et entreposez 1 h au frais.

*Se réussit très bien en trois coups de robot, avec le crochet à pâte.
Ajoutez dans la crème 80 g d'amandes en poudre : elle absorbera
l'eau des épinards et gardera la pâte croquante.*

Pâte au Saindoux

Mélangez 300 g de farine avec 1 c. à c. rase de sel, creusez en puits.

Portez à ébullition 100 g de saindoux dans 15 cl d'eau salée, puis versez dans la farine. Amalgamez en pâte ferme et homogène et roulez-la en boule.

Enveloppez-la, laissez reposer 20 min à température ambiante.

*Acheter le saindoux en plaquette au rayon beurre ou chez votre
charcutier.*

Tourte à la ricotta de Mamie 🍷🍷🍷

*Jany dit qu'il faut mettre deux couches de pâte au fond.
Il a raison, même trois.*

Préparation et cuisson : 2 heures.

400 g. de pâte feuilletée **ou mieux, pâte au saindoux**

800 g. de ricotta

150 g de petits pois

200 g. de parmesan

Six œufs

Sel, poivre

1. Étendre la pâte et en garnir une plaque de four.
2. Faire blanchir la pâte.
3. Mélanger la ricotta avec le parmesan, les petits pois et cinq œufs, sel, poivre.
4. Sur la pâte, répartir cette farce.
5. Recouvrir de pâte feuilletée, y faire une cheminée et faire cuire à four modéré 1 heure 30 minutes environ.
6. 15 minutes avant la fin de la cuisson, badigeonner le dessus avec du jaune d'œuf dilué avec un peu d'eau et remettre dorer au four.

Chaussons farcis à la viande hachée

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 50 minutes

250 g de pâte feuilletée
400 g de viande de bœuf hachée
1 tomate
1 oignon
100 g de fromage râpé
2 jaunes d'œufs
1 c. à soupe de concentré de tomate
1/2 botte de persil frais
1 c. à café de piment doux en poudre
1 c. à café de cumin en poudre
1 pincée de piment fort
1 pincée de thym séché
2 c. à soupe d'huile d'olive
sel, poivre

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Épluchez et hachez finement l'oignon.
3. Nettoyez et épongez la tomate. Coupez-la en petits dés.
4. Nettoyez et épongez le persil. Hachez-le.
5. Faites chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse à feu moyen.
6. Faites-y revenir l'oignon haché pendant 2 minutes, jusqu'à ce qu'il soit doré.
7. Ajoutez les dés de tomate et le concentré de tomate dans la poêle.
8. Laissez mijoter en mélangeant régulièrement jusqu'à l'évaporation totale de l'eau de la tomate.
9. Incorporez alors la viande de bœuf et le persil haché dans la poêle. Ajoutez le cumin et le piment doux en poudre puis le thym séché. Salez et poivrez puis mélangez bien.
10. Laissez cuire pendant 5 minutes tout en remuant.
11. Retirez la poêle du feu et ajoutez le fromage râpé à la préparation à la viande hachée. Mélangez bien et réservez.
12. Déroulez les pâtes feuilletées sur un plan de travail fariné.
13. Découpez les pâtes en forme de petits cercles de 5 cm de diamètre à l'aide d'un emporte-pièce.
14. Répartissez la préparation à la viande hachée sur le centre de chaque petit cercle de pâte.
15. Badigeonnez les bords des petits cercles de pâte avec les jaunes d'œufs battus, à l'aide d'un pinceau.
16. Ensuite, pliez en deux chaque petit cercle de pâte pour former les chaussons. Placez une grande feuille de papier sulfurisé sur une plaque allant au four.
17. Déposez-y les chaussons à la viande hachée.
18. Enfournez pendant 45 minutes jusqu'à ce que les chaussons soient colorés.
19. À la sortie du four, laissez tiédir les chaussons à la viande hachée pendant 5 minutes sur une grille.

20. Servez-les ensuite à l'apéritif ou à l'entrée, accompagnés d'une salade verte assaisonnée.

Quiche lorraine 🍷🍷

Le mot "quiche" originaire de Lorraine vient de l'allemand kuchen (qui signifie « gâteau »).

Cette recette de terroir date du 16^{ème} siècle.

Traditionnellement la Quiche Lorraine était faite de pâte à pain, de poitrine de porc fumée, d'œufs et de crème fraîche.

L'usage de fromage et de pâte brisée est récent !

300 g. de pâte brisée
3 œufs
400 g. de crème fraîche
150 g. de lard maigre fumé
Sel, poivre, muscade.

1. Étaler la pâte et en garnir un moule.
2. Couper le lard en dés et le faire rissoler à la poêle.
3. Battre les œufs.
4. Ajouter la crème fraîche, le poivre, la muscade, très peu de sel.
5. Mettre les lardons égouttés sur la pâte ; verser le mélange.
6. Faire cuire 30 à 35 minutes à four chaud.

Variante : On peut ajouter au mélange œufs-crème 100 g. de gruyère râpé.

Quiche lorraine moelleuse



Pour la pâte :

200 g de farine
100 g de beurre
1 pincée de sel
Un peu d'eau

Pour la garniture :

6 tranches très fines de lard maigre, fumé ou non
Un peu de beurre pour la cuisson du lard
4 œufs
300 g de crème fraîche
Sel, poivre
Muscade

1. Faites la pâte en travaillant légèrement le beurre, la farine et le sel.
2. Mouillez avec un peu d'eau, continuez à travailler le tout, sans exagération, jusqu'à ce que la pâte soit bien homogène.
3. Roulez la pâte en boule.
4. Pour la garniture, battez les œufs entiers avec la crème, assaisonnez de sel, poivre et muscade.
5. Faites rissoler les tranches de lard quelques instants au beurre.

Tarte à la tunisienne aux épinards

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 1 heure

500 g d'épinards
1 oignon
100 g de gruyère râpé
2 blancs de poulet
6 œufs
Un soupçon de levure
1 pincée de curcuma
1 feuille de brick
Huile d'olive
1 pincée de sel, poivre

1. Préchauffez le four th.5 (150°C).
2. Émincez l'oignon.
3. Faites cuire le blanc de poulet, ajoutez une pincée de poivre et du sel.
4. Dans un saladier, émincez le blanc de poulet, ajoutez le persil haché (ou les épinards précuits dans l'eau et émincé) ajoutez les œufs et le fromage mélangez le tout.
5. Huilez un plat à tarte, disposez le mélange.
6. Si possible recouvrez d'une feuille de brick.
7. Enfournez pendant 1 heure.
8. Vérifiez la cuisson avec un couteau comme pour un cake.

Ce plat sera accompagné d'une salade tunisienne ou d'une salade méchouyia.

Tourte au jambon, oignons et champignons



2 rouleaux de pâte feuilletée
4 tranches de jambon (de poulet) coupé en lanières
500g de champignons frais
2 oignons
30g de beurre
Sel, poivre
70g de gruyère râpé
1 jaune d'œuf

Pour la béchamel:

10 cl de lait
20 cl de crème
30g de beurre
30g de farine
Sel, poivre

1. Foncez un moule à tarte avec un rouleau de pâte feuilletée.
2. Laissez reposer au frais.
3. Préparez votre béchamel.
4. Hachez finement les oignons et coupez les champignons en tranches fines.
5. Faites fondre les oignons dans le beurre puis ajoutez les champignons.
6. Quand leur eau est évaporée, incorporez-les à la béchamel, salez et poivrez.
7. Étendez le jambon coupé en lanières sur la pâte, couvrez de béchamel, et enfin de fromage râpé.
8. Couvrez avec le reste de pâte, soudez les bords, décorez selon vos goûts et dorez à l'œuf.
9. Faites cuire au four th. 7 (210 °C) pendant 30 minutes.

Tourte lorraine

500 g. de pâte feuilletée
200 g. d'épaule de veau
200 g. d'échiné de porc maigre
2 c. à s. de crème
3 œufs
100 g. de gruyère râpé
150 g. de champignons
100 g. de lardons
2 échalotes

Sel, poivre, marjolaine, thym, persil.

Marinade :

1/4 lit. de vin blanc
Persil
2 échalotes
Sel, poivre, laurier.

1. Mettre à mariner le veau coupé en petits carrés pendant 48 heures.
2. Le faire cuire avec la marinade jusqu'à complète absorption.
3. Hacher le porc.
4. Y mélanger 2 œufs, la crème, le gruyère et les épices.
5. Ajouter le veau et mélanger.
6. Faire revenir les champignons et les lardons coupés en petits morceaux avec les échalotes hachées finement.
7. Ajouter cet appareil à la farce précédente.
8. Tapisser un moule avec 300 g. de pâte feuilletée.
9. Garnir avec la farce et placer le couvercle de pâte après avoir humecté les bords.
10. Ce couvercle doit avoir 2 cm de plus que la tourtière de façon à le glisser à l'aide d'une pointe de couteau sur le bord intérieur.
11. Dorer le dessus au jaune d'œuf.
12. Faire une cheminée au centre du couvercle.
13. On peut la maintenir à l'aide d'un petit bristol roulé.
14. Faire cuire 30 minutes à four chaud et 10 minutes à four doux.

Tartiflette de Gisèle

Préparation : 15 mn Cuisson : 20 mn + 20 mn

800 g de pommes de terre
1 reblochon
300 g de lardons fumés
4 oignons
25 cl de crème
Sel, poivre

1. Faites cuire les pommes de terre avec leur peau pendant environ 20 minutes.
2. Vérifiez la cuisson en plantant la pointe d'un couteau au cœur d'une pomme de terre. Elles ne doivent pas se défaire.
3. Égouttez-les et laissez-les légèrement refroidir pour les éplucher sans vous brûler.
4. Épluchez-les et coupez-les en tranches. Réservez.
5. Préchauffez le four th. 6 (180°).
6. Pelez les oignons, émincez-les et faites-les revenir avec les lardons dans une poêle sans matière grasse.
7. Rajoutez les pommes de terre avec le vin blanc et la crème fraîche.
8. Grattez la croûte du reblochon et coupez le fromage en deux dans l'épaisseur.
9. Quand les pommes de terre ont absorbé le vin et la crème, les mettre dans un plat passant au four.
10. Poser les fromages, croûte vers le haut sur les pommes de terre.
11. Mettez au four pendant 20 minutes environ en surveillant : le fromage doit être fondu, gonflé et doré.
12. Servez immédiatement
13. Accompagnez ce plat avec une salade verte.

Tourte aux pommes de terre

Préparation et cuisson : 2 heures.

350 g. de pâte brisée
600 g. de pommes de terre
5 oignons
250 g. de jambon de Bayonne
Sel, poivre
Persil.

1. Étendre la pâte et en garnir un moule.
2. Laver, éplucher et couper les pommes de terre en rondelles très fines.
3. Émincer les oignons épluchés, couper le jambon en petits morceaux.
4. Sur la pâte, répartir en alternant les couches de pommes de terre, d'oignons et de jambon.
5. Assaisonner.
6. Recouvrir d'un disque de pâte, y faire une cheminée et faire cuire à four modéré une heure 30 minutes environ.
7. 15 minutes avant la fin de la cuisson, badigeonner le dessus avec du jaune d'œuf dilué avec un peu d'eau et remettre dorer au four.

Tarte aux herbes (*Erbazzone*)

Pour la pâte

200 g de farine
Une noix de saindoux ou de beurre
2 c. à s. d'huile d'olive
10 cl d'eau tiède environ
Sel

Pour la farce

1,6 kg de feuilles de blettes ou d'épinards
Une botte d'oignons nouveaux
2 gousses d'ail
1/2 botte de persil haché
80 g de pancetta en petits dés
80 g de parmesan
2 c. à s. d'huile d'olive + 1 cuillerée pour badigeonner
50 g de beurre
Sel, poivre

1. Dans un saladier, mélangez la farine et l'huile d'olive, incorporer le saindoux à la main avec 2 pincées de sel puis versez l'eau tiède en plusieurs fois pour obtenir une boule de pâte qui ne colle pas.
2. Travaillez-la quelques minutes sur la table.
3. Couvrez avec un torchon propre et laissez reposer 30 minutes.
4. Lavez les herbes et faites-les cuire quelques minutes à la vapeur.
5. Égouttez-les.
6. Dans une poêle, faites dorer la pancetta 1 mini dans l'huile chaude, ajoutez les oignons hachés (avec les tiges et l'ail coupé en deux).
7. Laissez cuire 4 à 5 minutes à feu très doux.
8. Ajoutez ensuite le beurre et herbes bien essorées, sel et poivre.
9. « Séchez » à feu moyen quelques minutes.
10. Faites refroidir un peu le mélange avant d'incorporer le haché et le parmesan.
11. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.
12. Étalez la moitié de la pâte au rouleau, mettez-la dans un huilé et versez la farce dessus.
13. Étalez le reste de pâte, couvrez la farce en faisant des plis et pincez les bords.
14. Piquez la pâte avec une fourchette avant d'enfourner à 180 °C.
15. Laissez cuire minutes puis badigeonnez la pâte d'huile d'olive.
16. Remettez la tarte au four jusqu'à ce que le dessus soit bien doré.

Tourte à la viande

Préparation et cuisson : 1 heure 15 minutes.

350 g. de pâte brisée
600 g. de viande cuite hachée
100 g de petits lardons
1 oignon
10 g. de persil
10 g. de farine
1 verre de vin blanc
1 œuf
1 cuillerée d'huile
Sel, poivre
1 jaune d'œuf pour dorer.

1. Étendre la moitié de la pâte, en garnir un moule et mouiller le tour.
2. Faire revenir l'oignon épluché et émincé dans l'huile, ajouter la viande, les lardons, le persil haché, le vin.
3. Saupoudrer de farine, saler, poivrer.
4. Bien mélanger.
5. Hors du feu, ajouter l'œuf.
6. Verser cette préparation sur le fond de tarte.
7. Étendre le reste de pâte et en couvrir la farce.
8. Souder les bords.
9. Faire une cheminée au centre.
10. Dorer au jaune d'œuf légèrement étendu d'eau.
11. Faire cuire à four moyen 45 minutes.

Tourtière québécoise

Préparation : 15 min, Cuisson : 1 h 10 min

350 g de pâte brisée
700 g de porc haché
250 g d'oignons
4 gousses d'ail
2 c. à s. de persil ciselé
2 c. à s. d'huile d'arachide
Une noix de beurre
Un jaune d'œuf
sel, poivre

1. Pelez les oignons et émincez-les, pelez les gousses d'ail et hachez-les.
2. Versez l'huile dans une sauteuse, faites-les fondre pendant 3 min.
3. Ajoutez la viande et l'ail, salez, poivrez et faites cuire 4 min. à feu vif en mélangeant sans cesse.
4. Puis retirez du feu, ajoutez le persil et mélangez.
5. Allumez le four à th.7 (210°C).
6. Partagez la pâte en deux dont une part plus grosse.
7. Étalez chaque moitié en forme de disque.
8. Beurrez une tourtière ou un moule à bord haut de 25 cm.
9. Posez le plus grand disque de pâte dans le moule en laissant dépasser les bords, versez la préparation à la viande, couvrez avec le second disque et soudez les deux côtés.
10. Ménagez une petite ouverture au centre de la tourte.
11. Battez le jaune d'œuf avec une c. à s. d'eau et badigeonnez-en la surface de la tourte.
12. Glissez au four et laissez cuire pendant 45 min.
13. La tourte doit être bien dorée.
14. Servez chaud.

Tourtière du Lac St Jean

Préparation : 25 min, Cuisson : 1 h 15

Pâte brisée : 2 rouleaux
500 g de porc en petits cubes ou hachée grossièrement
500 g de bœuf haché
2 pommes de terre cuites en cube de 1cm
Un oignon émincé
Bouillon de bœuf
Sel, poivre

1. Sans cuisson préalable sauf pour les pommes de terre qui sont cuites.
2. Préchauffez votre four th.7 (210°C).
3. Mélangez tous les ingrédients.
4. Déposez dans une tourtière légèrement beurrée la première pâte en la faisant déborder sur les bords, piquez le fond à l'aide d'une fourchette.
5. Déposez la farce en l'égalisant à l'aide d'une spatule puis recouvrez avec l'autre pâte.
6. Mouillez légèrement les bords pour bien souder les deux pâtes et pincez avec les doigts.
7. Enrouler un tout petit morceau de papier aluminium autour de votre doigt et enfoncez au centre du plat au deux tiers pour former une petite cheminée.
8. Enfourez 15 min th.7 (210°C) puis baissez le four th.6 (180°C) et continuez la cuisson 1 h.

Tarte aux olives et au poulet

Cuisson : 35 minutes Préparation : 20 minutes

1 pâte à tarte feuilletée
2 blancs de poulet
150 g d'olives vertes farcies au poivron
4 œufs
10 cl de crème fraîche
1 verre de lait
150 g de fromage râpé
Sel, poivre

1. Préchauffez votre four thermostat 7 (210°C).
2. Déroulez dans votre moule votre pâte à tarte.
3. Piquez le fond avec une fourchette.
4. Coupez les olives en deux et le poulet en petits morceaux et disposez-les sur le fond de tarte.
5. Dans un saladier, battez les œufs en omelette avec le lait et la crème fraîche.
6. Salez et poivrez à votre convenance.
7. Versez la préparation dans le plat, ajoutez par-dessus le fromage râpé et faites cuire 30 minutes à four chaud.
8. Servez très chaud.

Friands à la saucisse

Préparation : 30 mn Cuisson : environ 30 mn

6 grosses saucisses fraîches
1 bloc de pâte feuilletée (ou en plaque)
1 c. à c. de thym
3 c. à s. de ciboulette ciselée + décor
3 c. à s. de persil
1 œuf.

1. Piquer les saucisses, les blanchir dans l'eau bouillante 4 mn sans les faire éclater.
2. Les égoutter, laisser refroidir.
3. Préchauffer le four à 220 °C
4. Abaisser la pâte sur le plan de travail fariné en un grand carré, sur 4 mm d'épaisseur.
5. Le couper en 2 rectangles, puis en 6 rectangles égaux.
6. Parsemer de thym, ciboulette ciselée et persil mélangés.
7. Poser les saucisses au bord du grand côté des rectangles de pâte.
8. Rouler la pâte sur elle-même pour former un rouleau.
9. Souder les bords en les humectant d'eau.
10. Couper les excès de pâte aux extrémités pour laisser apparaître la saucisse.
11. Poser les friands sur une plaque antiadhésive, le bord collé côté plaque.
12. Les badigeonner d'œuf battu avec une demi-cuillerée à soupe d'eau froide.
13. Cuire au four 25 à 30 mn.

Feuilleté parisien

Préparation : 20 mn Cuisson : environ 45 mn

1 bloc de pâte feuilletée
250 g de cubes de jambon blanc
250 g de champignons de Paris
émincés
2 échalotes hachées
5 cl de porto
25 cl de crème épaisse
3 jaunes d'œufs
150 g de comté
20 g de beurre
3 c. à s. de persil ciselé
Farine
Sel, poivre.

1. Faire suer 3 mn dans le beurre, à feu moyen, les champignons et les échalotes
2. Ajouter le porto, saler, poivrer.
3. Cuire jusqu'à l'évaporation du jus de cuisson.
4. Hors du feu, mélanger la crème, 2 jaunes d'œuf et le persil
5. Réserver.
6. Étaler la pâte en 2 rectangles.
7. Garnir un moule rectangulaire beurré et fariné d'une des abaisses.
8. Répartir le jambon, les champignons et le fromage en lamelles.
9. Humidifier les bords, couvrir de la seconde abaisse.
10. Pincer les bords pour les souder.
11. Badigeonner le dessus de jaune d'œuf battu, puis strier à la fourchette.
12. Cuire 30 à 35 mn au four préchauffé à 200 °C.
13. Servir après 10 mn de repos.

Le saucisson brioché pistaché à la lyonnaise 🍷🍷



Temps de préparation : 30 minutes Temps de cuisson : 55 minutes

1 saucisson de Lyon, pistaché de préférence
250 g de farine
1 sachet de levure chimique
3 œufs
15 cl de crème fraîche épaisse
Sel

1. Préparez la pâte : cassez les œufs dans un bol et battez-les à la fourchette.
2. Tamisez la farine avec la levure dans une jatte puis ajoutez les œufs petit à petit en mélangeant à la spatule.
3. Versez la crème et continuez à mélanger pour obtenir une pâte lisse.
4. Faites pocher le saucisson 15 min à l'eau bouillante.
5. Égouttez-le et retirez la peau.
6. Dans un moule à cake antiadhésif (à défaut, prenez soin de tapisser votre moule de papier sulfurisé, beurré des deux côtés), mettez la moitié de la pâte.
7. Disposez le saucisson au centre et recouvrez du reste de pâte.
8. Couvrez d'un linge et laissez reposer 15min à température ambiante.
9. Pendant ce temps, préchauffez le four à th 6/7 (200°).
10. Enfouez le moule et faites cuire 40 min.
11. Démoulez encore chaud et servez tiède avec une salade frisée.

SALADES

Salade d'artichauts crus 🍴

3 artichauts moyens bien tendres
1 citron
Sel, poivre

1. Couper les queues des artichauts ainsi que les feuilles vertes en laissant seulement la partie comestible.
2. Couper alors les artichauts en deux et enlever le foin.
3. Les mettre au fur et à mesure dans un saladier contenant un demi-litre d'eau additionné d'un filet de jus de citron afin d'éviter aux artichauts de noircir.
4. Les essuyer, les couper en fines lamelles et les mettre dans un petit saladier.
5. Exprimer dessus le jus du citron, saupoudrer d'une cuiller à café de sel fin et de deux pincées de poivre. Mélanger.
6. Servir frais.

Salade de fenouil cru

2 bulbes de fenouil bien blanc
1/2 citron
Sel, poivre

1. Laver, essuyer et enlever les parties vertes pour n'utiliser que les bulbes blancs des fenouils.
2. Les couper en quatre dans le sens de la longueur et débiter ces quartiers en tranches très minces.
3. Les mettre dans un petit saladier avec le jus de citron, une cuiller à café rase de sel et deux pincées de poivre.
4. Mélanger. Laisser macérer un quart d'heure.
5. Servir frais.

Slata méchouia 🍅🍅

3 belles tomates bien rouges
2 poivrons verts
4 gousses d'ail
1 citron
3 c. à s. d'huile d'olive
1/2 c. à c. de coriandre pilée (facultatif)
Sel.

1. Dans un four allumé position gril ou sur une plaque en métal posée sur un feu assez vif, griller de tous côtés les poivrons, les tomates et les gousses d'ail avec leurs peaux.
2. Dès retrait du feu, mettre les poivrons dans un sac en plastique et le fermer.
3. Placer les tomates grillées dans une assiette et leur retirer les peaux.
4. Prendre les poivrons un à un, leur ôter les queues, les graines et la peau (qui s'enlève très facilement).
5. Les mettre sur les tomates.
6. Presser entre deux doigts les gousses d'ail; leur contenu en sort comme une crème, l'ajouter à la salade et hacher le tout assez fin avec deux couteaux (Jamais au grand jamais de mixer !!!).
7. Mettre alors l'huile, une cuiller à café de sel et le jus du citron, et la coriandre pilée (facultatif).
8. Mélanger.
9. Dresser dans un ravier.
10. Servir chaud ou frais.

Salade de poulpe

Préparation : 20 min Cuisson : 50 min

1 poulpe de 1kg 200
1 kg de gros sel
1 citron pressé
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 bouquet de persil haché
1/2 oignon haché (facultatif)
Sel, poivre

Un bouchon de liège pour mettre dans l'eau de cuisson

1. La veille, ouvrir le poulpe, retirer les viscères ainsi que les 2 mandibules.
2. Nettoyer minutieusement (chaque ventouse) le poulpe avec du gros sel.
3. Rincer abondamment.
4. Le mettre au congélateur pour 1 nuit.
5. Sortir le poulpe du congélateur, le mettre dans un torchon propre et le taper avec un rouleau à pâtisserie pour l'attendrir.
6. Préparer une marmite d'eau salée bouillante.
7. Piquer le poulpe à l'aide d'une fourchette et le plonger dans l'eau pendant quelques secondes, ensuite le retirer.
8. Répéter ces opérations trois fois de suite.
9. Mettre le bouchon de liège dans l'eau et le laisser.
10. Cuire le poulpe entre 40 à 60min : il est cuit une fois que l'on peut le traverser facilement à l'aide d'une fourchette.
11. Dans un saladier, préparer la vinaigrette, en mettant le jus de citron, l'huile d'olive, le persil et l'oignon.
12. Découper le poulpe en petits morceaux et laisser le refroidir.
13. Incorporer les morceaux à la vinaigrette et mettre le tout au frigo quelques heures.
14. Déguster.

Salade de harengs aux pommes de terre

250 g de petites pommes de terre nouvelles pelées
4 harengs fumés marines à l'huile
3 c. à s. de ciboulette hachée
6 cl d'huile d'arachide ou de l'huile où marinent les harengs
Sel

1. Mettez les pommes de terre dans une casserole, couvrez d'eau, salez et portez à ébullition sur feu vif.
2. Faites cuire pendant environ 15 minutes : les pommes de terre doivent être pratiquement cuites, mais encore un peu fermes au centre.
3. Égouttez-les et coupez-les en quatre.
4. Réunissez dans un grand saladier les pommes de terre encore chaudes, les harengs égouttés et la ciboulette.
5. Arrosez d'huile, remuez et servez.

Si vos harengs sont un peu trop salés, faites-les tremper pendant trois bonnes heures dans du lait avant de les utiliser.

Salade tiède aux lentilles

Trempage : 1h. Préparation : 10 minutes. Cuisson : 45 minutes

300 g de lentilles vertes
3 gousses d'ail
2 oignons
15 g de beurre
Un brin de thym frais
Une feuille de laurier
Un cervelas
70 cl de vin blanc sec
6 c. à s. d'huile d'olive
2 c. à s. de vinaigre de xérès
Moutarde forte
Ciboulette hachée
Sel, poivre

1. Triez les lentilles et faites-les tremper 1h dans de l'eau tiède.
2. Pelez les gousses d'ail et fendez-les en deux.
3. Pelez et hachez grossièrement les oignons.
4. Égouttez les lentilles.
5. Faites fondre le beurre dans une cocotte.
6. Ajoutez l'oignon, l'ail, le thym et le laurier.
7. Remuez à la spatule pendant 2 minutes.
8. Ajoutez les lentilles, mélangez, puis versez le vin blanc et portez à ébullition.
9. Réduisez la chaleur, couvrez et laissez mijoter pendant 40 mn environ.
10. Préparez une sauce vinaigrette avec l'huile d'olive, le vinaigre du sel et du poivre, une c. à s. de moutarde et deux c. à s. de ciboulette.
11. Fouettez.
12. Égouttez les lentilles et versez-les dans un saladier.
13. Retirez le thym et le laurier.
14. Arrosez-les de vinaigrette alors qu'elles sont encore chaudes.
15. Coupez le cervelas en dés de deux cm.
16. Versez le cervelas dans la salade.
17. Remuez, laissez tiédir légèrement et servez.

Salade de roquefort aux noix et aux endives

2 c. à s. de jus de citron
1/4 de c. à c. de se
6 cl d'huile de noisettes ou d'huile d'olive extra-vierge
1 kg d'endives (16 environ)
120 g de noix
180 g de roquefort ou de fourme d'Ambert émietté

1. Mélangez dans une jatte le jus de citron et le sel.
2. Ajoutez l'huile et fouettez pour mélanger.
3. Rectifiez l'assaisonnement et réservez.
4. Effeuiliez les endives et lavez les feuilles en changeant plusieurs fois l'eau. Épongez-les.
5. Mettez-les entières dans un grand saladier.
6. Ajoutez les noix et le fromage émietté.
7. Versez la sauce et remuez. Servez aussitôt.

Fèves au cumin

Pas un événement sans fèves ("ffoul", en arabe, signifie aussi fête).

Voici l'histoire qu'on raconte à celui qui se plaint de ne manger que des fèves : Un homme mange des fèves et jette les épluchures par terre. Derrière lui, un mendiant accourt, ramasse les épluchures et les dévore. Nourriture pauvre, les fèves sont là pour nous rappeler l'existence des plus démunis. Quand bien même nous serions pauvres, il y a toujours plus pauvre que soi.

500 g de fèves sèches
1 c. à c. de bicarbonate de soude
Une c. à s. de cumin
Sel

1. La veille, faire tremper les fèves dans de l'eau froide avec le bicarbonate de soude.
2. Le jour même, les égoutter et les faire cuire 1 h 30 dans une grande quantité d'eau sans sel. La cuisson est plus rapide (30 min) si l'on utilise un autocuiseur.
3. Assaisonner de sel et de cumin au moment de servir.
 - *Ajouter une rondelle de citron dans l'eau de cuisson, les fèves ne bruniront pas.*
 - *Avec des fèves fraîches : Écosser les fèves et les faire bouillir 30 min dans une grande quantité d'eau salée. Les égoutter et les servir tièdes, poudrées de cumin et de sel. Chacun retire la peau des fèves à mesure qu'il les déguste.*
 - *Les fèves fraîches surgelées sont excellentes et font économiser les temps de pluches.*

Salade Coleslaw maison



Temps de préparation : 15 minutes

200 g de carottes râpées
200 g de chou blanc râpé (nature ou en sachet)

Pour la sauce :

1 jaune d'œuf extra-frais
1 cuil. à soupe de moutarde sel poivre
2 cuil. à soupe de jus de citron
4 cuil. à soupe de crème liquide
20 g de sucre

1. Dans un bol, préparez une mayonnaise avec le jaune d'œuf, la moutarde, le jus de citron et versez en fouettant 15 cl d'huile peu à peu.
2. Salez, poivrez et ajoutez-y la crème liquide et le sucre.
3. Réunissez dans un saladier les légumes râpés et versez la sauce dessus.
4. Mélangez et placez au moins 1 h au frais avant de servir.

Le vrai taboulé libanais



Temps de préparation : 30 minutes

120 g de boulghour
Le jus de 5 citrons
4 tomates
4 petits oignons nouveaux
8 cuil. à soupe d'huile d'olive
1 gros bouquet de persil plat
1 petit bouquet de menthe fraîche
1 petit bouquet de coriandre fraîche
Sel poivre

1. Mettez le boulghour dans un saladier et arrosez-le avec le jus des citrons.
2. Couvrez et laissez 2 h au frais (le citron "cuit" le boulghour).
3. Lavez les tomates. Coupez-les en deux, épépinez-les et détaillez-les en tout petits dés.
4. Pelez et hachez finement les oignons.
5. Rincez les herbes, détachez les feuilles et ciselez-les.
6. Ajoutez les tomates, les oignons et les herbes ciselées au boulghour.
7. Salez, poivrez, arrosez d'huile d'olive et mélangez soigneusement.
8. Couvrez et gardez encore au frais pendant au moins 1 h avant de déguster.

Salade de pommes de terre au cumin

250 g de pommes de terre
1/2 c. à c. d'harissa
1 c. à c. de cumin moulu
1 citron
1 c. à c. d'huile d'olive

1. Mettre les pommes de terre dans une casserole avec un demi-litre d'eau, puis les faire cuire à eau bouillante pendant vingt minutes. Les peler.
2. Mettre dans un saladier le jus de citron, le cumin, une c. à c. de sel, l'huile et l'harissa délayé dans un quart de verre d'eau. Mélanger.
3. Ajouter les pommes de terre coupées en dés de deux ou trois centimètres. Mélanger délicatement afin de les imbiber de la sauce et en prenant soin de ne pas les écraser.
4. Dresser dans un ravier.
5. Servir frais.

Carottes au cumin 🍷

1. Éplucher 5 à 6 belles carottes
2. Couper les carottes en rondelles ni trop fines ni trop épaisses
3. Les mettre dans de l'eau et au feu jusqu'à ce que les rondelles soient cuites (les goûter au fur et à mesure)
4. Dans un récipient, mettre de l'huile d'olive, du vinaigre, de l'ail émincé et du cumin en poudre
5. Verser les carottes dans le récipient et remuer le tout.

Torchi

1 kg de carottes
Une pomme de terre moyenne
Une c à c d'harissa
Une c à c de coriandre carvi
Une petite tête d'ail pilée

1. Cuire les carottes et la pomme de terre dans l'eau.
2. Les égoutter, les écraser à la fourchette.
3. Ajouter l'harissa, la coriandre carvi et l'ail, le jus de citron et le sel au goût.

Variantes tunisiennes

2 carottes
2 navets violets
1/2 poivron rouge ou vert
1 branche de céleri
1/2 verre de vinaigre
Sel

1. Gratter les carottes et nettoyer les navets sans les éplucher.
2. Couper les carottes et les navets en tranches d'un demi-centimètre d'épaisseur et ces tranches en bâtonnets.
3. Ôter les feuilles de la branche de céleri. Enlever la queue et les graines du poivron. Couper ces deux légumes en bâtonnets.
4. Mettre tous ces bâtonnets dans un saladier et les saupoudrer d'une c. à c.de sel fin.
5. Laisser macérer une heure puis arroser de vinaigre.
6. Mélanger et laisser macérer encore une heure.
7. Dans un ravier, servir les légumes sans la saumure.

Si on aime le torchi plus relevé, ajouter un morceau de piment vert, et un morceau de fenouil.

Navets en saumure (*Torchi*)

200 g de navets
1/2 verre d'eau
3 c. à s. de vinaigre
1 c. à c. de sel

1. Couper les navets en rondelles et les déposer dans une assiette creuse.
2. Mélanger l'eau et le vinaigre et en recouvrir les navets.
3. Saler. Laisser macérer une semaine.
4. On peut remplacer le vinaigre par un jus de citron et le navet par du chou-fleur, des carottes, du poivron ou du céleri.

Assiette tunisienne 🇹🇺🇹🇺

Par personne

50 g de légumes confits

50 g de citron confit

50 g d'olives

30 g de thon à l'huile

4 piments « bar Abid »

Une tomate fraîche :

Une pomme de terre

Un œuf

Deux c. à s. de salade au choix

Deux c. à s. d'huile d'olive

1/2 c. à s. de câpres

1 c. à c. de vinaigre

1/2 c. à c. d'harissa

1. Cuire une pomme de terre à l'eau bouillante, la peler et la couper en tranches.
2. Cuire également à l'eau bouillante un œuf pendant 3 ou 4 minutes et le refroidir immédiatement sous le robinet pour l'empêcher de durcir.
3. Dénoyer les olives.
4. Couper la tomate en tranches minces.
5. Délayer l'harissa dans un peu d'eau.
6. Placer au milieu d'une assiette plate deux c. à s. d'une des salades tunisiennes disponible.
7. Disposer tout autour les tranches de tomate et de pomme de terre et les légumes confits découpés en menus morceaux.
8. Garnir avec les câpres, les olives, les piments soudanais et les morceaux de thon à l'huile.
9. Arroser le tout de vinaigre et d'huile d'olive, vider dessus l'œuf poché avec une petite cuillère et servir.

Salade lyonnaise 🍷🥚

Deux gros œufs à température ambiante
250 g de petites pommes de terre nouvelles pelées
1 c. à s. de moutarde de Dijon
1 c. à s. de vinaigre de vin rouge
1 frisée ou 1 scarole, effeuillée, lavée et essorée, taillée en petites bouchées
4 harengs marines à l'huile, taillés en dés, en réservant l'huile
Trois c. à s. de ciboulette hachée
Trois c. à s. de persil plat haché
Sel, poivre du moulin

1. Mettez les œufs dans une casserole et couvrez-les largement d'eau.
2. Faites chauffer à découvert sur feu moyen jusqu'à ce que l'eau commence à bouillir.
3. Baissez le feu et poursuivez la cuisson à petits frémissements pendant 8 minutes en évitant l'ébullition.
4. Jetez l'eau, craquez les œufs et faites couler de l'eau froide sur eux pendant 1 ou 2 minutes.
5. Écalez-les et réservez-les.
6. Mettez les pommes de terre dans une casserole sur une seule couche.
7. Couvrez d'eau et salez ; portez à ébullition sur feu vif.
8. Faites cuire pendant environ 15 minutes.
9. Égouttez et laissez refroidir.
10. Mettez la moutarde dans un bol.
11. Ajoutez le vinaigre en fouettant, salez et mélangez bien.
12. Versez lentement 8 cl de l'huile des harengs et fouettez pour bien émulsionner.
13. Mettez les feuilles de salade dans un grand saladier.
14. Ajoutez les petits morceaux de harengs.
15. Coupez les pommes de terre en fines rondelles et ajoutez-les sur les harengs.
16. Coupez les œufs en quartiers et mettez-les sur les pommes de terre.
17. Ajoutez ensuite la ciboulette et le persil.
18. Versez la sauce et remuez délicatement mais bien à fond.
19. Servez avec du pain de campagne bien croustillant.

Salade niçoise 🍴🍷

Trois gousses d'ail finement émincées
12,5 cl de feuilles de basilic taillées en fines lanières avec une paire de ciseaux
12,5 cl d'huile d'olive extra-vierge
Sel
1 poivron vert
1 poivron rouge
2 branches de céleri
60 g (1 petite boîte) de filets d'anchois à l'huile, égouttés
800 g de petites salades mélangées (feuilles de chêne, roquette, romaine, chicorée)
200 g (1 boîte) de thon au naturel, égoutté et émietté
60 g d'olives noires, si possible de Nyons

1. Préparez l'assaisonnement : mélangez l'ail et le basilic dans une jatte et incorporez lentement l'huile en remuant. Salez au goût.
2. Coupez les poivrons en deux, retirez les graines et taillez la chair en petits dés. Émincez le céleri. Coupez chaque filet d'anchois en quatre.
3. Disposez les ingrédients dans un saladier dans l'ordre suivant : feuilles de salade, poivrons, céleri, thon, olives et anchois.
4. Versez la sauce et remuez.
5. Servez.

Carpaccio d'artichauts

6 artichauts poivrade
1 citron
5 cl d'huile d'olive
100 g de parmesan en copeaux
Fleur de sel, poivre

1. Avec un couteau, enlevez 2 cm en haut des artichauts, les tiges.
2. Enlevez les feuilles les plus dures. Mettez les artichauts dans de l'eau froide citronnée.
3. Coupez-les en tranches très fines juste avant de servir.
4. Présentez-les sur un grand plat, arrosez d'huile d'olive battue avec d'un demi-citron, sel, poivre et persil.
5. Décorez de copeaux de parmesan.
6. Servez en entrée ou avec un carpaccio de bœuf ou escalopes de veau au citron.

Salade de tomates à la mozzarella et au basilic 🍅🌿

Cette salade très populaire est patriotique en Italie car (entre autres) ses ingrédients reprennent les couleurs du drapeau national.

4 grosses tomates
400 g de mozzarella
8 à 10 feuilles de basilic
4 c. à s. d'huile d'olive extra-vierge
Sel et poivre noir fraîchement moulu

1. Trancher les tomates et la mozzarella en rondelles épaisses.
2. Placer les tomates et le fromage en les chevauchant sur un plat de service.
3. Décorer de basilic.
4. Arroser d'huile d'olive et servir avec le poivre noir à part.

En Italie, la mozzarella la plus recherchée est celle qui est faite avec du lait de bufflone (ou karbau).

On la trouve principalement dans le Sud et en Campanie.

La vraie salade de bœuf 🍴🍴



Temps de préparation 30 minutes / Temps de cuisson 1 heure 30 minutes

700 g de basse-côte de bœuf
6 pommes de terre fermes moyennes
4 carottes
1 oignon piqué d'un clou de girofle
1 oignon rouge
1 gousse d'ail
1 œuf dur
4 cornichons
2 cuil. à soupe de câpres
2 tablettes de bouillon de bœuf
1 bouquet de persil plat
1 cuil. à soupe de moutarde à l'ancienne
1 cuil. à soupe de vinaigre
6 cuil. à soupe d'huile
Sel, poivre

1. Mettez la viande dans un faitout, couvrez-la largement d'eau, salez, poivrez, ajoutez l'oignon piqué, la gousse d'ail pelée, 4 brins de persil et les tablettes de bouillon.
2. Portez doucement à ébullition, écumez, puis réglez le feu pour que le bouillon frémissse pendant 1 h 30. Au bout de 1 h, ajoutez les carottes pelées.
3. Dans le même temps, pelez les pommes de terre et faites-les cuire 20 min à l'eau bouillante salée. Égouttez-les, coupez-les en rondelles épaisses.
4. Dans un saladier, préparez une vinaigrette moutardée. Pelez l'oignon rouge, hachez-le ainsi que les cornichons et l'œuf dur, versez le tout dans le saladier avec les câpres.
5. Ciselez grossièrement le persil. Égouttez la viande et les carottes, laissez-les tiédir. Détaillez la viande en cubes et les carottes en grosses rondelles.
6. Mettez la viande dans le saladier, ajoutez le persil. Remuez longuement, ajoutez les carottes et les pommes de terre, mélangez encore un peu et servez tiède.

Salade Caesar 🍴🥗👍



Temps de préparation : 15 minutes Temps de cuisson : 5 minutes

2 salades romaines

8 filets d'anchois

2 œufs + 2 jaunes

50 g de parmesan

2 gousses d'ail

1 cuil. à soupe de jus de citron

1 cuil. à café de sauce Worcestershire

1 cuil. à café de moutarde à l'ancienne

6 cuil. à soupe d'huile d'olive

Sel poivre du moulin

Pour les croûtons :

3 tranches de pain rassis ou 6 rondelles de baguette huile d'olive

1. Épluchez les salades en retirant les grosses feuilles vertes, lavez-les, essorez-les puis coupez-les en lanières et mettez-les dans un saladier.
2. Faites cuire les 2 œufs dans de l'eau bouillante salée pendant 5 min, rafraîchissez-les sous l'eau froide puis écalez-les.
3. Mixez (ou écrasez au mortier) 4 filets d'anchois avec les 2 jaunes d'œufs, le parmesan, les gousses d'ail pelées, le jus de citron, la moutarde, la sauce Worcestershire, du sel, du poivre et l'huile d'olive puis versez la sauce sur la salade et mélangez délicatement.
4. Faites frire le pain coupé en dés dans un peu d'huile d'olive et disposez-les sur la salade ainsi que les œufs mollets coupés en morceaux et le reste des filets d'anchois

Chakchouka 🍴🍴

3 poivrons verts cornes-de-bœuf
6 tomates
4 pommes de terre charlotte
2 gros oignons
8 merguez
4 œufs
Un verre d'huile d'olive
Sel, Poivre

1. Couper au couteau en gros morceaux les poivrons, les tomates et les oignons.
2. Les mettre à froid dans une sauteuse avec deux tasses d'eau et l'huile d'olive, saler et poivrer et faire cuire à feu moyen.
3. Au bout de trois quarts d'heure, une fois que c'est presque cuit, ajouter les pommes de terre épluchées et coupées en quatre et les merguez.
4. Laisser mijoter encore vingt minutes.
5. Au moment de servir, mettre les œufs à pocher dans la chakchouka.
6. Couvrir pendant trois minutes.
7. Servir avec une grande cuillère en évitant que les œufs ne se percent.
8. Si on aime piquant, on remplace un ou deux poivrons par des poivrons piquants.

SAUCES MAYONNAISES ET AUTRES VINAIGRETTES

Mayonnaise

Pour 50 cl environ
3 jaunes d'œufs
Sel et poivre
1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin ou jus de citron
Huile d'olive

1. Mettez les jaunes d'œufs dans un bol, poivrez et mélangez a fouet jusqu'à ce que les jaunes soient lisses.
2. Ajoutez le vinaigre ou le jus de citron et mélangez intimement.
3. Incorporez l'huile goutte à goutte pour commencer puis, quand la sauce commence à se lier, en filet mince et régulier, en travaillant constamment a fouet au même rythme.
4. Si la mayonnaise est trop ferme, allongez-la avec un peu de vinaigre ou de jus de citron.

Pour que la mayonnaise ne tourne pas, prenez des jaunes d'œuf et de l'huile à température ambiante et commencez par incorporer l'huile très progressivement.

Vous pourrez la conserver plusieurs jours, dans un récipient couvert, au réfrigérateur.

Remuez-la bien avant de l'utiliser

Vous pouvez également mélanger une ou deux cuillerées café de moutarde de Dijon avec le vinaigre ou le jus de citron.

Sauce mayonnaise chantilly

1. Préparez 50 cl de mayonnaise avec du jus de citron.
2. Fouettez 3 c. à s. de crème fraîche jusqu'à ce qu'elle soit mousseuse mais pas ferme et incorporez-la à la mayonnaise juste avant de servir.

Sauce gribiche

1. Séparez les jaunes des blancs de 5 œufs durs
2. Réservez 3 blancs.
3. Réduisez les jaunes en pâte avec un jaune d'œuf cru et une c. à c. de moutarde de Dijon.
4. Ajoutez le jus de citron et l'huile comme une mayonnaise.
5. Incorporez une cuillerée à soupe d'estragon, de persil et de câpres également hachés et mélangés.
6. Ajoutez les blancs réservés détaillés en julienne.

Sauce rémoulade

Additionnez 50 cl de mayonnaise préparée avec une cuillerée à soupe de moutarde d'une bonne cuillerée à soupe de chacun des ingrédients suivants : cornichons hachés, câpres hachées et persil, cerfeuil et estragon mélangés et hachés et de 2 ou 3 filets d'anchois hachés menu.

Sauce tartare

Deux œufs
Huile
Moutarde
Une échalote
Persil
Câpres
Cornichons

1. Faites durcir l'un des deux œufs
2. Faites une mayonnaise avec l'autre
3. Incorporez-y une cuillerée de moutarde forte, une échalote et trois ou quatre cornichons, une cuillerée de persil, une cuillerée de câpres et l'œuf dur, le tout grossièrement haché.

Où :

Additionnez 50 cl de mayonnaise préparée avec des jaunes d'œufs durs et un jaune cru, de 60 g d'oignon haché menu et d'une cuillerée à soupe de ciboulette hachée.

Ou :

Additionnez 50 cl de mayonnaise d'un mélange de cornichons au vinaigre, de câpres et de fines herbes hachés menu en variant les proportions selon le goût.

Sauce aux cornichons

Cornichons au vinaigre
Crème fraîche épaisse

1. Lavez les cornichons, hachez-les très finement et incorporez-les à la crème fraîche
2. Dans une proportion de 1/3 de cornichons pour 2/3 de crème.
3. Salez et poivrez

Sauce mousseline

Un œuf
Huile
Moutarde
Fines herbes

1. Séparez le jaune du blanc d'œuf et faites une mayonnaise épaisse que vous relèverez avec une cuillère de moutarde forte, sel, poivre et une cuillère de fines herbes hachées.
2. Battez le blanc en neige et incorporez-le à la sauce.

Sauce enfer

Un œuf
Ketchup
Crème fraîche
Cognac
Un oignon
Une gousse d'ail
Poivre de Cayenne

1. Préparez une mayonnaise, mettez-y 5 ou 6 cuillérées de ketchup, 2 cuillérées de crème fraîche, une c. à c. de cognac et une gousse d'ail finement hachée.
2. Salez et relevez fortement de poivre de Cayenne.

Vinaigrettes

Vous pouvez modifier la proportion de vinaigre par rapport à l'huile en fonction de la force du vinaigre utilisé et de l'acidité des ingrédients à assaisonner. En général, on compte en moyenne une cuillerée de vinaigre pour quatre ou cinq d'huile. Selon le goût, vous pouvez remplacer le vinaigre par du jus de citron.

Une c. à c. de sel
2 pincées de poivre du moulin
2 c. à s. de vinaigre de vin ou, mieux, de vinaigre balsamique
12 cl d'huile d'olive

1. Mettez le sel et le poivre dans un bol.
2. Ajoutez le vinaigre et remuez jusqu'à ce que le sel soit dissous.
3. Incorporez l'huile d'olive en dernier.

Vinaigrette à l'ail : pilez une demi-gousse d'ail avec le sel et le poivre avant d'ajouter le vinaigre.

Vinaigrette à la moutarde : mélangez une c. à c. environ de moutarde de Dijon et l'ingrédient à assaisonner, avec le sel et le poivre. Ajoutez le vinaigre et remuez jusqu'à ce que la moutarde soit dissoute avant d'incorporer l'huile.

Sauce ravigote : préparez 15 cl de vinaigrette et incorporez une cuillerée à soupe de câpres hachées, autant d'oignons hachés menu et deux c. à s. de ciboulette, de persil, de cerfeuil et d'estragon hachés menu.

Sauce béarnaise

Si votre sauce tournait, voici un moyen de la rattraper : mettez une demie c. à c. de jus de citron froid dans un bol froid, puis versez très lentement la sauce en tournant et en battant avec une cuillère en bois.

La sauce doit reprendre sa consistance.

Pour 30 cl

25 cl de vinaigre de vin blanc
5 ou 6 échalotes grises très finement hachées
1 cuillerée à soupe d'estragon grossièrement haché
Une cuillerée à soupe de fines herbes grossièrement hachées
4 jaunes d'œufs
250 g de beurre coupé en petits morceaux

1. Commencez par préparer la réduction d'échalotes : dans une petite casserole, versez le vinaigre, les échalotes, l'estragon et les fines herbes.
2. Mettez la casserole sur le feu et laissez réduire jusqu'à ce qu'il ne reste que 3 c. à s. de liquide.
3. Passez la réduction au travers d'une passoire fine, au-dessus d'une casserole en verre ou en porcelaine dans laquelle vous ferez la sauce.
4. Mélangez les jaunes à la réduction.
5. Mettez la casserole de porcelaine sur le feu, au bain-marie, remuez avec la cuillère en bois.
6. Ajoutez les morceaux de beurre les uns après les autres, sans cesser de tourner avec la cuillère en bois, toujours dans le même sens.
7. Lorsque tout le beurre est incorporé à la sauce, retirez du feu, mettez en saucière et servez.

Aïoli

*Un bon aïoli se fait avec une bonne huile d'olive.
Traditionnellement, on le prépare dans un mortier en marbre
avec un pilon de bois : le poids du mortier l'empêche de glisser
quand on tourne le pilon d'une main en versant l'huile goutte à
goutte de l'autre.*

*N'utilisez pas les gousses d'ail qui ne sont ni fermes ni croquantes
ou qui ont commencé à germer.*

*Pour que l'aïoli ne tourne pas, l'huile et les œufs doivent être à
température ambiante.*

*On pile parfois un morceau de mie de pain trempé et exprimé avec
l'ail et les jaunes d'œufs avant de commencer à ajouter l'huile.*

*On peut aussi obtenir un aïoli plus digeste mais moins soyeux en
remplaçant les jaunes d'œufs par 90 g environ de pommes de terre
cuites à l'eau et tiédies.*

Pour 60 cl environ
3 gousses d'ail
Une pincée de sel
2 jaunes d'œufs
50 cl d'huile d'olive
Un citron, jus passé
2 cuillerées à café d'eau tiède

1. Dans un mortier, réduisez les gousses d'ail en pâte avec un pilon.
2. Ajoutez le sel et les jaunes d'œufs et tournez le pilon jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
3. Commencez alors à ajouter l'huile en filet mince, en remuant avec le pilon.
4. Prenez soin de la verser très lentement, sans cesser de tourner le pilon.
5. Vous devez obtenir une pommade épaisse.
6. Après avoir incorporé les 4 c. à s. d'huile environ, ajoutez le jus de citron et une c. à c. d'eau tiède.
7. Continuez à ajouter encore que gouttes d'eau pour que l'huile ne se sépare pas, ce qui ferait tourner l'aïoli.
8. Si, malgré toutes ces précautions, cet incident se produit tout de même, enlevez l'aïoli du mortier, mettez autre jaune d'œuf et quelques gouttes de jus de citron et ajoutez l'aïoli raté pour le rattraper petit à petit, cuillerée par cuillerée sans cesser de tourner le pilon.

Anchoïade

Préparation : 5 mn

8 filets d'anchois à l'huile d'olive
1 c. à s. de câpres
1 dl d'huile d'olive
1 gousse d'ail g
1/2 citron
Poivre

1. Ouvrez les filets d'anchois dans le sens de la longueur, enlevez la colonne centrale et la queue puis rincez sous l'eau chaude.
2. Égouttez et épongez dans du papier absorbant.
3. Épluchez l'ail
4. Passez les filets d'anchois au mixeur avec les câpres, l'ail et l'huile d'olive.
5. Relevez d'un filet de citron
6. Poivrez.

Tapenade noire

Préparation : 15 mn

40 g d'anchois à l'huile
100 g d'olives noires
5 cl d'huile d'olive
20 g d'ail

1. Épluchez l'ail.
2. Placez tous les ingrédients, sauf l'huile d'olive, dans le bol du mixer.
3. Hachez finement le tout puis versez petit à petit l'huile d'olive.
4. Accompagnez d'olives entières.

DIVERS

Kakis

300 grammes de farine
1/2 paquet de levure chimique
1/2 verre d'huile
Un œuf
Sel.

1. Mettre la farine dans une cuvette, casser dessus un œuf, ajouter l'huile, la levure et une cuiller à café de sel rase.
2. Malaxer en ajoutant peu à peu de l'eau tiède pour obtenir une pâte souple. La pétrir pendant cinq minutes.
3. Allumer le four position maxi. Prendre par petites poignées de la pâte, la rouler entre les paumes des mains pour en faire des ficelles d'environ un centimètre d'épaisseur sur dix de long.
4. En former de petites couronnes et les fermer d'un pincement d'ongles.
5. Les disposer sur une plaque à four légèrement farinée et les saupoudrer d'un peu de sel.
6. Enfournier et mettre à feu modéré (position cinq).
7. Faire cuire un quart d'heure. Laisser refroidir.

Ces kakis accompagnent agréablement l'apéritif. Se conservent dans un bocal ou dans un sac de plastique.

Harissa maison (*Harissa dyari*) 🌶️🌶️🌶️



Il est facile de faire de l'harissa chez soi. Il est conseillé de mettre des gants de caoutchouc, afin d'éviter aux mains de s'imprégner pour quelques heures du piquant des piments et de leur couleur rouge.

Le piment est arrivé en Tunisie au 16ème siècle, suite à l'échange colombien lors de l'occupation espagnole (1535 – 1574).

Le mot harissa signifie broyer, écraser, et fait ainsi référence à la fabrication de la pâte : on écrase piments et épices. C'est pour cela qu'un gâteau porte aussi le nom de harissa : c'est une spécialité tunisienne de semoule aux amandes et au miel.

Sachez qu'à peu près tous les bobos se soignent soit avec de l'eau de fleur d'oranger, soit avec de la harissa... soit par un petit doigt de boukha. Parfois les trois.

La harissa est probablement l'un des rares éléments de la cuisine tunisienne qui contribue à maintenir la ligne voire à perdre quelques kilos : c'est un puissant anti oxydant et consommer de la harissa stimule les glandes salivaires, facilite ainsi la digestion, booste le métabolisme et la combustion des graisses.

250 grammes de piments rouges séchés
1 tête d'ail

1 cuillère à dessert de coriandre moulue

Le recueil de recettes de Jean-Paul Cassar, c'est "Ze Kif".

Version du : 20/01/2022 06:41

1 cuillère à café de carvi (karouiya) moulu
1 cuiller à soupe de sel fin
Huile d'olive

1. Enlever les queues et les graines des piments, les tremper dans une bassine pleine d'eau pendant une demi-heure, puis les faire égoutter dans une passoire à pieds.
2. Éplucher les gousses d'ail.
3. Passer ensemble les piments humides et l'ail au mixer réglé de façon à obtenir un hachis fin.
4. Mettre la pâte obtenue dans une cuvette, ajouter le sel, le carvi (karouiya), la coriandre et un quart de verre d'eau (on peut aussi mixer le tout avec les piments et l'ail).
5. Bien mélanger et mettre en pots.
6. Rajouter éventuellement de l'huile d'olive.

Ou alors dans un mortier, c'est la tradition !

250 g de piments secs,
7 gousses d'ail,
2 cuillères à café de graines de carvi,
2 cuillères à café de graine de coriandre,
1 cuillère à café de graines de cumin,
15cl d'huile environ,
1 cuillère à café de sel

1. Immergez les piments dans l'eau bouillante, laissez cuire 20mn.
2. Retirez les piments, coupez-les en deux et retirez les pépins.
3. Mettez les piments dans le mortier où vous ajoutez sel, ail et épices.
4. Broyez jusqu'à obtenir une pâte.
5. Versez la pâte dans un bocal, recouvrez d'huile d'olive... **épicez tout !**

Bricks à l'œuf et aux pommes de terre 🍷🍷🍷



4 pommes de terre à purée
4 œufs
4 feuilles de brick
200 g de thon à l'huile
1/2 bouquet de coriandre
Capres
10 cl de crème liquide
20 cl d'huile
Sel et poivre

1. Rincez, épongez et ciselez grossièrement la coriandre.
2. Faites chauffer de l'eau salée dans une grande casserole.
3. Pelez les pommes de terre, lavez-les, coupez-les en quatre et faites-les cuire à l'eau bouillante 25 min.
4. Au bout de ce temps, égouttez les pommes de terre, écrasez-les avec un presse-purée, puis ajoutez la crème, du sel, du poivre, des miettes de thon, quelques capres et la coriandre ciselée.
5. Mélangez bien et laissez refroidir complètement.
6. Étalez une feuille de brick sur une assiette, répartissez la purée sur une moitié de la feuille sans aller jusqu'au bord, cassez l'œuf sur la purée.
7. Mouillez tout le tour de la feuille avec un peu d'eau, rabattez l'autre moitié de la feuille. Appuyez pour bien faire adhérer.
8. Faites de même pour les autres bricks.
9. Faites chauffer l'huile dans une grande poêle ou mieux dans deux grandes poêles.
10. Faites glisser les bricks dans l'huile bien chaude et faites-les cuire 2 à 3 min de chaque côté jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
11. Servez aussitôt.

Fricassés 🍷🍷🍷

Selon Claude Adamo

Pour une quinzaine de fricassés :

500 gr de farine

1/2 cube de levure fraîche

Un peu d'eau tiède pour diluer la levure

1 œuf (jaune + blanc)

1 petit verre (à café) d'huile de tournesol

1 cuillère à café de sel

1 cuillère à soupe de sucre en poudre

2 verres d'eau tiède

Pour remplir :

Olives noires

Câpres

Dès de PdT bouillis

Thon

Harissa

Œufs durs coupés en tranches

Tomates en rondelles

1. Malaxer le tout jusqu'à obtention d'une pâte qu'on fait reposer 1/2 heure sous un torchon sec (la pâte augmentera de volume).
2. Faire des petites boules de pâte (une quinzaine) et faire reposer à nouveau 1/2 heure (voire un peu plus).
3. Les disposer espacés car ça va encore augmenter de volume pour atteindre environs 8 à 10 cm de diamètre).
4. Couvrir avec 3 torchons superposés.
5. Une fois la pâte bien reposée faire frire les fricassées dans une petite casserole par 2, et pourquoi petite ? pour que l'épaisseur d'huile (de tournesol) permette une bonne friture de la pâte.
6. Quand l'huile commence à chauffer, mettre un petit bout de pomme de terre et dès qu'il y a de petites bulles autour de la pomme de terre cela veut dire que la température de l'huile est idéale (entre 2 fritures il n'y a parfois plus de bulles, donc attendre que ça re-bout...et ne pas bouffer le morceau de patate comme tu l'as fait chez toi !!!!.....).
7. Retourner les fricassés dans l'huile pour frire la partie qui n'était pas immergée dans l'huile. Bien frit le fricassé prend la couleur d'un pain assez cuit.
8. Quand les 2 fricassés sont bien frits, les égoutter dans une passoire et en mettre 2 autres à frire et ainsi de suite.

9. Attendre qu'ils refroidissent en les couvrant de Sopalin pour qu'ils ne sèchent pas trop.
10. Puis faire dans chacun une longue entaille dans le sens de la longueur, garnir l'intérieur d'une rondelle de tomate, d'olives, de câpres, d'œuf dur et de thon émietté et de dés de pomme de terre.
11. Servir accompagnés d'un bol contenant de l'harissa délayée dans un demi-verre d'eau et de jus de citron.

Doigts de Fatma (Swabaa malsouka)

POUR 20 P

IÈCES

10 feuilles de brik
50 g de thon cuit tranché ou 50 g de bœuf haché
2 grosses pommes de terre
Un œuf
2 c. à s. de câpres
1 c. à s. de persil haché
Huile de friture

1. Pocher les pommes de terre puis les écraser avec une fourchette.
2. Incorporer à la purée le thon en petits morceaux ou la viande hachée, et le jaune de l'œuf.
3. Parsemer de persil et de câpres.
4. Bien mélanger.
5. Retailer les feuilles de brik en carré, et les couper en deux pour obtenir deux bandes égales.
6. Déposer un peu de farce à l'extrémité de chaque bande, puis rouler comme une cigarette.
7. Souder au blanc d'œuf.
8. Faire dorer dans l'huile chaude.

Kaftagi « maison » (Kaftagi dyari) 🍽️🍴

250 de viande hachée
250 g de pomme de terre
250 g de tomates
250 g de poivrons forts
150 g de piments forts
4 œufs
Une courgette
1 c. à s. de persil haché
Un citron
1/2 c. à s. de piment moulu
1/2 c. à c. de coriandre moulue
Huile de friture
Sel, poivre

1. Hacher la viande, l'assaisonner de coriandre et de piment moulu, saler au goût et faire des boulettes de la taille d'une grosse noisette.
2. Couper les tomates en deux, les presser légèrement pour éliminer les pépins.
3. Couper les poivrons juste à la base et enlever du même coup les queues et les graines.
4. Gratter une petite courgette, la débarrasser de son pédoncule, la couper en rondelles et l'épépiner.
5. Peler les pommes de terre, couper la moitié en tranches, le reste en bâtonnets.
6. Chauffer l'huile.
7. Faire frire en premier lieu les boulettes de viande, les piments forts et les bâtonnets de pomme de terre, les égoutter et les laisser de côté.
8. Faire frire ensuite les tomates, les poivrons et les tranches de courgettes et de pomme de terre. Les égoutter, les hacher ou les couper en petits dés et assaisonner le mélange de poivre et de sel au goût.
9. Cuire en dernier lieu les œufs un à un dans le reste de la friture et les saupoudrer chacun d'une pincée de sel et de poivre.

Service : Mettre le hachis de légumes sur un plat à servir ou le répartir directement sur les assiettes individuelles. Placer dessus les œufs frits, aligner tout autour les boulettes de viande, garnir avec les piments forts et les bâtonnets de pomme de terre, arroser le tout d'une cuillerée ou deux d'huile de friture, saupoudrer de persil haché et servir.

Tarama maison (*du nom grec Taramasalata*)

150 g d'œufs de cabillaud fumés
50 g de pain de mie, sans la croûte
1 oignon blanc
1 gousse d'ail
1 citron jaune (pour le jus)
5 c. à s. d'huile d'olive extra vierge
3 dl de crème fraîche
Poivre du moulin

1. Passer au mixeur le pain de mie, l'oignon et l'ail.
2. Les hacher très finement.
3. Extraire les œufs de cabillaud de leur poche, les introduire dans le mixeur et continuer à broyer jusqu'à obtention d'un appareil homogène.
4. Verser lentement le jus de citron, puis l'huile d'olive en mince filet.
5. Faire encore tourner jusqu'à ce que la pommade ait la consistance d'une mayonnaise.
6. Poivrer.
7. Dans un saladier mélanger intimement cette préparation et la crème.
8. Laisser reposer 1 heure au réfrigérateur avant de servir sur des toasts, en garniture d'œufs durs ou d'avocats, avec des branches de céleri, des tartines grillées...

Sandwiches tunisiens (*Chatira tunsiya*) 🍷🍷

12 petits pains longs
1 boîte de thon à l'huile de 250 grammes
3 tomates
2 poivrons
6 brins de persil
1/2 concombre
3 pommes de terre
2 œufs
50 grammes d'olives noires
50 grammes d'olives vertes
1 citron
3/4 de verre d'huile d'olive
1 cuiller à café d'harissa (facultatif)
12 petits piments en saumure (facultatif)
Sel.

1. Mettre les pommes de terre et les œufs dans une casserole avec un demi-litre d'eau, poser sur feu moyen et faire cuire vingt minutes.
2. Laver et essuyer les légumes, enlever les queues et les graines des poivrons, peler le concombre.
3. Couper les tomates, les poivrons et le concombre en tout petits morceaux et les mettre dans une cuvette.
4. Ajouter le persil coupé très fin, une cuiller à café de sel, le jus du citron et la moitié de l'huile.
5. Bien mélanger.
6. Ouvrir la boîte de thon et mettre son contenu dans un bol.
7. Peler les pommes de terre bouillies, les couper en tranches ainsi que les œufs durs et les mettre dans une assiette.
8. Mettre également les olives dans une assiette.
9. Délayer la harissa dans un bol avec un demi-verre d'eau.
10. Fendre les petits pains dans le sens de la longueur.
11. Enlever un peu de la mie.
12. Étaler dans chacun une cuiller à soupe de salade, mettre deux rondelles de pommes de terre et un d'œuf dur, quelques olives noires et vertes, du thon émietté, arroser d'une cuiller à café d'harissa délayé et d'une autre d'huile
13. Ajouter, pour ceux qui en veulent, un petit piment piquant et fermer le sandwich.

Beurre de truffes

1. Prendre une plaquette de beurre demi-sel.
2. Laisser ramollir le beurre à température ambiante (attention !!! le beurre doit être en pommade, ne pas le laisser fondre).
3. Prenez 20 à 25 grammes de belles truffes noires et râpez les dans cette pommade.
4. Mélangez à la fourchette de manière à avoir une préparation homogène.
5. Mettre au frigo et laisser refroidir.
6. Servir sur canapé de petites tranches de pain complet ou autre en fonction de votre goût.

Astuces :

Faire cette préparation le matin ou la veille pour déguster le soir.

Avant de mettre au réfrigérateur, recouvrir d'un film afin que les truffes donnent tout leur parfum au beurre.

Évitez les toasts et le pain grillé ayant un goût trop puissant.

POUR LA BONNE BOUCHE

Confiture d'orange 🍊🍊 (*Marcel Messineo : le délice devant la TV*)

Quatre belles oranges représentant environ 1 Kg + 2 oranges (de préférence non traitées).

Un kg de sucre en morceaux *moins 30 morceaux*.

1. Premier jour :

- a. Les laver et les brosser
- b. Couper en rondelles les quatre oranges
- c. Les placer dans une marmite
- d. Ajouter le jus des deux autres
- e. Ajouter environ ½ litre d'eau

2. Deuxième jour :

- a. Porter à ébullition la marmite pendant environ 30 minutes
- b. Laisser refroidir
- c. Ajouter une boîte de sucre *moins 30 morceaux*

3. Troisième jour :

- a. Porter à ébullition pendant 45 minutes, jusqu'à ce que le sirop soit perlé
- b. Mettre dans des bocaux.

Pâte de coings 🍷🍷

Préparation : 45 min Cuisson : 20 min



1 kg de sucre
2 kg de coings
1 sachet de sucre vanillé

1. Essuyer et couper les coings en 4 et les faire blanchir avec très peu d'eau.
2. Couvrir.
3. Peler et retirer les pépins.
4. Les passer à la moulinette ou au mixer.
5. Mettre la purée de coing et le sucre dans un récipient et bien mélanger le tout en y ajoutant le sucre vanillé.
6. Faire cuire jusqu'à ébullition, laisser cuire encore 5 min en tournant le tout pour éviter que la pâte de coing ne s'attrape.
7. Verser le tout dans des moules de votre choix.
8. Laisser refroidir et démouler 2 jours après sur du papier sulfurisé et découpé en tranches ou toute autre forme puis saupoudrer de sucre en poudre et laisser encore durcir.

*Plus vous laissez sécher, plus la pâte de coing sera ferme.
Prenez des coings bien mûrs*

Cheese-cake aux fraises 🍓

Pour 6 à 8 personnes

Préparation : 1 h Cuisson : 1 mn Réfrigération : 12 h

La base :

200 g de biscuits sablés

75 g de beurre mou

30 g de sucre roux.

Le cheese-cake :

800 g de fraises

1 fromage en faisselle (500 g très égoutté : 3 à 5 h)

200 g de lait concentré sucré

150 g de fromage frais

20 cl de crème liquide

2 citrons non traités

2 oranges

2 feuilles de gélatine

2 c. à s. de sucre glace

1 c. à c. d'huile.

Matériel : un cercle à pâtisserie réglable ou une bande de carton souple àagrafer en cercle (de 65 cm de long et 8 cm de hauteur).

1. Régler le cercle sur 19 à 20 cm de diamètre, le poser sur une plaque à pâtisserie couverte de papier sulfurisé et huiler l'intérieur.
2. Mixer les biscuits en chapelure, incorporer le beurre mou et le sucre roux, bien mélanger pour obtenir une pâte homogène.
3. Répartir cette pâte dans le fond du cercle en une couche uniforme, lisser.
4. Garder au réfrigérateur.
5. Fouetter le fromage en faisselle et le fromage frais dans un saladier.
6. Râper le zeste des citrons, presser leur jus.
7. Ramollir la gélatine à l'eau froide.
8. Chauffer sans bouillir le jus de citron avec les zestes, incorporer la gélatine essorée, mélanger jusqu'à sa dissolution.
9. Délayer le lait concentré avec le jus de citron, l'incorporer aux fromages.
10. À part, monter la crème en chantilly et l'ajouter au mélange précédent.
11. Fouetter de nouveau pour obtenir une texture légère.
12. Verser la préparation sur le fond de biscuit.
13. Garder au frais au moins 12 h.
14. Prélever les zestes d'orange, les blanchir 3 mn.
15. Émincer les fraises en fines lamelles, les disposer à mesure comme des écailles sur le dessus du cheese-cake.
16. Presser le jus des oranges, ajouter le reste de fraises et le sucre glace, mixer en coulis.
17. Décercler et enlever le papier sulfurisé.
18. Servir avec le coulis de fraises, décorer des zestes.

Gâteau aux carottes 🥕🥕



Temps de préparation : 20 minutes Temps de cuisson : 50 minutes

3 carottes
1 orange bio
1 citron vert bio
5 œufs
250 g de beurre mou
125 g de mascarpone
250 g de sucre blond
180 g de farine
100 g d'amandes entières
100 g de noisettes entières
100 g de cerneaux de noix
50 g de sucre glace
1 sachet de levure chimique
1 cuil. à café de cannelle en poudre
1 cuil. à café de gingembre en poudre
2 pincées de noix de muscade râpée
1 clou de girofle
Sel

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Séparez les jaunes des blancs d'œufs.
3. Au robot, fouettez le sucre blond avec les jaunes.
4. Ajoutez le beurre mou sans cesser de battre afin d'obtenir une consistance légère et crémeuse.
5. Ajoutez la farine, la levure et 1 pincée de sel.
6. Mélangez doucement la pâte.
7. Concassez grossièrement les fruits à coque.
8. Battez les blancs en neige ferme.
9. Lavez l'orange et râpez son zeste avant de la presser.
10. Pelez et râpez les carottes.
11. Incorporez dans la pâte le clou de girofle pulvérisé au mortier, la muscade, le gingembre et la cannelle, les fruits à coque, les carottes, le jus et les zestes de l'orange.
12. Mélangez puis ajoutez délicatement les blancs en neige.
13. Versez dans un moule à cake beurré.
14. Enfournez pour 50 min.
15. Attendez 15 min avant de démouler.
16. Lavez le citron, râpez son zeste avant de le presser.

17. Fouettez le mascarpone avec le jus de citron.
18. Ajoutez le sucre glace et la moitié du zeste.
19. Recouvrez-en le gâteau, parsemez du reste du zeste et placez au frais jusqu'au moment de servir.

Tarte aux noix de Pécan 🥞🥞

Pour une tarte de 20 cm

Pour la pâte

115 g de farine
50 g de beurre coupé en dés
25 g de sucre en poudre
1 jaune d'œuf

Pour la garniture

5 c. à s. de sirop d'érable
50 g de cassonade
50 g de beurre
3 œufs légèrement battus
1/2 c. à c. d'extrait de vanille
150 g de noix de pécan
Crème fraîche ou glace, pour servir

1. Placer la farine dans un saladier et ajouter le beurre.
2. Bien mélanger avec les doigts jusqu'à obtention d'une pâte sablée.
3. Verser le jaune d'œuf, le sucre et 2 c. à s. d'eau froide.
4. Pétrir la pâte sur une surface farinée pour qu'elle soit homogène.
5. Étaler la pâte et l'abaisser dans un moule de 20 cm amovible.
6. Piquer le fond de tarte et déposer une feuille de papier sulfurisé et des haricots blancs secs.
7. Placer au réfrigérateur 30 minutes.
8. Préchauffer le four à 200° C.
9. Enfourner 10 minutes.
10. Retirer la feuille de papier et les haricots.
11. Réduire la température du four à 180° C.
12. Pendant ce temps, chauffer le sirop d'érable, le sucre et le beurre jusqu'à obtention d'un sirop.
13. Mélanger les œufs et l'extrait de vanille, puis incorporer les noix de pécan.
14. Garnir la tarte et enfourner 35 à 40 minutes.
15. Servir avec de la crème ou de la glace.

Cantucci 🍪🍪🍪

Véritables symboles de la pâtisserie toscane, les *cantucci* ont fait la célébrité de la ville de Prato, non loin de Florence.

Disponibles chez tous les pâtisseries de Toscane, ces petits gâteaux sont exportés à travers toute l'Italie. On les consomme aussi au petit-déjeuner et au goûter, en compagnie d'un chocolat ou d'un café au lait. À la fin d'un repas, chacun les picore selon son envie, pourquoi pas en les trempant dans un verre de vin santo.

Également appelés *biscotti di Prato*, les *cantucci* reprennent le principe originel du biscuit, dont le nom signifie littéralement "cuit deux fois". La pâte est moulée en forme de petites baguettes, cuite puis détaillée en tranches diagonales. Celles-ci sont ensuite remises à sécher au four. On peut ainsi les garder très longtemps dans une boîte en fer.

Fruits d'une tradition ancestrale, ils ne souffrent pratiquement pas de variantes, ni dans la forme, ni dans la composition. Les amandes pourront cependant être mondées et grillées, ou concassées. Beaucoup aiment également les parfumer de quelques graines d'anis. Il est recommandé d'ajouter moitié sucre en poudre, moitié sucre glace dans la pâte, pour que les biscuits soient délicieusement croquants.

Le miel qui enrichit la pâte nous rappelle que jusqu'à la Renaissance, tous les gâteaux étaient sucrés ainsi.

100 g de beurre
200 g de sucre en poudre
200 g de sucre glace
3 œufs
200 g d'amandes non décortiquées
500 g de farine type 0
8 g de levure chimique
¼ de citron
10 cl de miel millefleurs
Sel

1. Dans une terrine, fouettez énergiquement le beurre jusqu'à obtention d'une pommade.
2. Additionnez d'un mélange de sucre en poudre et de sucre glace, puis de l'écorce de citron râpée. Mélangez bien.
3. Ajoutez les œufs dans la préparation, fouettez de nouveau.
4. Ajoutez le miel, les amandes mélangées avec la farine, la levure et une pincée de sel.
5. Avec une spatule en bois, mélangez énergiquement la préparation jusqu'à ce que toute la farine soit incorporée et la pâte homogène.
6. Séparez la pâte obtenue en plusieurs pâtons. Roulez chacun en un long boudin assez mince. Posez-les sur une plaque et faites-les cuire 10 min au four à 220°C.
7. Disposez les "pains" obtenus sur une planche à découper, et à l'aide d'un couteau à pain, détaillez-les en tranches diagonales d'1 cm d'épaisseur.
8. Puis remettez-les au four pour les sécher, pendant 30 min à 130°C.

Panna Cotta

50 cl de crème fraîche liquide
75 g de sucre
3 feuilles de gélatine
1 gousse de vanille ou extrait de vanille

1. Mettre la crème, le sucre et la vanille dans une casserole et faire frémir.
2. Dès le début de l'ébullition, retirer la casserole du feu et ajouter les 3 feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide.
3. Bien remuer et mettre dans des coupelles.
4. Laisser refroidir quelques heures.
5. Ajouter du coulis de fraise, framboise ou autre fruit... ou rien du tout, c'est quand même délicieux.

Makrouds 🍪🍪🍪

Pour 15 pièces

250 g de semoule de blé dur
100 g de dattes
100 g de sucre en poudre
1 pincée de poudre d'écorce d'orange ou de cannelle
1 pincée de bicarbonate de soude
12 cl d'huile 1 pincée de sel

SIROP

500 g de sucre 25 cl d'eau 1 petit citron

1. Mettre la semoule dans un récipient large.
2. Verser dessus l'huile (en réserver 1 c. à soupe) tiède, ajouter le bicarbonate et le sel.
3. Mélanger.
4. Mouiller le mélange d'eau chaude, et mélanger avec une cuillère en bois de façon à obtenir une pâte ferme.
5. Laisser refroidir puis travailler la pâte.
6. Laisser reposer 25 à 30 minutes.
7. Dénoyauter les dattes.
8. Les arroser avec l'huile restante, puis ajouter la cannelle ou l'écorce d'orange moulue.
9. Passer au mixeur et réserver.
10. Étaler la pâte sur un plan de travail huilé, jusqu'à obtenir une longue feuille à 1,5 cm d'épaisseur.
11. Découper la pâte en bandes de 8 à 10 cm de large.
12. Prendre des boules de pâte de dattes et faire de longs boudins de la grosseur d'un doigt.
13. Les placer sur chaque bande, dans le sens de la longueur, puis enrouler la pâte autour de la farce.
14. Aplatir la pâte farcie à l'aide d'un rouleau à pâtisserie jusqu'à ce qu'elle atteigne 1,5 cm d'épaisseur (à Kairouan, on utilise un tampon à motifs géométriques).
15. Couper la bande ainsi obtenue en biais, dans le sens de la largeur, pour faire des losanges de 5 cm de côté environ.
16. Passer les Makrouds au four chaud durant 25 à 30 mn.
17. Préparer un sirop de sucre, en y ajoutant quelques gouttes de jus de citron.
18. Y plonger pendant 1 minute les Makrouds refroidis.

Conte sucré et heureux

C'est l'histoire de deux petits Makrouds.
Ils se sont tellement faits roulés dans la semoule
Qu'un jour, ils décidèrent de prendre la route avec pour unique bagage
Une petite poignée de dattes.
Et chacun de son côté, ils ont marché, tantôt sur le bas-côté,
Tantôt au milieu de la route.
Et chacun a pleuré quand il s'est perdu
Et s'est beaucoup désespéré.
Le chemin pour chacun d'eux fut long et chaotique.
Ils en faillirent parfois douter.
Mais la vie est ainsi faite ainsi qu'un jour ou l'autre,
Elle finit toujours par réunir ceux qui sont faits pour s'aimer.
Les deux routes longtemps parallèles de ces deux petits Makrouds,
Un beau matin se sont miraculeusement rencontrées.
Et depuis ce jour ils n'ont de cesse de s'inonder l'un l'autre de miel.
Désormais pour ces deux petits Makrouds enfin réunis,
La vie est tellement et si délicieusement plus douce.

Patricia

Makrouds façon Ugo 🍪🍪🍪

500 g de pâte de dattes
800 g de semoule grosse + un peu de semoule fine (3 poignées)
½ verre d'huile d'olive
Cannelle en poudre
Écorce d'orange en poudre
Eau de fleur d'oranger

1. Mélanger la pâte de dattes avec un peu de poudre d'écorce d'orange, un peu d'huile, un peu de cannelle et deux c. à s. de fleur d'oranger.
2. Dans un grand plat, mélanger la semoule fine et le sel.
3. Verser l'huile *fumante* sur la semoule et la travailler à la fourchette pour bien la mélanger.
4. Rajouter l'eau tiède et travailler la semoule à la main jusqu'à que la semoule tienne, au besoin ajouter un peu d'eau tiède.
5. Faire des bandes de 10 cm de large.
6. Garnir les bandes de la pâte de dattes, rouler les bandes en forme de cylindre dans le sens de la largeur (les 10 cm deviennent donc 3 ou 4 cm), aplatir le cylindre et couper les bandes en losanges : les Makrouds.
7. Faire frire les Makrouds.

Sirop

200 g de sucre
¼ de verre d'eau
Sirop à mieller
Une cuillerée d'eau de fleur d'oranger

1. Faire fondre à feu doux.
2. Tremper les Makrouds cuits dans le sirop.

Feuilletés aux noisettes (Samsa)

Recette du restaurant Le Carthage, à Tunis.

POUR 12 SAMSA

6 feuilles de brik

250 g de noisettes décortiquées

150 g de graines de sésame

2 c. à s. de pistaches broyées

350 g de sucre

1 œuf

1 c. à s. d'eau de rose ou de fleur d'oranger

1 c. à c. de jus de citron

Huile de friture

1. Griller les noisettes au four ou à la poêle.
2. Les mixer avec les graines de sésame et 100 g de sucre.
3. Ajouter le jaune d'œuf et l'eau de rose ou de fleur d'oranger.
4. Couper les feuilles de brik en deux et égaliser chaque moitié pour obtenir un rectangle allongé.
5. Les badigeonner de beurre fondu.
6. Déposer une cuillère à soupe de farce dans un coin de chaque rectangle de pâte.
7. Replier le coin en biais pour obtenir un triangle, que l'on rabattra plusieurs fois sur lui-même.
8. Enduire l'extrémité de la pâte de blanc d'œuf, et l'insérer dans un des plis pour bien refermer ce chausson triangulaire.
9. Faire dorer les chaussons dans l'huile de friture.
10. Confectionner un sirop avec le sucre restant, le jus de citron et 25 cl d'eau.
11. Tremper les samsa dans le sirop, les égoutter et les servir encore chaudes, saupoudrées de pistaches broyées (facultatif).
12. Les noisettes peuvent être remplacées par des amandes, des pistaches ou des pignons.

Crêpes flambées au Grand Marnier



250 g de farine
6 jaunes d'œufs
5 g de sel
2 cuillerées de sucre
0,5 l de lait
6 cuillerées de beurre fondu
4 cuillerées de Grand Marnier
Pour arroser les crêpes :
6 morceaux de sucre
Un peu d'eau
Une noix de beurre
2 grands verres à liqueur de Grand Marnier
Un zeste d'orange

1. Mettez dans une terrine la farine, les jaunes d'œufs, le sel et le sucre. Délayez en ajoutant petit à petit le lait froid. Ajoutez le beurre fondu. Mélangez bien.
2. Autant que possible, laissez reposer la pâte une heure ou deux (ce n'est pas obligatoire).
3. Au moment de faire cuire les crêpes, ajoutez le Grand Marnier.
4. Huilez une petite poêle à crêpes. Faites-la chauffer. Versez un peu de pâte en imprimant à la poêle un rapide mouvement de rotation afin que la pâte s'étale régulièrement en une couche très mince. Plus la couche est mince, plus la crêpe est fine et légère.
5. Quand la crêpe est dorée, faites-la sauter pour la retourner et faites-la cuire de l'autre côté (1 minute environ de chaque côté). Empilez les crêpes dans un plat tenu au chaud.
6. Dans une petite casserole, faites chauffer : sucre, eau, zeste d'orange, beurre et Grand Marnier.
7. Rangez les crêpes pliées en quatre sur un plat en acier inoxydable ou en argent bien chaud (tenez-le au four).
8. Portez le plat sur la table en le posant sur un chauffe-plat. Arrosez les crêpes avec le contenu de la casserole, très chaud et enflammez. Servez aussitôt !

Si vous souhaitez faire flamber les crêpes plus fortement et plus longtemps, arrosez-les également de Grand Marnier par très chaud.

Baklavas : recette rapide

Pour 12 pièces

300 g de fruits secs décortiqués (amandes, noisettes ou pistaches)
200 g de beurre
250 g de sucre
2 c. à s. d'eau de fleur d'oranger
POUR LA PATE
300 g de semoule fine
200 g de farine
1 pincée de sel

1. Pétrir les ingrédients de la pâte avec assez d'eau pour obtenir une pâte élastique et ferme.
2. La diviser en 20 boulettes.
3. Couvrir avec un linge propre et laisser reposer 1/2 heure.
4. Étaler chaque boulette de façon à obtenir 20 feuilles bien rondes.
5. Huiler un moule à gâteau assez haut, et superposer 10 feuilles, en badigeonnant chaque feuille de beurre fondu.
6. Étaler en couche épaisse les fruits secs passés au mixeur.
7. Recouvrir avec les 10 autres feuilles de pâte badigeonnées de beurre.
8. Laisser reposer 2 heures, puis pré découper des losanges à l'aide d'un couteau pointu.
9. Cuire au four préchauffé à 200° (th. 6) durant 30 mn.
10. Préparer un sirop avec le sucre, l'eau de fleur d'oranger et 25 cl d'eau.
11. Arroser le gâteau et remettre au four 5 mn. Ne servir les baklavas que le lendemain, après les avoir découpés.

On peut se servir de pâte "PHYLLO", c'est plus simple

Baklava : recette traditionnelle



1kg de farine
200g de margarine
10g de sel
3 œufs
Extrait d'eau de fleur d'oranger mélangée à de l'eau : à doser selon le gout
300g de smen pour arroser
1 kg de miel
1kg d'amandes
450g de sucre
Eau de fleur d'oranger

1. Dans un grand récipient, verser la farine, le sel, les œufs entiers battus, la margarine fondue et refroidie.
2. Bien mélanger en versant petit à petit un peu d'eau parfumée à l'extrait d'eau de fleur d'oranger.
3. Pétrir jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse, molle, et malléable.
4. Broyer les amandes et le sucre ensemble en une texture pas trop fine, mouiller avec de l'eau de fleur d'oranger en sablant avec les mains, afin d'obtenir un sablé.
5. Faire fondre le smen.
6. À l'aide d'un pinceau badigeonner généreusement le plateau 2 fois.
7. Saupoudrer le plan de travail de maïzena, faire un long boudin avec la pâte et la partager en huit morceaux de même proportion. Rouler chaque morceau en boule.
8. Aplatissez une boule de pâte tout en saupoudrant de maïzena, ensuite à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, abaisser finement la pâte jusqu'à obtenir une pâte transparente, enrouler la pâte sur le rouleau, et la dérouler sur le plateau.
9. A l'aide d'un pinceau enduire généreusement de smen fondu la première feuille, et procéder de même pour les autres feuilles, en plaçant la quatrième feuille, placer la farce d'amande, égaliser la masse d'amandes tout en l'étalant pour l'uniformiser, asperger la farce d'amande de smen fondu.
10. Étaler les autres feuilles finement, et disposer les au fur et à mesure sans oublier qu'entre chaque feuille il faut enduire largement de smen fondu.
11. Une fois toutes les feuilles placées, couper l'excédent de pâte en laissant une bonne marge que vous allez à l'aide du dos du couteau faire rentrer contre la paroi du plateau.
12. Tracer des losanges, sur chaque losange piquer une amande, arroser généreusement de smen fondu et enfourner à four préchauffé.
13. Chauffer doucement le kg de miel pour le liquéfier, et arroser la baklava aussitôt sortie du four.

Tarte au citron (avec une pâte sablée)

Temps de préparation 20 minutes Temps de cuisson 40 minutes
Temps de repos/attente 30 minutes

Pour la préparation :

6 œufs

300 g de sucre

3 citrons non traités

80 g de beurre

Pour la pâte :

250 g de farine

125 g de beurre + 1 noix

30 g de poudre d'amandes

80 g de sucre glace

Le zeste de 1 citron

1 œuf

Sel

1. Mélangez tous les ingrédients de la pâte dans le bol d'un robot ou du bout des doigts dans une jatte. Mettez-la au frais 30 min.
2. Râpez le zeste des citrons lavés et pressez-les. Fouettez les œufs avec le sucre, le jus et les zestes puis le beurre fondu.
3. Allumez le four à th 7 (210°). Beurrez un moule à tarte, garnissez-le avec la pâte étalée. Piquez-la et faites cuire 15 min à blanc.
4. Passé ce temps, versez la préparation sur la tarte et poursuivez la cuisson 25 min à th 6 (180°). Vous pouvez décorer la tarte de rondelles de citron cuites 25 minutes dans un sirop.

Pour restituer la véritable saveur acidulée de la tarte, je la parsème de fins morceaux de citron cru, pelé à vif, et d'amandes effilées légèrement dorées à sec, avant de la meringuer. Les amandes un peu croustillantes apportent de la profondeur à la vivacité du citron.

Gâteaux aux amandes

(Fabuleuse recette d'Anne-Marie Dijou)

700 g de farine environ
350 g de sucre fin
250 g de beurre ramolli
2 sachets de levure chimique
2 sachets de sucre vanillé
6 œufs
2 paquets d'amandes effilées et grillées au four
1 paquet de poudre d'amandes

- La pâte restant molle, se servir de deux petites cuillères pour déposer des pâtons de 3 cm sur la plaque du four.
- Mettre une amande sur chaque pâton.
- Cuisson à 180°.

Bonne dégustation !!

Cornes de gazelle

Pâte d'amandes :

125 g d'amandes en poudre
100 g de sucre en poudre
1/2 c. à d'eau de fleur d'oranger
1 blanc d'œuf.

Pâte :

300 g de farine
100 g de beurre
Une pincée de sel.
10 cl d'eau de fleur d'oranger
100 g de sucre glace.

1. Mixer ensemble les amandes, le sucre, l'eau de fleur d'oranger et le blanc d'œuf.
2. Mettre la farine dans un grand bol et creuser un trou au milieu.
3. Faire fondre le beurre, l'incorporer à la farine.
4. Ajouter 10 cl d'eau et le sel, mélanger. On doit obtenir une pâte ferme.
5. Préchauffer le four à 180 °C (th. 6).
6. Beurrer la planche et le rouleau à pâtisserie.
7. Abaisser la pâte, de façon à obtenir un carré de 2 mm d'épaisseur.
8. Découper des carrés de 10 cm de côté.
9. Former des petits boudins de pâte d'amandes, les déposer au centre des carrés dans le sens de la diagonale.
10. Rouler de façon à former un croissant.
11. Disposer les croissants sur la plaque du four.
12. Baisser le thermostat à 150 °C (th. 5) et faire cuire les croissants pendant 20 minutes. Ils doivent être dorés.
13. Les sortir du four et les arroser d'eau de fleur d'oranger.
14. Les rouler enfin dans le sucre glace.

Boulettes aux fruits secs (*Kaâber fekia*)

POUR 12 A 15 PIÈCES

250 g de fruits secs décortiqués (pistaches, noisettes ou amandes)

100 g de sucre glace

1 jaune d'œuf

Eau de fleur d'oranger

Finition : sucre cristallisé ou poudre de pistaches

1. Passer les fruits secs au mixeur et les mélanger au sucre.
2. Y mêler le jaune d'œuf.
3. Parfumer d'eau de fleur d'oranger.
4. Façonner des boulettes.
5. Rouler les boulettes aux amandes dans du sucre semoule, et enrober les boulettes aux noisettes et aux pistaches de poudre de pistaches.

Beignets (Ftaïri) 🍩🍩🍩

Je n'ai pu m'empêcher de citer le premier livre de recette tunisienne, écrit entre les deux guerres par un certain J. Vehel (préface de M. le Dr H. Setbon, aux Éditions J. Saliba et Cie, 17 avenue de France, Tunis) "La cuisine Tunisienne, manuel pratique et complet".

Ce petit texte est un bijou.

"Les nombreuses boutiques des ftaïri ou knâdli (fabricants de beignets indigènes) sont fort achalandées. On les reconnaît de loin à leur agencement spécial, à leurs murs à demi recouverts de carreaux bleus émaillés, à l'odeur caractéristique de friture qui se répand aux alentours, et à celle installation du grand fourneau en briques qui prend les deux tiers de la porte et sur lequel est juché le « patron », assis les jambes croisées, vêtu comme les gens de Matmata, son pays d'origine, confectionnant gravement ses beignets variés, surveillant la cuisson, rabrouant ses garçons, répondant aux clients grands et petits, encaissant et rendant la monnaie.

Derrière, dans un coin du mur, le fournier, accroupi sur ses talons, entretient le feu, tel une vestale, et y ajoute un fagot chaque fois que son maître le lui ordonne.

Entrons dans la boutique : la clientèle cosmopolite, assise sur de longs bancs rustiques, mange de bon appétit les beignets huileux posés sur d'autres bancs servant de tables. Dans un coin, vers la sortie, des sacs remplis de sciure de bois, laquelle sert de serviette aux clients pour s'essuyer les doigts. Une échelle conduit à une soupente servant de dortoir au personnel qui, le soir venu et les volets bien clos, régale le voisinage des airs doux et mélancoliques de leur longue flûte de roseau et des chants du lointain village natal.

Pour fabriquer ces beignets, délayer de la farine dans beaucoup d'eau, avec un peu de levain et une pincée de sel, pour obtenir une pâte molle et élastique.

Faire frire beaucoup d'huile dans une vaste poêle.

Avec les mains, détacher une poignée de cette pâte, l'étendre par un mouvement des doigts en dessous (les pouces restant en dessus) pour en faire un beignet plat et rond, plus fourni vers les bords qu'au centre, et le laisser tomber dans l'huile très chaude. Le retourner au bout de deux minutes, à l'aide d'un tisonnier, pour dorer le verso, et l'enlever pour laisser égoutter le surplus d'huile.

On fait plusieurs genres de beignets avec la même pâte : les mlaoui, qui ont une sorte de mie ; les sfeunje, affectant une forme et une dimension particulières, etc.

Pour être agréables à leur clientèle enfantine, les ftaïri lui font cadeau d'une minuscule « keun daïla » dite bou-abbas, qui a le don de remplir d'aise les marmots.

Des jeunes pâtisseries disposent les beignets en piles sur des plateaux de métal pour aller les débiter dans les rues.

On mange ces beignets de préférence chauds, en les saupoudrant, selon le goût, soit de sel, soit de sucre, ou en trempant chaque bouchée dans du miel ou de cassonade, En été, on les consomme avec des figues fraîches noires ou vertes, ou bien avec du raisin ; en hiver, avec des olives ou des dattes.

Les ménagères font également des beignets à la maison. Dans ce but, elles font une pâte lâche de farine, donnent aux beignets une forme quelconque et les font frire pas trop longtemps dans la poêle, un par un, puis les laissent égoutter dans une assiette. Elles mêlent parfois à la pâte, pour la relever, un ou deux œufs. Ces beignets sont plus savoureux que ceux achetés chez le marchand, et ils reviennent meilleur marché, ce qui convient quand on a une famille nombreuse".

250 g de farine
1,5 litre d'eau tiède
5 g de levure de bière
Une pincée de sel fin
Huile pour friture

1. Délayer la levure dans une cuillerée d'eau tiède.
2. Verser le sel dans la farine, ajouter le reste d'eau tiède et pétrir le tout ; incorporer la levure diluée. La pâte obtenue doit être bien élastique. La couvrir et laisser lever pendant une nuit.
3. Le lendemain, faire chauffer l'huile de friture, s'huiler les mains, prélever de petites boules de pâte de la grosseur d'un œuf, les étirer en les tournant (avec l'habitude, cela vient facilement, mais c'est important car le principal est le tour de main) pour obtenir la taille de beignet souhaitée.
4. Jeter dans l'huile bouillante, laisser cuire 2 à 3 minutes.
5. Le laisser égoutter dans un égouttoir ou sur des feuilles d'essuie-tout.
6. Servir bien chaud, tel quels le matin ou l'après-midi (après la sieste...) en accompagnant les beignets avec du sucre fin ou du sirop à mieller.

Ftira 🍞🍞🍞

Pour 10 beignets

500 gr de farine

Une cuillerée à café de sel

Un carreau de levure boulangère ou 2 paquets de levure en granulés.

1. Prendre un verre, mettre la levure, rajouter de l'eau tiède et laisser gonfler.
2. Prendre la farine, une casserole d'eau tiède, mettre la farine dans une jatte, se munir d'un batteur fouet pour les œufs et délicatement après avoir mis le sel dans la farine, incorporez peu à peu l'eau et le verre de levure tout en mixant au batteur.
3. La pâte est pétrie lentement et ce même geste, un peu d'eau, un peu de levure délayée, pétrir au robot pendant environ une demi-heure, jusqu'à ce que la pâte donne une souplesse une légèreté unique au toucher.
4. Une fois l'élasticité atteinte, mettre la pâte délicatement dans un saladier, couvrir et la laisser monter dans un endroit chaud.
5. Une demi-heure environ après la pâte atteint la surface du saladier et forme quelques cloques autour.
6. Prendre une coupelle, la remplir d'huile, s'enduire les mains, prendre des morceaux de pâte les poser sur une plaque huilée, en faire une boule de dix cm environ de diamètre.
7. Mettre dans une poêle profonde de l'huile, laisser chauffer.
8. Prélever la première boule effectuée, la poser sur la paume de la main face à l'envers, presser le milieu, l'aplatir, ensuite prendre celle-ci entre les doigts des deux mains et les rouler pour en faire un large cercle à bords épais (c'est toute une technique à apprendre), poser dans la poêle au bord qui est vers vous et faites glisser en face, avec deux cuillères on ramasse le beignet pour en faire un cercle et avec l'autre cuillère prélever de l'huile chaude et arrosez le beignet, le retournez dès qu'il est doré, sortir de la poêle retourné et le poser sur une face lisse à l'envers.
9. Ouf.

Bamboloni 🍩🍩🍩



Délicieux beignets Tunes, d'origine Italienne, honnêtement les meilleurs beignets que j'ai eu l'occasion de manger.

500 gr de farine tamisé
1 carré de levure fraîche
2 verres d'eau tiède
1 c à s de sucre fin
1 c à c rase de sel

1. Dans une bassine, mélanger la levure et l'eau, ajouter 2 c à s de farine et le sel.
2. Bien remuer la pâte qui doit être onctueuse, bien la travailler 5 mn puis ajoutez le reste de farine et mélanger de nouveau, la pâte doit être épaisse et collante (rectifier l'eau si nécessaire).
3. Couvrir et laisser reposer 2 h à 3 h.
4. Préparer un bol d'eau, mouiller la main, prendre la pâte, couper avec le pouce et l'index et former un trou tout en étirant la pâte.
5. Faire frire de chaque côté dans une huile chaude (mais non brûlante) : le beignet va gonfler et aura une jolie couleur dorée.
6. Déguster les beignets au sucre accompagnés d'un verre de thé ou d'orgeat bien frais.







Boulous

500 grammes de farine
250 grammes de sucre en poudre
3 œufs
Le zeste d'un quart d'orange
1/2 verre d'huile
75 grammes d'amandes
4 amandes amères
100 grammes de raisins de Corinthe
2 c. à s. d'eau de fleurs d'oranger
1 paquet de levure chimique
25 grammes de grains de sésame
Sel.

1. Faire griller légèrement les amandes dans une poêle posée sur feu vif. En mettre de côté une vingtaine et hacher grossièrement le reste dans la moulinette électrique.
2. Hacher également très fin le zeste d'orange. Allumer le four position maxi.
3. Mettre la farine et le sucre dans une cuvette, ajouter le zeste d'orange haché, la levure, deux pincées de sel, l'huile et l'eau de fleurs d'oranger.
4. Casser dessus trois œufs et malaxer. S'il le faut, ajouter un peu d'eau tiède pour obtenir une pâte assez souple.
5. La pétrir six minutes sur une planche en y incorporant en cours de travail les amandes hachées et les raisins de Corinthe.
6. Partager alors la pâte en deux et former deux pains allongés.
7. Saupoudrer la planche de grains de sésames ; rouler dessus les pains et les garnir d'amandes entières.
8. Huiler légèrement la plaque à four, la saupoudrer de farine, y disposer les deux pains et enfourner.
9. Après trois minutes, mettre à feu modéré (position cinq).
10. Faire cuire une demi-heure.
11. Retirer du four et laisser refroidir avant de servir en tranches.

Cassata siciliana

675 g de ricotta
Zestes d'une orange
2 sachets de sucre vanillé
75 ml de liqueur parfumée à l'orange
115 g de fruits confits
8 morceaux de génoise
60 ml de jus d'orange
Quelques fruits confits, pour décorer

1. Passer la ricotta au travers d'un chinois au-dessus d'une jatte.
2. Ajouter les zestes d'orange, le sucre vanillé et 1 c. à s. de liqueur.
3. Bien mélanger.
4. Disposer 1/3 de préparation dans un autre récipient.
5. Couvrir et placer au réfrigérateur.
6. Hacher finement les fruits confits et incorporer à la ricotta.
7. Le mélange obtenu doit être homogène.
8. Réserver pendant que vous préparez le moule à gâteau.
9. Tapisser le fond d'un moule à cake avec une feuille de papier sulfurisé.
10. Couper la génoise en deux dans l'épaisseur.
11. Placer quatre morceaux côte à côte au fond du récipient et les arroser chacun avec 1 c. à s. de liqueur et de jus d'orange.
12. Verser 1/3 de la préparation à la ricotta et aux fruits dans le moule.
13. Recouvrir avec quatre nouveaux morceaux de biscuit et arroser comme décrit précédemment.
14. Répéter les opérations précédentes jusqu'à ce qu'il ne reste plus d'ingrédients.
15. Finir avec une couche de génoise.
16. Couvrir d'une feuille de papier sulfurisé.
17. Découper un morceau de carton à la taille du moule et le disposer comme couvercle.
18. Poser des poids sur le gâteau et placer au réfrigérateur au moins 24 heures.
19. Pour servir, enlever les poids, le carton et la feuille de papier sulfurisé.
20. Passer un couteau le long des bords du moule pour décoller la préparation.
21. Retourner sur un plat de service.
22. Enlever le papier.
23. Napper le gâteau de la préparation à la ricotta qui a été réservée, puis décorer de fruits confits.
24. Servir très frais.

Ne soyez pas inquiet si le gâteau démoulé n'a pas une belle apparence, le nappage le transformera !

Cannoli 🍩🍩🍩

1kg de farine
150 g de de beurre
Huile
4 jaunes d'œufs
1 verre de vin rouge
1 pincée de sel
250 g de ricotta
250 ml de sucre vanillé

Si on veut : 30 g de chocolat noir râpé & 60 ml d'écorces confites oranges ou cerises mélangées)

1. Disposez la farine sur un plan de travail et creusez une fontaine au centre
2. Mettez le beurre, le sucre, le vin rouge et les œufs.
3. Pétrissez bien le tout afin d'obtenir une pâte assez consistante.
4. Faites reposer la pâte environ 1 heure.
5. Étalez-la avec le rouleau à pâtisserie en une abaisse fine dans laquelle vous couperez des disques de 10 cm de diamètre.
6. Enroulez ces disques de pâte sur des cylindres de bambou ou en fer blanc de 12 cm de long (que l'on trouve dans les magasins de Sicile, exprès pour cette recette), graissés avec l'huile.
7. Si vous n'avez pas cet ustensile (ts ts ts), il faut fabriquer 12 cylindres de 3x10 cm, façonnés avec des carrés en carton de 10x10 cm, enveloppés dans du papier aluminium et agrafés aux extrémités.
8. Chauffez une bonne quantité d'huile dans une friteuse et plongez-y les cylindres garnis de pâte que vous retirerez dès qu'ils seront dorés.
9. Faites refroidir sur du papier absorbant.
10. Enlevez la pâte des cylindres.
11. Préparez la crème de ricotta en fouettant la ricotta avec le sucre vanillé.
12. Lorsque le mélange devient léger, y ajouter le chocolat râpé avec les écorces coupées en morceaux.
13. Farcissez les croûtes avec la crème de ricotta.

Pour éviter que la crème ne ramollisse trop la pâte, il faut les garnir le plus tard possible. Si vous avez prévu une grande quantité, ne farcir que les canollis destinés à être consommés le jour même. On peut décorer en roulant les bords des cannoli au sortir de la friture dans du sucre mélangé à des pistaches écrasées. Selon les villes, la farce se pare de fruits confis, pistaches ou crème pâtissière. A Palerme, elle comporte du potiron et des oranges.

Nougat glacé light

Préparation : 25 min. Congélation : 12 h. Cuisson : 5 minutes

Pour 8 personnes

150 g de fruits secs mélangés (noisettes, amandes, pistaches...)

50 g de raisins secs

300 g de framboises surgelées

9 c.à s. de sucrose (Candérel)

Jus de 1/2 citron

25 cl de fleurette

100 g de miel

3 blancs d'œufs

1. Faites torréfier les fruits secs à la poêle. Concassez-les.
2. Montez les blancs en neige.
3. Dans une casserole, chauffez le miel à feu doux avec 4 c. à s. de sucrose et 3 c. à s. d'eau.
4. Cuisez jusqu'à 120 °C : de gros bouillons dorés apparaissent à la surface (pour une cuisson précise, utilisez une thermosonde).
5. Versez ce sirop sur les blancs en fouettant jusqu'à complet refroidissement.
6. Mélangez.
7. Montez la fleurette en chantilly, incorporez-la au mélange précédent avec fruits secs, raisins et 150 g de framboises encore surgelées.
8. Versez dans le moule à cake chemisé de film alimentaire, égalisez la surface et placez 12 h au congélateur.
9. Le coulis : mixez les framboises restantes avec le jus de citron et le reste de sucralose.
10. Sortez le nougat du congélateur, démoulez et présentez-le avec le coulis.

Sablés à la confiture



250 g de farine tamisée + 30 g pour étaler
125 g de beurre mou
125 g de sucre en poudre
1 œuf
1 petit pot de confiture de framboises (ou autre : abricot, fraise...)
2 cuil. à soupe de sucre glace
Sel

1. Préparez la pâte : versez le sucre et une pincée de sel dans une terrine.
2. Cassez l'œuf au centre, et travaillez le mélange au fouet jusqu'à ce qu'il mousse. Ajoutez la farine d'un seul coup, mélangez d'abord à la spatule, puis "sablez" la pâte entre les mains, en les frottant l'une contre l'autre.
3. Mettez le beurre dans la terrine, sur le "sable". Pétrissez rapidement du bout des doigts, jusqu'à ce que la pâte soit homogène.
4. Formez une boule, emballez-la dans du film plastique et laissez reposer au moins 3 h au frais.
5. Étalez la pâte sur un plan de travail fariné. Avec un emporte-pièce rond ou un verre retourné, découpez des disques de pâte.
6. À l'aide d'un emporte-pièce rond plus petit, découpez un petit disque dans la moitié des disques précédents.
7. Vous obtiendrez le même nombre de disques pleins et de disques évidés. Réservez les petits disques pour réaliser d'autres sablés.
8. 4. Préchauffez le four à th 6 (180°). Tartinez de confiture les grands disques pleins, puis posez par-dessus les disques évidés.
9. Disposez les sablés à la confiture sur la plaque du four tapissée de papier sulfurisé.
10. Enfournez pour environ une quinzaine de minutes de cuisson, jusqu'à ce que les sablés soient bien dorés.

Tarte Tatin aux poires 🍏🍏

Voici une variante aux poires de la fameuse tarte Tatin, ou tarte aux pommes renversée, dont la recette fut rendue célèbre par les deux sœurs Tatin, qui tenaient un restaurant dans le petit village de Lamotte-Beuvron, en Sologne.

Cette tarte est faite de poires bien caramélisées que recouvre une fine couche de pâte. Les fruits doivent être coupés en gros morceaux pour conserver à la tarte son caractère rustique.

90 g de beurre

7 à 8 poires à chair ferme (1,8 kg environ), pelées, épépinées et coupées en quartiers

100 g de sucre

1 pâte brisée

25 cl de crème fraîche, pour servir

1. Préchauffez le four à 220° C.
2. Faites fondre le beurre dans une cocotte (30 cm de profondeur) sur feu moyen.
3. Mettez-y les poires et le sucre.
4. Faites-les cuire pendant 20 minutes en les remuant de temps en temps délicatement pour les empêcher d'attacher.
5. Montez le feu et poursuivez la cuisson pendant encore 15 minutes jusqu'à ce que le sucre soit transformé en caramel.
6. La tarte sera plus jolie et bien meilleure si vous prenez le temps de laisser les fruits prendre une belle couleur brun doré.
7. Secouez la cocotte de temps en temps en surveillant pour éviter que les fruits ou le sucre ne brûlent.
8. Si vous n'avez pas de récipient assez grand pour faire cuire tous les fruits ensemble, utilisez deux sauteuses plus petites et répartissez-y les poires.
9. Empilez tout simplement les poires cuites dans un moule non beurré de 27 cm de diamètre en verre à feu ou un moule spécial à Tatin en cuivre étamé.
10. Abaissez la pâte brisée en un disque un peu plus grand que le moule.
11. Posez cette abaisse sur les poires et glissez les bords délicatement à l'intérieur du moule le long des bords.
12. Il n'est pas nécessaire de piquer la pâte.
13. Enfournez la tarte à mi-hauteur et faites cuire pendant 35 à 40 minutes jusqu'à ce que les poires grésillent et que la pâte soit bien dorée.
14. Sortez la tarte du four et posez aussitôt sur le moule un grand plat de service en le plaçant à l'envers.
15. Retournez le moule et donnez un petit coup sec sur le fond pour détacher les poires qui auraient pu rester collées.
16. Retirez délicatement le moule pour que la tarte prenne place doucement sur le plat.
17. Servez chaud ou à température ambiante, avec la crème fraîche à part dans une jatte.

Truffes au chocolat 🍫🍫

Pour une vingtaine de truffes environ
250 g de chocolat noir « à dessert » (60 % de cacao)
150 g de beurre
2 jaunes d'œufs
2 c. à s. de sucre glace cacao en poudre.

1. Casser le chocolat en morceaux.
2. Le faire fondre au bain-marie.
3. Couper le beurre en morceaux.
4. Fouetter les jaunes d'œufs à la fourchette.
5. Lorsque le chocolat est fondu, retirer la casserole du feu et remuer avec une cuillère en bois pour lui donner de l'onctuosité.
6. Incorporer le beurre, les jaunes d'œufs et le sucre glace.
7. Remuer jusqu'à obtention d'une crème épaisse et homogène.
8. Verser dans un saladier.
9. Quand la préparation est froide, réserver au réfrigérateur pendant 2 h jusqu'à ce que la pâte soit bien dure.
10. Verser le cacao dans une assiette.
11. Prélever une noisette de pâte avec une petite cuillère. Avec les doigts, façonner des boules de la taille d'une noisette et les rouler dans le cacao.
12. Déposer chaque truffe dans une caissette en papier de présentation.
13. Réserver au frais 1 h avant de servir.
14. Les sortir 15 mn avant la dégustation.

Quelques idées, comme ça :

- Au moment de le faire fondre, ajouter 1 c. à s. de café ou l'aromatiser avec 1 goutte d'alcool (rhum, whisky) lorsqu'il est fondu.
- Remplacer le cacao par des noisettes ou des amandes en poudre, de la noix de coco râpée, des pistaches grillées et concassées ou des vermicelles multicolores.
- Incorporer une noisette entière ou une pistache au cœur de la truffe.
- Remplacer le chocolat noir par du chocolat blanc et le cacao par de la noix de coco râpée.
- Râper 200 g de chocolat et verser dessus 15 cl de crème liquide portée à ébullition. Bien mélanger en remuant. Laisser refroidir et réfrigérer 15 mn avant de former les truffes.
- Pensez à verser une petite quantité d'eau dans la casserole du bain-marie, afin d'éviter les projections d'eau dans le chocolat. Ne remuez surtout pas le chocolat pendant sa cuisson, attendez qu'il soit complètement fondu. Autre méthode : la microonde, avec un fond d'eau pour que le chocolat ne brûle pas. Comptez 1 mn pour un four de 750 W.

Zlebia

125 g de farine
20 cl d'eau tiède
1/2 cuillère à soupe de levure de bière
1 cuillère à café de curcuma en poudre
5 g de sel

Pour le sirop :

500 g de sucre
1/4 de litre d'eau
1/2 citron

1. La pâte se prépare la veille : délayer la levure dans une cuillerée d'eau tiède puis la mélanger à toute l'eau tiède restante dans laquelle on aura préalablement délayé le curcuma.
2. Ajouter le sel, couvrir et laisser lever 6 à 8 h.
3. Incorporer la levure diluée.
4. Verser une partie de la pâte dans l'entonnoir que l'on tient à la main tout en bouchant du doigt le trou pratiqué lorsque l'huile est chaude.
5. Porter la main tenant l'ustensile au-dessus de la friteuse, lâcher le doigt et, avec un mouvement de la main, faire en sorte que la pâte, en s'écoulant dans l'huile, prenne la forme d'un Zlebia.
6. En faire 2 ou 3 dans la même friture, en passant rapidement de l'une à l'autre.
7. Sortir les Zlebia dès qu'ils deviennent blonds et les plonger immédiatement sans les égoutter dans le sirop de sucre chaud afin qu'ils s'imprègnent de sucre.

Croquants de Provence

Ces petits gâteaux secs aux amandes et au miel sont un grand classique de la pâtisserie provençale. Ils se conservent plusieurs semaines dans une boîte hermétique.

POUR 60 CROQUANTS ENVIRON

3 gros œufs
180 g de miel
200 g de sucre
1/2 c. à c. d'extrait de vanille 1/2 c. à c. d'extrait d'amande
2 c. à c. d'eau de fleurs d'oranger (facultatif)
Une pincée de sel
300 g d'amandes entières
300 à 335 g de farine

1. Préchauffez le four à 175 'C (thermostat 4/5).
2. Dans le bol mélangeur d'un robot électrique équipé d'un fouet, mélangez les œufs, le miel, le sucre, les extraits d'amande et de vanille, l'eau de fleurs d'oranger et le sel en fouettant à vitesse moyenne pendant 2 minutes jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
3. Incorporez les amandes avec une cuiller en bois, puis ajoutez lentement la farine, cuillerée par cuillerée, jusqu'à l'obtention d'une pâte molle.
4. Farinez-vous les mains abondamment et partagez la pâte en quatre portions. Elle doit être molle et collante.
5. Façonnez chaque portion de pâte en un boudin de 7 cm de large sur 2,5 cm de long.
6. Posez les boudins sur une plaque à pâtisserie.
7. Enfournez à mi-hauteur et faites cuire pendant 25 à 30 minutes jusqu'à ce que la pâte ait pris une légère couleur dorée uniforme.
8. Sortez la plaque du four et déposez les boudins sur une grille pour les faire refroidir pendant 10 minutes.
9. N'éteignez pas le four.
10. Posez les boudins l'un après l'autre sur une planche pour les découper en tranches diagonales de 1 cm d'épaisseur avec un couteau bien aiguisé.
11. Rangez les tranches debout sur la plaque à pâtisserie.
12. Remettez au four à mi-hauteur et poursuivez la cuisson pendant 10 à 15 minutes jusqu'à ce que les croquants soient bien dorés.
13. Sortez la plaque et faites refroidir sur une grille.
14. Une fois bien froids, mettez les croquants dans une boîte hermétique, où ils se conserveront sans problème pendant un mois.

Bugnes lyonnaises 🍩

Voici la recette des bugnes de Jacqueline. À faire sans modération...mais avec patience !!!

250 g de farine
70 g de beurre
2 œufs
10 g de sucre
1 pincée de sel
1 petit verre de rhum

1. Après avoir bien mélangé les ingrédients et bien malaxé la pâte, la laisser reposer en boule pendant 1 heure.
2. L'abaisser au rouleau (ou à la machine à pâte) aussi mince que possible.
3. La couper en rubans que l'on noue.
4. Faire frire à la grande friture.
5. Sucre au sucre glace.

Et voilà. Bon courage.

Granite 🍋🍋

2 beaux citrons
200 grammes de sucre en poudre
1 paquet de sucre vanillé
1 œuf

1. Laver et essuyer les citrons, les couper en deux et en extraire le maximum de jus avec un presse-citron.
2. Mettre ce jus dans une cuvette, ajouter un litre d'eau, le sucre et le sucre vanillé. Mélanger jusqu'à dissolution du sucre.
3. Verser ce liquide dans un bac à glace ou un moule à réfrigérateur et le placer dans le freezer.
4. Une heure plus tard, mettre un blanc d'œuf dans un bol et le battre en neige très ferme avec un batteur électrique.
5. Retirer le moule du réfrigérateur, ajouter peu à peu le blanc d'œuf battu et bien mélanger.
6. Remettre dans le freezer et laisser congeler deux heures. La glace est prête à être servie.

Recette simple

On attribue souvent la diffusion de la glace en Europe à Marco polo, qui l'aurait découverte en Chine, mais les Italiens connaissaient déjà cette douceur à l'époque de Néron. Ce dernier dégustait des sorbets à base de fruits écrasés dans du miel et mélangés à de la neige qu'il faisait livrer à Rome depuis les Alpes.

400gr de glaçons,
100gr de jus de citron,
100gr d'eau,
120gr de sucre.

1. Versez dans le mixeur le jus de citron et le sucre et mixez bien le tout pendant 1 minute.
2. Ajouter les glaçons et l'eau et mixer de nouveau le tout.
3. Si la granite est trop liquide ajouter des glaçons.
4. Si elle est trop épaisse ajouter de l'eau.

Voilà la granite au citron est prête à être servie.

Macarons

125 g d'amandes en poudre

250 g de sucre

3 blancs d'œufs

1. Mélanger les amandes et le sucre
2. Ajouter peu à peu les blancs d'œufs
3. Travailler afin de rendre le mélange onctueux
4. Disposer une feuille de papier sulfurisée sur la plaque du four.
5. Disposer de petits tas de pâte sur le papier et les aplatir avec un pinceau trempé dans l'eau.
6. Faire cuire 15 minutes à four moyen.
7. Pour décoller les gâteaux du papier, faire glisser celui-ci sur une plaque mouillée.

Crème aux noisettes (*Bellouza*)

Recette du restaurant Dar Lella, à Hammamet

POUR 6 PERSONNES

150 g de noisettes décortiquées

20 g de noisettes hachées

1 litre de lait

3 c. à s. de Maïzena

200 g de sucre

1. Griller les noisettes au four puis les mixer finement, afin d'obtenir une pâte.
2. Délayer cette pâte dans le lait.
3. Ajouter ensuite la Maïzena.
4. Mélanger.
5. Passer le mélange au tamis, puis ajouter le sucre.
6. Faire cuire à feu moyen sans cesser de tourner, jusqu'à ébullition. Le mélange doit être onctueux, mais pas trop épais.
7. Répartir dans des coupes et garnir de noisettes hachées.
8. Servir plutôt chaud en hiver, et bien frais l'été.

Boisson conseillée : Thibarine, ou thé aux pignons.

Crème aux pignons de pin (*Acidet zgougou*)

Recette du restaurant Le Golfe, à Sousse.

500 g de pignons de pins
350 g de farine tamisée
250 g de sucre en poudre
1,5 litre d'eau

FINITION

25 cl de crème pâtissière
Eau de rose ou de géranium
2 c. à s. de pistaches
2 c. à s. de pignons

1. Mixer les pignons avec l'eau.
2. Chauffer le mélange à feu doux.
3. Ajouter la farine, puis le sucre.
4. Laisser cuire, en tournant sans cesse le mélange à l'aide d'une spatule durant 15 mn, puis remuer de façon à écraser les grumeaux en ramenant la pâte vers soi contre la paroi du récipient, jusqu'à consistance d'une crème épaisse et onctueuse.
5. Répartir dans des bols et laisser reposer au moins 2 heures, jusqu'à solidification de la crème.
6. Préparer une crème pâtissière fluide, parfumée de quelques gouttes d'eau de géranium ou d'eau de rose, et en napper l'acida.
7. Garnir avec des pistaches et des pignons entiers ou broyés.
8. Servir chaud ou froid.
9. L'acida se conserve un mois au réfrigérateur, à 4° C.

Boisson conseillée : thé aux pignons.

Crème aux pistaches (*Tarayoune*)

200 g de farine
300 g de sucre
4 jaunes d'œufs
50 cl de lait
100 g de pistaches moulues

1. Délayer la farine dans le lait.
2. Y ajouter 250 g de sucre et faire cuire à feu moyen en tournant constamment afin d'obtenir une bouillie épaisse.
3. A ébullition, retirer du feu.
4. Fabriquer un cylindre du diamètre d'une assiette à gâteau, à l'aide d'une bande de carton de 5 cm de large.
5. Le placer sur une assiette et verser la bouillie à l'intérieur.
6. Recouvrir de pistaches moulues.
7. Battre les jaunes d'œufs avec le restant de sucre jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux.
8. En recouvrir les pistaches moulues.
9. Cuire au four à basse température, durant 1 h 30.
10. Laisser refroidir et retirer délicatement le carton.
11. On obtient ainsi un gâteau formé de trois couches de couleurs différentes.
12. On peut aussi incorporer à la bouillie au sortir du feu les 4 blancs d'œufs battus en neige.

Boisson conseillée : Sidi Raïs ou muscadet sec.

Feuilletés aux amandes à la crème

POUR 6 PERSONNES

12 feuilles de brik
100 g d'amandes broyées
3 c. à s. de poudre de pistaches
Sirop de sucre
50 g de beurre
Huile

POUR LA CRÈME

4 c. à s. de Maïzena
1 litre de lait
4 jaunes d'œufs 150 g de sucre
2 c. à s. d'eau de rose

1. Au pinceau, enduire les feuilles de brik de beurre fondu.
2. Les couper en deux.
3. Farcir chaque demi-feuille d'une cuillère à soupe d'amandes broyées.
4. Rouler en forme de petit cigare.
5. Dorer ces rouleaux dans l'huile chaude.
6. Les tremper dans le sirop de sucre, puis les égoutter et les répartir dans des coupes individuelles.
7. Pour la crème : délayer la Maïzena dans le lait, puis filtrer le mélange.
8. Ajouter 150 g de sucre.
9. Faire cuire à feu moyen en tournant constamment, 8 à 10 minutes.
10. Lorsque la préparation épaissit, la sortir du feu et ajouter l'eau de rosé, puis les jaunes d'œufs battus.
11. Verser la crème dans les coupes.
12. Saupoudrer de poudre de pistaches et servir frais.

Pain perdu à la vanille

Pour 4 personnes
Temps de préparation :10 minutes
Temps de cuisson :10 minutes
Temps de repos/attente :1 heure

4 tranches de pain de campagne rassis de 2 cm d'épaisseur
50 cl de lait entier
2 œufs
150 g de sucre en poudre
50 g de beurre
1 gousse de vanille
2 cuil. à soupe de rhum
Sucre glace pour le décor

1. Fendez la gousse de vanille dans sa longueur, grattez les graines noires qu'elle contient au-dessus d'une casserole. Versez le lait, ajoutez la gousse et portez à ébullition. Laissez tiédir.
2. Dans une jatte, battez à la fourchette les œufs, le sucre en poudre et le rhum. Versez le lait petit à petit (ôtez la gousse), toujours en remuant.
3. Disposez les tranches de pain dans un grand plat creux, arrosez-les de la préparation au lait et laissez-les s'imprégner 1 h en les retournant une ou deux fois.
4. Passé ce temps, égouttez les tranches de pain. Faites chauffer le beurre dans une grande poêle et mettez-y le pain à dorer pendant 3 à 4 min de chaque côté. Si votre poêle n'est pas assez grande, procédez en deux fois.
5. Égouttez les tranches de pain dorées, répartissez dans des assiettes à dessert, saupoudrez de sucre glace et servez aussitôt.
6. Vous pouvez servir le pain perdu avec de la glace à la vanille, une sauce au chocolat ou un coulis de fruits rouges.

Petits pots de crème au citron



Un jeu d'enfant ! Chauds, tièdes ou froids, et même les préparer la veille !

Nombre de personnes 4
Temps de préparation 20 minutes
Temps de cuisson 20 minutes

4 œufs
200 g de sucre
15 cl de jus de citron
12,5 cl de crème liquide
1 morceau d'écorce d'orange confite

1. Préchauffez le four à th 5 (150°) et installez dedans un plat à demi rempli d'eau pour avoir un bain-marie prêt.
2. Cassez les œufs dans un saladier, ajoutez le sucre et mélangez au fouet à main, sans trop faire mousser. Sans cesser de mélanger, ajoutez le jus de citron et la crème.
3. Lorsque le mélange est homogène, répartissez-le dans des ramequins (ou des tasses en porcelaine).
4. Posez les ramequins dans le bain-marie, enfournez et comptez 15 à 20 min de cuisson. La crème doit être prise mais rester très souple. Sortez les ramequins du four et du bain-marie et laissez refroidir.
5. Servez les crèmes telles quelles, à température ambiante, ou fraîches, après les avoir placées quelques heures au réfrigérateur (elles peuvent très bien être préparées la veille).
6. Au dernier moment, décorez les petits pots de crème avec de fines lamelles (aiguillettes) d'orange confite.

Crème brûlée



La crème brûlée dépend essentiellement de la qualité des ingrédients : des œufs extra-frais, de la crème supérieure et de la véritable vanille.
Une cuisson attentive est indispensable.

Temps de préparation : 10 minutes Temps de cuisson : 1 h15

12 jaunes d'œufs
50 cl de lait entier
50 cl de crème liquide
2 gousses de vanille
120 g de sucre
Pour caraméliser : 160 g de sucre

1. Préchauffez le four à th. 3 (90°).
2. Fendez les gousses de vanille en deux dans la longueur. Avec la pointe d'un couteau, grattez les graines noires qu'elles contiennent et mettez-les dans une jatte (conservez les gousses pour aromatiser du sucre par exemple).
3. Incorporez les jaunes d'œufs, le sucre, le lait et la crème dans la jatte et mélangez bien au fouet à main, sans faire mousser.
4. Filtrez la préparation au travers d'une passoire fine et répartissez-la dans des ramequins plats après les avoir passés sous l'eau froide sans les essuyer. L'épaisseur de la crème doit être d'environ 1,5 cm.
5. Placez les ramequins dans un plat à four à demi rempli d'eau.
6. Faites-les cuire 1 h 15 au bain-marie dans le four, laissez-les refroidir puis réservez au moins 6 h au réfrigérateur.
7. Au moment de servir saupoudrez-les de sucre et faites-les caraméliser.
8. Servez aussitôt.

La traditionnelle crème catalane



1 œuf + 2 jaunes
60 cl de lait entier
Le zeste râpé de 1/2 citron
Une étoile de badiane
1 gousse de vanille
2 pincées de cannelle en poudre
30 g de Maïzena
100 g de sucre en poudre
1 cuil. à soupe de cassonade

1. Portez à ébullition 50 cl de lait.
2. Hors du feu, faites-y infuser pendant 15 minutes l'étoile de badiane, la cannelle et les graines contenues dans la gousse de vanille.
3. Filtrez le lait et ajoutez le zeste de citron. Réservez.
4. Dans un saladier, fouettez les jaunes, l'œuf entier, le sucre en poudre, la Maïzena et le reste de lait froid.
5. Ajoutez le lait infusé en filet, puis reversez le tout dans la casserole.
6. Faites chauffer le tout à feu doux, en mélangeant sans cesse, pendant 6 à 8 minutes, jusqu'à ce que le mélange épaississe.
7. Versez dans 6 petits plats à crème brûlée et laissez refroidir 1 heure au réfrigérateur.
8. Au moment de servir, préchauffez le gril du four pendant 10 minutes.
9. Saupoudrez les crèmes de cassonade, puis enfournez-les et laissez-les cuire, en les surveillant attentivement, jusqu'à ce qu'un caramel croustillant se forme en surface.
10. Servez immédiatement.

Tiramisù

3 c. à s. de café noir très fort
1 cuillerée à soupe de cognac
3 gros jaunes d'œufs, blancs et jaunes séparés, à température ambiante
100 g de sucre vanillé
250 g de mascarpone, à température ambiante
24 biscuits à la cuillère ou savoiardi
30 g de chocolat noir amer

1. Mélangez dans un bol le cognac et le café. Réservez.
2. Dans le bol mélangeur d'un mixer équipé d'un fouet, montez les blancs en neige ferme. Réservez.
3. Lavez le bol et le fouet.
4. Fouettez ensuite les jaunes d'œufs avec le sucre vanillé pendant 2 minutes jusqu'à consistance mousseuse et jaune pâle.
5. Ajoutez le mascarpone et mélangez encore une fois en fouettant.
6. Avec une spatule, incorporez les blancs d'œufs en neige dans ce mélange.
7. Rangez une couche de 12 biscuits (deux rangées parallèles de 6) dans le fond d'un plat carré de 25 cm de côté.
8. Imbibez les biscuits du mélange café-cognac en vous servant d'un pinceau à pâtisserie.
9. Étalez la moitié de la crème au mascarpone sur les biscuits et ajoutez dessus la moitié du chocolat râpé.
10. Remettez une seconde couche de biscuits, imbibe-les à nouveau et étalez le reste de crème au mascarpone.
11. Réservez le reste de chocolat râpé pour l'ajouter au moment de servir.
12. Couvrez le tiramisù et mettez-le au réfrigérateur pendant au moins 3 heures pour permettre à la crème de se raffermir légèrement et aux biscuits d'absorber le parfum dont ils sont imbibés. (Vous pouvez d'ailleurs préparer le tiramisù la veille du jour où vous le servez.)
13. Pour servir, découpez le tiramisù en portions rectangulaires et posez-les sur des assiettes à dessert très froides.
14. Saupoudrez du reste de chocolat râpé et servez aussitôt.

Caques (Kaka bel socor)

Pour 60 caques

150 g de semoule fine
350 g de farine
150 g de sucre en poudre
1 sachet de levure chimique
1 pincée de sel
1 orange 1/2
10 cl d'huile d'arachide
15 cl d'eau
Farine

1. Préchauffer le four (180 °C, th. 6).
2. Dans un grand saladier, verser la semoule, la farine, le sucre, la levure et le sel. Râper le zeste d'une demi-orange et verser le jus d'une orange et demie. Ajouter l'huile, l'eau et bien mélanger.
3. Fariner la plaque du four.
4. Comme avec de la pâte à modeler, prendre des morceaux de pâte et les rouler du plat de la main sur le plan de travail.
5. Faire des boudins d'1 bon cm d'épaisseur que l'on coupe tous les 10 cm. Les poser sur la plaque farinée en les espaçant sur la largeur. Ils vont presque doubler d'épaisseur, pas de longueur.
6. Les enfourner pour 20 à 30 min. Ils doivent être dorés mais assez clairs.
7. Sortir la plaque et passer une lame de couteau sous chaque gâteau, ceci afin de les décoller avant qu'ils ne durcissent et risquent de se casser. Les laisser refroidir sur la plaque et les ranger dans une boîte en fer.

Si l'on remplace l'eau par un volume égal d'œuf, on obtient des caques plus riches mais à la consistance moins sablée. Dans ce cas, supprimer la semoule et utiliser 500 g de farine.

Manicotti ou debla

200 g de farine
2 œufs entiers
1 blanc d'œuf
1 pincée de sucre en poudre
1 pincée de sel Huile d'arachide (friture)
1/2 bocal de sirop à mieller

LA PÂTE

Mélanger la farine, le sel, le sucre et ajouter les œufs entiers, la pétrir une dizaine de minutes.

L'étaler très finement au rouleau à pâtisserie, elle est presque transparente.

Découper des bandes de 4 cm de large sur 30 cm de long à l'aide d'une roulette.

Faire chauffer le bain de friture et préparer un bol avec un blanc d'œuf.

LE FAÇONNAGE

Tenir sa main gauche verticalement, paume devant soi, en écartant légèrement les doigts. Faire une sorte de rosace : enrrouler une bande de pâte autour de l'index, puis refaire un tour en incluant le majeur puis un troisième avec l'auriculaire.

Vous avez bien fait 3 tours, la pâte est revenue au point de départ. La coller avec un peu de blanc d'œuf.

LA FRITURE

Glisser une fourchette au centre de la debla, pour l'attraper. La plonger dans la friture, redresser la fourchette, position debout, et remuer légèrement la fourchette en petits mouvements circulaires comme si on voulait mélanger quelque chose.

La rosace se forme et cuit instantanément.

Elle est à peine dorée qu'il faut la retirer à l'écumoire et l'égoutter sur du papier absorbant. À manipuler avec délicatesse car la pâte est très friable.

Recommencer la même opération jusqu'à épuisement des bandes de pâte.

LE MIEL

Faire bouillir le miel.

Plonger délicatement les manicotis dans le miel, les retirer à l'écumoire et les disposer sur le plat de service.

Si l'on aime le goût du sésame, ajouter 1 c. à s. de graines de sésame dans la pâte, c'est une pure merveille.

On peut utiliser une casserole si l'on ne dispose pas d'une bassine à frire.

Ne pas coller la pâte à l'eau, cette partie-là serait ensuite très dure.

Thé aux pignons

Le thé aux pignons peut se préparer avec des feuilles de thé vert (thé non fermenté) ou de thé noir (appelé thé rouge en Tunisie).

Le thé est prêt lorsqu'il perd son goût amer.

Les pignons sont meilleurs s'ils sont grillés légèrement sur un feu très doux, mais ils peuvent aussi être servi naturels.

80 cl d'eau

3 c à c de feuilles de thé vert séchées

1 poignée de feuilles de menthe verte fraîche ou séchée

7 c à c de sucre (plus ou moins selon votre goût)

Des pignons pour servir le thé.

1. Dans une théière, porter l'eau à ébullition.
2. Rincer le thé avec un peu d'eau bouillante.
3. Ajouter le thé vert et le sucre dans la théière puis laisser cuire à découvert sur feu doux pendant 5 minutes (laisser une petite cuillère dans la théière pour que le thé ne déborde pas).
4. Eteindre le feu et ajouter la menthe pour infusion pendant 5 minutes.
5. Servir le thé en ajoutant 1 cuillerée de pignons dans chaque tasse.

Lait caillé

Un litre de lait
Présure
Crème fraîche
Sucre en poudre

1. Faire tiédir le lait dans une casserole (il faut surveiller attentivement cette opération, le lait devant être à peine chaud).
2. Ajouter alors de la présure (on peut l'acheter en pharmacie, où vous sera indiquée la quantité à utiliser).
3. Mélanger soigneusement.
4. Laisser cailler pendant environ 1 heure dans un endroit tiède.
5. Prélever alors le lait à l'aide d'une louche.
6. Le mettre dans un chinois posé sur un saladier.
7. Mettre à reposer dans le réfrigérateur.
8. Laisser le petit lait s'écouler dans le saladier jusqu'à ce que le lait caillé ait la consistance à votre goût.
9. Servir frais, accompagné, à part, de crème fraîche et de sucre en poudre.

Sirop à mieller

Les quantités indiquées ci-après sont suffisantes pour enrober une cinquantaine de petits gâteaux.

500 g de sucre en poudre
3 c. à s. de miel
1 sachet de sucre vanillé
1/2 citron
1 zeste d'orange
1/2 c. à c. d'amidon en poudre
35 cl d'eau

1. Verser 20 cl d'eau dans une casserole. Ajouter le sucre en poudre, le sucre vanillé, le jus du citron, le zeste d'orange.
2. Porter sur feu vif.
3. Aux premiers bouillons, passer sur feu modéré et laisser cuire pendant une vingtaine de minutes.
4. Ajouter alors le miel et 10 cl d'eau. Bien mélanger, et laisser cuire, toujours sur feu modéré, pendant 10 à 15 minutes.
5. Délayer l'amidon dans un peu d'eau. Verser le mélange dans la casserole. Prolonger la cuisson pendant 10 minutes puis passer sur feu très doux.
6. Retirer du feu au bout de 4 à 5 minutes.

Gâteau au miel

150 g de farine
2 œufs
100 g de sucre en poudre
5 c. à s. de miel
Un sachet de levure chimique
Une cuillerée à soupe de sucre glace
30 g de beurre
1 c. à s. de pignons de pin

1. Dans une terrine, verser le sucre en poudre. Casser les œufs. Battre au fouet électrique pour obtenir un mélange mousseux blanchâtre.
2. Ajouter alors le miel et bien mélanger à la cuillère.
3. Préchauffer le four à thermostat 6.
4. À part, mélanger la farine et la levure.
5. Incorporer peu à peu dans la pâte en mélangeant sans arrêt à l'aide de la cuillère en bois jusqu'à obtenir une préparation lisse et homogène.
6. Verser dans un moule a manqué préalablement beurré.
7. Mettre au four et laisser cuire pendant une quarantaine de minutes. Si le gâteau prend couleur trop rapidement, poser par-dessus une feuille de papier aluminium et la retirer 3 ou 4 minutes avant la fin de la cuisson.
8. Laisser refroidir. Démouler sur un plat de service.
9. Saupoudrer de sucre glace. Décorer avec les pignons de pin.
10. Servir.

Chocolat chaud à l'italienne

250 ml de lait entier
60 g de chocolat noir de bonne qualité
10 g cacao amer en poudre
10 g de fécule de maïs
10 g sucre roux (facultatif et surtout à réguler selon votre goût)

11. Verser le lait dans une casserole.
12. Ajouter la fécule de maïs et le cacao amer tamisés.
13. Bien fouetter.
14. Commencer à faire cuire doucement en remuant régulièrement.
15. Pendant ce temps, faire fondre le chocolat au bain marie.
16. Lorsqu'il est fondu, l'ajouter au lait chaud.
17. Bien mélanger pour obtenir une préparation homogène et laisser épaissir (il faudra compter en tout entre 6 - 8 minutes).
18. Sucrez et servir immédiatement.

Loukoums

250 g de sucre glace
40 g d'amidon de blé dur
60 cl d'eau
210 g de sucre
1 c. à s. d'eau de rose
50 g de pignons de pin
Huile d'arachide

1. Délayer l'amidon et le sucre glace dans l'eau.
2. Mettre dans une casserole en cuivre alimentaire et porter sur feu vif sans cesser de remuer à l'aide d'une spatule en bois.
3. Aux premiers bouillons, passer sur feu doux sans cesser de remuer en veillant à ce que le fond n'accroche pas.
4. Dès que la pâte se roule en boule brillante et prend une consistance élastique et qu'elle ne dégage plus de vapeur, la cuisson est terminée.
5. Ajouter à ce moment l'eau de rosé et les pignons de pin.
6. Sortir du feu. Verser dans un plat légèrement huilé. Laisser reposer vingt-quatre heures.
7. Couper en cubes de 2 cm de côté environ.
8. Rouler chacun de ces cubes dans du sucre glace.

Yoyos

Pour 30 yoyos

300 à 350 g de farine
3 c. à s. de sucre en poudre
1 pincée de sel
2 sachets de sucre vanillé
2 sachets de levure chimique
3 œufs
3 c. à s. d'huile d'arachide
2 c. à s. d'eau de fleur d'oranger (facultatif)
Huile d'arachide (friture)
1/2 bocal de sirop à mieller

1. Mélanger tous les éléments jusqu'à obtenir une boule de pâte souple, ni trop dure ni trop molle. Laisser reposer au moins 30 min.
2. Prendre des petits morceaux de pâte et les rouler du plat de la main sur un plan de travail comme de la pâte à modeler. Façonner des boudins d'1 cm d'épaisseur, puis couper des morceaux de 10 cm de longueur.
3. On fait une boucle de chaque boudin en forme de bracelet, et l'on colle les deux extrémités en les pressant l'une contre l'autre.
4. Chauffer l'huile 5 min à feu fort, puis garder un feu moyen pour la friture.
5. Frire les yoyos 4 par 4. Ils vont gonfler en cuisant et ne doivent pas se gêner. Lorsqu'ils sont bien dorés, les retirer à l'écumoire. Les poser dans une passoire à pieds.
6. Faire bouillir le sirop à mieller et y plonger les yoyos juste après la friture. Les superposer en pyramide.

Les astuces

Préférer un zeste d'orange ou de citron à l'eau de fleur d'oranger.

Plus gonflés : Remplacer les 2 sachets de levure par 1/2 cuillerées à café de bicarbonate de soude. Attention ! Ils vont boire un peu plus d'huile.

Autre façonnage. On étale la pâte au rouleau sur 1/2 cm d'épaisseur. À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un verre, on découpe de petits cercles. On enfonce un dé au centre pour faire un trou.

Au sucre. Ils sont frits de la même façon, passés ensuite dans un sirop à mieller un peu plus liquide, puis roulés dans le sucre. On range alors les yoyos dans une boîte en fer en glissant une feuille de papier absorbant entre chaque couche de gâteaux.

Brioche à la fleur d'oranger

Pour 8 personnes

Préparation : 20 mn. Cuisson : 30 mn

100 g de beurre

300 g de farine

50 g de sucre

Un sachet de levure de boulangerie

Un jaune d'œuf

Une c. à s. d'arôme fleur d'oranger.

1. Réduisez en pommade 100 g de beurre mou.
2. Dans une terrine, mettez 300 g de farine.
3. Ajoutez une pincée de sel, 50 g de sucre et un sachet de levure de boulangerie.
4. Ajoutez 2 œufs, 10 cl de lait tiède et 1 c. à s. d'arôme fleur d'oranger.
5. Pétrissez la pâte, couvrez-la d'un torchon et laissez-la gonfler dans un endroit tiède pendant une heure.
6. Au bout de ce temps, travaillez la pâte comme la première fois.
7. Versez la pâte dans un moule à brioche beurré, puis laissez-la à nouveau lever 1 h.
8. Avant cuisson, nappez votre pâte avec un jaune d'œuf battu mélangé à une c. à s. d'arôme fleur d'oranger.
9. Faites cuire votre broche à four préchauffé th.7 (210°C) pendant 30 mn.

Sorbet au citron vert et au miel

Préparation : 20 min Cuisson : 15 min Réfrigération : 5 h

35 cl de jus de citron vert
200 g de sucre semoule
100 g de miel liquide
60 cl d'eau minérale
2 blancs d'œufs
100 g de sucre glace

1. Versez le sucre semoule, le jus de citron, le miel et l'eau dans une casserole, portez à ébullition en mélangeant jusqu'à ce que le sucre fonde complètement.
2. Baissez le feu et laissez cuire 10 min à tous petits bouillons.
3. Retirez du feu et laissez refroidir.
4. Versez dans un plat et faites prendre au congélateur en remuant régulièrement à la fourchette.
5. Pendant ce temps, montez les blancs en neige très ferme. Quand ils sont bien durs, ajoutez le sucre glace en continuant à fouetter.
6. Dès que le sorbet commence à prendre, incorporez-lui les blancs en neige puis remettez au congélateur.
7. Sortez-le environ 30 min avant de le servir de manière à ce qu'il soit moelleux.
8. Servez le sorbet dans des citrons verts évidés de leur pulpe.

Galette à la frangipane

Préparation : 25 min Cuisson : 35 min

500 g de pâte feuilletée pur beurre
100 g de sucre en poudre
125 g de poudre d'amandes
50 g de beurre
6 jaunes d'œufs
2 c. à s. de farine
40 cl de lait
1 c. à s. de sucre glace
30 g de fruits confits.

1. Préparez la crème frangipane : fouettez 5 jaunes d'œufs avec le sucre.
2. Incorporez la farine, puis le lait chaud, en fouettant.
3. Faites épaissir sur feu doux en remuant puis, hors du feu, incorporez la poudre d'amandes et le beurre.
4. Étalez la pâte feuilletée en deux disques de même taille de 4 mm d'épaisseur.
5. Étendez la frangipane sur un des deux disques de pâte jusqu'à 2 cm des bords.
6. Couvrez avec le second disque, puis soudez les bords humectés d'eau.
7. Striez la surface avec la pointe d'un couteau, badigeonnez-la avec le dernier jaune d'œuf délayé dans un peu d'eau.
8. Réservez 15 min au réfrigérateur.
9. Préchauffez le four sur th. 1 (210 °C).
10. Enfournez la galette, laissez-la cuire 10 min, baissez le thermostat à 6 (180 °C) et poursuivez la cuisson pendant 20 min.
11. Laissez tiédir.
12. Pour servir, saupoudrez la galette avec le sucre glace et décorez-la avec les fruits confits.

Meringues Tunisiennes



4 blancs d`œufs
225 g de sucre en poudre
4 c à s de sucre glace
1 cc de jus de citron
2 cc de maïzena

1. Préchauffer le four à 120 degrés - th 4.
2. Mélanger les 2 sucres et mettre de côté.
3. Dans le mélangeur du robot ou dans une jatte, mettre les blancs d`œufs, le jus de citron, et la maïzena.
4. Fouetter le tout pendant 5 bonnes minutes ou jusqu`à ce que les blancs soient très fermes.
5. Baisser ensuite la vitesse du batteur et verser doucement le mélange des 2 sucres.
6. Battre encore 3 mn à vitesse moyenne. On doit obtenir un mélange lisse et brillant.
7. Remplir une poche a douille cannelée et former des petits tas sur une feuille de papier cuisson.
8. Enfourner pendant 1 heure, éteindre le four et laisser à l`intérieur du four sans ouvrir la porte encore une heure.
9. Décoller et conserver dans une boîte hermétique métallique ou non.

Se congèle très bien.

Nougatine

Préparation : 30 min Cuisson : 10 min

350 g de sucre semoule raffiné
300 g d'amandes non mondées
2 c. à c. de jus de citron.

1. Hachez les amandes à l'aide d'un grand couteau de cuisine à lame épaisse.
2. Faites-les sécher pendant quelques minutes dans une poêle en remuant sans cesse à la cuillère en bois.
3. Dans une casserole épaisse, versez le sucre et le jus de citron.
4. Faites chauffer sur feu très doux en remuant sans arrêt jusqu'à ce que le sucre soit fondu.
5. Dès qu'il est devenu d'un blond clair homogène, retirez du feu, puis ajoutez d'un seul coup les amandes encore chaudes.
6. Mélangez jusqu'à ce que la masse devienne moins liquide.
7. Coulez la nougatine sur une surface huilée (marbre ou tôle à pâtisserie), et travaillez-la en ramenant les bords vers le centre avec un couteau à grande lame huilé.
8. Travaillez-la à la main dès qu'elle devient moins chaude pendant encore quelques minutes.
9. Étalez la nougatine avec un rouleau huilé sur 1/2 cm d'épaisseur environ et découpez des losanges réguliers avec des ciseaux huilés.
10. Laissez refroidir complètement.
11. Si vous préparez la nougatine plusieurs jours à l'avance, conservez les losanges dans un endroit sec, dans une boîte hermétique.

Vous pouvez utiliser des amandes mondées mais leur parfum sera plus prononcé si elles ne le sont pas.

Tarte aux figues

Cuisson : 30 minutes Préparation : 30 minutes

1 pâte à tarte feuilletée
10 figues
60 g de sucre
3 œufs
2 verres de lait
1 cuillère à soupe de farine
1 gousse de vanille
1 noix de beurre

1. Préchauffez votre four thermostat 7 (210°C).
2. Déroulez dans votre moule votre pâte à tarte.
3. Piquez le fond avec une fourchette.
4. Faites une cuisson à blanc de votre pâte.
5. Dans une casserole, faites bouillir le lait et la vanille.
6. Dans un saladier, mélangez 2 œufs et la farine puis ajoutez le lait vanillé.
7. Mettez la préparation sur feu moyen et laissez épaissir.
8. Hors du feu, ajoutez le troisième œuf et le beurre.
9. Laissez refroidir puis versez la préparation sur le fond de tarte.
10. Coupez les figues en deux et les disposez dessus.
11. Saupoudrez de sucre et faites cuire la tarte 20 minutes.
12. Servez tiède ou froid.

Tarte aux noix de pécan

Pour une tarte de 20 cm

Pour la pâte

115 g de farine
50 g de beurre coupé en dés
25 g de sucre en poudre
1 jaune d'œuf

Pour la garniture

5 c. à s. de sirop d'érable
50 g de cassonade
50 g de beurre
3 œufs légèrement battus
1/2 c. à c. d'extrait de vanille
150 g de noix de pécan
Crème fraîche ou glace, pour servir

1. Placer la farine dans un saladier et ajouter le beurre.
2. Bien mélanger avec les doigts jusqu'à obtention d'une pâte sablée.
3. Verser le jaune d'œuf, le sucre et 2 c. à s. d'eau froide.
4. Pétrir la pâte sur une surface farinée pour qu'elle soit homogène.
5. Étaler la pâte et l'abaisser dans un moule de 20 cm à fond amovible.
6. Piquer le fond de tarte, puis déposer une feuille de papier sulfurisé et des haricots blancs secs.
7. Placer au réfrigérateur 30 minutes. Préchauffer le four à 200° C.
8. Enfourner 10 minutes.
9. Retirer la feuille de papier et les haricots.
10. Réduire la température du four à 180° C.
11. Pendant ce temps, chauffer le sirop d'érable, le sucre et le beurre jusqu'à obtention d'un sirop.
12. Mélanger les œufs et l'extrait de vanille, puis incorporer les noix de pécan.
13. Garnir la tarte et enfourner 35 à 40 minutes.
14. Servir avec de la crème ou de la glace.

Semifreddo au sabayon et nougat (Semifreddo allo zabaione e torrone)

Préparation 30 minutes Congélation 6 heures.

4 jaunes d'œufs
100 g de sucre en poudre
20 cl de marsala
50 cl de crème fleurette froide
200 g de torrone (nougat) aux amandes
100 g de chocolat amer

1. Hachez grossièrement le nougat et le chocolat.
2. Préparez le sabayon avec les jaunes d'œufs, le sucre et le marsala.
3. Laissez refroidir.
4. Fouettez la crème avant de la mélanger avec le sabayon.
5. Huilez un grand moule (ou 10 petits moules) et tapissez-le de film alimentaire.
6. Étalez au fond un tiers du nougat et du chocolat puis versez la moitié de la crème au sabayon.
7. Recommencez une fois.
8. Terminez par le chocolat et le nougat.
9. Congelez au moins 6 heures.
10. Sortez le semifreddo 10 à 15 minutes à température ambiante puis passez vite le moule sous un filet d'eau chaude.
11. Démoulez sur un plat.

En été, essayez le semifreddo aux fruits rouges : mélangez le sabayon avec 400 g de fruits rouges mixés et 50 cl de crème fouettée. Faites prendre au congélateur et servez avec des fruits rouges et du coulis (mixez les fruits avec du jus de citron et du sucre).

Sabayon (Zabaione)

6 jaunes d'œufs
100 g de sucre en poudre
15 cl de marsala sec

1. Mélangez les jaunes d'œufs, le sucre et le vin dans un récipient.
2. Placez sur une casserole d'eau frémissante (elle ne doit pas bouillir) et fouettez la crème 10 minutes environ pour obtenir une mousse légère.
3. Pour refroidir le sabayon, plongez le récipient dans de l'eau glacée et remuez souvent (et doucement).

Servez chaud ou tiède dans des coupes, avec des biscuits secs, une génoise, des tranches de panettone.
Mélangez le sabayon froid avec 20 cl de crème fouettée en chantilly et servez avec des fruits frais.

Soupe anglaise (Zuppa inglese)

Préparation 40 minutes Cuisson 40 minutes Réfrigération 2 heures

250 g de génoise ou 200 g de biscuits à la cuillère
10 cl de rhum et de liqueur rouge Alchermes
10 cl d'eau
1 dose de crème pâtissière
80 g de chocolat à desserts (minimum 60 % de cacao)

1. Vous pouvez faire la génoise la veille.
2. Préparez la crème pâtissière.
3. Quand elle est encore chaude, mélangez la moitié de la crème avec le chocolat coupé en petits morceaux.
4. Coupez la génoise en tranches de 1,5 cm, badigeonnez de rhum mélangé avec 10 cl d'eau et tapissez le fond d'un moule à charlotte.
5. Versez une couche de crème (chocolat ou vanille), couvrez avec de la génoise imbibée, ajoutez une autre couche de crème et terminez avec une couche de génoise.
6. Mettez au frais au moins 2 heures.

Vous pouvez remplacer la liqueur rouge par du colorant alimentaire. Pour les plus gourmands, servez ce dessert avec un sabayon.

Crème anglaise

Préparation 20 minutes. Cuisson 10 minutes.

50 cl de lait entier
4 jaunes d'œufs à température ambiante
80 g sucre
1 gousse de vanille

1. Portez le lait à ébullition avec la vanille fendue en deux.
2. Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre dans un récipient.
3. Le mélange doit blanchir.
4. Sans cesser de remuer, versez le lait chaud sur les œufs à travers un tamis fin.
5. Placez le récipient sur une casserole d'eau frémissante et faites épaisir la crème, en mélangeant sans cesse avec une cuillère en bois.
6. La crème est prête quand un doigt passé sur la cuillère nappée de crème laisse une trace nette. Pour refroidir la crème, plongez le récipient dans de l'eau glacée et remuez souvent.
7. Consommez dans les 12 heures.

Mousse au citron

Préparation : 10 mn Sans cuisson Réfrigération : 3 h minimum

2 citrons jaunes non traités
3 blancs d'œufs
250 g de fromage blanc battu à 20 % de matière grasse
2 feuilles (4 g) de gélatine
50 de sucre glace
Sel.

1. Faire tremper les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide.
2. Laver les citrons et râper le zeste de l'un d'eux.
3. Presser les deux pour obtenir environ 3 c. à s. de jus de citron.
4. Mélanger le fromage blanc, le zeste et le jus de citron.
5. Faire chauffer 1 c. à s. d'eau dans une casserole et y faire fondre la gélatine bien essorée.
6. Verser dans le fromage blanc en fouettant.
7. Monter les blancs d'œufs en neige avec une pincée de sel, ajouter le sucre glace à la fin.
8. Incorporer délicatement les blancs en neige au fromage blanc à l'aide d'une cuillère en bois en mélangeant de haut en bas la mousse dans quatre verres et faire prendre au réfrigérateur pendant au moins 3 heures.

Calissons d'Aix

Pour une trentaine de Calissons d'Aix

250 g de poudre d'amandes
250 g de sucre glace
2 c. à s. d'eau de fleur d'oranger
50 g de melon confit
50 g d'orange confite
Quelques feuilles de papier azyme ou de pâte filo
½ blanc d'œuf
150 g de sucre glace

1. Versez la poudre d'amandes dans une casserole à fond épais, ajoutez le sucre glace et l'eau de fleurs d'oranger puis faites cuire à feu doux en mélangeant jusqu'à ce que le mélange soit assez sec et non collant.
2. Coupez les fruits confits en petits morceaux puis mixez-les finement et longuement avec la pâte d'amandes jusqu'à ce que l'obtention d'une texture très homogène.
3. Étalez les feuilles de papier azyme sur une plaque à pâtisserie et posez-y un cadre métallique à pâtes de fruits de 1 cm de hauteur, versez la préparation, lissez à la spatule légèrement humidifiée et laissez reposer 48 heures dans un endroit sec et plutôt frais.
4. Ce temps passé, mélangez le sucre glace et le demi blanc d'œuf à la fourchette et versez ce glaçage que les professionnels appellent "glaçage royal" sur la pâte, lissez à la spatule et laissez sécher 1 heure.
5. Détaillez, ensuite, les calissons à l'emporte-pièce ou au couteau, en losanges.
6. Déposez-les sur une plaque à pâtisserie et glissez 5 minutes dans le four préchauffé à 130°C (Th. 4 - 5) afin que le glaçage durcisse sans colorer.
7. Laissez refroidir avant de servir.
8. Gardez les calissons à l'abri de l'humidité et de l'air.

Mouillez régulièrement l'emporte-pièce ou la lame de votre couteau pour découper proprement la pâte collante des calissons.

Panettone

520 g de farine
40 g de levure de boulanger
125 g de sucre semoule
13 cl de lait tiède
6 œufs
200 g de beurre mou
175 g de fruits confits hachés : cerises, écorce d'orange et de citron
125 g de raisins secs
Sel

1. Délayez la levure avec le lait tiède dans un bol. Mélangez 500 g de farine et un peu de sucre dans un saladier. Creusez un puits, versez-y la levure délayée. Travaillez pour obtenir une pâte homogène. Couvrez avec un torchon. Laissez lever 15 min au tiède.
2. Incorporez le reste du sucre, les œufs, le beurre coupé en petits morceaux et un peu de sel. Travaillez énergiquement 5 min. Roulez les fruits confits et les raisins secs dans le reste de farine. Incorporez-les à la pâte. Couvrez, laissez lever 4 h dans un endroit tiède.
3. Façonnez la pâte en cylindre. Placez-la à mi-hauteur dans un moule beurré à bords hauts. Ficelez du papier sulfurisé beurré sur le pourtour du moule pour éviter les débordements à la cuisson. Couvrez et laissez encore lever 1 h.
4. Préchauffez le four à th 6 (180°). Entaillez le dessus de la pâte en croix. Mettez 1 h au four.
5. Badigeonnez de beurre 10 min avant la fin de la cuisson pour un aspect doré. Saupoudrez de gros sucre. Laissez rassir le panettone 2 ou 3 jours avant de le servir.

Servir avec un Asti Spumante blanc.

Navettes provençales

Préparation : 10 mn Cuisson : 15 mn Repos : 120 mn

500 g de farine
200 g de sucre
2 œufs + 1 jaune d'œuf
5 cl d'huile d'olive
50 ml d'eau de fleur d'oranger

1. Dans un saladier, battre le sucre et les œufs jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
2. Ajouter la farine puis l'huile et l'eau de fleur d'oranger.
3. Mélanger pour obtenir une pâte lisse.
4. Former des boudins et les couper en forme de navettes allongées.
5. Les placer sur une plaque beurrée et laisser reposer 2 heures.
6. Dorer avec le jaune d'œuf et enfourner à 180°C (thermostat 6).
7. Les sortir du four quand elles sont légèrement dorées.
8. On peut rajouter des zestes de citron ou des graines d'anis.

Crème pâtissière

50 cl de lait entier
4 jaunes d'œufs à température ambiante
1 20 g de sucre en poudre
60 g de farine
1 citron
1 gousse de vanille
1 pincée de sel

1. Portez le lait à ébullition avec le zeste de citron et la gousse de vanille fendue en deux.
2. Laissez tiédir et passez le lait dans un tamis fin.
3. Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre dans un saladier.
4. Incorporez la farine et le sel puis versez progressivement le lait chaud en remuant.
5. Remettez le mélange dans la casserole et faites épaissir à feu doux en remuant toujours.
6. Comptez 3 minutes après l'ébullition.
7. Pour refroidir la crème, plongez la casserole dans l'eau glacée.
8. Mélangez souvent.

*Dégustez cette crème anglaise avec des gâteaux, charlottes, entremets, brioches... Vous pouvez la parfumer avec des écorces d'orange, du café, de la liqueur ou des épices.
Pour ne rien perdre de la vanille, raclez bien les graines avec un couteau (après la cuisson) et remettez-les dans la casserole.
Séchez la gousse et pilez-la avec du sucre.*

LES FRUITS

Comment choisir la parfaite pastèque



Très utilisée pour ses vertus nutritives et thérapeutiques, la pastèque est une mine d'or pour la santé.

Comment choisir une bonne pastèque ?

Il n'est pas facile de déterminer la maturité de la pastèque en se basant simplement sur son aspect extérieur, mais il existe quelques astuces pour en choisir la bonne.

1- Repérer la tâche jaune : Les extrémités de la pastèque doivent avoir une tâche jaune qui correspond à l'endroit où le fruit était en contact avec le sol tandis que le reste murissait au soleil. Plus cette tâche est foncée plus la pastèque est bonne (jaune foncé ou même jaune-orange). Si cette tâche est blanche cela signifie que la pastèque n'est pas assez mûre et qu'elle a été récoltée trop tôt.

2- Chercher les tâches et lignes marron : Ces tâches sous forme de toile d'araignée ne sont pas très jolies à voir mais elles indiquent que les abeilles ont pollinisé la fleur de pastèque. Elles sont une garantie que la pastèque est bien sucrée.

3- Choisir la pastèque fille ou la pastèque garçon : Les agriculteurs divisent leur récolte en pastèques "filles" et pastèques "garçons". Les pastèques dites filles, sont les pastèques les plus rondes qui ne contiennent pas beaucoup d'eau mais qui sont très sucrées. À l'inverse, les pastèques garçons ont une forme plus allongée et leur goût est plus aqueux.

4- Repérer la pastèque de taille moyenne : Une bonne pastèque ne doit être ni grande ni petite. Une pastèque de taille moyenne et qui est assez lourde par rapport à sa taille, signifie que le fruit est bien mûr et qu'il est chargé d'eau. Cette règle s'applique presque à la plupart des fruits et légumes. Il faut aussi choisir une pastèque de forme homogène et symétrique, qui ne contient pas de bosses ou de coupures. Les bosses sont signe d'une exposition irrégulière au soleil.

5- Inspecter la tige : Il faut également vérifier la tige, si elle est verte cela signifie que le fruit est très jeune et qu'il n'est pas encore suffisamment mûr, contrairement à la tige sèche qui est souvent synonyme de fruit mûr.

6- Essayer de frapper dessus : Cette technique n'est pas facile à maîtriser, mais pour certaines personnes elle est très efficace. Tapotez dessus avec vos doigts, si la pastèque fait un son plein cela signifie qu'elle est mûre. Si le bruit est sourd ou profond, sachez que la pastèque n'est pas assez mûre.

Comment bien conserver une pastèque ?

Une pastèque entière peut être conservée jusqu'à une semaine dans le réfrigérateur ou à température ambiante. Une pastèque ouverte peut se conserver au frais pendant 5 jours au maximum, car après elle commencera à perdre sa saveur. Une fois découpée, la pastèque doit être emballée dans un film alimentaire. Cette technique permettra de garder la chair de la pastèque très fraîche et juteuse mais aussi protégée des odeurs des aliments qui se trouvent dans le réfrigérateur.

Comment couper une pastèque ?

Pour commencer, il est nécessaire de laver le fruit et de le sécher. Mettez-le ensuite sur une planche à découper et enlevez les deux extrémités à l'aide d'un couteau de cuisine. Faites passer le couteau autour de la pastèque pour séparer la chair de la peau et coupez-la en deux. Puis découpez ces deux parties en quartiers. Débarrassez-vous ensuite des graines en les grattant avec une fourchette.

LES LIQUEURS & AUTRES ALCOOLS



Liqueur d'abricot

400 g. d'abricots dénoyautés
10 amandes d'abricots
Quelques noyaux d'abricots (facultatifs)
1 lit. d'eau-de-vie à 45°
150 g. de sucre cristallisé
2 clous de girofle
1 fragment de cannelle (bâtonnet).

1. Ne pas laver les abricots avant de les dénoyauter, simplement les essuyer avec un torchon pour en enlever le duvet.
2. Les couper en quartiers et les disposer dans un bocal.
3. Casser 10 noyaux, retirer les amandes.
4. Les monder en les trempant quelques instants dans de l'eau bouillante.
5. Les broyer.
6. Les verser dans le bocal avec les abricots, les clous de girofle, la cannelle, le sucre, éventuellement quelques noyaux entiers et l'eau-de-vie.
7. Fermer le récipient.
8. Laisser reposer 10 jours en agitant tous les 2 jours.
9. Retirer les abricots.
10. Passer l'eau-de-vie pour supprimer amandes, noyaux et aromates.
11. Remettre la liqueur et les fruits dans le bocal.
12. Laisser encore macérer 15 jours en secouant de temps en temps.
13. Filtrer en pressant légèrement les abricots et embouteiller.

Limoncello 🍋🍋

(Ugo, "C'est toutes les saveurs du sud")

1 Kg de citrons à écorce épaisse

1/2 kg de sucre

1 litre d'alcool à 90°

1,2 litre d'eau

1. Découper des bandeaux d'écorce de citron (sans le blanc de la peau !).
2. Placer dans un récipient hermétique l'alcool et les écorces à macérer pendant 5 jours.
3. Agiter tous les jours, une ou deux fois par jour.
4. Cuire l'eau avec le sucre, faire refroidir complètement et mélanger avec l'alcool préalablement filtré.
5. Mettre dans des bouteilles hermétiques : ça donne environ deux litres.

Liqueur de génépi 🍷

1 lit. d'alcool à 40 
50 g. de génépi
Sirop : 450 g. de sucre, 1/4 lit. d'eau.

1. Faire macérer le génépi dans l'alcool pendant 20 jours.
2. Filtrer.
3. Porter l'eau et le sucre à ébullition, laisser refroidir et l'ajouter au jus de macération.
4. Mettre en bouteilles.

Liqueur de lait 🍷

1/2 lit. de lait frais
1/2 lit. d'eau-de-vie
Un zeste de citron
1/2 gousse de vanille
2 dl. de sucre de canne.

1. Verser le tout dans un récipient.
2. Couvrir.
3. Laisser reposer 10 jours au frais.
4. Filtrer, mettre en bouteilles.
5. Servir frais après quelques jours.

Liqueur de mandarine ou de clémentines

4 mandarines
1/2 lit. de rhum
125 g. de sucre
Un peu d'eau.

1. Laver les mandarines, prélever les zestes à l'aide d'un couteau éplucheur.
2. Presser leur jus.
3. Le verser dans un bocal avec les zestes et le rhum.
4. Fermer, laisser macérer 1 mois.
5. Passé ce temps filtrer la préparation.
6. Mettre fondre le sucre dans un peu d'eau.
7. Le mélanger à l'alcool de mandarines.
8. Verser en bouteilles.
9. Attendre 15 jours avant de déguster.

Variante : Mandarin

2 zestes de mandarines
1/2 lit. d'eau-de-vie
175 g. de sucre.

1. Enlever soigneusement les zestes des mandarines en éliminant le blanc qui est amer.
2. Couper les zestes en minces lamelles.
3. Les mettre dans un bocal avec le sucre et l'eau-de-vie.
4. Fermer le récipient.
5. Laisser macérer 3 semaines en agitant le bocal quotidiennement.
6. Filtrer et verser en bouteilles.

Liqueur de menthe

1 grosse poignée de menthe fraîche + 2 branches 15 jours après
3/4 lit. d'eau-de-vie à 45°
3 cl. d'alcool de menthe
Sirop : 50 0 g. de sucre et 3 verres d'eau.

1. Laver, sécher et mettre les feuilles dans un bocal.
2. Les faire infuser dans l'eau-de-vie pendant 15 jours.
3. Après ce temps, filtrer la préparation, ajouter un sirop de sucre refroidi et l'alcool de menthe.
4. Mettre deux branches de menthe fraîches dans une carafe, verser la liqueur dessus et boucher.

Liqueur de griottes ou de cerises

500 g. de griottes
1/2 lit. d'eau-de-vie
175 g. de sucre.

1. Concasser les fruits et les noyaux.
2. Couvrir d'eau-de-vie et laisser macérer pendant un mois.
3. Passer avec un tamis garni d'un linge.
4. Tasser avec un pilon.
5. Ajouter le sucre au jus recueilli dans un bocal et laisser reposer en secouant de temps à autre.
6. Lorsque le sucre aura fondu, filtrer la liqueur et la mettre en bouteilles.

Liqueur aux noix

25 noix vertes ramassées à la Saint-Jean (le 24 juin)
1/2 litre d'eau-de-vie de fruits
700 g. de sucre candi
3 clous de girofle
1 morceau de bâton de cannelle
4 dl. d'eau
Le zeste d'1 citron.

1. Dans un bocal à large col, mettre les noix coupées en 4.
2. Ajouter les autres ingrédients sauf l'eau.
3. Fermer le bocal et laisser reposer 40 jours en agitant de temps en temps.
4. Ensuite, filtrer la préparation, ajouter l'eau bouillie refroidie et mettre en bouteilles.
5. Attendre 6 semaines avant de déguster.

« Avocat » ou liqueur aux œufs

8 jaunes d'œufs
350 g. de sucre semoule
2 sachets de sucre vanilliné
3 petites boîtes de lait condensé
1/4 lit. d'eau-de-vie à 45°
15 cl. d'eau bouillie froide.

1. Battre les œufs avec le sucre et le sucre vanilliné.
2. Incorporer le lait, l'eau-de-vie, puis l'eau.
3. Laisser reposer 6 jours avant de déguster.

Liqueur à l'orange

5 écorces d'oranges
1 lit. de rhum
1/4 lit. de sirop de canne

1. Brosser et laver les oranges, bien les essuyer avec un papier absorbant.
2. Prélever les pelures.
3. Les faire sécher à four très doux, porte entrouverte.
4. Lorsqu'elles sont devenues friables, les poser dans un bocal, ajouter le rhum.
5. Fermer le récipient et le laisser dans un endroit tiède pendant 2 mois.
6. Filtrer alors la préparation, la reverser dans le bocal, ajouter le sirop.
7. Mélanger, et reboucher.
8. Laisser encore macérer pendant 6 semaines, filtrer à nouveau avant de mettre en flacons.

Variante

1/2 litre d'eau-de-vie de fruits
1 zeste d'orange
1 zeste de citron
5 cl. d'eau de fleurs d'oranger
1 bâtonnet de cannelle
2 clous de girofle
1/2 jus d'orange
300 g. de sucre en morceaux.

1. Prélever les zestes d'une orange et d'un citron à l'aide d'un couteau éplucheur.
2. Mettre dans un bocal les zestes, l'eau de fleur d'oranger, les aromates, le jus d'orange, l'eau-de-vie.
3. Placer le bocal au soleil, laisser macérer 3 mois.
4. Filtrer, remettre le liquide dans le bocal, ajouter le sucre.
5. Laisser dissoudre celui-ci en remuant de temps en temps.
6. Garder la liqueur dans des bouteilles fermées.

Liqueurs de poire

1 grosse poire William bien mûre
1 lit. d'eau-de-vie à 40°
1 verre d'eau-de-vie de poire
300 g. de sucre.

1. Choisir un bocal à large embouchure que l'on pourra fermer.
2. Y mettre la poire et l'eau-de-vie ordinaire.
3. Placer le bocal pendant 1 mois le plus souvent possible au soleil.
4. Ajouter le sucre.
5. Laisser reposer jusqu'à dissolution complète de celui-ci (environ 3 mois).
6. Adjoindre alors l'eau-de-vie de poire.
7. La liqueur est prête à la consommation.

Variante

3/4 lit. d'eau-de-vie par 1/2 lit. de jus de poires
350 g. de sucre candi
1 clou de girofle.

1. Utiliser des poires bien mûres et juteuses.
2. Les couper en quartiers et en enlever cœurs et trognons.
3. Réduire les fruits en purée et en récupérer le jus.
4. Verser tous les éléments de la recette dans un bocal, laisser macérer 6 semaines.
5. Filtrer et mettre en bouteilles.

Liqueur « 44 »

1 grosse orange
44 grains de café
1 lit. d'eau-de-vie
44 morceaux de sucre.

1. Laver soigneusement l'orange.
2. La piquer tout autour avec une aiguille à tricoter.
3. Introduire les grains de café dans les trous pratiqués.
4. Déposer l'orange dans un bocal, y verser l'eau-de-vie et le sucre.
5. Laisser macérer 44 jours.
6. Filtrer et verser dans des bouteilles.

Ratafia de raisin

Raisin noir
1 lit. d'alcool à 45° pour 1 lit. de jus.

1. Écraser le raisin et le laisser reposer 48 heures.
2. Le chauffer lentement jusqu'à l'ébullition.
3. Le verser dans une bonbonne avec la quantité d'eau-de-vie correspondante.
4. Après 3 mois de macération, filtrer et mettre en bouteilles.

Liqueur de verveine

1 poignée de feuilles de verveine
1 lit. d'eau-de-vie
Sirop : 200 g. de sucre, 1/2 verre d'eau.

1. Mettre les feuilles de verveine et l'eau-de-vie macérer ensemble dans un bocal pendant 1 mois, puis filtrer.
2. Mélanger l'alcool avec le sirop de sucre et mettre en bouteilles.

Variante

40 g. de verveine fraîche
1 branche 8 jours après
1 lit. d'eau-de-vie à 40°
400 g. de sucre semoule
1/2 gousse de vanille.

1. Laver et sécher les branches de verveine dans un papier ménage.
2. Les déposer au fond d'un bocal à fermeture hermétique.
3. Ajouter les autres ingrédients.
4. Laisser infuser 8 jours, puis filtrer.
5. Verser la liqueur dans une carafe contenant une branche de verveine.
6. Boucher.
7. Déguster 15 jours plus tard.

Liqueur de café

120 g. de café en grains
1 lit. d'eau-de-vie à 45°
1 gousse de vanille
30 morceaux de sucre.

1. Mettre les grains de café et la gousse de vanille fendue en deux dans un bocal.
2. Couvrir avec l'eau-de-vie.
3. Laisser macérer 3 mois, récipient fermé.
4. Passer l'eau-de-vie, y verser le sucre.
5. Attendre encore quelques jours pour laisser fondre le sucre, puis filtrer et mettre en bouteilles.

Variante :

1. Concasser légèrement les grains de café.
2. Les chauffer un peu dans une casserole, puis les mettre dans un bocal avec l'eau-de-vie, le sucre et la gousse de vanille.
3. Fermer le bocal et secouer une fois par jour (pendant 1 semaine).
4. Filtrer et mettre en bouteilles.
5. Attendre 15 jours avant de déguster.

Mon punch à moi 🍹🍹



Un litre de rhum blanc
Un litre de jus de banane
Un litre de goyave
Un litre de jus d'ananas
Un litre de jus d'orange
1 jus de citron vert
1 gousse de vanille
2 verres de sucre liquide
4 cuillères à soupe de vanille liquide
Poivre du moulin + un peu de cannelle au gout

1. Dans une cocotte, versez tous les ingrédients.
2. Fermez le couvercle, et laissez macérer pendant 12 h.
3. Si vous n'avez pas le temps de le laisser macérer, ce n'est pas grave : il sera délicieux quand même !
4. Pensez à le mettre au frigo quelques heures, avant de servir.
5. Normalement, vos invités vous supplieront à genoux pour que vous leur donniez la recette !