

Cours de cuisine CH'TI

14 juin 2011



Tarte au maroilles pour 8 personnes

- . 1 maroilles 360 g
- . 2 oeufs
- . 150 g de beurre
- . 250 g de farine
- . 1 pincée de sel
- . poivre
- . 1 sachet de 8 g de levure de boulanger
- . 1/2 verre de lait
- . 2 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
- . Du beurre pour graisser le moule

Délayer la levure dans le lait. Mélanger à la main la farine avec les œufs, le sel, la levure, le beurre mou.
 Laisser lever la pâte dans un endroit tiède pendant 2 heures.
 Ecoûter le maroilles, puis tailler en tranche fines, que vous poivrez.
 Abaisser la pâte, étaler dans le fond du moule graissé.
 Ranger les tranches de fromage sur la pâte, et laisser pousser durant 1/2 heure environ à température ambiante.
 Préchauffer le four à 220°C
 Etaler la crème salée et poivrée sur la flamiche, et enfourner 20 mn environ.
 Déguster aussitôt sortie du four.
 La tarte peut aussi se préparer avec une pâte brisée (du commerce ou faite maison)

Carbonade Flamande pour 6 personnes

- . Bœuf à braiser (basses côtes, tranche ou paleron) : 1.250 kg
- . oignons pièce : 2 gros
- . huile cl : 5 ou 50 g de saindoux
- . farine : 3 CS
- . cassonade CS : 2
- . branches thym : 2, laurier 1
- . carottes g 200 g
- . bière brune cl : 75
- . moutarde forte CS : 3
- . vinaigre alcool CS : 2
- . pain d'épice tranche : 3
- . sel, poivre, 2 clous de girofle

Découper la viande en morceaux, épluchez les oignons et les carottes, coupez les en rondelles.
 Dans une cocotte, faire revenir les morceaux de viande dans la moitié de l'huile ou du saindoux bien chaud, assaisonnez. Ajouter la farine, les oignons et les carottes. Mélanger bien et laisser cuire 5 à 10 mn tout en remuant pour attendrir les oignons sans les colorer. Ajouter le vinaigre laisser cuire deux minutes, ajouter la bière, le thym, le laurier, les clous de girofle. Tartiner de moutarde sur les deux faces les tranches de pain d'épice et les placer au centre de la cocotte.
 Porter à ébullition. Couvrir hermétiquement et laisser cuire à feu doux pendant 3 h. Retirer le couvercle, augmenter le feu ; cuire à découvert en remuant jusqu'à ce que la sauce ait réduit de moitié.
 Eventuellement servir avec des pommes de terre pelées coupées en quatre et cuites dans l'eau salée, ou avec des chicons (endives) braisées, ou encore à la façon Belge avec des frites et de la bière belge et éventuellement des cubes de pain d'épice grillés.

Galette au sucre (à bosses) pour 8 personnes

- . 9 cuillers à soupe de farine tamisée
- . 7 cuillers à soupe de crème fraîche entière liquide (ou crème épaisse pour obtenir une tarte sans bosses)
- . 6 cuillers à soupe de lait demi-écrémé
- . 3 œufs entiers
- . 10 morceaux de sucre n°4
- . 30 g de beurre
- . 1 pincée de sel

Mélanger à la spatule la farine, la crème, le lait, les œufs battus en omelette et le sel
 Travailler jusqu'à ce que la pâte soit lisse
 Préchauffer le four sur thermostat 7 (210 °C)
 Casser les morceaux de sucre
 Garnir un moule à tarte de papier sulfurisé
 Verser la pâte dans le moule
 Disposer régulièrement le sucre concassé et le beurre en petits morceaux
 Faire cuire pendant 30 -35 mn environ
 Démouler et laisser refroidir avant de servir

 (éventuellement ajouter des zestes de citron ou orange, coupés très fin, dans la pâte)



Cours de cuisine allemande

20 septembre 2011

Hackbraten mit Bratkartoffeln und Gurkensalat - (quantités pour 6)

(rôti de viande hâchée avec pommes de terre à la poêle et salade de concombre)

1 Vieille baguette
 3 gros oignons
 ail frais ou en poudre
 0.2l huile de colza
 0.8 kg viande hachée de bœuf maigre
 0.4 kg viande hachée de porc
 3 œufs
 Moutarde, sel, poivre, paprika
 0.2 kg tranches fines de poitrine fumée
 bouillon cube
 1 petite boîte de tomates concentrées
 1 crème liquide en pack

préchauffer le four à 180° ; faire tremper le vieux pain ; hacher les oignons et l'ail

mélanger la viande avec tous les ingrédients pain, oignons , ail , oeufs, épices, sel ,poivre, paprika , moutarde , evtlmnt épices ; en faire un pâté et former un rôti ; poser les tranches de poitrine fumée au dessus .

placer le rôti dans un moule à gratin

ajouter un peu d'eau mélangée avec du concentré de tomate et un bouillon cube. couvrir avec du papier Alu, mettre au four à 180° pendant 50 mn , puis enlever le papier alu et faire dorer le dessus .evtlmnt augmenter la chaleur .

faire une sauce avec la crème liquide mélangée au concentré de tomates + bouillon cube + evtlmnt herbes de provence ou autre .

Trancher le rôti et le servir avec sa sauce

Bratkartoffeln mit Zwiebeln und Speck (pommes de terre à la poêle aux oignons et lardons):

1.6 kg pommes de terre
 3 oignons
 0.2 kg poitrine fumée ou fine bacon
 Sel, poivre, huile de colza

éplucher les pommes de terre, puis les râper en tranches fines .éplucher les oignons et le couper aussi en tranches, faire des petits morceaux de poitrine fumée . mettre les tranches fines de pommes de terre + les oignons dans une poêle avec de l'huile et faire dorer un peu . puis couvrir avec un couvercle pour que les pommes de terre cuisent. dès qu'elle sont tendres, rajouter la poitrine fumée rajouter de l'huile et faire bien dorer le tout à feu vif et tournant souvent pour éviter que ça

Gurkensalat mit Joghurdressing (la salade de concombre au yoghurt):

2 cocombres
 2 pot de yoghurt nature
 0.5 crème liquide en pack
 1 oignon
 0.5 botte aneth ou ciboulette
 sel, poivre, moutarde

(évtlmt éplucher les concombres). râper les concombres en tranches très fines .(pour ceux qui les aiment bien dégorgés, saler les concombres et les mettre de côté) éplucher les oignons et les herbes fines . faire une sauce avec le yoghurt, la crème, les oignons, les herbes, le sel - très modérément si vous avez fait dégorger les concombres dans le sel, le poivre , evtlmnt un tout petit peu de sucre . laisser reposer un peu. Mélanger au tout dernier moment les concombres avec la sauce, après avoir bien rincé les concombres dégorgés dans le sel

Apfelauf mit Vanillesauce oder Eis (gratin de pommes à la crème anglaise ou glace vanille)

1 kg Pommes
 0.3 kg pain de mie
 6 œufs
 0.4 kg sucre
 0.4 l lait
 jus de citron
 noix, cannelle, chapelure
 0.4 kg fromage blanc
 huile pour le plat
 50 g beurre
 50 cl crème anglaise ou glace vanille

Préchauffer le four à 180°. faire tremper la mie de pain dans le lait.

éplucher et couper les pommes en morceaux, les saupoudrer de jus de citron et de sucre et ajouter les noix

battre les oeufs avec le sucre en mousse, ajouter le fromage blanc.

mélanger le pain mouillé avec les oeufs/sucre/fromage blanc .

graisser un moule et saupoudrer de chapelure.

mettre la moitié de la pâte dans le moule , puis les pommes citronnées, sucrées, puis finir avec une deuxième couche de pâte à pain. saupoudrer le tout d'un petite couche de chapelure et de qq flocons de beurre.

Mettre le tout dans le four pendant une trentaine de minutes. Servir tiède ou froid avec une crème anglaise ou de la glace vanille



Cours de cuisine Malienne

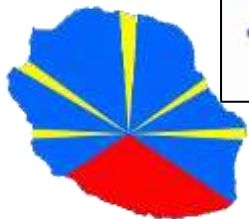
4 octobre 2011

En soutien à l'association FORAGES MALI

TIEB DJIEN

- . 1 thiof (ou un autre poisson comme cabillaud, capitaine) de 1kg écaillé lavé et découpé en 4 morceaux)
- . 150g de purée de tomate
- . ¼ litre d'huile d'arachide
- . 1kg de riz
- . 1 morceau de poisson fumé
- . 200g de carottes
- . un petit chou.
- . 4 gombos
- . 2 patates douces
- . 2 aubergines africaines (rondes)
- . 2 oignons
- . 4 gousses d'ail
- . 1 piment
- . 1 botte de persil
- . 1 cube jumbo
- . sel, poivre

- 1) Eplucher tous les légumes sauf les aubergines. Couper le chou en quartiers, réserver, hacher ensemble 1 oignon, le persil, gousses d'ail épluchés. Saler. Farcir chaque morceau de poisson avec un peu de farce, réserver le reste.
- 2) Dans une marmite, faire chauffer l'huile, faire revenir dedans les morceaux de poisson 3mn pour chaque côté, retirer et réserver. Dans la même marmite, mettre le restant de la farce, la purée de tomate, mélanger, faire mijoter.
- 3) Ajouter les légumes, le poisson séché (déjà lavé), le piment (ne pas l'écraser). Couvrir d'eau, saler, poivrer.
- 4) Porter à ébullition, baisser le feu, laisser mijoter pendant une bonne demi-heure, puis ajouter les morceaux de poisson et le cube jumbo, baisser le feu laisser mijoter encore 15 minutes.
- 5) Retirer le thiof ainsi que tous les légumes avec un peu de sauce et ne pas oublier de retirer les piments et les gombos, réserver pour la décoration.
- 6) Faire laver le riz et le faire cuire le restant de sauce, puis mélanger et cuire 15mn (surveiller et mélanger tous les 5 minutes). Servir le riz cuit dans un plat, décorer de morceaux de poisson, les légumes, les piments, les gombos sans oublier la sauce.



Cours de cuisine Réunionnaise

15 novembre 2011

Samoussas au boeuf et au thon :

>> Pour 30 samoussas au boeuf

350 g de viande hachée
Coriandre fraîche, 2 échalotes
Un blanc de poireau haché très fin (à la mandoline)
Du curcuma, un peu de piment
Du gingembre pilé ou haché finement

>> Pour 30 samoussas au thon

Une boîte de thon 280 g (poids net égouté)
Coriandre fraîche ou persil, 2 échalotes
Du gingembre, Du curcuma, un peu de piment
Pâte à samoussas (paquet de 30)

Faire revenir la viande avec toutes les épices sauf le poireau qu'on pose à la fin de la cuisson sur la viande
Découper la pâte à samoussas en 4 bandes de 5 à 6 cm de large
Déposer un peu de farce à l'une de ses extrémités, la plier en forme de triangle puis fermer
Dans une sauteuse ou une friteuse (sans le panier) faire cuire les samoussas dans de l'huile bien chaude jusqu'à ils soient bien dorés

Pour les samoussas au thon, mélanger directement toutes les épices avec le thon égoutté et émietté

Et procéder de même pour la garniture de la pâte à samoussas

Acras de morue :

Pour 6 personnes

250 g de filet de julienne ou de cabillaud
3 petits piments
1 oignon, 1 gousse d'ail, du persil

Pour la pâte

100g de farine, 2 œufs,
1 dl de lait, 2 cuillères à soupe d'huile, du curcuma

Préparation la veille si possible

Cuisson

Faire cuire le filet de poisson dans un court bouillon (thym, sel, poivre, clous de girofles, oignons). La cuisson terminée, émietter le poisson dans un saladier puis préparer la pâte. Ajouter le poisson dans la pâte, laissez donc reposer au frigo toute une nuit
Dans une sauteuse ou une friteuse (sans le panier) faire chauffer l'huile de friture, quand elle est bien chaude. Y faire tomber des cuillerées de pâte (il faut que les acras baignent bien dans l'huile). Lorsqu'ils sont bien dorés, retirer les avec une écumoire et égouttez sur du papier absorbant.

Servez très chaud, sans se brûler, c'est meilleur

Cari de poulet, haricots rouges

Pour 6 personnes

Un poulet d'un kilo 500
4 tomates bien mûres
2 gros oignons, 4 gousses d'ail
Poivre, 4 clous de girofle, Thym
Huile 1 cui à soupe par per, du curcuma, 300 g riz (environ)

Haricots rouge en conserve

Boîte 500g, 2 gousses d'ail
1 gros oignon ou 2 échalotes
Thym, sel, huile toujours 1 cuillère par personne

Chauffer l'huile dans une marmite (cocotte ou sauteuse) y faire dorer les morceaux de poulet de chaque côté, les retirer, les déposer sur du papier essuie-tout
Faire revenir les oignons et attendre qu'ils se colorent, ajouter l'ail pilé avec le poivre, le clou de girofle, le thym, les tomates et une pincée de curcuma
Remettre les morceaux de poulet, mouiller avec de l'eau chaude faire cuire à feu moyen 20 à 30 minutes

Vérifier la cuisson au bout des 30 mn. Le cari terminé doit être légèrement en sauce

Dans une sauteuse, faire revenir les oignons ou échalotes dans de l'huile chaude, les laisser blondir, ajouter l'ail pilé, le sel, le thym, et les haricots rouges

Si besoin ajouter un peu d'eau, pas besoin de cuire trop longtemps, vérifier le sel et servir en accompagnement avec le cari poulet et le riz

Gâteau aux pommes et noix de coco

100 g de farine, 60 g de sucre, 1 œuf
2 cuillères à soupe d'huile, 6 cuillères à soupe de lait
1 paquet de levure chimique, 4 à 5 pommes

Pour la garniture

1 œuf, 3 cuillères à soupe de noix de coco
50 g de beurre, 50 g de sucre

Dans un bol, mélanger la farine, le sucre l'huile, le lait, la levure, l'œuf, Ajouter les pommes coupées en quartiers
Faire cuire dans un moule à tarte beurré th 7 pendant 20 mn
Pendant la cuisson, faire fondre le beurre, ajouter l'œuf, le sucre et la noix de coco

Au bout des 20 mn de cuisson, répartir cette crème sur le gâteau, puis faire cuire th 6 pendant 20 mn

Le gâteau doit être bien doré



Cours de cuisine Néerlandaise

7 février 2012



« Tomatensoep met balletjes » Soupe à la tomate et aux boulettes de viande:

>> 12 personnes environ (3 à 4 litres)

1 kg de tomates,
1 gros oignon, 2 gousses d'ail,
3 bouillons Kub Maggi
1 litre de jus de tomates
1 sachet de soupe déshydratée à la tomate (p.ex. Maggi Soupe de Tomate aux vermicelles)
3 cuillères à soupe de vermicelle
(s'il n'y en a pas dans la soupe déshydratée)
250 g. de viande de bœuf haché 15%
Du sel, poivre et noix de muscade pour assaisonner la viande hachée
Un peu de margarine
Eventuellement 2 petites cuillères de sucre
(du pain grillé)

Coupez les tomates en gros morceaux et mettez-les dans une cocotte sur feu doux, remuez de temps en temps et attendez que le jus sorte des tomates. Mettez le couvercle sur la cocotte et mettez le feu plus fort pour porter les tomates à ébullition. Baissez le feu et laissez mijoter 10 minutes en remuant de temps en temps. Assaisonnez la viande hachée pendant ce temps, et faites de petites boulettes en roulant la viande entre les deux mains. Passez les tomates au chinois (conservez le jus). Laissez refroidir un peu avant de mixer les tomates.

Nettoyez la cocotte et faites cuire l'oignon (émincé) et l'ail dans un peu de margarine à feu doux pendant 5 minutes environ. Rajoutez les tomates et leur jus. Mélangez bien. Rajoutez la bouteille de jus de tomates, les boulettes de viande et 1 litre d'eau chaude. Mélangez bien. Rajoutez la soupe déshydratée quand le contenu est presque à ébullition. Mélangez bien afin d'éviter les grumeaux.

NB Consultez le mode de préparation de la soupe déshydratée. Il est possible que la soupe doive être mélangée dans de l'eau froide. Dans ce cas, il ne faut pas mettre 1 litre d'eau chaude à la soupe, mais préparez la soupe déshydratée dans 1 litre d'eau froide et la rajouter au contenu de la cocotte quand elle commence à être chaude. Rajoutez les bouillons Kub et le vermicelle (si besoin). Assaisonnez si nécessaire avec du sel et du poivre et éventuellement le sucre. Portez à ébullition, baissez le feu, mettez le couvercle en laissant une ouverture et laissez mijoter doucement pendant 10 minutes.

Servez éventuellement avec un peu de pain grillé

« Hutspot met rookworst » Purée de carottes et oignons:

Pour 6 personnes

1 kg de carottes
1,5 kg de pommes de terre
400 g d'oignons
1 paquet de lardons fumés (160 g. à 200 g.)
Du lait
6 Saucisses

Epluchez les carottes, les pommes de terre et les oignons. Mettez les tous ensemble dans une grande cocotte et faites les cuire à l'eau (20 min. environ).

Pendant ce temps là, faites revenir les lardons dans un poêle.

En fin de cuisson, écrasez les pommes de terre, oignons et les carottes en rajoutant un peu de graisse des lardons et/ou du lait. Rajoutez les lardons.

Eventuellement assaisonnez avec du sel et/ou poivre.

Réchauffez les saucisses au four micro-onde et les coupez en rondelles. Disposez les rondelles sur la purée.

« Vanille vla / Chocolade vla » Crème à la vanille ou au chocolat

Pour 6 personnes

1 litre de lait
1 œuf moyen
40 gr. de maïzena
75 gr. de sucre

Sucre vanillé 2 sachets
Cacao non sucré (type Van Houten)

Recette de base :

Battez l'œuf avec la maïzena et le sucre (il faut obtenir un mélange jaune clair moussant).

Portez le lait à ébullition. Versez le lait en remuant dans le mélange œuf/sucre. Il faut obtenir un liquide bien lisse.

Versez le tout dans la casserole et portez à ébullition en remuant. Laissez cuire encore 5 minutes environ en remuant de temps en temps.

Versez la crème dans de petits bols. Couvrez avec du film alimentaire éventuellement afin d'éviter qu'une pellicule se forme sur la crème.

Crème à la vanille : remplacez une partie du sucre par un ou deux sachets de sucre vanillé

Crème au chocolat : rajoutez trois cuillères à soupe de cacao.



Cours de cuisine Grecque

3 avril 2012



« MEZE » chips de légumes et tzatziki:

Pour 6 personnes

1 concombre moyen; 1/2 litre de yaourt (ou fromage blanc égoutté) 1 gousse d'ail 1 c. à soupe d'huile d'olive, 1c. à café de vinaigre, 1 c. à café d'aneth haché, 1/2 c. à café de sel

2 légumes de chaque sorte pour 4 personnes

Salade laitue, ciboulette ou oignon frais, aneth, citron ou vinaigre, huile olive et sel

Peler et émincer très finement la gousse d'ail. Râper le concombre et laisser égoutter. Mélanger tous les ingrédients et mettre à rafraîchir au réfrigérateur, avant de déguster comme hors d'œuvre ou comme assaisonnement de légumes

Chips de courgettes, d'aubergines et de poivrons : ne pas oublier la farine et l'huile de pépins de raisins ou d'huile d'olive pour la friture

Découper la salade en lanières et ajouter l'accompagnement.



« Pasticcio »:

Pour 4 personnes

250 g de macaronis

- huile d'olive
- 1 oignon haché
- 3 gousses d'ail écrasées
- 400 g de bifteck haché
- 30 cl de bouillon de bœuf (KUB'OR)
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomate
- 1 cuillère à café de cannelle et 1 de cumin
- 1 cuillère à soupe de menthe fraîche hachée
- 50 g de beurre
- 40 g de farine, 20 cl de lait, 1 yaourt nature
- 200 g de kefalotiri (fromage grec que vous pouvez remplacer par de l'emmental ou du parmesan)
- sel et poivre

Cuire les macaronis "al dente" dans de l'eau salée.

Faire blondir l'ail et l'oignon dans un peu d'huile d'olive. Incorporer la viande hachée. Laisser cuire. Mélanger dans le bouillon tiède la menthe le cumin la cannelle et le concentré de tomate puis incorporer à la viande. Saler, poivrer. Laisser mijoter 10 mn.

Faire fondre le beurre dans une casserole, incorporer la farine puis le lait préalablement mélangé au yaourt. Laisser cuire doucement 5 mn.

Retirer du feu et incorporer le fromage, mélanger. Saler poivrer. Mélanger cette sauce aux macaronis.

Verser la moitié des macaronis dans un plat à gratin, recouvrir de la sauce à la viande, étaler par dessus le reste de macaronis. Couvrir de fromage et laisser gratiner au four jusqu'à ce que le dessus soit bien doré

« Politikos Chalva »

Pour 6 personnes

2 tasses à thé de semoule très fine (à gâteaux)
 1 tasse à thé d'huile d'olive
 2 tasses à thé de sucre
 1/2 tasse à thé de miel
 1/4 de tasse à thé de cerneaux de noix écrasés, 1/4 de tasse à thé de pignons, 1/4 de tasse à thé de raisins secs
 1 cuillère à café de cannelle en poudre, 1/2 cuillère à café de clou de girofle en poudre (râpé)
 Une écorce de citron non traité

Les ingrédients de décoration

Du sucre glace
 De la poudre de cannelle

Préparation

Faire bouillir de l'eau dans une casserole avec le miel, le sucre, la cannelle, les clous de girofle râpés, l'écorce de citron. Dans une autre casserole profonde (une marmite), faire chauffer l'huile d'olive. Verser peu à peu la semoule en remuant avec une cuillère en bois. Y ajouter les noix et les pignons tout en remuant.

Lorsque la couleur de la semoule tourne au doré-caramel retirer du feu et y ajouter les raisins secs. Y verser, en faisant attention, le sirop conservé chaud (car il se forme beaucoup de vapeur, l'usage d'une longue cuillère en bois est de mise pour ne pas y exposer les mains directement à la vapeur chaude). Remettre la marmite au feu et remuer continuellement jusqu'à ce que le chalva absorbe tout son jus et commence à se détacher des parois de la marmite. Alors, retirer du feu, bien remuer et couvrir la marmite d'une serviette propre durant 5 minutes. Ensuite, verser le chalva dans un moule savarin. Lorsqu'il a refroidi le déverser dans un grand plat et le saupoudrer de sucre glace et de cannelle, (facultatif : de quelques amandes effilées aussi)



Cours de cuisine Irlandaise

12 juin 2012



« Cottage Pie » :

Pour 6 personnes

Pommes de terre 675 gr
 saumon 450gr
 lait 1l
 œuf 1
 tomates 4
 champignons 150 gr
 poireaux 150 gr
 oignon 1
 fromage gruyère pour garnir
 + sel, poivre, beurre

Eplucher les pommes de terre et les cuire dans de l'eau. Couper en dès les tomates et les oignons, et couper en lamelles les champignons et les poireaux. Dans une poêle, faire revenir dans du beurre les légumes. Salez, poivrez. Sortez les pommes de terre de l'eau quand elles sont cuites. Versez à l'intérieur un œuf et écrasez le tout.

Dans un plat beurré, étalez les légumes sur le fond et recouvrez de fines tranches de saumon, ensuite, recouvrez le tout des pommes de terre écrasées. Parsemez un peu de fromage au-dessus des pommes de terre. Enfourez 20 minutes.

« Garlic bread » :

Pour 6 personnes

Beurre 40 g
 Ail 3 gousses
 Baguette de pain ou pain campagne

Ecraser l'ail et le faire revenir dans le beurre fondu. Ensuite étaler le mélange sur le pain coupé en grosse tranche



« Cheese Cake »

Pour 6 personnes

beurre 75 gr
 digestive biscuit 175gr
 500 gr fromage nature à tartiner
 (saint moret)
 150gr sucre roux
 oeufs 4
 >baies (cassis) 175 gr

 + sucre glace, extrait de vanille

Allumez le four à 180°. Beurrez les bords d'un plat à haut bords (ex « moule à manquer »).

Faire fondre le beurre.

Ecrasez les biscuits (mettez les dans un torchon, fermez le torchon et frappez avec rouleau à pâtisserie). Mélanger le beurre et les biscuits écrasés.

Mettez les biscuits écrasés dans le fond du plat à gâteau. Appuyez et répartissez bien les biscuits sur le fond car il s'agit de la base du gâteau !!

Dans un saladier, battre le fromage avec le sucre, l'extrait de vanille et les œufs. Il faut que ce soit crémeux '.

Dans le plat à gâteau, au-dessus la base de biscuit, étalez les baies et ensuite l'appareil. Enfourez 40 minutes.

Sortez du four et laissez reposer.



Cours de cuisine d'Afrique du Nord

9 octobre 2012

Au profit de Forages Mali



« SALADE DE CAROTTES » :

Pour 4 personnes

Carottes 500 gr
 1 gousse d'ail
 1 cuiller à café piment doux
 4 cuiller à café de cumin en poudre
 huile, vinaigre sel, persil

Cuire les carottes à l'eau. Les peler. Les couper en rondelles et assaisonner



« TIAN COURGETTES / TOMATES »

Pour 5 personnes

1 kg de courgettes - 5 tomates
 Sel, poivre, herbes de Provence,
 huile d'olive

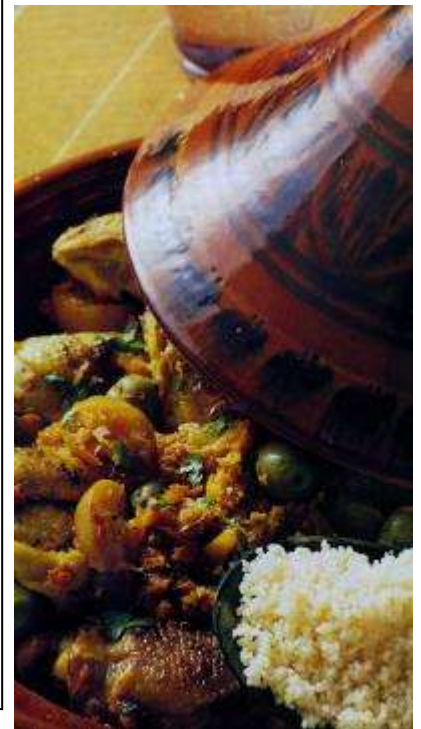
Laver les courgettes, les couper en rondelles
 Peler les tomates, les couper en rondelles
 Mettre les légumes en rangées « debout »
 Saler, poivrer, arroser d'huile d'olive et des herbes de Provence
 Mettre au four environ $\frac{3}{4}$ h à 1h

«TAJINE DE POULET AU CITRON »:

Pour 4 à 6 personnes

1 poulet coupé en 8 morceaux
 2 cuillers à soupe d'huile d'olive
 1 cuiller à café de chaque épice
 safran, cumin, gingembre, cannelle
 6 branches de persil plat
 6 branches de coriandre fraîche
 1 oignon, 1 tomate, 2 citrons confits
 50 g de raisins secs blonds
 100 g d'olives vertes
 Sel, poivre
 Semoule de couscous 50 g/personne

Préparation : 20 mn – Cuisson : 1h30
 1 – préparer la marinade. Dans le fonds du tajine, coupez les citrons confits en quartiers en éliminant les pépins. Mélangez-les avec l'huile d'olive et les épices. Poivrez et ajoutez le persil et la coriandre finement ciselés. Ajoutez les morceaux de poulet, tournez-les pour les enrober. Laisser mariner 15 mn.
 2- ajoutez l'oignon émincé, la tomate pelée, épépinée et concassée, ainsi que 10 cl d'eau. Salez. Posez le tajine sur feu très doux et démarrez la cuisson jusqu'à frémissement. Couvrez et laissez mijoter 1 h, en retournant les morceaux de poulet à mi-cuisson.
 3 – au bout de ce temps, ajoutez encore les olives et les raisins, mélangez délicatement. Terminez la cuisson 20 mn à couvert. Servez directement dans le tajine. Accompagnez de semoule à couscous.



«ORANGES A LA FLEUR D'ORANGER»

Pour 4 personnes

3 belles oranges
 1 cuiller à café d'eau de fleur d'oranger
 Cannelle
 sucre

Peler à vif les oranges.
 Les couper en tranches fines
 Ajouter l'eau de fleur d'oranger, la cannelle, le sucre et laisser au frais

Servir avec éventuellement une boule de glace vanille



Cours de cuisine Lyonnaise

20 novembre 2012



« SAUCISSON DE LYON ET POMMES DE TERRE »:

Pour 4 personnes

1 saucisson de Lyon 800 g
600 g de pommes de terre

Pour la vinaigrette :

3 cuillerées à soupe d'huile d'olive ou
arachide

1,5 cuillerée à soupe de vin blanc

1,5 cuillerée à soupe de vinaigre de
vin

2 échalottes, sel, poivre

Laver les pommes de terre, les peler et couper en deux morceaux
Piquer le saucisson de quelques coups de fourchettes, le placer dans la marmite contenant l'eau froide. Porter à ébullition, dès le début de l'ébullition, baisser le feu et laisser cuire 15 mn à frémissement.
Ajouter ensuite les pommes de terre et continuer la cuisson 15 à 20 mn. Pendant ce temps, hacher finement les échalottes et faire une vinaigrette avec les ingrédients. Ajouter les échalottes.
Après ce temps, sortir les saucissons, les couper en rondelles de 1 cm ; mettre dans un plat de service et ajouter les pommes de terre autour. Arrosez de vinaigrette à votre goût et déguster avec une salade verte



« BUGNES LYONNAISES »

Pour 6 personnes

2 gros œufs

250 g de farine

50 g de beurre ramolli

30 g de sucre en poudre

1 cuillerée à soupe d'eau de fleur
d'oranger

Huile de friture , sel

Battez les œufs en omelette

Versez la farine dans une jatte. Faire un puits et mettez y le beurre, le sucre, une pincée de sel, les œufs et l'eau de fleur d'oranger

Mélangez et pétrissez la pâte pour former une boule

Couvrez et laissez reposer 3 heures au frais.

Faites chauffer l'huile à 180 °C.

Étalez la pâte sur une épaisseur de 5 mm. Découpez-la en bandelettes de 10 cm de long sur 4 cm de large. Faites une fente de 5 cm au centre de chaque bandelette.

Par petites fournées, plongez-les dans l'huile chaude en les retournant une fois.

Otez-les avec une écumoire et laissez-les égoutter sur du papier absorbant. Saupoudrez de sucre en poudre et servez.



Cours de cuisine Brésilienne

12 février 2013



«Caipirinha»:

Pour 6 personnes

30 cl de rhum brésilien : cachaca
4 citrons verts
Jus de citron vert
15 cl de sirop de sucre de canne
Glaçons

1 heure avant de servir : Couper les citrons en petits dés ; les piler, ajouter le sucre de canne et le rhum et du jus de citron vert selon le goût recherché.
Ajouter des glaçons.

Au moment de servir, rajouter des glaçons

« Empanadas » :

Pour 6 personnes

1 rouleau de pâte brisée
80 g d'emmental râpé
1,5 tranche de jambon cuit
70 g de crème de fromage aux fines herbes
35 g de crème fraîche
1 jaune d'œuf

Couper le jambon en très petits dés et mélanger avec les fromages.
Couper la pâte en carrés pour confectionner les chaussons
Farcir les chaussons et refermer à la fourchette
Disposer sur du papier sulfurisé
Dorer à l'œuf
Passer au four 25 mn.



«Feijoada »:

Pour 6 personnes

450 g de haricots noirs
600 g de porc demi salé (travers, épaule, jarret) et 2 chorizos
½ botte d'oignons blancs entiers
1 gousse d'ail
300 g de riz
60 g de maïs en boîte
60 g de petits pois
1 carotte, sel poivre, persil

Faire tremper les haricots pendant au moins 3 heures (le matin pour le soir si possible).
Couper la viande en morceaux de 4 cm et la laver (sel) ; couper les chorizos en trois parts.
Couper les oignons en petits dés, couper l'ail
Cuire les haricots 20 mn.
Faire sauter la viande avec les oignons et l'ail, puis mélanger avec les haricots et cuire pendant 15 mn. Goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
Cuire le riz. Cuire les carottes et les petits pois.
Mélanger les carottes, le maïs et les petit pois avec le riz
Servir l'ensemble.

«Pavé d'ananas»

Pour 6 personnes

½ ananas
½ boîte de lait concentré sucré
1 mesure de lait
40 g de maizena
2 œufs
75 g de crème fraîche épaisse
250 g de sucre
200 g de crème fleurette pour chantilly

Enlever la peau de l'ananas ainsi que le cœur, le couper en petits dés. Faire bouillir avec sucre 10 mn avec un peu d'eau (juste couvrir). Mettre refroidir.
Mélanger au fouet le lait concentré, le lait, la maizena. Passer les jaunes d'œufs à la passoire et mélanger avec le lait.
Faire chauffer à bouillir doucement, à feu moyen, en mélangeant avec le fouet ; laisser bouillir 5 mn en mélangeant.
Mettre à refroidir puis ajouter la crème fraîche.
Préparer une crème chantilly avec la crème fleurette et du sucre.
Quand tout est refroidi, monter les ingrédients dans des coupes : ananas + crème + crème chantilly.



Cours de cuisine Espagnole

9 avril 2013



«Tapas»:

Pour 6 personnes

Pulpe de tomates :

6 tomates fraîches, 3 gousses d'ail, 2 cuillerées d'huile d'olive
 Anchois, serrano, moules à l'escabèche etc ...

Pour la pulpe de tomates : peler les tomates, les ouvrir et enlever les pépins, les couper en dés dans un saladier. Mixer, saler, poivrer, ajouter l'ail finement écrasé puis l'huile d'olive et mélanger le tout. Conserver au frais pour macérer (la veille si possible)

Préparer des tartines en étalant de la pulpe de tomates et en disposant des anchois ou des moules ou du serrano, etc ...

« Veau à la catalane » :

Pour 4 personnes

800 g à 1 kg de veau (tendron ou épaule), un peu de farine
 2 cuillerées d'huile d'olive
 2 ou 3 gousses d'ail, 3 oignons
 1 verre de vin blanc sec
 3 ou 4 tomates moyennes (en boîte)
 Sel poivre
 12 olives vertes
 150 g de chorizo (semi fort)

Fariner les morceaux de viande. Faire dorer dans une sauteuse avec 2 cuillerées d'huile d'olive très chaude. Ajouter les oignons en cours de préparation ainsi que l'ail. Faire revenir le tout, bouton vapeur ouvert. Arroser avec le verre de vin blanc. Laisser chauffer quelques minutes.

Pendant ce temps, peler les tomates, les couper, épépiner et les vider de leur jus. Les ajouter dans la sauteuse avec un peu de sel et poivre.

Couvrir, bouton vapeur fermé et laisser cuire.

Après 15 mn ajouter les olives et le chorizo coupé en morceaux ; remettre le couvercle et cuire encore 15 mn.

Servir directement dans la sauteuse.



«Riz à l'espagnole »:

Pour 6 personnes

60 g de riz par personne
 1 oignon (petit), 1 demi-poivron rouge
 Quelques rondelles de chorizo
 1 tomate pelée
 1 sachet d'épices (espagnoles)
 Sel (si besoin)
 Huile d'olive
 Eau chaude et bouillon de volaille

Hacher la tomate et l'oignon

Vider et épépiner le poivron et le couper en petits morceaux

Mettre dans la sauteuse et faire revenir l'oignon haché, le poivron, les tomates et le chorizo

Verser le riz, remuer.

Dès que le riz est translucide verser le sachet d'épices, l'eau chaude et laisser cuire.

Ajouter éventuellement de l'eau en cours de cuisson.



Cours de cuisine Italienne

11 juin 2013



«Il calzone»:

Pour 8 à 10 personnes

1 pâte brisée 1 pâte feuilletée
 800 g d'oignons
 15 à 20 anchois
 câpres
 1 vingtaine d'olives noires
 dénoyautées
 Tomates
 origan

Couper les oignons en lamelles très fines, les faire revenir dans de l'huile d'olive (presque caramélisés). Faire refroidir les oignons.
 Etaler la pâte brisée sur une plaque et la piquer.
 Eparpiller les oignons sur la pâte brisée. Disposer les anchois autour des oignons. Eparpiller des câpres et une vingtaine d'olives.
 Mettre tout autour de fines lamelles de tomate.
 Recouvrir avec la pâte feuilletée et piquer avec une fourchette.
 Bien refermer les bords à l'aide d'une fourchette.
 Huiler le dessus de la pâte et parsemer d'origan.
 Mettre au four à 170 °C pendant 30 à 40 minutes.
 Retirer le calzone dès qu'il est doré

«La braciolo» - Paupiettes de bœuf ou veau:

1 bifteck très fin par paupiette
 persil
 ail
 parmesan
 sel, poivre

accompagner de macaroni ou
 coudes (panzani ou barilla) 100 g

Sur le côté le plus large du bifteck, mettre de l'ail coupé en petits morceaux, du persil, du parmesan, du sel et bien poivrer.
 Enrouler le bifteck et le fermer avec des piques en bois.
 Faire dorer les paupiettes dans de l'huile et mettre à mijoter dans de la sauce tomate.

Faire cuire les pâtes avec du gros sel



« La sauce tomate » :

Pour environ 7 personnes

1 boîte de 1 kg de tomates pelées
 1 brique de purée de tomates (500 g)
 1 oignon
 1 bouquet de basilic
 sel, poivre

Faire chauffer de l'huile d'olive dans un fait-tout. Couper l'oignon en petits morceaux et le faire dorer dans l'huile.
 Ajouter la brique de purée de tomates.
 Ecraser le kilo de tomates pelées et l'ajouter dans le fait-tout.
 Remplir d'eau la boîte des tomates pelées et l'ajouter dans la préparation.
 Ajouter un morceau de sucre pour enlever l'acidité de la tomate.
 Ajouter le basilic et, quand les paupiettes sont prêtes, les faire mijoter dans la sauce tomate au moins pendant 3 heures.
 Ne saler qu'une demi-heure avant d'éteindre le feu, sinon la paupiette durcit.



Cours de cuisine d'Afrique du Nord

22 octobre 2013

Au profit de Forages Mali



«COUSCOUS »:

Pour 10 personnes

Bœuf (bourguignon) 750 g
 Mouton ou agneau (collier) 750 g
 Poulet 5 cuisses
 Merguez 10
 Semoule 1,2 kg
 Pois chiche (grande boîte) 2
 Céleri (botte) ¼
 Courgettes 1 kg
 Navets 1 kg
 Carottes 1,5 kg
 Oignons 1 kg
 Beurre salé 250 g
 Epices à couscous
 Cumin 50 g
 Bouillon volaille 3 cubes
 Bouillon bœuf 3 cubes
 Concentré tomate (grande boîte) ½ b
 Tomates pelées (grande boîte) : 2
 Huile colza ½ l
 Harissa en tube
 Sel – raisins secs selon goût 300 g

Dans un faitout mettre huile oignons, faire revenir pendant 15 mn la viande de bœuf et de mouton, mettre 3 cubes de bœuf et 3 cubes de volaille. Mettre 3 bonnes pincées de cumin et d'épices à couscous. Mettre ensuite les pois chiche (tout ou partie selon les goûts), les tomates pelées, faire revenir le tout 5 mn puis laisser cuire pendant 1h30 afin que la viande soit bien cuite. Incorporer ensuite les carottes, les navets et le poulet, laisser cuire pendant 15 mn. Incorporer les courgettes et cuire 10 mn.
 Possibilité de préparer également des raisins secs dans du jus et de servir des pois chiche à part.

La semoule :

Prendre un couscoussier, mettre de l'eau à bouillir. Rincer les graines à couscous, les mettre dans le haut du couscoussier et cuire 20 mn. Les sortir et les mettre dans un saladier, bien les travailler puis les remettre dans le couscoussier et cuire 20 mn. Les ressortir, les mettre dans le saladier, ajouter le beurre et bien mélanger

Les merguez :

Mettre un peu de jus du couscous dans une casserole, ajouter les merguez et cuire pendant 15 mn afin qu'elles soient bien cuites. Les sortir pour le dressage du plat



«BOULES DE COCO»

Pour 10 personnes

Farine 1 kg
 Sucre 300 g
 Œufs 4
 Beurre 100 g
 Sucre vanillé 2 sachets
 Levure alsacienne 2 sachets
 Confiture abricot 1 kg
 Noix de coco râpée 1 sachet de 500 g

Mettre dans un saladier les œufs, le sucre, mélanger puis incorporer le sucre vanille et la levure, mélanger puis incorporer le beurre fondu et la farine, faire une boule de pâte, laisser reposer 1/4h puis faire des petites boules avec ses mains. Faire cuire au four chaud 220°C environ 15 mn par fournée de 30 boules. Ensuite les rouler dans la confiture d'abricot et dans la coco.



Cours de cuisine Allemande

19 novembre 2013



«Matschko ou Obatzter»:

Pour 4 personnes

125g Camembert « fait »
 15g beurre mou
 60g philadelphia nature (fromage frais)
 50g oignons rouges émincés
 Sel et poivre, Paprika, Carvi, Ciboulette fraîche
 2 cuillères à soupe de lait
 12 rondelles d'oignon rouge
 8 tranches de pain complet, 8 bretzels

Ecrasez le Camembert avec une fourchette et ajoutez le beurre, la Philadelphia et les oignons émincés. Epicez avec sel, poivre, paprika et carvi selon votre goût. Ensuite ajoutez et mélangez le fromage peu à peu avec le lait.

Pour servir l'entrée, tartinez le Matschko sur les tranches de pain complet et décorez-le avec les bretzels, les rondelles d'oignons, de la ciboulette et le carvi

«Semmel-/ Serviettenklöße» - Knödel et Choucroute

Pour 4 personnes

1 à 2 Baguettes rassises
 0,25 l lait
 1 oignon
 Herbes de Provence
 50g beurre
 1 à 2 œufs
 80g farine

Coupez la baguette en cubes pas trop petits. Faites-les griller avec l'oignon finement émincé dans le beurre chauffé. Arrosez ensuite les cubes avec le lait et laissez-les ramollir. Ajoutez les œufs, la farine et les herbes de Provence. Pour avoir une pâte malléable, mélangez bien tous les ingrédients.

Pour Knödel : Formez des boules et mettez-les dans l'eau bouillante et faites-les rebouillir. Après laissez cuire les boules sur la plaque éteinte.

Pour Serviettenknödel : Formez des boulettes oblongues et mettez chacune soit dans un sac à congeler robuste soit emballez les boulettes dans des serviettes en tissu. Ensuite procéder comme il est décrit en haut : Mettez les sacs/ les serviettes dans l'eau bouillante et rebouillez l'eau. Après laissez-les cuire sur la plaque éteinte.

Pour présenter les boulettes sur l'assiette, enlevez-les Knödel de l'emballage et coupez les en tranches.

Faites cuire la choucroute dans un peu de beurre. Puis ajoutez le vin et les épices et finissez en la cuisant doucement jusqu'à ce qu'elle soit moelleuse.

400 g Choucroute
 ½ verre Vin blanc
 Baies genièvre – Beurre

« Falscher Hase » ou « Hackbraten » : « Faux lapin »

400g bœuf haché
 400g porc haché
 Demi-baguette
 1 œuf
 1 oignon
 Sel, Paprika, Chapelure

Trempez la baguette d'abord dans l'eau. Après émincez l'oignon et pressez la baguette ramollie. Préparez ensuite une pâte avec la viande, la baguette, les morceaux d'oignon et l'œuf.

L'assaisonnez avec les épices et modelez-en une boule oblongue. Roulez-la dans la chapelure et mettez-la sur une plaque dans le four.

Faites cuire la viande à 220-230° C pendant 50 à 60 minutes, les dernières 10 minutes laissez-la au four éteint.



« Herrencreme » Crème « Aux Messieurs »:

Pour environ 4 personnes

0,5 l lait
 1 paquet de poudre de Vanillepudding
 Sucre selon le goût de chacun
 200g crème pour chantilly
 25g chocolat noir
 Rhum selon le goût de chacun

Mélangez la poudre avec quelques cuillères à soupe de lait et le sucre. Faites bouillir le lait, baissez la température et ajoutez le mélange de poudre. Remuez bien en le faisant rebouillir. Ensuite laissez la crème refroidir et durcir. Remuez parfois pour éviter la création de peau. Quand elle est complètement refroidie, battez la crème en chantilly et incorporez-la délicatement. Coupez le chocolat noir en petits morceaux (pas trop petits) et ajoutez-les également. Ajoutez du rhum selon votre goût.
 Mettez la crème au réfrigérateur pendant quelques heures ou pendant la nuit



Cours de cuisine Russe

11 février 2014



"Щи по-сибирски" - Soupe à la choucroute, façon sibérienne :

Pour 6 personnes

Choucroute 600 g
 Carotte 360 g
 Oignon 20 g
 haricots rouges (conserves) 120 g
 ail 1 gousse – feuilles de laurier
 beurre 40 g - crème fraîche 40 g
 bouillon de bœuf (sec) 12 g
 sucre 12 g
 6 pommes de terre (1 par personne)

Couper finement les carottes et l'oignon, les mettre dans une casserole.
 Couper très finement la choucroute et la rajouter dans la casserole.
 Ajouter du sel, du poivre, des feuilles de laurier, du sucre, du bouillon de bœuf - faire mijoter sur le feu pendant une heure.
 Quelques minutes avant la fin ajouter des haricots rouges
 A part: Faire cuire des pommes de terre entières. Dès qu'elles sont prêtes, les tenir au chaud (sans eau).
 Dans un autre récipient faire revenir l'ail (râpé) dans le beurre.
 Verser dans une assiette la soupe, ajouter une pomme de terre (coupée en deux), verser dessus "le beurre de l'ail", servir avec de la crème fraîche.

"Тефтели с тыквой в печи" - Boulettes de viande et potiron rôti :

Pour 6 personnes

chair à saucisses (porc) 600 g
 bœuf haché 180g
 champignons sauvages 60 g
 grains de blé 72 g - oignons 110g
 ail 1 gousse - 1 œuf - huile 24 ml
 crème liquide 30% 48 ml

Sauce :

concentré de tomate 12 g
 crème fraîche 90 g
 farine de blé 24 g
 huile végétale 24 ml - sel, poivre

Garniture :

potiron environ 960 g
 beurre 36 g - riz 300 g

Préparer les grains de blé, faire refroidir.
 Mettre les champignons dans l'eau tiède.
 Mélanger la chair à saucisse et du bœuf haché avec l'oignon et l'ail finement découpés, y ajouter la préparation des grains de blé, des champignons finement découpés, des œufs et de la crème liquide. Bien mélanger tout.
 Faire des boulettes, les disposer sur le plat (qui va au four).
 Mettre dessus de la sauce et faire cuire dans le four (180-190 degrés, 40 minutes)
Sauce : Dans une casserole faire revenir de la farine dans l'huile.
 En mélangeant énergiquement, ajouter de l'eau et ensuite de la crème fraîche.
 A part: faire revenir le concentré de tomate et rajouter ensuite dans la sauce, et faire bouillir.
 Découper la chair du potiron en petits morceaux, les placer sur le plat (pour le four).
 Verser dessus le beurre fondu, mettre du sel et du poivre.
 Dans le four pour 30 minutes (180-190 degrés)



"Клецки княжеские" - Klyotzki des Princes :

Pour 6 personnes

farine de blé 180 g
 crème fraîche 160 g
 œufs 2 - lait 240 ml - sel un peu
 sucre 120 g - beurre 120 g
 semoule à dessert 18 g – miel 180 g
 sucre vanille 6 g - levure 1/4 c à c
 aïelles rouges 60 g

Mélanger la farine, la semoule, la crème fraîche, des œufs, du sucre, du sel, du sucre vanillé, la levure et du lait.
 Verser de l'eau dans une casserole et la faire bouillir.
 Faire (à l'aide d'une cuillère à café) des "Klyotzki" (petites boulettes) et les plonger dans l'eau bouillante.
 Quand elles remontent dans l'eau, il faut les sortir et exposer sur un plat.
 Dans l'assiette: mettre dessus du miel liquide, du beurre fondu et le coulis des aïelles.



Cours de cuisine Portugaise

1^{er} Avril 2014



« Bacalhau cozido » - Morue au four :

Pour 6 personnes

1 kg 500 de morue dessalée
 2 kg pommes de terre
 3 - 4 poivrons vert ou rouge
 1 Grand verre d'huile d'olive
 2 verres de vin blanc sec
 1 kg tomates
 3-4 gousses d'ail
 5-6 oignons
 2-3 cubes or de volaille
 1 boîte de concentré de tomate
 1 bouquet de persil plat
 Un peu de piment
 Sel poivre.

Faire dessaler la morue, la veille (peau au-dessus) et changer l'eau plusieurs fois. Puis enlever les nageoires etc...Couper en morceaux moyens la morue dessalée.

Allumer et faire chauffer le four

Eplucher et écrasez les gousses d'ail.

Eplucher et coupez les oignons en rondelles ainsi que les tomates et les poivrons.

Eplucher les pommes de terre et les couper en rondelles

Coupez finement le persil

Etaler au fond d'un plat allant au four la moitié de l'ail écrasé, des rondelles de tomates et d'oignons ensuite les pommes de terre ; placer les tranches de morue puis encore le reste d'ail, de tomate et d'oignon. Compléter avec les rondelles de poivron et assaisonner puis arroser le tout de vin blanc, d'huile d'olive sans oublier le concentré de tomate et les cubes or de volaille émietée sans oublier l'eau. En remettre pendant la cuisson si vous trouvez qu'il en manque

Mettre au four thermostat 7 pendant environ 60 min. Quand la morue est dorée retirer du four, saupoudrer de persil coupé finement.

Servir et bon appétit.



"Pão de Ló" - Génoise :

Pour 8/10 personnes

8 (gros) œufs
 400 gr de sucre
 200 gr de farine
 1 pincée de sel fin
 1 cuillère à café de levure
 Un peu de beurre pour le moule
 1 orange et son zeste

Préchauffer le four th.6

Séparer les blancs des jaunes d'œufs.

Ajouter les jaunes d'œufs avec un peu de sel fin, le sucre et mélanger jusqu'à obtenir une pâte homogène. Ajouter le jus d'orange et les zestes râpés.

Battre les blancs en neige y ajouter les jaunes, et y verser peu à peu la farine.

Beurrer et fariner un moule à manqué. Verser la pâte dans le moule et enfourner pendant 40 minutes.

Vérifier la cuisson en piquant avec un couteau. La lame doit ressortir sèche. Attendre quelques heures avant de déguster



Cours de cuisine Estonienne

3 juin 2014



« KILUTRÜHVLID » (truffes aux anchois) :

Pour environ 40 pièces

150 g sprat épicé ou anchois
 200 g fromage à la crème
 2 œufs durs
 un peu d'aneth et ciboulette
 chapelure

Hachez finement les sprats ou anchois avec un couteau ou écrasez avec une fourchette. Hachez l'aneth et la ciboulette, écrasez les œufs durs avec une fourchette. Mélangez avec le fromage à la crème.

Prenez une petite partie dans votre paume et formez une boule. Roulez les boules sur une plaque de chapelure. Conservez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir

« SINGI-KARTULISTRUUEDEL » (strudel du jambon et pomme de terre):

Pour 6 personnes

Pâte :

40 cl farine
 10 cl eau chaude
 0,5 cuillère à thé de vinaigre
 3 cuillères à soupe d'huile
 un peu de sel

Garniture :

200 g jambon
 300 g pommes de terre cuites
 1 œuf
 1 cuillère à thé de persil
 1 cuillère à thé de moutarde
 10 cl mayonnaise
 sel

10 cl chapelure

150 g fromage râpé

Pour dorer la préparation :

50 g beurre fondu

Mélanger l'eau chaude avec le vinaigre et l'huile. Mesurer la farine dans un bol, et ajoutez une pincée de sel. Ajouter le liquide. En faire une pâte souple. Mettre la boule de pâte sous un pot sec et chaud pendant une demi-heure (pour que la pâte devienne plus élastique).

Pour la garniture, mélanger le jambon (qui a été haché en petits morceaux), les pommes de terre, les œufs et le persil. Ajouter la moutarde et la mayonnaise. Assaisonner avec le sel et mélanger le tout uniformément. Après une demi-heure, étaler la pâte finement (comme une feuille de papier) dans un plat rectangulaire. Badigeonner de beurre fondu et saupoudrer de chapelure. Saupoudrer de fromage râpé, puis recouvrir avec le jambon - pommes de terre, laissant les bords libres sur environ 3cm. Repliez les bords vers l'intérieur du strudel dans le sens de la largeur. Cuire au four à 180 degrés pendant 40 minutes, badigeonner le strudel de beurre fondu trois ou quatre fois pendant la cuisson. C'est prêt !



« KÜPSISETORT » (gâteau de biscuits):

Pour 12 personnes

3 - 4 paquets (de 180 g) de biscuits par ex. Speculoos ou P'tit Beurre
 1 - 2 dl lait - 250 g fromage blanc
 500 g yaourt aux fruits
 100 g chocolat
 50 g beurre - 0,5 dl lait
 Décorations selon goût

Mélanger le fromage blanc avec du yaourt. Tremper des biscuits brièvement dans du lait et mettre une couche sur la plaque (3x4 biscuits). Étaler la crème sur le dessus des biscuits. Répéter ces actions afin de finir tous les biscuits.

La dernière couche doit être uniquement composée de biscuits.

Pour le glaçage chocolat, mettre le chocolat en morceaux dans une petite casserole avec le beurre et le lait. Laisser mijoter à feu doux, en remuant constamment, jusqu'à ce que le glaçage soit lisse.

Étaler le glaçage sur le gâteau, décorer à votre convenance.

Conserver dans le réfrigérateur aussi longtemps que possible.



Cours de cuisine d'Afrique du Nord

14 octobre 2014

Au profit de Forages Mali



«CHORBA»

Pour 10 personnes

300 g de viande hachée
 300 g de blanc de dinde
 300 g de tomates fraîches
 1 petite boîte de tomates pelées
 1 petite boîte de concentré de tomates
 600 g d'oignons
 300 g botte de céleri
 1 pot de pois chiche
 10 cl huile
 2 cubes de bouillon, cumin, sel, poivre, harissa
 150 g de pâtes langues ou vermicelles
 Citron
 Eau : 2 à 2.5 litres

Dans une cocotte mettre l'huile, les oignons et faire revenir la viande découpée en petits morceaux.

Incorporer les épices, les pois chiche, le céleri coupé finement et les tomates pelées, les tomates fraîches et le concentré de tomates, les cubes de bouillon, l'eau.

Faire cuire pendant $\frac{3}{4}$ d'heure à 1 heure et mettre les pâtes et laisser 15 mn.

Déguster, possibilité d'ajouter de l'harissa et du citron dans l'assiette.



«TAJINE POULET AUX ABRICOTS ET AMANDE »:

Pour 10 personnes

10 cuisses de poulet
 600 g d'abricots secs
 900 g d'oignons, 600 g d'amandes
 Huile d'olive, 100 g de beurre
 1 cube bouillon de volaille
 Cannelle en poudre, Cumin, sel, poivre, petit pot de miel
 Riz, safran ou curcuma

Faire revenir 2 kg oignons dans du beurre et ensuite les cuisses de poulet ; ajouter les amandes (la moitié).

Ajouter les épices, de l'eau au fond du plat et laisser cuire pendant $\frac{3}{4}$ d'heure à 1 heure à four très chaud. Ajouter les abricots à mi cuisson.

Mettre un 1 kg d'oignons dans une casserole avec l'huile d'olive ; faire revenir puis mettre un peu d'eau et le miel puis la cannelle et faire revenir le tout.

Arrosez le poulet avec ce bouillon.

Faire griller le reste des amandes et les mettre au-dessus du poulet avant de servir avec du riz blanc ou riz au safran.



Cours de cuisine Italienne

18 novembre 2014



«Parmigiana»:

Pour 8 personnes

2 grandes boîtes de tomates pelées
 1 bocal de purée de tomates
 2 ou 3 échalotes
 Un peu de sucre
 Une feuille de laurier
 700 g de bœuf haché
 5 aubergines
 2 sachets de 200g gruyère râpé
 Parmesan
 Roquefort
 Farine
 Lait
 Huile
 2 œufs
 Sopalin

Préparation de la sauce tomate

Faire dorer 2 à 3 échalotes
 Ajouter le bœuf haché en l'émiettant. Ajouter les tomates pelées après les avoir écrasées. Ajouter de l'eau : 1 fois le volume des boîtes vides.
 Faire mijoter 1h30 à 2h.

Préparation des aubergines

Laver les aubergines, les essuyer et les couper en lamelles de 4 mm environ.
 Préparer une pâte à crêpe salée.
 Tremper les aubergines dans la pâte, les faire dorer dans l'huile bien chaude, les déposer dans un plat sur du sopalin, pour absorber l'huile.

Préparation de la parmigiana

Dans un plat qui va au four, mettre un peu de sauce tomate préparée, y déposer les beignets d'aubergine par couches
 Etaler le gruyère râpé, du parmesan, du roquefort et couvrir de sauce tomate.
 Recommencer l'opération jusqu'à la fin des beignets et en terminant par le gruyère, le parmesan et la sauce tomate.
 Couvrir d'un papier aluminium et mettre au four à 180°C pendant 30 mn.

