



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 égouté 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