

# Salade tiède

Pour 2 personnes (comme plat ou 4 personnes comme entrée)

- 2 petites patates douces      - 2 sucrones
- 1 boule de mozzarella di buffalla      - 4 petites figues séchées moelleuses

Pour la sauce :

- 2 CS de crème fraîche épaisse à 15%      - 1CS d'huile d'olive
- 3 CS de vinaigre de vin      - Sel/Poivre

Épluchez et coupez en dés moyens vos patates douces. Dans une sauteuse avec une belle noix de beurre et un filet d'huile d'olive faites revenir à feu moyen couvert vos patates douces jusqu'à ce qu'elles soient moelleuses. Réservez.

Pendant ce temps, coupez les sucrones, la mozza et les figues. Mettez le tout dans un saladier, ajoutez les patates. Préparez votre sauce et ajoutez de suite. Mélangez bien pour que la sauce aille partout. Servez de suite.

---

# Crumble tofu-tomates

Pour 4 personnes :

- 1 sachet de tofu (type Bjorg) - 200g de riz blanc- 3 tomates

### **Pour le crumble :**

– 100g de beurre pommade – 100g de farine complète – 100g de parmesan râpé – 100g de chapelure

Préchauffez votre four à 180°.

Dans un plat allant au four, faites une couche de riz cuit (comme vous avez l'habitude de le cuire), une couche de tofu et une de tomates.

Dans une jatte, préparez votre pâte à crumble. Mélangez la farine, le parmesan et la chapelure. Coupez le beurre en petits morceaux et ajoutez-le dans la jatte. Du bout des doigts mélangez sans essayer de former une boule de pâte. Cela doit être sableux. Quand la pâte est bien sablée, recouvrez les tomates avec. Un filet d'huile d'olive dessus et 20min au four pour que la pâte cuise.

---

## **La tourte aux courgettes**

Pour une tourte : 600g de courgettes, une poignée d'olives noires, huile d'olive, sel, poivre et herbes de Provence fraîches (thym, romarin, origan, ...)

Réalisez 2 pâtons de pâte à pizza\*

Préchauffez votre four à 200°.

Nettoyez et coupez vos courgettes en rondelles. Dans une sauteuse, faites-les revenir dans un peu d'huile olive et les herbes de Provence. Étalez le 1er pâton dans votre moule (ex:

moule à tarte avec un rebord haut). Mettez les courgettes (sans le jus) dans le moule. Coupez les olives en morceaux et ajoutez-les aux courgettes. Salez, poivrez. Recouvrez avec le second pâton.

Enfournez pendant 35min. Servir chaud.

\*Par ici la recette de la pâte à pizza

---

## **Et vous, vous mettez quoi sur votre pizza ?**

La pâte à pizza : 400g de farine – 20cl d'eau tiède – 4CS d'huile d'olive – 2cc de sel – 2cc de levure boulangère sèche.

Pétrir le tout avec de l'huile de coude pour que la pâte soit bien élastique.

Laissez pousser pendant 2/3h à un endroit chaud couvert d'un linge...

Après vous mettez ce que vous voulez sur votre pizza ! Crème fraîche, sauce tomate, viande hachée, poulet, mozzarella... Tout est possible !

---

## **Le hachis parmentier de mon**

# enfance

Un plat qui évoque l'enfance... En tout cas, celle de mon homme :

2 steak haché pur bœuf à 5% – 1 jaune d'œuf – 6 grosses pommes de terre (pour purée) – Huile d'olive – 2CS de crème fraîche épaisse – Sel/poivre – 10 tiges de ciboulettes – Noix de muscade – 1bouillon cube de volaille – Chapelure

2 cercles larges en inox

Dans un premier temps la purée : pelez votre pommes de terre et coupez-les en 4 ou 6 chacune (pour faciliter et accélérer la cuisson). Dans un grand volume d'eau, ajoutez votre bouillon cube et vos pommes de terre (attention l'eau doit être froide). Couvrez et laissez cuire à gros bouillon pendant environ 30min (les pommes de terre doivent être très tendre pour les écraser).

Pendant ce temps, dans un grand bol (ou saladier), mélangez vos 2 steaks, votre jaune d'œuf, et la ciboulette émincée. salez, poivrez. Réservez au frais.

Quand les pommes de terre sont cuites. Videz l'eau de cuisson (gardez-en un verre, au cas ou). Ajoutez la crème, 2CS d'huile d'olive, sel, poivre et écrasez le tout avec un presse purée. Lissez votre purée avec une cuillère en bois en la mélangeant. Ajoutez 2 pointes de couteau de noix de muscade râpée. Goûtez et rectifiez assaisonnement si besoin.

Pour le montage:

Dans un cercle en inox, placez la moitié de votre bœuf mélangé. Tassez bien le tout. A la cuillère (ou à la poche à douille), ajoutez la purée par dessus. Saupoudrez de chapelure. Répétez l'opération pour le 2e cercle.

Préchauffez votre four à 100°C. Faites cuire 1h votre hachis.

Vous pouvez terminer par quelques minutes au grill en ajoutant du fromage râpé sur le dessus.

à boire (avec modération) avec par exemple un Saint Pourçain.

Bon appétit !

---

## Quiche tomates et chèvre

Une recette pratique et rapide à faire :

1 pâte brisée (commerce ou maison ~230g) – 3 tomates – 1 buchette de chèvre – 2CS de pignons de pain – quelques morceaux de tomates confites – 6 œufs – 4CS de crème fraîche épaisse – Huile d'olive – Origan – Sel/Poivre

Préchauffez votre four à 200°C

Étalez votre pâte dans votre moule à tarte. Coupez vos tomates et votre chèvre en rondelles et disposez-les sur votre pâte. Ajoutez les tomates confites. Répartissez les pignons. Saupoudrez d'origan. Salez, poivrez.

Préparez votre appareil à quiche : cassez les œufs en omlette et ajoutez la crème fraîche. Salez et poivrez. Ajoutez l'appareil dans le moule à tarte. Cela doit bien couvrir les tomates et le chèvre. Un petit filez d'huile d'olive sur le dessus.

Placez au four pendant 30 à 35min.

A déguster avec une belle salade verte !

---

# Inspiration asiatique

Que faire quand quelqu'un débarque à l'improviste à la maison...  
Pas grand chose dans le frigo... Hummm

Il me reste, des œufs, des petits pois, des crevettes, et du riz... Et bien je vais faire un genre de riz cantonnais.

J'ai besoin de 30cl de riz « sauvage », 5œufs, 400g de crevettes roses surgelées, et 100g de petits pois frais surgelés.

Faites cuire le riz à part. Pendant ce temps faites une omelette avec vos œufs. Réservez.

Faites revenir vos crevettes dans 1CS de sauce soja. ajoutez de la coriandre et du gingembre moulu (1/2cc chacun). Ajoutez le riz, remuez, ajoutez les petits pois. Remuez. Finissez par ajoutez l'omelette coupée en petits morceaux. Bien mélangez et servir chaud !

---

# Petit festin d'anniversaire de mon amoureux



Au menu : bonbon pina colada, macarons au foie gras, crèmes brûlées au saumon fumé, poulet texan, et chou à la crème de pistache

---

## Une raclette ?

La traditionnelle avec jambon blanc, jambon cru, rosette, salami, fromage à raclette nature et puis pommes de terre à l'eau...

Un bon vin de Savoie, quelques cornichons et le tour est joué !

---

# Le pot-au-feu

Puisque nous sommes encore en hiver et que le froid reste là, mangeons comme tel !

Pour un bon pot-au-feu (de 6 personnes) il faut :

– 4 belles carottes – 4 navets moyens – 6 belles pommes de terre – 1Kg de viande à pot au feu (du bœuf pour cette recette) – 2 oignons – 2 gros blancs de poireau – 1 bouquet garni – sel/poivre – beaucoup d'eau et surtout une grande cocotte !

Épluchez tous vos légumes (n'oubliez pas de bien laver vos poireau, la terre c'est pas très bon). Coupez les en gros morceaux. Réservez.

Coupez votre viande en morceaux grossiers. Réservez.

Dans votre cocotte, placez tous vos produits en ajoutant le bouquet garni, du sel et du poivre. Recouvrez d'eau. Laissez cuire à bouillons moyens pendant au moins 1h-1h15. Rectifiez l'assaisonnement.

Servir bien chaud...

---

## I ♥ PASTA !

Un petit post, pour parler de ce que j'adore plus que tout. Les pâtes ! Mais attention, pas les pâtes de la cantoché...

Des bonnes pâtes de qualité... Voire celles qu'on a fait soit-même, encore meilleure. La recette de base pour 100g de farine, un œuf et un CS soupe d'eau... A pétrir à la main



surtout pas au robot... Après faites ce que bon vous semble : tagliatelles, ravioles, tortellini, ... Le choix est immense !



---

## Mon 1er Bourguignon

Là encore, rien ne mieux que du matériel adapté... Moi je n'ai pas de cocotte pour faire mijoter... Un simple fait tout qui ne fait pas tant tout !

J'ai ajouté à la recette traditionnelle: 4 petites carottes, 2 carrés de chocolat noir, une petite courgette... J'ai accompagné le tout de pommes de terre à l'eau...

---

# Le risotto rouge

Pour un Risotto pour 2 personnes :

- 125g de riz arborio
- 1L de bouillon de légumes
- 1 petite boîte de concentré de tomate
- 1/2 cc d'huile d'olive
- 1 échalotte
- 15g de parmesan

Dans une sauteuse, faites chauffer l'huile. Émincez votre échalotte et faites la revenir quelques minutes, puis ajoutez le riz. Laissez revenir 2-3 minutes.

Pendant ce temps, préparez votre bouillon. Il doit être chaud pour ne pas refroidir le contenu de la sauteuse. Ajoutez louche par louche le bouillon dans la sauteuse. Le risotto doit absorber le liquide entre chaque louche. Remuez fréquemment. Le riz ne doit pas coller. Refaites l'opération pendant 20 minutes environ.

Au milieu de la cuisson, ajoutez le concentré de tomate. Et remuez bien pour que le concentré soit dilué correctement.

A la fin de la cuisson et hors du feu, ajoutez le parmesan que vous aurez râpé. Servir de suite dans une assiette chaude.

Attention le bouillon étant souvent salé, rectifiez l'assaisonnement que si nécessaire.

Bon appétit !

---

# Mes burgers maison

A nous la vie à l'américaine... mais version française ^^

Voici ma recette... Bon évidemment comme je n'ai pas la science infuse, il y a des éléments que j'ai pris dans ma bibliothèque culinaire. Par exemple le pain à burger. Donc avant tout trouver une recette de pain à burger. Attention, ce n'est pas super compliqué mais c'est surtout long avec plusieurs étapes, temps de pause, etc.

Pendant que le pain lève (ou se pétri, si vous avez la chance d'avoir une machine à pain ou un robot pétrisseur), on va faire le steak haché de bœuf. Personnellement j'ai pris un petit roti (environ 150g à 200g par personne selon gros ou petit mangeur) de bœuf (je n'ai pas gardé le gras autour). J'ai coupé grossièrement le rôti et mis dans un robot pour le hacher. J'ai ajouté un œuf entier et un croûton de pain un peu rassi morcelé. Ajouté comme vous aimez du piment.

Une fois le tout bien mixé, faites des boules de viande moyennes, et aplatissez-les que ça fasse la largeur de votre pain à burger. Réservez. Coupez tomates, cornichons (gros) et cheddar en lamelles pas trop épaisses. Réservez.

Quand vos pains sont prêts, demandez à vos convives comment ils aiment la cuisson de leur viande. De part chez nous, c'est plutôt saignant. Donc je les fais bleus à la poêle et je réserve. Préchauffez votre four à 200°. Maintenant on monte le burger. On coupe le pain qu'on vient de faire en deux. On tartine l'intérieur de la sauce qu'on aime (ketchup, mayonnaise, etc.), une tranche ou 2 de tomates, du cheddar, des cornichons, (on peut aussi ajouter si on veut une feuille de salade verte). Salez poivrez. Couvrez le tout avec la tête

de votre pain. Enfournez quelques minutes le burger que la viande finisse de cuire, que le fromage fonde et que je tout soit à bonne température pour la dégustation !

Miam ! Bon appétit. La prochaine fois, j'essaie la version végétarienne !!

---

## Le ramen à ma façon

Les ramens qu'est-ce que c'est ? C'est une soupe asiatique avec un mélange de légumes, nouilles et viandes trempant dans un bon bouillon bien chaud ! C'est terriblement bon et ça change de la soupe de mamie ^\_^

Ingrédients pour 2 personnes : \_ Un bouillon cube de volaille (dégraissé si vous préféré) \_ Un bon litre d'eau bouillante \_ Une cuillère à soupe d'huile de sésame (à défaut d »olive) \_ Une cuillère à soupe de vinaigre balsamique \_ Une cuillère à soupe de jus de citron \_ 1 à 2 cuillères à soupe de sauce soja \_ 6 branches de ciboulette \_ Éventuellement du gingembre ou piment si vous aimez quand c'est relevé \_ Un chou pak choy (chou chinois) \_ Un oignon ou une grosse poignée de soja cru (c »est selon votre gout en fait) \_ Des nouilles de riz fraiche \_ Du bœuf cru ou des œufs ou des grosses queues de crevettes cuites ou encore du Tofu

Dans un saladier, préparez la base de votre bouillon : le vinaigre, le bouillon cube, le citron, sauce soja et les aromates. Faites chauffer votre eau dans une bouilloire (ça va plus vite) et une fois que l »eau boue, versez la dans le saladier. Mélangez et attendez que tout se dissolve bien.

Pendant ce temps lavez et coupez votre Pak Choy. Rincez votre soja (ou épluchez votre oignon). Réservez.

nSi vous avez choisi le bœuf, coupez-le en fin morceau et réservez. Si ce sont les œufs qui vous ont tenté, battez-les en omelette et faites-la cuire. Pour les crevettes, vu qu'elles sont déjà cuites, vous n'avez qu'à les décortiquer.

Pour les nouilles, si elles sont fraîches, vous n'avez rien à faire...

Dans un grand bol, mettez vos légumes, nouilles et viande. Attention quand même à la quantité, il faut pouvoir mettre le bouillon et arrivée au bout de son plat ! Arrosez de bouillon chaud. voilà c'est prêt !