

# Rôti de bœuf en croûte au curry

**Ingrédients pour 6 personnes** : 1 rôti de bœuf de 800g – 250g de farine – 150g de beurre – 1 œuf – 3g de hot curry Sarabar (pour une recette peu épicée) / 5g de hot curry Sarabar (pour une recette épicée) – 2g de sel fin

**Pour la sauce** : 1 gros oignon rouge – 1,2L de bouillon de volaille – 3g de hot curry Sarabar – 250ml de vin rouge – 80g de beurre doux – 40g de farine

Dans un premier temps, préparer votre pâte sablée au curry. Dans un robot pâtissier ou à la maison, mettez la farine, le sel, le curry, l'œuf. Coupez le beurre en petits morceaux et ajoutez-le aussi au mélange. Commencez à pétrir au robot (ou du bout des doigts). La pâte doit arriver à une consistance non collante et homogène.



Faites une boule et couvrez de film alimentaire. Placez au frais.

Sortez votre rôti du froid. Vous devez le travailler à température ambiante pour ne pas agressez la viande.

**Pour la sauce :**

Emincez finement votre oignon. Dans une casserole large, faites suer votre oignon dans 40g de beurre chaud.

Ajoutez le vin et amenez à ébullition pendant 4/5 min. Ajoutez le curry Sarabar.

Puis ajoutez le bouillon et amenez à ébullition et faites réduire pendant 10min.

Dans une autre casserole, faites fondre les 40g de beurre restant. Une fois fondu, ajoutez la farine en une fois. Mélangez bien.

Faites brunir votre roux pendant 5 à 7min. Ajoutez-le à votre sauce. Laissez épaissir pendant plusieurs minutes. Conservez ensuite au bain-marie jusqu'au service.



Sortez votre pâte du froid et abaissez-la (environ 5mm d'épaisseur) pour qu'elle enroule le rôti de bœuf.

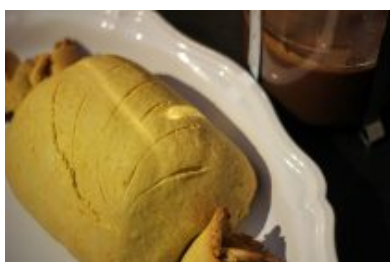
Préchauffez votre four à 180°C sur chaleur tournante.

Une fois la pâte abaissée, saisissez votre rôti sur toutes les faces dans une poêle bien chaude avec un peu d'huile dedans. Si votre poêle n'est pas assez chaude, votre viande va

accrocher...

Laissez reposer votre viande 5min sur une grille.

Enroulez votre viande dans la pâte et fermez-la bien. Placez votre rôti sur une plaque allant au four. Enfourez votre rôti pour 30-35min de cuisson.





---

## crackers graines et cheddar

Si toi aussi, tu n'aimes pas servir des biscuits industriels à tes apéritifs... Cette recette est pour toi !

**Ingrédients pour 1 fournée** : 500g de farine semi-complète – 50g de beurre – 27cl de lait – 1CS de miel – 3CS d'huile d'olive – 30g de cheddar râpé – 4CS de graines de courge – 1cc de sel.

Dans un saladier, réunissez la farine, le beurre froid en petits morceaux et le sel.

Commencez à faire une pâte sablée. Quand le beurre est bien amalgamé avec la farine, ajoutez progressivement le lait et le miel, puis ajoutez les graines et le cheddar.

Pétrissez jusqu'à ce que la pâte soit élastique. Etalez la

pâte sur une plaque de cuisson anti-adhésive (ou couvert d'un papier cuisson) d'un faible épaisseur – moins de 5mm – .

Une fois bien abaissée, coupez des carrés de 4cm environ et piquez la pâte avec une fourchette.

Enfournez à four chaud 180°C pendant environ 10min. Arrêtez votre four et laissez encore 5min les crackers dans votre four éteint.

Posez enfin sur une grille pour qu'ils refroidissent complètement.

Voilà, votre apéro est prêt ! A déguster sur votre balcon / Dans votre jardin / ou tout simplement dans votre salon. Seul ou entre amis avec votre boisson préférée ☐

---

## cheesecake dulce de leche

Je suis dans une période à cheesecake en ce moment. Il faut dire qu'on m'en demande souvent... Au moins ça me permet de trouver de nouvelle recette ☐ Cette fois-ci, je suis partie d'une base simple et pas trop sucrée pour y ajouter du Dulce de Leche (de la confiture de lait autrement dit).

**Ingrédients (1 cercle de 18cm) :** 300g de sablés pur beurre – 90g de beurre doux – 90g de pépites de chocolat au lait – 600g de fromage frais (St moret ou philadelphia) – 80g de sucre – 1 pot de Dulce De Leche – 5 feuilles de gélatine – 20cl de crème liquide (au moins – 1CS d'extrait naturel de vanille).

### 1.- Préparation du fond de cheesecake :

Dans un mixer à hélice, mettez tous les sablés avec le beurre légèrement mou. Mixez jusqu'à l'obtention d'une pâte sablée.

Ne mixez pas trop où votre pâte sera trop fine.

Dans une jatte, versez la pâte et ajoutez les pépites de chocolat. Mélangez à l'aide d'une maryse pour répartir le chocolat.

Placez sur un plat votre cercle à pâtisserie. Placez du rhodoïd dans le cercle. Versez-y la pâte du cheesecake. Tassez bien à l'aide d'une cuillère. Laissez prendre au froid pendant 30min.

## 2.- Préparation de la crème à cheesecake :

A l'aide d'un robot ou d'un fouet électrique, lissez le fromage frais pendant quelques minutes avec l'extrait de vanille. Séparez ensuite le mélange dans 2 jattes différentes. Dans une des 2 jattes, ajoutez la moitié du pot de Dulce De Leche. Mélangez bien.

Dans une casserole, faites chauffer doucement la crème liquide avec le sucre.

Pendant ce temps, faites ramollir les feuilles de gélatine dans de l'eau très froide. Une fois que les feuilles sont bien ramollies, ajoutez-les à la crème (hors feu). Mélangez bien sans incorporer d'air dedans (ne pas utiliser un fouet par exemple).

Versez la moitié de la crème (encore chaude) dans la jatte où vous avez le mélange fromage frais/dulce de leche. Mélangez. Répartissez ensuite cette crème sur le fond de cheesecake (qui a eu le temps de prendre au frais). Laissez prendre 30-45min au froid.

Maintenez au chaud dans un bain-marie la 2e partie de la crème (avec gélatine) pour éviter qu'elle prenne.

Quand la 1e partie du cheesecake est pris (avec le dulce de leche). Mélangez le reste de fromage frais et le reste de crème liquide légèrement chaude (toujours sans ajouter d'air).

Répartissez sur le cheesecake doucement. Laissez prendre au froid 1h.

Enfin versez la fin du pot de dulce de leche sur le cheesecake pris. Et de nouveau laissez prendre au moins 2h au froid.

Après 4h au froid, Décerclez. Retirez délicatement le rhodoïd et servez.

---

## Mayonnaise à l'huile de noix et moutarde à l'ancienne

[mpprecipe-recipe:7]

---

## Mini Muffin Avoine Figue & pécan

Une recette simple pour le petit déjeuner. Du réconfort à chaque bouchée. Alors on n'hésite plus.

**Ingrédients (12 mini muffins) :** 80g de flocon d'avoine – 17G de lait concentré non sucré demi-écrémé – 1 oeuf bio – 50g de sucre – 50g de beurre doux – 4g d'extrait de vanille liquide – 110g de farine de blé bio – 2g de levure chimique – 2g de cannelle – 4 figues moelleuses – 2g de sel – 12 noix de pécan.

Faites préchauffer votre four à 190°C.

\*\*\*\*\*

Dans une jatte, faites votre mélange sec :

Mélangez la farine et la cannelle, le tout tamisé.

Ajoutez la levure et le sel. Réservez.

\*\*\*\*\*

Dans une autre jatte, faites votre mélange liquide :

Faites gonfler l'avoine avec le lait concentré.

A côté, fouettez l'oeuf avec le sucre. Ajoutez ensuite la vanille.

Faites fondre votre beurre et laissez tiédir.

Tout mélanger avec l'avoine gonflé.

\*\*\*\*\*

Coupez vos figues en petits dés.

Faites un puits dans votre mélange sec. Versez le mélange humide. Et fouettez.

A mi-parcours, ajoutez les figues.

Répartissez des caissettes en papier dans votre plaque à muffins (12 alvéoles), et versez au 3/4 de la pâte à muffin. Ajoutez une noix de pécan sur chaque muffin.

Enfournez pendant 17min.

\*\*\*\*\*

Sortez votre plaque, et laissez refroidir vos muffins sur une grille.

---



# Mini Muffins Choci-pralin

Le chocolat, c'est la réponse à tout. C'est bien connu ! Je vous propose dans ce post de faire des muffins au chocolat, avec pépites de chocolat et rehaussés de pralin. Alors sortez votre farine et votre chocolat et c'est parti !

**Ingrédients (23 mini muffins) :** 180g farine de blé bio – 40g de cacao non sucré – 4g de levure chimique – 160g de sucre – 4 oeufs bio – 180g de beurre doux – 150g de lait demi-écrémé – 1/2 sachet de pralin – 100g de chocolat noir.

Faites préchauffer votre four à 190°C.

\*\*\*\*\*

Dans une jatte, faites votre mélange sec :

Mélangez la farine et la cacao, le tout tamisé.

Ajoutez la levure. Réservez.

\*\*\*\*\*

Dans une autre jatte, faites votre mélange liquide :

Cassez les oeufs, et ajoutez le sucre. Fouettez.

Pendant ce temps faite fondre votre beurre et laissez tiédir.

Mélangez ensemble les oeufs/sucre, le lait et le beurre fondu.

\*\*\*\*\*

Hachez votre chocolat.

Faites un puis dans votre mélange sec. Versez le mélange humide. Et fouettez.

A mi-parcours, ajoutez le chocolat haché et le pralin.

Graissez votre plaque à muffins (12 alvéoles), et versez au 3/4 de la pâte à muffin.

Enfournez pendant 17min.

\*\*\*\*\*

Sortez votre plaque, passez une lame tout autour des muffins.

Laissez refroidir 10min et sortez les muffins.

---

## Cassoulet Traditionnel

Voilà un plat réconfortant. Pourtant, j'entends souvent : « j'en ai toujours mangé en conserve, pas un vrai »... C'est triste. Moi la première, j'aimais pas ça à cause d'une conserve un jour goûté chez mes parents quand j'étais enfant. Avec la découverte de la recette traditionnel pour le CAP. LA REVELATION !

**Pour 4 personnes** : 300g de haricots blancs (lingots ou cocos) – 80g de carottes – 1 oignon moyen – 1 gousse d'ail – 1 clou de girofle – 1 petit bouquet garni – 100g de poitrine de porc 1/2

1 saucisson à l'ail à poché (environ 200g)

2 cuisses de canard confites (et leur graisse) – 80g de carotte – 1 oignon – 1 petit bouquet garni – 400g d'épaule d'agneau désossée – 2 saucisses de toulouse – 200g de tomates concassées – Chapelure

**\*\*\*IMPORTANT\*\*\*** *Veillez à faire tremper 12h vos haricots blancs si besoin.*

Lavez, épluchez vos légumes. Coupez la carotte en biseau.

Piquez l'oignon avec le clou de girofle.

Dans un faitout, faites chauffer un filet d'huile végétale. Marquez les légumes en cuisson pendant 5min (carotte, oignon, ail, bouquet garni). Remuez régulièrement.

Ajoutez les haricots et versez un grand volume d'eau et laissez cuire pendant 1h30 à feu moyen avec le couvercle.

Réservez l'eau de cuisson des haricots. Filtrée.

Dans un grand faitout, faites rissoler les cuisses de canard avec leur graisse pendant 5min. Sortez les cuisses et réservez-les couvertes pour la suite de la recette.

Coupez l'agneau en morceaux de 50g environ. Marquez en cuisson 5min dans le grand faitout.

Emincez l'oignon. Coupez les carottes en rondelles. Ajoutez-les dans le faitout avec le 2e bouquet garni, l'ail écrasé et les tomates concassées. Marquez en cuisson pendant 5min en remuant souvent.

Versez ensuite 1,5L d'eau de cuisson des haricots (à défaut, 1.5L de fond de volaille).

Enfournez pour 1h30 dans un four chaud à 180°C avec le couvercle.

Une fois cuit, filtrez la viande sans jeter le jus. Faites réduire le jus, il doit épaissir mais pas trop.

Pendant ce temps, Tranchez le saucisson. Coupez les saucisses de Toulouse en deux. Poêlez-les. Réservez.

Graissez une cocotte en fonte avec de la graisse de canard et frottez avec de l'ail.

Faites des couches avec les haricots et les viandes, en ajoutant du jus et de la chapelure.

Terminez par une belle couche de chapelure.

Enfournez pour 1h30 à 2h au four.

Accompagnez d'un vin rouge assez fort, sinon il passera inaperçu. Nous l'avons mangé avec un Haut-Médoc de 2004.