

Cuisine : carnet de recettes

Bonjour chef(fe) cuistot, j'espère que toi et ton entourage allez bien et tenez le coup. Pour t'occuper et peut-être te découvrir une nouvelle passion, je t'envoie plusieurs recettes de desserts et de plats.

N'hésite pas à prendre des photos de tes réalisations et à me les envoyer à l'adresse mail suivante : elisasalamone@live.be

Régalez-vous bien !

PS : n'oublie pas ces 4 points :

1. **Se laver les mains pendant 20 secondes.**
2. **Mettre un tablier.**
3. **Nettoyer son plan de travail.**
4. **Faire la vaisselle.**

Courage pour la suite, et à bientôt !



MAYONNAISE MAISON

Ingrédients	Matériel
<ul style="list-style-type: none">- 1 jaune d'œuf ;- 1 c. à c. de moutarde (facultatif) ;- 1 c. à c. de vinaigre ;- 10 cl d'huile de tournesol	<ul style="list-style-type: none">- Un bol ;- Un fouet ;- Une cuillère ;

1. **TOUS LES INGREDIENTS DOIVENT ETRE A TEMPERATURE AMBIANTE.**
2. Clarifier l'œuf et placer le jaune dans un bol. Ajouter la cuillère de moutarde.
3. Fouetter avec un batteur électrique ou à la main et ajouter en filet progressivement l'huile. La mayonnaise doit s'épaissir tout doucement.
4. Terminer en ajoutant le vinaigre et mélanger. Assaisonner de sel et de poivre. Conserver au réfrigérateur pendant 48h.



Dâte levée (pâte à pizza)

Ingrédients	
<p><u>Pâte levée :</u></p> <ul style="list-style-type: none">- 350g de farine ;- 270 ml d'eau ;- ½ cube de levure fraîche ;- 1 cuillère à café de sel ;- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive ;- Essuie propre ;- Papier sulfurisé ; <p><u>Garnitures :</u></p> <ul style="list-style-type: none">- 150 ml de coulis de tomates ;- 1/5 gousse d'ail ;- De l'origan, sel, poivre, et quelques feuilles de basilic.- Mozzarella ;- 1 vvpo- 1 légume ;- 50g gruyères ;	<p>Portions : 2 personnes Temps de préparation : 10 min Repos : 1h Temps de cuisson : 15 min</p>

Etapes :

Pâte levée :

1. Mettre de l'eau tiède dans un bol. **Emietter la levure et délayer** pour obtenir une préparation homogène. Laisser bourgeonner.
2. Faire chauffer le reste de l'eau. Elle ne doit pas être bouillante. (à température du corps)
3. Dans un plat, verser la farine avec le sel, et les mélanger ensemble.
4. Former un puit, ajouter l'huile au centre, la levure délayée et un filet l'eau chaude.
5. **Ramener l'extérieur de la farine vers le centre** et malaxer afin d'obtenir une **pâte élastique et homogène**.
6. Fleurer le plan de travail, prendre la boule de pâte du bout des doigts et la lancer sur le plan de travail en la tenant fermement. **Répéter l'opération 4x fois**.
7. Badigeonner ses mains d'huile d'olive et recouvrir la pâte.
8. Placer la pâte dans le plat, recouverte d'un essuie propre. **Laisser reposer 1h** dans un endroit chaud.
9. **Préchauffer le four à 210°C**.
10. Recouvrir une plaque de four de papier sulfurisé et verser un peu d'huile d'olive.
11. Abaisser la pâte et la placer sur la platine.

Garnitures :

1. Dans un saladier, émincer l'ail, verser le coulis de tomates, assaisonner, ajouter l'origan et le basilic haché.
2. Placer un fond de sauce tomate au centre de la pizza. Ajouter la garniture et terminer par le fromage.

Cuisson :

Enfourner pendant 15 à 20 minutes. Vérifier que la croûte soit dorée.



Pâte bolognaise

Ingrédients	Matériels	4 personnes Préparation : 30 min Cuisson : 1h
<ul style="list-style-type: none">- 450 g de haché porc et veau (non épicé) ;- 500 g de pâte ;- 1 carotte ;- 1 oignon ;- 1 gousse d'ail ;- 1 branche de céleri ;- 1 bouquet de basilic frais/ persil/ origan/ thym ;- 1 bouteille de coulis de tomates ;- Huile d'olive, sel, poivre.	<ul style="list-style-type: none">- Planche- Couteau ;- Casserole ;- Cuillère en bois ;	

Procédé :

La sauce bolognaise

1. **Laver et éplucher la carotte.** Laver le céleri. Couper en **macédoine** la carotte et la branche de céleri. Ensuite, **émincer** les feuilles du céleri, l'ail et l'oignon.
2. Dans une casserole, faites chauffer l'huile d'olive (2 cuillères à soupe), ajouter l'ail et l'oignon émincés. Faites revenir quelques minutes. Ajouter les carottes et le céleri. **Faire dorer le tout**, puis ajouter le haché et mélanger correctement afin que le haché se détache. **Laisse cuire, brunir.**
3. Verser ensuite le **coulis de tomate**. Remplir la bouteille de coulis avec la **moitié d'eau et l'ajouter à la sauce. Mélanger le tout.**
4. **Cisailer** le basilic (garder quelques feuilles pour la décoration) et le persil. Ajouter à la sauce et compléter avec les aromates (origan, le thym) le sel et le poivre.
5. **Porter à ébullition à découvert pendant 10 min.**
6. Diminuer le feu au maximum et laisser **mijoter pendant 1h** à demi-couvert et mélanger régulièrement.
7. Si la sauce est trop liquide, retirer le couvercle et laisser à découvert.

Le service

1. Une fois la sauce prête et les pâtes cuites, dresser les assiettes avec des pâtes chaudes et une louche de sauce bolognaise chaude par-dessus.
2. Ajouter deux feuilles de basilic en guise de décoration et du parmesan dans une petite coupelle avec une cuillère à café.



CAKE SALÉ

Ingrédients	Matériel	
<ul style="list-style-type: none">- 200g de farine ;- 1 sachet de levure ;- 4 œufs ;- 7 cl d'huile ;- 12 cl de lait ;- 100g de fromage râpé ;- 1 tomate ;- 1 boîte d'olive verte ;- 1 paquet de fêta ;- 1 paquet de lardon ;- Sel, poivre.	<ul style="list-style-type: none">- Planche ;- Couteau ;- Poêle ;- Cul de poule ;- Bol ;- Fouet ;- Moule à cake ;	<p>Nombre de personne : 8 Temps de préparation : 20 min Temps de cuisson : 20 min</p>

1. Préchauffer le four à **180°C**.
2. Rincer la tomate, la couper en deux et **l'émincer en petits cubes**.
3. Si les olives sont en conserves, les rincer. Couper les olives en deux dans le sens de la longueur.
4. Couper la fêta en cube.
5. Dans une poêle, cuire les lardons pendant **5 grosses minutes**.
6. Dans un cul de poule, verser la farine et **former un puit**.
7. Casser les œufs dans un bol à part et les ajouter au centre du puit et ajouter la levure. Mélanger.
8. Ajouter progressivement l'huile d'olive et le lait et obtenir une pâte lisse.
9. Ajouter en dernier le fromage râpé et mélanger.
10. Ajouter tous les autres ingrédients à la pâte et mélanger. **Assaisonner de sel et de poivre**.
11. Beurrer le moule à cake et y verser la pâte.
12. **Enfourner pendant 20 min**. Vérifier la cuisson à l'aide d'un couteau.
13. Laisser refroidir et démouler.



Le brownie

Ingrédients	Matériel
<ul style="list-style-type: none">- 200g de beurre ;- 200g de chocolat fondant ;- 150g de sucre ;- 125g de farine ;- 3 œufs ;- 1 sachet de levure chimique.	<ul style="list-style-type: none">- 1 casserole ;- 1 plat profond et large ;- 1 moule ;- 1 tamis ;- 1 fouet ;- 1 cuillère.

Etapes :

1. Préchauffer le four à **180°C chaleur tournante**.
2. Dans un **bain marie**, faire fondre le beurre et le chocolat.
3. Dans un bol, fouetter les œufs avec le sucre jusqu'à la l'obtention d'une **pâte blanche**.
4. Ajouter le chocolat fondu dans le mélange œufs- sucre.
5. Ensuite, **tamiser** la farine et ajouter la levure chimique à la préparation.
6. Avec un peu de beurre, **beurrer** le moule. Verser la préparation dans le moule.
7. Enfourner durant **25 minutes**.

Variantes :

Il est possible d'ajouter du chocolat blanc ou des fruits secs.



Pancakes à l'américaine et coulis de fruits rouges

Ingrédients	Matériels	
<ul style="list-style-type: none">- 3 œufs ;- 125G de farine ;- 1 c. à c. de levure sèche ;- 150 ml de lait demi-écrémé ;- 15g de beurre ;- 1 ravier de fruits-rouges ;- 20g de sucre impalpable ;- Menthe fraîche ;- 3 c. à s. de sucre.	<ul style="list-style-type: none">- 1 saladier ;- 1 mesureur ;- 1 fouet ;- 1 batteur électrique ;- 1 couteau ;- 1 casserole ;- 1 cuillère ;- 1 crêpière ;- 1 spatule ;	<p>Nombre de pancakes : 12-13</p> <p>Temps de préparation : 15 min</p> <p>Temps de cuisson 10 min</p>

Déroulement :

1. Clarifier les œufs. Réserver les blancs. Dans un saladier, mélanger le jaune avec la farine, la levure et le lait.
2. Battre les blancs en neige avec une pincée de sel. Les incorporer délicatement à la pâte.
- 3. Laisser reposer la pâte au réfrigérateur pendant 20 min.**
4. Hacher la menthe.
5. Dans une petite casserole, ajouter les fruits rouges avec **2 verres d'eau** et porter à ébullition pendant **5 min**, puis laisser réduire à **feu doux pendant 10 min**.
6. Ajouter en fin de cuisson le sucre impalpable et la menthe et **laisser confire pendant 5 min**.
7. Préparer une crêpière en fondant le beurre. Ajouter une louche de pâte et laisser cuire jusqu'à ce que des petites bulles apparaissent. Retourner le pancake et laisser dorer l'autre côté.
8. Rajouter du beurre au fur et à mesure de la cuisson.
9. Servir chaud ou tiède avec le coulis de fruits-rouges.



Tarte poire-chocolat

Ingrédients	Matériels	
<ul style="list-style-type: none">- 1 pâte feuilletée ;- 4 poires mûres ;- 80g de beurre ;- 100g de sucre ;- 200g de chocolat ;- 15 cl de crème liquide ;- 3 œufs ;- 20g de cassonade ;	<ul style="list-style-type: none">- 1 cul de poule ;- 1 moule à tarte ;- 2 casseroles ;- 1 économètre ;- 1 planche ;- 1 fouet ;- 1 lèche-plat ;	<p>Nombre de personne : 6 Temps de préparation : 1h10 Temps de cuisson : 40 min</p>

Déroulement :

1. Préchauffer le four à **200°C**.
2. Faire fondre le chocolat avec le beurre **au bain-marie**.
3. Mettre la pâte dans un moule à tarte, verser le chocolat sur le fond de tarte.
4. Laver et éplucher les poires. **Couper les poires 4** en coupant les extrémités ainsi que le cœur. Disposer les poires sur le chocolat de façon égale.
5. Dans un cul de poule, battre les œufs entiers, le sucre et la crème.
6. Verser le tout sur les poires et le chocolat.
7. Terminer en saupoudrant la cassonade au-dessus des poires.
8. **Enfourner pendant 40 min.**
9. Servir avec un concassé de pistaché par-dessus la tarte.



Le quatre-quarts aux pommes

Ingrédients	Matériel	
<ul style="list-style-type: none">- 4 œufs ;- 250g de beurre ; (+10g)- 250g de farine ;- 250g de sucre ;- 1 pomme ;- ½ citron ;- ½ sachet de levure chimique ;- 1 pincée de sel ;	<ul style="list-style-type: none">- 2 culs de poule ;- Batteur électrique ;- Econome ;- Fouet ;- Spatule ;- Moule à cake rectangulaire ;- 1 poêle ;	Personnes : 6 -8 Temps de cuisson : 45 min

Déroulement :

1. Laver et peler la pomme, puis la couper en quartier. Couper les quartiers en lamelles de 3 cm.
2. Dans une poêle, faire fondre un peu de beurre et ajouter les pommes coupées. Ajouter quelques gouttes de jus de citron pendant la cuisson. Laisser dorer quelques minutes de chaque côté et réserver.
3. **Préchauffer le four à 160°C.**
4. Peser tous les ingrédients ;
5. **Clarifier** les œufs. Garder les blancs dans un bol.
6. Dans un cul de poule, battre les jaunes avec le sucre afin d'obtenir un **ruban** clair.
7. Au micro-onde, fondre le beurre environs 30 sec. Verser le beurre fondu dans le ruban.
8. **Tamiser** la farine et l'incorporer progressivement au mélange.
9. Ajouter les deux cuillères à café de levure et mélanger.
10. Ajouter une pincée de sel et **battre les blancs en neige**. Puis incorporer délicatement les blancs en neige à la pâte.
11. Incorporer les morceaux de pommes cuites à la pâte.
12. Beurrer le moule et verser la pâte. **Enfourner pendant 45 minutes**. Vérifier la cuisson au centre à l'aide d'un couteau.
13. Servir tiède ou frais.

☺ **Variante** : ajouter de l'extrait de vanille, des zestes de citron, ou d'autres fruits pour varier les saveurs.

