

Livre de recettes

Martel - Marcoux

Gagnon - Lavoie

Table des matières

<i>Menus</i>	1
<i>Barbecue et trempettes</i>	7
<i>Biscuits Graham</i>	11
<i>Biscuits et macarons</i>	19
<i>Bonbons</i>	29
<i>Brevages</i>	35
<i>Brioches et beignes</i>	39
<i>Carrés</i>	45
<i>Crèmes et soupes</i>	61
<i>Croissants</i>	71
<i>Desserts</i>	75
<i>Divers</i>	91
<i>Gâteaux</i>	97
<i>Légumes</i>	105
<i>Mets chinois</i>	109
<i>Pâtes</i>	115
<i>Pâtés</i>	127
<i>Pizzas</i>	133

<i>Poisson</i>	139
<i>Pouding</i>	143
<i>Rice Krispies</i>	159
<i>Salades</i>	163
<i>Sandwichs</i>	167
<i>Sauces</i>	171
<i>Tartes et coulis</i>	179
<i>Viandes</i>	181

Menus

Menus faciles

- ❖ *Oeufs*
- ❖ *Omelettes*
- ❖ *Petites crêpes*
- ❖ *Spaghetti*
- ❖ *Macaroni*
- ❖ *Maïs*
- ❖ *Hot-chicken*
- ❖ *Fondue*
- ❖ *Conerves*
- ❖ *Hot-dog*
- ❖ *Hamburger*
- ❖ *Clubs*
- ❖ *Pizza*
- ❖ *Croquettes de poulet/poisson*
- ❖ *Croissants*
- ❖ *Poulet réchauffé*
- ❖ *Steak*
- ❖ *Pâté à la viande*
- ❖ *Pâté au poulet*
- ❖ *Saucisses à la bière*
- ❖ *Balonay*
- ❖ *Poisson*
- ❖ *Steak de jambon*
- ❖ *Pain doré et au sirop*
- ❖ *Sauce au poisson*
- ❖ *Sauce aux œufs*
- ❖ *Sandwich (jambon, tomates, œufs, fromage)*

Menus faciles

- ❖ *Pain de saumon*
- ❖ *Patates fricassées*
- ❖ *Patates jaunes*
- ❖ *Steak Suisse*
- ❖ *Hamburger au thon*
- ❖ *Macaroni au bœuf à la chinoise*
- ❖ *Bœuf créole*
- ❖ *Vol-au-vent*
- ❖ *Lasagne*
- ❖ *Macaroni gratiné*
- ❖ *Pâté chinois*
- ❖ *Poulet à la cacciatore*
- ❖ *Poulet B.B.Q.*
- ❖ *Bœuf épice*
- ❖ *Steak au poivre*
- ❖ *Tourelles*
- ❖ *Chop suez*
- ❖ *Hachis*
- ❖ *Riz aux légumes*
- ❖ *Nouilles chinoises*
- ❖ *Escalopes de bœuf*
- ❖ *Croissants au thon*
- ❖ *Boulettes chinoises*
- ❖ *Boulettes de bœuf*
- ❖ *Galache américain*
- ❖ *Nouilles gratinées au saumon*
- ❖ *Pâté au saumon*
- ❖ *Cigares au chou*
- ❖ *Côtelettes de porc*
- ❖ *Spaghetti (viande)*
- ❖ *Porc à l'ananas*
- ❖ *Chou-fleur gratiné*
- ❖ *Casserole à la chinoise*
- ❖ *Bœuf à l'africaine*

Menus longs

- ❖ Coquilles de saumon
- ❖ Poulet
- ❖ Tourtière
- ❖ Pâté à la viande
- ❖ Pâté au poulet
- ❖ Fèves au lard
- ❖ Rosbif
- ❖ Ragoût
- ❖ Bouillî
- ❖ Jambon
- ❖ Pain de viande
- ❖ Bœuf braisé aux légumes
- ❖ Petits chaussons au jambon

Visite

- ❖ Steak suisse
- ❖ Poulet
- ❖ Rosbif
- ❖ Tourtière
- ❖ Pâté à la viande
- ❖ Pâté au poulet
- ❖ Ragoût
- ❖ Fondue
- ❖ Coquilles de saumon
- ❖ Poulet à la cacciatore
- ❖ Tourelles
- ❖ Spaghetti
- ❖ Chop suez
- ❖ Nouilles gratinées au saumon
- ❖ Nouilles chinoises
- ❖ Riz aux légumes
- ❖ Vol-au-vent
- ❖ Jambon
- ❖ Poulet B.B.Q.
- ❖ Boulettes chinoises
- ❖ Pain de viande
- ❖ Clubs
- ❖ Escalopes de bœuf
- ❖ Bœuf créole
- ❖ Porc à l'ananas
- ❖ Bœuf braisé aux légumes

Aliments avec fer

<i>Aliments</i>	<i>Portions</i>	<i>Fer (mg)</i>
❖ Abricots séchés	250 ml	8,6
❖ Raisins secs	250 ml	6,1
❖ Pruneaux cuits	250 ml	4,7
❖ Céréales All-Bran	200 ml	4,3
❖ Épinards cuits	250 ml	4,2
❖ Graines de tournesol écalées	125 ml	4,1
❖ Amandes écalées entières	125 ml	4
❖ Mélasse	15 ml	3,2
❖ Bœuf haché grillé	90 g	2,9
❖ Rôti de bœuf maigre	90 g	2,7
❖ Jus de tomate	250 ml	2,3
❖ Fraises congelées	284 ml	2
❖ Flocons d'avoine	125 ml	1,9
❖ Choux de Bruxelles	250 ml	1,8
❖ Jus de pommes	250 ml	1,6
❖ Dinde	90 g	1,6
❖ Brocoli cuit	180 g	1,4
❖ Bleuets frais	250 ml	1,4
❖ Poulet	90 g	1,3
❖ Morue grillée	90 g	0,9

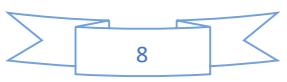
Menus de pâtes (quantités)

Macaroni à la viande (avec ou sans fromage) : 8 tasses de macaroni, 2 livre de bœuf haché, 2 grandes cannes de jus de tomate et 1 ½ c. à table de sel.

Spaghetti à la viande : 9 portions de spaghetti, 2 livres



Barbecue fondue-trempette



Sauce trempette au yogourt

- ✓ 1 contenant yogourt nature
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de fromage Cheez Whiz
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de margarine
- ✓ 1 c. à table d'échalotes coupées finement

Bien mélanger tous les ingrédients.

Sauce trempette-maison

- ✓ 1 tasse de mayonnaise
- ✓ 1 à 2 c. à thé de moutarde

Mélanger le tout et servir avec des légumes.

Fondue au chocolat

- ✓ 2 tasses de cassonade
- ✓ 4 c. à table de farine
- ✓ 1 tasse de lait
- ✓ Vanille
- ✓ 1 tasse de sucre 4 c. à table de cacao
- ✓ 4 c. à table de beurre

Bouillir 10 minutes.



Biscuits Graham

Velouté au chocolat et à la guimauve

- ✓ 4 carrés de chocolat mi-sucré
- ✓ 20 grosses guimauves coupées
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de vanille
- ✓ 1 tasse de Nutrifil
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de lait
- ✓ Biscuits Graham

Mélanger le lait, les carrés de chocolat et guimauves dans une casserole à fond épais. Faire chauffer sur le feu doux sans cesser de remuer jusqu'à fondus. Ajouter la vanille. Mettre de côté et laisser refroidir à la température de la pièce. Fouetter la crème jusqu'à ferme. Y incorporer le mélange au chocolat. Bien mélanger. Verser sur un fond de biscuits Graham étalés dans un moule. Réfrigérer plusieurs heures.

Délices aux fruits

- ✓ $\frac{3}{4}$ d'un sac (et plus) de guimauves miniatures blanches ou à saveur de fruits
- ✓ 1 boîte de 19 oz. (et plus) de salade de fruits égouttée
- ✓ Biscuits Graham
- ✓ Cerises de France
- ✓ Chapelure Graham
- ✓ 1 contenant de 250 ml de crème sûre

Mélanger les guimauves, la salade de fruits et la crème sûre délicatement. Verser sur un fond de biscuits Graham étalés dans un moule. Saupoudrer de chapelure de biscuits Graham. Décorer de morceaux de cerises coupées. Réfrigérer quelques heures.

Carrés aux framboises

- ✓ 20 onces (2 ½ tasses) de framboises congelées
- ✓ ½ tasse de sucre
- ✓ 4 c. à table d'eau froide
- ✓ Crème fouettée (1 à 1 ¼ tasse et 3 à 3 ½ c. à table de sucre)
- ✓ 4 c. à table de féculé de maïs
- ✓ Biscuits Graham

Dans une marmite, mêler les framboises et le sucre. Ajouter la féculé de maïs délayée dans l'eau. Cuire en brassant continuellement à feu très bas jusqu'à mélange épais. Retirer de feu. Laisser tiédir. Verser sur un fond de biscuits Graham étalés dans un moule. Réfrigérer. Masquer de crème fouettée.

Désert aux framboises

- ✓ 1 enveloppe Dream Whip
- ✓ 1 œuf battu
- ✓ ½ tasse de jus de citron
- ✓ ½ tasse de confiture aux framboises
- ✓ 1 boîte de lait condensé Eagle
- ✓ 27 biscuits Graham

Battre jusqu'à épaississement l'œuf, le lait condensé et le jus de citron. Verser sur un fond de 9 biscuits Graham étalés dans un moule. Couvrir d'un autre rang de 9 biscuits. Étendre la confiture aux framboises. Recouvrir d'un autre rang de biscuits. Masquer de crème fouettée. Réfrigérer.

Imitation de mille-feuilles

Cossetarde :

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de lait
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille
- ✓ 3 c. à table de farine
- ✓ 2 jaunes d'œuf

Au bain-marie, mêler le sucre et la farine. Ajouter le lait. Chauffer jusqu'à ébullition. Dans un petit bol, réchauffer les jaunes d'œufs battus d'un peu du mélange chaud. Verser dans le bain-marie. Cuire jusqu'à épaississement. Aromatiser et refroidir.

Nutrifil :

- ✓ 1 tasse de Nutrifil
- ✓ $\frac{1}{8}$ c. à thé de vanille

Battre ensemble.

Glaçage :

- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de sucre à glacer
- ✓ 2 c. à table de graisse
- ✓ 2 c. à table de lait
- ✓ Vanille
- ✓ 2 c. table de cacao

Battre jusqu'à crémeux le sucre à glacer, la graisse, le lait et la vanille. Mettre de côté 2 c. à table de glaçage. Ajouter un peu de cacao. Étendre sur le glaçage. Réfrigérer.

Rang 1 : Biscuits Graham

Rang 2 : Cossetarde

Rang 3 : Biscuits Graham

Rang 4 : Nutrifil

Rang 5 : Biscuits Graham

Rang 6 : Glaçage

Tarte légère fruitée

- ✓ 1 tasse de fraises coupées en dés ou 1 paquet 15 oz. de fraises congelées (décongelées et égouttées)
- ✓ 2 enveloppes Dream Whip
- ✓ 2 tasses de glaçons
- ✓ 1 boîte 3 oz. de gelée Jell-O à la fraise
- ✓ 2/3 tasse d'eau bouillante
- ✓ 1 fond de biscuits Graham

Préparer le Dream Whip selon le mode d'emploi. Dissoudre le Jell-O dans l'eau bouillante. Ajouter les glaçons et remuer constamment jusqu'à ce que la gelée commence à épaissir, 2 à 3 minutes. Retirer les glaçons non-fondus. Mélanger ensemble le Jell-O et le Dream Whip et battre jusqu'à homogène. Incorporer les fraises. Verser à la cuillère sur le fond de biscuits Graham. Mettre au frais pendant 3 heures.

Carrés Philadelphia

- ✓ 1 fond de biscuits Graham
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre à glacer
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé d'essence d'amande
- ✓ Gelée pure (confiture épaisse)
- ✓ Crème fouettée
- ✓ 1 paquet 8 oz. de fromage (Philadelphia)
- ✓ 1 c. à table de lait
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de noix hachées

Réduire le fromage en crème. Ajouter le sucre à glacer, le lait et l'essence. Mélanger. Répandre sur les biscuits et arroser de noix. Étaler la crème fouettée sur les noix. Garnir le dessus de gelée aux raisins ou autres.

Tarte aux cerises crémeuse

- ✓ 1 fond de biscuits Graham
- ✓ Zeste d'une orange râpée
- ✓ 4 oz. de fromage à la crème à température ambiante
- ✓ 1 boîte 19 oz. de garniture pour tarte aux cerises ou autres
- ✓ 1 tasse de crème 35%
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille

Mélanger la crème, la vanille, le zeste d'orange et fouetter jusqu'à pics mous. Dans un grand bol, battre le fromage jusqu'à onctueux. Incorporer la garniture pour tarte et la crème fouettée. Verser le tout sur le fond de biscuits. Réfrigérer au moins 1 heure.

Biscuits et macarons

Biscuits aux carottes

- ✓ 1 tasse de carottes cuites pilées
- ✓ 1 tasse de margarine
- ✓ 1 œuf
- ✓ 2 tasses de farine tamisée
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de sucre
- ✓ 1 à 2 c. à thé de vanille
- ✓ 2 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 c. à thé d'essence d'amande

Cuire les carottes avec un peu de sel dans l'eau. Crémer le beurre, ajouter le sucre, l'œuf et la vanille. Battre au mixeur. Alterner au mélange la farine et les carottes écrasées. Étendre par petites cuillérées sur une tôle beurrée. Cuire sur la grille le plus haute du four à 375 ° F 12 à 15 minutes. Glacer les biscuits encore tièdes avec la glace suivante (3 douzaines environ).

Glace :

- ✓ 1 c. à table de beurre
- ✓ 1 c. à table (et plus) du jus et du zeste d'une orange
- ✓ 1 tasse de sucre à glacer

Biscuits aux chips de chocolat

- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de margarine
- ✓ 1 œuf
- ✓ $\frac{2}{3}$ tasse de chips de chocolat
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de soda
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de cassonade
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de noix

Mélanger la farine, le soda et le sel. Défaire en crème le sucre, la cassonade, le beurre, l'œuf et la vanille. Bien battre. Ajouter les ingrédients. Déposer par cuillérées à thé sur des plaques à biscuits légèrement graissées. Cuire au four à 375 ° F 8 à 9 minutes.

Biscuits chocolat et gruau minute

- ✓ $\frac{3}{4}$ à 1 tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de cacao
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de lait
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de margarine

Dans une casserole, mélanger tous les ingrédients. Chauffer jusqu'à ébullition à gros bouillons. Bouillir lentement 1 $\frac{1}{2}$ minute. Retirer du feu.

Dans un autre plat, mélanger :

- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de beurre d'arachide
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de gruau
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille

Ajouter au premier mélange. Laisser tomber par cuillerées à thé sur du papier ciré.

Galettes au caramel

- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de cassonade
- ✓ 2 œufs
- ✓ 3 $\frac{1}{2}$ tasses de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 tasse de lait sûr
- ✓ $\frac{2}{3}$ tasse de margarine
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 1 c. à thé de soda
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel

Défaire la margarine avec la cassonade. Ajouter les œufs et la vanille. Mélanger les ingrédients secs et ajouter au mélange en alternant avec le lait. Cuire à 350 ° F 10 à 12 minutes.

Glace :

- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de margarine
- ✓ 2 c. à table de crème (ou lait)
- ✓ 2 tasses de sucre de glacer
- ✓ 1 c. à thé de vanille

Mélanger tous les ingrédients. Glacer les biscuits encore tièdes.

Biscuits mollets à la mélasse

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de margarine
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de mélasse
- ✓ $2 \frac{1}{2}$ tasses de farine
- ✓ 2 c. à thé de soda
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre
- ✓ 1 œuf
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse d'eau

Travailler la margarine avec le sucre en mousse légère. D'autre part, mêler la mélasse avec l'œuf. Dissoudre le soda dans l'eau et l'ajouter aux ingrédients secs en alternant avec le mélange de margarine. Bien incorporer le tout. Jeter par cuillérées sur des plaques graissées et enfarinées. Cuire à 400 ° F 10 minutes environ. Laisser refroidir sur des grilles.

- ❖ Avant de mesurer la mélasse, tremper la tasse à mesurer dans l'eau bouillante. La mélasse coulera plus facilement.

Biscuits aux fruits

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de graisse
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ $2 \frac{1}{2}$ tasses de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de soda
- ✓ $1 \frac{1}{2}$ tasse de fruits confits hachés
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de margarine
- ✓ 2 œufs
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de noix (facultatif)

Défaire en crème la graisse, la margarine, le sucre, les œufs et la vanille. Incorporer les ingrédients secs mélangés ensemble et bien brasser. Ajouter les

fruits et les noix. Refroidir $\frac{1}{2}$ heure (ou former 2 rouleaux de $1\frac{1}{2}$ pouce de diamètre, les envelopper dans du papier ciré et réfrigérer une nuit). Découper avec un couteau effilé en tranches de $\frac{1}{4}$ pouce. Disposer sur des plaques non-graissées. Cuire à 375°F 8 à 12 minutes.

- ❖ *Cuire au centre du four. Laisser 2 pouces entre chacun. Ne mettre au four qu'une plaque à la fois.*

Jos Louis maison

- ✓ 1 œuf
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de graisse
- ✓ 1 c. à thé de soda
- ✓ 1 tasse de lait
- ✓ 2 jaunes d'œufs
- ✓ 7 c. à table de cacao
- ✓ 2 tasses de farine
- ✓ 2 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 c. à table de vinaigre

Préparer la pâte. Refroidir 1 $\frac{1}{2}$ heure au réfrigérateur. Jeter par grosses cuillérées sur des plaques à biscuits graissées. Les étendre avec une cuillère pour former de beaux cercles plats. Cuire au four à 350°F 8 à 10 minutes environ. Couper les galettes en deux et mettre du glaçage entre.

Glace :

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de graisse
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 2 tasses de sucre à glacer
- ✓ 2 blancs d'œufs

Défaire le gros. Ajouter le sucre à glacer et les blancs d'œufs battus en neige. Ajouter la vanille.

Biscuits clin d'œil à la gelée

- ✓ 1 tasse de graisse (ou beurre)
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse d'eau
- ✓ 3 $\frac{1}{4}$ tasses de farine
- ✓ 1 c. à thé de soda
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 2 œufs
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ Gelée de fraises ou framboises

Déposer la pâte par cuillérées sur une plaque à biscuits non-graissée. Laisser 2 pouces entre chacune. Faire un trou avec le dos d'une cuillère à thé et mettre $\frac{1}{2}$ c. à thé de gelée. Cuire à 400 ° F 10 à 12 minutes.

Choux à la crème

- ✓ 1 tasse d'eau bouillante
- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de graisse
- ✓ 4 œufs

Porter l'eau à ébullition. Y verser la graisse. Ajouter la farine tout d'un coup. Battre continuellement avec une cuillère de bois durant 2 minutes environ. Retirer du feu. Ajouter les œufs un à la fois, en ayant bien soin de battre entre chaque addition. Quand la pâte est bien élastique, la déposer par cuillérées à thé sur des tôles non-graissées. Cuire au centre du four à 425 ° F 25 à 30 minutes. Remplir les choux de crème pâtissière.

Crème :

- ✓ 2/3 tasse de sucre
- ✓ 1/8 c. à thé de sel
- ✓ 2 jaunes d'œufs
- ✓ 1/3 tasse de farine
- ✓ 2 tasses de lait
- ✓ 1 c. à thé de vanille

Mélanger le sucre, la farine et le sel dans un bain-marie. Ajouter le lait graduellement et bien mélanger. Cuire en brassant constamment, jusqu'à épaississement. Battre les jaunes d'œufs et les réchauffer avec un peu de préparation chaude avant de les verser dans le mélange du bain-marie. Aromatiser.

Macarons

- ✓ 3 tasses de coconut
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille
- ✓ $\frac{1}{2}$ boîte de lait condensé

Mélanger tous les ingrédients. Déposer par petites cuillérées à thé sur des tôles graissées. Cuire au four à 350 ° F 8 à 10 minutes.

Macarons au chocolat

- ✓ 2 blancs d'œufs
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de cacao
- ✓ 3 tasses de Corn Flakes écrasés
- ✓ 6 c. à table de Chipits de chocolat
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille

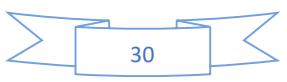
Battre les blancs d'œufs en neige ferme. Ajouter graduellement tout en battant, le sucre et la vanille. Incorporer le cacao, les Chipits et le Corn Flakes écrasé un peu. Laisser tomber par cuillérées à thé sur une tôle graissée. Cuire au four à 350 ° F 10 minutes environ.

Macarons à la noix de coco

- ✓ 3 blancs d'œufs
- ✓ 1 tasse de sucre en poudre
- ✓ 1 ½ tasse de noix de coco
- ✓ 1 pincée de sel
- ✓ ½ c. à thé de vanille

Bien battre les blancs d'œufs, y incorporer le sucre et le sel un peu à la fois. Bien battre jusqu'à parfaitement fermes. Incorporer le coconut et la vanille. Placer un papier ciré sur une tôle à biscuits et déposer par cuillérées espacées. Cuire à 275 °F jusqu'à dorées.

Bonbons



Bonbons aux patates

- ✓ 2 pommes de terre moyennes cuites sans sel
- ✓ 1 c. à table de beurre
- ✓ 7 tasses environ de sucre à glacer
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. thé de vanille
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse environ de beurre d'arachide

Cuire les patates et réduire en purée. Incorporer le beurre et la vanille. Ajouter suffisamment de sucre à glacer pour faire une pâte. Avec un rouleau à pâte, étaler pour former un rectangle de $\frac{1}{4}$ pouce d'épaisseur. Couvrir de beurre d'arachide (ou de noix de coco et noix hachées). Rouler et déposer dans un papier ciré au réfrigérateur. Couper en tranches.

Cornets à l'éritable

- ✓ 1 boîte de lait condensé (300 ml)
- ✓ 2 tasses de cassonade
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de sirop d'éritable
- ✓ 2 tasses de guimauves miniatures
- ✓ $\frac{1}{4}$ livre de beurre coupé en 4 ($\approx 113g$)
- ✓ Petits cornets

Dans un plat en pyrex pour micro-ondes d'au moins 8 tasses (2 litres), placer les ingrédients dans l'ordre 1 à 5 sans les mélanger. Faire cuire une première fois (au micro-ondes) durant 2 minutes, puis brassé. Répéter cette étape 4 fois (donc 10 minutes en tout au micro-ondes). Remplir les petits cornets et laisser figer. Les placer au réfrigérateur dans un plat hermétique.

* Donne 50 mini cornets pointus (40 pour ceux à fond plat).

Fudge

- ✓ 2 tasses de sucre
- ✓ 2 c. à table de féculé de maïs
- ✓ 2 c. à table de beurre
- ✓ 2 c. à table de cacao
- ✓ 2 c. à table de sirop de maïs
- ✓ ½ tasse de lait

Mêler le sucre, le cacao et la féculé de maïs. Ajouter le sirop de maïs, le beurre et le lait. Bouillir à gros bouillons jusqu'à boule molle dans l'eau froide ou 238 ° au thermomètre à bonbons. Retirer du feu. Laisser refroidir sans brasser, 4 minutes dans un plat d'eau froide. Brasser au mixeur jusqu'à ce que ça commence à tourner en sucre (assez longtemps). Verser dans un moule beurré.

- ❖ Faire 4 recettes (utiliser 2 moules).

Sucre à la crème Laura Secord

- ✓ 4 tasses de sucre
- ✓ 1 tasse de sirop de maïs
- ✓ ¼ livre de beurre
- ✓ 1 tasse de lait
- ✓ ½ boîte de lait condensé

Brasser constamment jusqu'à ébullition. Cuire jusqu'à boule dure dans l'eau froide ou 248 ° au thermomètre à bonbons. Retirer du feu. Mettre dans un plat d'eau froide. Battre au mixeur jusqu'à ce que ça commence à tourner en sucre (assez longtemps). Verser dans un moule beurré.

- ❖ Faire 2 recettes (utiliser 2 moules).

Tire blanche

- ✓ 3 tasses de sucre
- ✓ 2 c. à thé de vinaigre
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de crème de tartre
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse d'eau
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille

Laisser cuire sans brasser jusqu'à l'obtention de fils ou jusqu'à 23 ° au thermomètre à bonbons. Verser dans une lèchefrite beurrée. Laisser refroidir un peu. Étirer avec ses mains. Couper avec des ciseaux et déposer dans une assiette.

- ❖ Beurrer le haut de la casserole afin de prévenir le débordement du sirop lors de la cuisson.

Petits chocolats maison

- ✓ 3 livres de sucre en poudre
- ✓ 8 c. à table de sirop de maïs
- ✓ $\frac{3}{4}$ plaque de paraffine
- ✓ 1 boîte de lait condensé
- ✓ 8 c. à table de beurre fondu
- ✓ 5 carrés chocolat mi-sucré

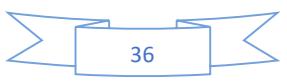
Mélanger ensemble le sucre, le lait condensé, le sirop de maïs et le beurre. Abaisser avec un rouleau à pâte sur une surface recouverte de sucre en poudre. Tailler en carrés. Réfrigérer les carrés 3 heures. Faire fondre au bain-marie la paraffine et le chocolat. Retirer du feu. Tremper les carrés avec un cure-dent dans le chocolat chaud. Passer immédiatement dans un verre d'eau froide. Déposer sur du papier ciré.

- ❖ On peut prendre des carrés de chocolat non-sucré.



34

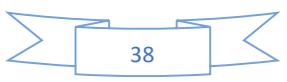
Brevages



Punch « Païles » des Barbades

- ✓ 19 oz. de jus de pamplemousse
- ✓ 48 oz. de jus d'ananas
- ✓ Tranches de citron et oranges
- ✓ 1 bouteille de 26 oz. de rhum
- ✓ $\frac{1}{2}$ bouteille de Ginger ale
- ✓ 48 oz. de jus d'orange
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sirop de grenadine
- ✓ Glaçons
- ✓ Cerises avec jus

Bien mélanger les jus, ajouter les tranches d'orange et citrons ainsi que les glaçons. Servir avec cerises.



Brioches et beignes

Brioches aux fraises et à la rhubarbe

- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ 2 tasses d'eau (ou jus et eau)

Mélanger à feu bas. Verser dans un moule en pyrex lorsque le sucre est dissout.

Pâte :

- ✓ 2 $\frac{3}{4}$ tasses de farine
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de lait
- ✓ 1 tasse de fraises tranchées (fraîches de préférence)
- ✓ 1 c. à table de beurre
- ✓ 4 $\frac{1}{2}$ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ $\frac{2}{3}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de sucre
- ✓ 2 tasses de rhubarbes coupées (fraîches de préférence)

Méler ensemble, la farine, le sel et la poudre à pâte. Y incorporer la graisse. Mélanger jusqu'à grumeleux. Ajouter le lait et brasser avec une fourchette. Déposer sur une surface enfarinée. Pétrir 20 fois environ. Abaisser en une surface de 10" x 12". Garnir de fraises et de rhubarbes. Saupoudrer de sucre et parsemer de noisettes de beurre. Rouler dans le sens de la longueur. Refermer les extrémités. Trancher en 12 rondelles de 1 pouce. Coucher les rondelles dans le sirop du moule. Cuire à 450 ° F 25 à 30 minutes.

- ❖ 12 portions
- ❖ Meilleur froid

Brioches

- Préchauffer un peu le four pour avoir une surface tiède.
 - Préchauffer une pièce de la maison pour faire lever.
 - Sortir : 1 grand bol (réchauffé légèrement) et 1 super grand bol graissé et un papier ciré graissé.
 - Préparer : 1 tasse de lait dans une marmite moyenne.
 - Mesurer à part :
 - ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre avec 2 c. à thé de sel
 - ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de margarine
 - ✓ $\frac{3}{4}$ tasse d'eau froide
 - ✓ 2 tasses de farine
 - ✓ 2 œufs
 - ✓ 5 tasses de farine (environ)
-

1.

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse d'eau tiède (assez chaude)
- ✓ 2 enveloppes levure
- ✓ 2 c. à thé de sucre

Dans le grand bol réchauffé, verser l'eau tiède (assez chaude). Ajouter le sucre et brassier pour dissoudre. Au thermomètre à bonbons à 120 ° environ, saupoudrer également la levure. NE PAS BRASSER. Couvrir d'un linge à vaisselle mince. Laisser reposer 10 minutes sur la surface tiède du four préchauffé.

2. Durant ce temps, faire frémir (peau plissé) le lait de la marmite. Ajouter le sucre et le sel. Brassier pour dissoudre. Retirer du feu. Ajouter la margarine. Lorsque fondue, ajouter l'eau. Laisser tiédir.

3. Les 10 minutes écoulées, bien brassier le mélange de levure. Y verser le mélange de lait tiède, les œufs et 2 tasses de farine. Battre au mixeur jusqu'à bien lisse. Ajouter graduellement 5 tasses de farine. Si nécessaire, ajouter assez de farine pour faire une pâte molle qui ne colle pas au bol.

4. Déposer la pâte sur une surface enfarinée et la façonner en boule. Pétrir 5 à 10 minutes jusqu'à pâte lisse, élastique et non-collante. Déposer la pâte dans le super grand bol légèrement graissé. Badigeonner le dessus de la pâte de graisse. Couvrir le bol du papier ciré graissé (ou d'un linge à vaisselle). Laisser lever au double du volume 1 $\frac{1}{2}$ à 2 heures dans un endroit chaud (22 °C à 30 °C).

5. Durant ce temps, graisser 7 à 8 lèchefrites d'aluminium et autant de papiers cirés graissés (ou linges à vaisselle).
6. Les 2 heures écoulées, déposer la pâte sur une surface enfarinée et la diviser en 4 parties égales. Façonner chaque partie ou boule. Pétrir 10 fois environ. Couvrir de papiers cirés et laisser reposer 10 minutes.
7. Durant ce temps, sortir un petit pinceau et faire fondre de la margarine dans une petite marmite.
8. Abaisser la pâte en un rectangle de 1/3 pouce d'épaisseur. Humecter très légèrement de margarine. Enrouler dans le sens de la longueur. Couper à environ 1 à 1 ¼ pouce de largeur. Déposer dans les lèchefrites beurrées (6 par lèchefrite environ). Couvrir de papiers cirés graissés. Laisser lever au double du volume 1 ½ à 2 heures dans un endroit chaud. Cuire à 350 ° F 15 minutes environ (ne pas ouvrir le four).
 - ❖ Pendant que l'on roule un morceau, couvrir les autres.
 - ❖ Donne 35 brioches.

Glace au sucre à la crème

- ✓ 2 tasses de cassonade
- ✓ ⅓ tasse de lait
- ✓ 6 c. à table de beurre
- ✓ 3 tasses de sucre à glacer
- ✓ 3 c. à table de lait
- ✓ 2 c. à thé d'extrait de vanille

Bouillir à feu doux 3 minutes, la cassonade, le lait ($\frac{1}{3}$ tasse) et le beurre. Retirer du feu. Ajouter le sucre à glacer, le lait (3 c. à table) et l'extrait de vanille. Battre. Glacer les brioches.

Les beignes d'autrefois

- ✓ 2 œufs battus
- ✓ 4 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de crème sûre
- ✓ 8 c. à thé de beurre fondu
- ✓ 4 tasses de farine

Tamiser les ingrédients secs ensemble et ajouter le reste comme pour un gâteau. Laisser reposer la pâte de 4 à 6 heures avant de l'abaisser et d'y découper les beignes. Faire cuire dans la friture. Égoutter et déposer sur un papier absorbant. Quand ils seront refroidis, les saupoudrer de sucre à glacer.

Beignes

- ✓ 3 œufs
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de margarine
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de crème
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de soda
- ✓ 6 tasses (et plus) de farine
- ✓ 2 tasses de sucre
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de lait
- ✓ 2c. à thé de poudre à pâte

Abaïsser sur une surface enfarinée. Découper. Frirer les beignets des deux côtés dans de l'huile chaude.

❖ 85 à 90 beignes.

Carrés

Gâteau aux carottes

- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ 3 œufs
- ✓ 1 ½ c. à thé de féculé de maïs
- ✓ 1/3 c. à thé de sel
- ✓ ½ tasse de noix hachées
- ✓ ¾ tasse d'huile
- ✓ 1 1/3 tasse de farine
- ✓ 1 ½ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 2 tasses de carottes râpées

Battre le sucre, l'huile et les œufs. Tamiser ensemble la farine, la féculé de maïs, la poudre à pâte et le sel. Ajouter au premier mélange en battant bien. Ajouter les carottes et les noix. Cuire au four à 350 ° F 40 à 45 minutes.

Carrés aux bananes

- ✓ ½ tasse de graisse
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ ¾ c. à thé de sel
- ✓ 2 œufs
- ✓ ¼ c. à thé de soda
- ✓ 1 tasse de purée de bananes
- ✓ 2 tasses de farine
- ✓ 2 c. à table de lait
- ✓ 2 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 c. à thé de vanille

Verser dans un moule carré graissé. Cuire au four à 350 ° F 45 à 50 minutes.

Carrés au butterscotch

- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de margarine
- ✓ 1 œuf
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de noix hachées

Fondre la margarine dans une marmite. Retirer de feu. Incorporer la cassonade, l'œuf et la vanille. Bien mélanger. Ajouter les autres ingrédients. Bien mélanger jusqu'à lisser. Étendre uniformément dans un moule carré de 8 pouces graissé. Cuire au four à 325 ° F durant environ 30 minutes. Laisser refroidir.

- ❖ On peut remplacer les noix par du coconut, des raisins secs ou des cerises.

Carrés aux cerises

- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de beurre mou
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de cerises coupées
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de sucre en poudre
- ✓ 2 œufs
- ✓ 1 tasse de coconut
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé d'essence d'amande

Base : Mélanger la farine et le sucre en poudre. Incorporer le beurre. Presser dans un moule carré légèrement graissé. Cuire au four à 350 ° F 8 minutes.

Mélange : Battre les œufs et ajouter la cassonade. Battre. Ajouter le coconut, les cerises et l'essence. Étendre sur la base déjà cuite. Cuire au four à 350 ° F durant 30 minutes.

Carrés au chocolat

Base :

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de beurre
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de sucre
- ✓ 1 œuf battu
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de noix
- ✓ 2 carrés chocolat mi-sucré
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de coconut
- ✓ 1 tasse de gruau

Fondre à feu très bas, le beurre et le chocolat. Incorporer les autres ingrédients. Étendre dans un moule carré beurré. Réfrigérer un peu.

Glace :

- ✓ 3 c. à table de beurre mou
- ✓ 1 pincée de sel
- ✓ 2 à 2 $\frac{1}{2}$ c. à table de crème (ou lait chaud)
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille
- ✓ 2 tasses (et plus) de sucre à glacer

Défaire le beurre en crème. Ajouter la vanille et le sel. Mêler. Ajouter le sucre à glacer en alternant avec le lait. Battre jusqu'à lisse. Étendre sur la base. Réfrigérer un peu.

Garniture :

- ✓ 2 carrés chocolat mi-sucré
- ✓ 1 c. à table de beurre

Fondre à feu bas le chocolat et le beurre. Étendre sur la glace. Couvrir et réfrigérer. Couper en carrés.

Carrés aux dattes

Garniture :

- ✓ 1 boîte de dattes (500 grammes)
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de sucre
- ✓ 1 pincée de sel
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse (et plus) d'eau chaude
- ✓ 1 c. à thé de vanille

Cuire quelques minutes. Refroidir.

Mélange :

- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de soda
- ✓ 1 tasse (et plus) de margarine
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de gruau
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de cassonade

Mélanger tous les ingrédients et presser la moitié du mélange dans un moule carré bien graissé. Verser la garniture sur la base. Bien taper. Recouvrir du reste du mélange de gruau. Cuire au four à 350 ° F durant 30 minutes environ.

Gâteau aux dattes

- ✓ 1 boîte de dattes
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse d'eau bouillante
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de cassonade
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille
- ✓ Biscuits Graham
- ✓ Glace au chocolat

Cuire la cassonade, les dattes et l'eau bouillante jusqu'à purée. Retirer du feu et ajouter la vanille. Refroidir. Étendre la purée entre les biscuits Graham. Recouvrir d'une glace au chocolat.

Barres aux framboises

- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de margarine
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de farine
- ✓ 1 $\frac{1}{4}$ tasse de confiture aux framboises (ou 2 tasses si on utilise de la gelée)
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de gruau
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de soda

Défaire en crème la margarine et la cassonade. Ajouter les autres ingrédients et bien mélanger. Presser les 2/3 du mélange dans un moule 13 " x 9 " bien graissé. Recouvrir de confiture. Verser le reste du mélange sur le dessus. Taper. Cuire au four à 400 ° F (moule en pyrex = 15 à 20 minutes/moule ordinaire = 20 à 25 minutes).

- ❖ Si on utilise de la gelée seulement, augmenter la quantité.

Carrés minutes aux dattes

- ✓ $\frac{3}{4}$ à 1 tasse de farine
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de cassonade
- ✓ 3 œufs
- ✓ 1 tasse de dattes coupées (et enroulées dans la farine)
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de margarine
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de lait
- ✓ 3 c. à thé de poudre à pâte

Mêler la farine, la cassonade et la poudre à pâte. Ajouter la margarine, les œufs un à la fois, le lait et les dattes. Bien mélanger. Cuire au four à 350 ° F durant 30 à 40 minutes.

Pattes d'éléphant

- ✓ 1 œuf
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de margarine
- ✓ 3 $\frac{1}{2}$ carrés de chocolat mi-sucré
- ✓ 1 tasse de sucre à glacer
- ✓ 1 tasse de noix de coco
- ✓ 1 sac de guimauves miniatures

Battre l'œuf. Ajouter le sucre à glacer. Fondre la margarine et le chocolat sur feu doux. Ajouter au mélange d'œuf. Incorporer les guimauves et la noix de coco. Verser dans un moule beurré carré ou rectangulaire. Garder au frais environ 6 heures. Couper en carrés.

Carrés aux biscuits Graham

- ✓ 3 tasses de guimauves miniatures réfrigérées avant usage
- ✓ 2 $\frac{1}{2}$ tasses de biscuits Graham écrasés
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de margarine
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille
- ✓ 2 œufs
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de coconut

Chauffer la margarine, les œufs, le sucre et le coconut. Ne pas bouillir. Retirer du feu. Ajouter la vanille, les biscuits écrasés et les guimauves. Bien mélanger. Déposer dans un moule carré de 8 pouces graissé. Presser avec ses doigts. Déposer au réfrigérateur 2 heures.

Carrés à la mélasse

- ✓ 1 œuf
- ✓ 1 c. à table de graisse
- ✓ 1 pincée de sel
- ✓ 2 tasses de farine
- ✓ 1 c. à thé de vinaigre
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre
- ✓ 1 c. à thé de soda
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de mélasse
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de lait environ

Cuire à 350 ° F 40 à 45 minutes.

Carrée au fudge

Gâteau :

- ✓ 2 c. à table de cacao
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de graisse
- ✓ 1 œuf
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ $\frac{3}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de lait
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 1 $\frac{1}{4}$ tasse de farine
- ✓ 1 c. à thé de soda

Chauder le lait et le cacao ensemble. Retirer du feu. Verser la graisse. Ajouter les autres ingrédients. Verser dans un moule graissé 15 "x 10 ". Cuire au four à 350 ° F 12 à 15 minutes.

Glace :

- ✓ 1 1/3 tasse de sucre
- ✓ 2 c. à thé de sucre à glacer
- ✓ 2 c. à table de cacao
- ✓ ½ tasse de lait

Cuire jusqu'à boule molle dans l'eau froide. Retirer du feu. Battre jusqu'à épaississement. Étendre sur le gâteau chaud.

Carrés à l'orange

Base :

- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ ¼ tasse de beurre

Presser dans un moule graissé de 8 pouces. Cuire au four à 350 ° F 12 minutes.

Garniture :

- ✓ 2 œufs
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ ¼ c. à thé de soda
- ✓ ½ tasse de coconut
- ✓ 1 ½ tasse de cassonade
- ✓ 2 c. à table de farine
- ✓ ½ c. à thé de sel
- ✓ ½ tasse de noix hachées

Battre ensemble jusqu'à lisse, les œufs, la vanille et la cassonade. Ajouter les autres ingrédients. Étendre sur la base déjà cuite. Remettre au four 20 minutes. Tiédir.

Glace :

- ✓ 2/3 tasse de sucre en poudre
- ✓ 1 à 2 c. à table de jus d'orange

Étendre sur la garniture.

Carrés à l'orange et aux dattes

- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de beurre
- ✓ 1 œuf
- ✓ 2 c. à thé de zeste d'orange
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de dattes hachées
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de farine
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 tasse de coconut

Fondre le beurre. Retirer du feu. Ajouter les autres ingrédients. Verser dans un moule 7" x 11" graissé. Cuire au four à 350 ° F 30 minutes.

- ❖ Les dattes roulées dans la farine se découpent plus facilement et se répandent mieux dans la pâte.

Gâteau éponge

- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 3 œufs
- ✓ 6 c. à table de lait chaud

Mélanger la farine, la poudre à pâte et le sel. Dans un autre bol, battre les œufs à grande vitesse jusqu'à épais et pâle (5 minutes environ). Ajouter graduellement le sucre, tout en continuant de battre jusqu'à léger. Aromatiser. Ajouter les ingrédients secs en battant à faible vitesse. Ajouter le lait chaud et mélanger rapidement. Étendre dans un moule carré non-graissé. Cuire au four à 350 ° F 25 à 30 minutes. Laisser refroidir dans le moule.

Carrés au sucre à la crème

Gâteau :

- ✓ 2 œufs
- ✓ 1 tasse de lait
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille
- ✓ 2 $\frac{1}{2}$ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 $\frac{3}{4}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de graisse

Battre les œufs. Ajouter le sucre et le lait par petites quantités tout en continuant de battre. Ajouter les autres ingrédients. Verser dans un moule graissé 15 " x 10 ". Cuire à 350 ° F 20 à 25 minutes.

Glace :

- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de beurre
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de lait
- ✓ 1 tasse de sucre à glacer

Cuire la cassonade, le lait et le beurre. Porter à ébullition en brassant constamment. Bouillir 1 à 2 minutes. Retirer. Ajouter le sucre à glacer. Battre. Étendre sur le gâteau.

Gâteau froid au chocolat

- ✓ $\frac{1}{2}$ livre de biscuits (écrasés)
- ✓ 1 œuf
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de cacao
- ✓ 1 livre de sucre en poudre
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de café fort
- ✓ Beurre fondu (un peu)

Mélanger le tout. Placer dans un moule beurré. Refroidir plusieurs heures au réfrigérateur. Tailler.

Dominos

Base :

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de beurre fondu
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de cacao
- ✓ 1 œuf
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de noix hachées
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de sucre à glacer
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 1 tasse de coconut
- ✓ 2 tasses de biscuits Graham (miettes)

Écraser les biscuits. Ajouter les autres ingrédients. Bien mélanger. Étendre dans le fond d'un moule beurré 8 " x 12 ". Réfrigérer un peu.

Glace :

- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de beurre fondu ($\frac{1}{3}$)
- ✓ 2 tasses de sucre en poudre
- ✓ 2 c. à thé (table) de pouding instant vanille
- ✓ 3 c. à table de lait

Bien mélanger. Étendre sur la base. Réfrigérer un peu.

Garniture :

- ✓ 4 à 6 onces de chocolat mi-sucré fondu
- ✓ 2 c. à table de beurre

Bien mélanger. Étendre sur la glace.

Surprises à la guimauve

Gâteau :

- ✓ 1 tasse de margarine
- ✓ 4 œufs
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de cacao
- ✓ 2 tasses de sucre
- ✓ $1 \frac{1}{2}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de noix hachées

Mélan ger la margarine et le sucre jusqu'à mousseux. Ajouter les œufs un à la fois en battant bien entre chaque addition. Incorporer graduellement, en battant bien, la farine et les cacaos tamisés ensemble. Ajouter les noix. Verser dans un moule graissé de 13 " x 9 ". Cuire à 350 ° F 30 à 35 minutes.

Guîmauv es :

- ✓ 3 tasses de guîmauv es miniatures

Couvrir le dessus du gâteau de guîmauv es. Retourner au four 3 à 5 minutes jusqu'à guîmauv es légèrement gonflées. Laisser refroidir 30 minutes sans toucher aux guîmauv es.

Glace :

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de margarine
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de cacao
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de lait évaporé
- ✓ 4 tasses de sucre à glacer
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de noix hachées

Défaire la margarine en crème. Y ajouter en battant bien, le sucre et le cacao mélangés ensemble. Alterner avec le lait. Battre jusqu'à léger et mousseux. Incorporer les noix. Étendre sur la couche de guîmauv es. Réfrigérer.

- ❖ Pour servir, couper en barres.

Barres cathédrales

Base :

- ✓ 1 tasse de margarine
- ✓ 2 œufs légèrement battus
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 2 tasses de farine

Défaire en crème la margarine, la cassonade et les œufs. Ajouter la farine et le sel. Bien mélanger. Étendre dans un moule rectangulaire 19 " x 9 " non-graissé. Cuire au four à 350 ° F 20 à 25 minutes. Laisser refroidir.

Garniture :

- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de grains de chocolat mi-sucrés
- ✓ 1 $\frac{1}{4}$ tasse de guimauves miniatures à saveur de fruits
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de margarine
- ✓ 2 œufs
- ✓ 2 tasses de sucre à glacer
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de noix hachées

Fondre le chocolat et la margarine à feu doux. Remuer sans arrêt jusqu'à lisse. Retirer de feu. Ajouter le sucre à glacer et les œufs. Bien battre. Incorporer les guimauves et les noix. Étendre sur la base cuite. Réfrigérer.

- ❖ Conserver au froid (45 barres environ).

Brownies au caramel

Gâteau :

- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de beurre
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 œuf battu
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 c. à thé de vanille

Dans une marmite, fondre le beurre et la cassonade à feu doux (juste fondre). Retirer du feu. Mélanger aux autres ingrédients. Cuire au four à 300 ° F 25 minutes environ dans un moule carré de 8 pouces beurré. Au sortir du four, étendre une glace sur le dessus (essayer de refroidir avant).

Glace :

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de cassonade
- ✓ $\frac{1}{4}$ à $\frac{1}{2}$ tasse de beurre
- ✓ 2 tasses de sucre à glacer
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de lait
- ✓ 1 c. à thé de vanille

Mélanger les 4 premiers ingrédients. Bouillir 1 à 2 minutes. Retirer du feu. Ajouter le sucre à glacer.

Brownies Rocher

- ✓ $\frac{2}{3}$ tasse de cacao non sucré
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de farine tout-usage
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de d'huile végétale
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de cassonade, bien tassée
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre
- ✓ 4 blancs d'œufs

Garniture :

- ✓ 1 c. à table de lait 1 %
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de brisures de chocolat mi-sucre
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de mini-guimauves
- ✓ 3 c. à table de noix de Grenoble ou de pacanes, hachées (facultatif)

Préchauffer le four à 350 ° F. Beurrer un moule 20 cm (carré). Mettre de côté. Dans un bol moyen, mélanger le cacao, la farine, la poudre à pâte et le sel. Dans un grand bol, battre ensemble l'huile, la cassonade, le sucre, les blancs d'œufs et la vanille. Incorporer le mélange de cacao dans le mélange d'huile et battre vigoureusement. Verser dans le moule préparé. Cuire au four jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre en ressorte propre (environ 25 minutes). Retirer et laisser refroidir (10 minutes). Pour la garniture, mélanger le lait et les brisures de chocolat dans une petite casserole. Chauffer à feu doux jusqu'à ce que le chocolat soit fondu. Parsemer les guimauves (et noix) sur les Brownies. Arroser du mélange de chocolat. Remettre au four 3 minutes. Retirer et laisser refroidir. Tailler en carrés.

Crèmes et soupes

Crème de chou-fleur

- ✓ 1 ½ tasse de chou-fleur cuit
- ✓ 1 branche de céleri
- ✓ 2 c. à table de beurre
- ✓ 1 oignon
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 1 feuille de laurier
- ✓ 1 tasse de lait
- ✓ 2 c. à table de farine
- ✓ 2 tasses de bouillon de poulet

Faire cuire le chou-fleur dans de l'eau bouillante salée. Faire fondre le beurre dans une autre marmite. Ajouter l'oignon, le céleri et la feuille de laurier (faire revenir). Ajouter la farine et cuire quelques minutes. Incorporer le bouillon de poulet et le chou-fleur. Cuire 5 minutes. Enlever la feuille de laurier. Passer le tout au blender. Assaisonner. Ajouter le lait et cuire quelques minutes sans bouillir.

Crème Vickysoïre

- ✓ ½ tasse de beurre
- ✓ 1 oignon
- ✓ 1 pincée de muscade
- ✓ 1 pomme de terre tranchée
- ✓ 1 branche de céleri
- ✓ 2 poireaux
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 3 tasses de bouillon de poulet
- ✓ Persil
- ✓ Quelques gouttes de sauce Worcestershire

Faire revenir dans le beurre, le blanc de poireau coupé et l'oignon. Ajouter les autres ingrédients. Cuire à point sur feu doux. Passer au blender. Juste avant de servir, ajouter ½ tasse de crème.

Crème de céleri

- ✓ 2 tasses de céleri
- ✓ Eau bouillante
- ✓ 1 ½ de lait
- ✓ 1 petit oignon
- ✓ ¼ tasse de beurre
- ✓ ¼ tasse de farine
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 1 ½ tasse d'eau de cuisson du céleri

Faire cuire le céleri à l'eau bouillante salée. Faire fondre le beurre et faire revenir l'oignon dedans. Ajouter la farine. Cuire en brassant jusqu'à épais. Ajouter le céleri cuit. Passer au blender. Assaisonner.

Soupe crémeuse

- * On peut faire une soupe crémeuse à partir de brocoli ou de chou-fleur cuit dans un peu de bouillon de poulet (1 c. à thé dans une tasse d'eau), réduit en purée et dilué avec du lait.
- ** On peut mettre d'autres légumes.

Potage

- ✓ Légumes cuits (en purée)

Conserver l'eau de cuisson et s'en servir pour faire une sauce béchamel: la mélanger avec le lait (mettre environ 1 tasse de lait et ½ tasse d'eau).

- * Recette ordinaire: 1 ½ tasse de lait.

Potage aux légumes

- ✓ 6 tasses de légumes (1 oignon moyen, 1 patate, carottes, céleri, etc.)
- ✓ 6 tasses de bouillon de poulet

Couper les légumes. Les déposer dans une grande marmite et cuire jusqu'à tendres. Écraser avec un pilon à patates lorsqu'ils sont cuits.

Sauce :

- ✓ 6 tasses de lait, divisées en 2
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de beurre
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse + 2 c. à table de farine
- ✓ Sel, poivre et sel d'ail

Fondre le beurre dans une marmite. Y ajouter la farine. Cuire. Verser le lait (3 tasses) par petites quantités et cuire jusqu'à épaississement. Verser dans la purée de légumes (ci-haut) et bien mélanger. Ajouter 3 autres tasses de lait (ou moins). Assaisonner au goût (sel, poivre et sel d'ail).

Soupe blanche

- ✓ Eau froide (grosse marmite)
- ✓ Sel et poivre
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse (et plus) de riz
- ✓ 2 $\frac{1}{4}$ tasses de vermicel coupé
- ✓ Os à soupe (ou bouillon de poulet : 1 c. à thé pour 1 tasse d'eau)
- ✓ 1 à 2 oignons moyens
- ✓ 2 à 3 c. à table d'herbes à soupes salées

Porte à ébullition, l'eau, l'os à soupe, les oignons, le sel et le poivre. Laisser mijoter environ 1 $\frac{1}{2}$ heure (on peut mettre les oignons un peu plus tard pour qu'ils soient en un morceau). Retirer l'os. Ajouter le riz. Bouillir environ 10 minutes. Ajouter le vermicel et les herbes à soupes (facultatif). Bouillir environ 2 minutes. Retirer du feu.

Soupe aux tomates maison

- ✓ Eau froide (grosse marmite)
- ✓ Sel et poivre
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse (et plus) de riz
- ✓ 2 $\frac{1}{4}$ tasses de vermicel coupé
- ✓ Os à soupe (ou bouillon de poulet : 1 c. à thé pour 1 tasse d'eau)
- ✓ 1 à 2 oignons moyens

Porter à ébullition, l'eau, l'os à soupe, les oignons, le sel et le poivre. Laisser mijoter environ 1 $\frac{1}{2}$ heure (on peut mettre les oignons un peu plus tard pour qu'ils soient en un morceau). Retirer l'os. Ajouter le riz. Bouillir environ 10 minutes. Ajouter le vermicel. Bouillir environ 2 minutes. Retirer du feu. Ajouter le mélange.

Sauce :

- ✓ Beurre
- ✓ 1 boîte 28 oz. de tomates
- ✓ 2 à 3 c. à table d'herbes à soupes salées
- ✓ Oignons hachés
- ✓ Sel et poivre

Faire revenir de l'oignon dans du beurre. Ajouter les tomates, le sel, le poivre et les herbes à soupes (facultatif). Amener à ébullition. Retirer du feu. Refroidir légèrement.

Soupes-maison (notes)

- ✓ Lorsque l'eau est assez grasse, enlever l'os à soupe.
- ✓ Lorsque l'on met des légumes, laisser mijoter environ 1 heure ou jusqu'à tendres.
- ✓ On peut utiliser des queues de céleri comme herbes à soupes.

Soupe avec une sorte de légume

- ✓ Eau froide (grosse marmite)
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 2 ¼ tasse de vermicel coupé
- ✓ Os à soupe (ou bouillon de poulet : 1 c. à thé pour 1 tasse d'eau)
- ✓ 1 à 2 oignons moyens
- ✓ 2 à 3 c. à table d'herbes à soupes salées
- ✓ Une sorte de légume coupé

Porter à ébullition, l'eau, l'os à soupe, les oignons, le sel et le poivre. Laisser mijoter environ 1 heure (on peut mettre les oignons un peu plus tard pour qu'ils soient en un morceau). Ajouter le légume. Bouillir environ 1 heure. Ajouter le vermicel et les herbes à soupe (facultatif). Bouillir environ 2 minutes. Retirer du feu.

Soupe aux légumes

- ✓ Eau froide (grosse marmite)
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 1 à ¼ tasse de vermicel coupé
- ✓ 1 boîte 48 oz. de jus de tomate
- ✓ Légumes coupés
- ✓ 2 à 3 c. à table d'herbes à soupes
- ✓ Os à soupe (ou bouillon de poulet : 1 c. à thé pour 1 tasse d'eau)
- ✓ 1 à 2 oignons moyens
- ✓ 1 c. à table de bouillon de poulet

Porter à ébullition, l'eau, l'os à soupe, les oignons, le sel et le poivre. Laisser mijoter environ 1 heure (on mettre les oignons un peu plus tard pour qu'ils soient en un morceau). Ajouter les légumes. Bouillir environ 1 heure. Ajouter le vermicel, les herbes à soupes et le bouillon de poulet. Bouillir environ 2 minutes. Ajouter le jus de tomate, jeter un bouillon et retirer du feu.

Soupe aux choux

- ✓ Eau froide (grosse marmite)
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 1 à ¼ tasse de vermicel coupé
- ✓ Chou défait et coupé
- ✓ Os à soupe (ou bouillon de poulet : 1 c. à thé pour 1 tasse d'eau)
- ✓ 1 à 2 oignons moyens
- ✓ 2 à 3 c. à table d'herbes à soupes salées

Porter à ébullition, l'eau, l'os à soupe, les oignons, le sel et le poivre. Laisser mijoter environ 1 heure (on peut mettre les oignons un peu plus tard pour qu'ils soient en un morceau). Ajouter le chou. Bouillir environ 1 heure. Ajouter le vermicel et les herbes à soupes (facultatif). Bouillir environ 2 minutes. Retirer du feu.

Soupe au légumes et tomates

- ✓ 1 oignon moyen haché
- ✓ 1 boîte 28 oz. de tomates
- ✓ 2 ½ tasses de carottes en dés
- ✓ 4 c. à table de base de poulet
- ✓ 1/8 c. à thé de thym
- ✓ 1 tasse d'alphabets (et autres)
- ✓ 5 c. à table de margarine
- ✓ 17 à 18 tasses d'eau chaude
- ✓ 1 tasse de céleri en dés
- ✓ 3 1/8 c. à thé de sel fin
- ✓ 1/16 c. à thé de poivre
- ✓ 1 ½ c. à thé de persil haché

Faire revenir l'oignon dans la margarine. Ajouter les tomates et l'eau. Amener à ébullition. Ajouter les légumes, la base de poulet, le sel, le thym et le poivre. Couvrir et laisser mijoter jusqu'à légumes tendres (environ 1 ½ heure). Ajouter les alphabets et le persil. Bouillir environ 2 minutes.

* Pour une plus petite recette, mettre 3 c. à table de margarine, 1 boîte 28 oz. de tomates, ¾ tasse de céleri, poivre au goût, 2 c. à table de base de poulet, 11 tasses d'eau chaude, 1/8 c. à thé de thym, ¾ tasse d'alphabet, 1 oignon moyen, 2 tasses de carottes, 2 ¼ c. à thé de sel, 1 c. à thé de persil.

Soupe Lipton

- ✓ 9 ½ tasses d'eau
- ✓ 1 boîte 19 oz. de jus de tomate
- ✓ 1 tasse de vermicel coupé
- ✓ 2 sachets de mélange à soupe poulet et nouilles
- ✓ 3 c. à thé de base de poulet

Amener l'eau et le jus de tomate à ébullition. Ajouter les autres ingrédients. Bouillir environ 2 minutes.

* Pour une plus grosse recette, mettre 12 ½ tasses d'eau, 1 ¼ tasse de vermicel, 3 c. à table de base de poulet (le reste est identique).

Soupe Julienne

- ✓ 4 c. à table (environ) de margarine
- ✓ 9 tasses d'eau
- ✓ 4 c. à table de base de poulet
- ✓ Poivre au goût
- ✓ Oignon haché
- ✓ 1 boîte 19 oz. de jus de tomate
- ✓ ½ c. à thé de sel
- ✓ 1 1/3 tasse de pâtes (vermicel ou autres)

Faire revenir l'oignon dans un peu de beurre fondu. Ajouter l'eau et le jus de tomate. Porter à ébullition. Ajouter le reste des ingrédients. Bouillir environ 2 minutes.

Soupe aux pois

- ✓ 24 tasses d'eau
- ✓ 5 carottes en dés
- ✓ 2 oignons hachés
- ✓ 1/8 c. à thé de thym
- ✓ 1 gousse d'ail émincé
- ✓ ¼ à ½ livre de lard entrelardé coupé (ou os à jambon)
- ✓ 5 tasses de pois
- ✓ 5 branches de céleri en dés
- ✓ 2 ½ c. à table (environ) de gros sel

- ✓ 2 feuilles de laurier
- ✓ 1/16 c. à thé de sarriette
- ✓ 1 à 2 c. à table de base de poulet

Porter à ébullition. Laisser mijoter 2 à 3 heures.

* Si désiré, vers la fin de cuisson, ajouter 2 c. à table (environ) d'herbes à soupe.

Soupe fermière

- ✓ 1 tasse de bouillon de poulet
- ✓ 1 tasse de jus de tomate
- ✓ ¼ tasse de navet
- ✓ ¼ tasse d'épinards
- ✓ 1 c. à thé de basilic haché
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 1 tasse de bouillon au bœuf
- ✓ ¼ tasse de carottes
- ✓ ¼ tasse de tomates en cubes

Porter les bouillons à ébullition. Ajouter les légumes et cuire jusqu'à tendres. Ajouter les tomates et les épinards. Saler, poivrer et mijoter 1 minute.

Croissants

Croissants saucisses et fromage

Séparer la pâte à croissants en 8 triangles. Ouvrir 8 saucisses à hot dog dans le sens de la longueur à $\frac{1}{2}$ pouce des bouts. Garnir de tranches de fromage. Mettre une saucisse sur chaque triangle et rouler. Déposer le côté du fromage en haut sur une tôle à biscuits. Cuire au four à $350^{\circ} F$ 10 à 15 minutes.

- ❖ 1 croissant = $\frac{1}{2}$ saucisse + 3 à 4 carrés de fromage.

Carrés croissants de poulet

- ✓ 125 grammes de fromage à la crème ramolli
- ✓ 2 c. à table de margarine
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ 2 c. à table de lait
- ✓ 1 c. à table de poivron rouge haché
- ✓ 1 paquet (235 grammes) de croissants Pillsbury
- ✓ 2 tasses de poulet cuit en dés
- ✓ $\frac{1}{8}$ c. à thé de poivre
- ✓ 1 c. à table d'oignon
- ✓ 1 c. à table margarine fondu
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de croûtons émiettés

Mélanger le fromage à la crème et la margarine jusqu'à léger. Ajouter le poulet, le sel, le poivre, le lait, l'oignon et le poivron. Mélanger. Séparer la pâte à croissants en 4 rectangles. Bien appuyer sur les perforations pour sceller la pâte. Déposer $\frac{1}{2}$ tasse environ du mélange au centre de chaque rectangle. Ramener les 4 coins de rectangles par-dessus le mélange. Tourner légèrement, puis sceller les côtés. Recouvrir la pâte de margarine (1 c. à table) et parsemer de miettes de croûtons assaisonnés. Cuire sur une tôle non-graissée au four à $350^{\circ} F$ 20 à 25 minutes. Servir chaud.

Croissants au thon

- ✓ 1 boîte de pâte de croissants en converse (paquet de 8) (Pillsbury)
- ✓ 4 tranches de fromage cheddar râpé (orange ou blanc) $\Rightarrow \frac{3}{4}$ de tasse de fromage (3 oz ou 85g)
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de céleri haché
- ✓ 1 œuf cuit dur haché
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de mayonnaise
- ✓ 1 boîte de thon en conserve (7 oz ou 200g)

Préchauffer le four à 375°F. Bien mélanger le thon, l'œuf, le fromage, le céleri et la mayonnaise. Séparer la pâte à croissants en 8 triangles et placer dans des moules à muffins non-graissés (1 triangle par moule). Presser la pâte tout autour et jusqu'au bord. Remplir du mélange de thon. Cuire 10 à 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Desserts

Parfaits aux fraises

- ✓ 2 tasses de fraises coupées en quartiers
- ✓ 3 c. à table de cassonade, bien tassée
- ✓ 1 c. à table de sucre
- ✓ 1 tasse de yogourt (vanillé), sans gras
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de crème sure, faible en gras
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de zeste d'orange, râpé

Dans un bol moyen, bien mélanger les quartiers de fraises, la cassonade et le sucre. Laisser reposer 20 minutes environ, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que les sucres soient complètement dissous et que le jus s'échappe des fraises. Entre-temps, dans un petit bol, mélanger le yogourt, la crème sure et le zeste d'orange râpé.

Déposer 1/3 du mélange aux fraises, en répartissant également dans 4 coupes à parfait ou à sorbet. Couvrir de 2 c. à table du mélange au yogourt. Répéter avec une autre couche du mélange aux fraises et une autre couche du mélange au yogourt. Déposer de reste du mélange aux fraises, en partageant de façon égale. Ajouter 1 c. à table du mélange au yogourt sur le dessus. Garnir de fraises entières et de feuilles de menthe. Servir immédiatement.

Donne 4 portions.

Tarte aux fraises fraîches (version 1)

- ✓ 9 biscuits Graham
- ✓ 1 2/3 tasse d'eau
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ Crème fouettée
- ✓ 4 c. à thé de féculle de maïs
- ✓ 1 boîte de gélatine aux fraises

Faire bouillir jusqu'à épaississement l'eau, la féculle de maïs et le sucre. Retirer du feu et ajouter la gélatine aux fraises. Réfrigérer au peu (laisser prendre un peu). Tapisser le fond d'un moule pyrex de 8 pouces (ou autre moule en nylon plus petit) de biscuits Graham. Couvrir de fraises. Verser le sirop de gélatine sur le dessus. Réfrigérer 1 heure environ. Garnir de crème fouettée au moment de servir.

Dessert aux cerises et chocolat

- ✓ Biscuits Graham
- ✓ ½ tasse de margarine
- ✓ 2 œufs
- ✓ ¼ tasse de sucre
- ✓ Chapelure Graham
- ✓ 1 ½ tasse de sucre à glacer
- ✓ 1 tasse de crème à fouetter
- ✓ 2 c. à table de cacao
- ✓ ¼ tasse de cerises égouttées

Couvrir le fond d'un moule de biscuits Graham. Crémer la margarine et ajouter le sucre à glacer. Battre. Ajouter les œufs. Battre. Étendre sur les biscuits. Fouetter la crème. Ajouter graduellement le sucre et le cacao en battant bien. Ajouter à la main les noix et les cerises. Verser sur la première garniture du moule. Parsemer de chapelure de biscuits Graham.

Surprise aux ananas

- ✓ 1 boîte d'ananas broyés et égouttés
- ✓ Biscuits Graham
- ✓ Crème fouettée

Mélange :

- ✓ 1 œuf
- ✓ 1 tasse de margarine
- ✓ 1 boîte de sucre en poudre
- ✓ Vanille au goût

Tapisser le fond d'un moule de biscuits Graham. Recouvrir du mélange. Étendre les ananas. Réfrigérer un peu. Recouvrir de crème fouettée. Réfrigérer à nouveau.

Dessert aux fraises

- ✓ 9 biscuits Graham
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de sucre
- ✓ 1 enveloppe Dream Whip
- ✓ Fromage à la crème (1 paquet de 250 grammes)

Mélange :

- ✓ Fraises congelées
- ✓ Sucre
- ✓ Eau froide
- ✓ Fécule de maïs

Cuire les fraises avec un peu d'eau et de sucre. Épaissir avec de la féculle de maïs délayée dans de l'eau froide.

Tapisser le fond d'un moule carré de biscuits Graham. Préparer l'enveloppe de Dream Whip selon le mode d'emploi. Ajouter le sucre. Battre. Ajouter le fromage en crème et bien mélanger. Verser sur les biscuits. Réfrigérer un peu. Verser le mélange de fraises sur le dessus.

Délices aux ananas

- ✓ 9 biscuits Graham
- ✓ 1 boîte 19 oz. d'ananas en tranches égouttés

Crémage :

- ✓ 3 tasses de sucre en poudre
- ✓ 2 à 3 c. à table de lait
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de beurre

Tapisser le fond d'un moule pyrex de 8 pouces de biscuits Graham. Étendre les tranches d'ananas sur le dessus. Verser le mélange de crémage. Recouvrir de crème fouettée (2 tasses environ). Saupoudrer $\frac{1}{2}$ tasse de chapelure de biscuits Graham.

Dessert aux ananas

- ✓ 1 boîte d'ananas broyés et égouttés
- ✓ 2 œufs
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse et plus de sucre en poudre
- ✓ 1 enveloppe de Dream Whip (ou 1 tasse de Nutrifil)
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille
- ✓ 2 à 3 c. à table de beurre ramolli
- ✓ Biscuits Graham

Tapisser le fond d'un moule de biscuits Graham. Étendre les ananas sur le dessus. Fouetter les œufs avec la vanille. Ajouter le sucre en poudre et le beurre. Verser sur les ananas. Réfrigérer. Garnir du mélange de Dream Whip préparé selon le mode d'emploi. Réfrigérer. Saupoudrer de chapelure Graham.

Parfait aux pêches

- ✓ 1 enveloppe Dream Whip
- ✓ 1 ½ tasse de pêches fraîches tranchées

Préparer le Dream Whip selon le mode d'emploi. Préparer les pêches. Disposer en alternant le Dream Whip et les tranches de pêches dans les coupes. Couronner de Dream Whip.

Salade De Luxe aux fruits

- ✓ 1 enveloppe Dream Whip
- ✓ 3 c. à table de sucre en poudre
- ✓ 1 tasse de pêches tranchées
- ✓ 1 tasse de crème sûre
- ✓ 1 tasse de fraises coupées en 2
- ✓ 1 tasse de raisins verts

Préparer le Dream Whip selon le mode d'emploi. Incorporer la crème sûre et le sucre en poudre. Réfrigérer. Mélanger les fruits avec ¼ tasse de sucre en poudre. Réfrigérer. Servir les fruits couronnés de Dream Whip.

Mousse au citron

- ✓ 1 enveloppe de Dream Whip
- ✓ 3 c. à table de jus de citron
- ✓ ½ tasse environ de sucre
- ✓ 1 c. à thé de zeste de citron

Préparer l'enveloppe de Dream Whip selon le mode d'emploi. Ajouter le jus de citron, le sucre, le zeste de citron et quelques gouttes de colorant. Bien battre.

Mousse aux ananas

- ✓ *½ tasse d'eau froide*
- ✓ *1/8 c. à thé de sel*
- ✓ *2 blancs d'œufs*
- ✓ *1 enveloppe gélatine sans saveur*
- ✓ *½ tasse de sucre*
- ✓ *1 boîte 14 oz. D'ananas en purée*

Verser l'eau froide dans une casserole. Y saupoudrer la gélatine. Cuire à feu doux en remuant jusqu'à gélatine complètement dissoute (2 minutes environ). Retirer du feu. Ajouter les ananas, le sucre et le sel. Mettre au réfrigérateur et remuer de temps en temps. Ajouter les blancs d'œufs battus en neige. Battre jusqu'à formation d'une mousse. Réfrigérer 2 à 3 heures.

Mousse suprême au chocolat

- ✓ *1 ½ tasse de lait*
- ✓ *1 enveloppe de Dream Whip*
- ✓ *1 paquet de 4 portions de pouding instant au chocolat*

Battre tous les ingrédients jusqu'à crèmeux.

Mousse au butterscotch

- ✓ *1 boîte de 4 portions de pouding butterscotch*
- ✓ *1 enveloppe de Dream Whip*

Préparer les enveloppes de Dream Whip et de pouding selon les modes d'emploi. Les incorporer ensemble.

Mousse à la framboise (version 1)

- ✓ 1 enveloppe de Dream Whip
- ✓ 1 boîte de 3 onces de poudre Jell-o aux framboises
- ✓ 1 paquet 15 onces de framboises congelées

Préparer l'enveloppe de Dream Whip selon le mode d'emploi. Dissoudre la poudre Jell-o dans 1 tasse d'eau bouillante. Ajouter les framboises congelées. Brasser 3 à 5 minutes pour séparer les fruits et épaissir légèrement la gelée. Incorporer le mélange de Dream Whip. Réfrigérer.

Mousse aux poires

- ✓ 2 poires
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse environ de sucre
- ✓ 1 c. à table de jus de citron
- ✓ 2 blancs d'œufs

Peler les poires, les couper en morceaux. Les cuire avec le jus de citron et la moitié du sucre, puis réduire en purée. Laisser refroidir. Fouetter les blancs d'œufs jusqu'à mousseux. Ajouter les reste du sucre (1 c. à table à la fois). Fouetter jusqu'à pics fermes. Ajouter aux œufs battus le mélange de poires. Réfrigérer.

Mousse au yogourt

- ✓ 1 paquet 3 onces Jell-o gélatine à différentes saveurs
- ✓ 1 tasse d'eau bouillante
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de yogourt nature

Laisser à peine prendre le Jell-o et l'eau bouillante. Incorporer le yogourt nature (ou autre saveur). Battre en mixeur 2 minutes environ. Réfrigérer à nouveau.

Dessert au ananas

- ✓ 4 à 5 tasses de Corn flakes écrasés
 - ✓ 5 c. à soupe de sucre (facultatif)
 - ✓ Gros comme un œuf de beurre
1. Mélanger le tout et étendre dans un moule. Réfrigérer.
 2. Faire égoutter une boîte d'ananas broyés et conserver le jus.
 3. Mélanger 1 grosse boîte de pouding à la vanille. Ajouter 1 tasse de lait et battre. Lorsque ça commence à épaissir, ajouter 2 tasses de crème glacée à la vanille et battre au mixeur. Verser sur la préparation de Corn flakes. Laisser prendre et ajouter les ananas égouttés.
* Pouding instant.
 4. Faire bouillir le jus (bouillon des ananas) et épaissir avec de la féculle de maïs. Verser sur le tout. Décorer avec des cerises coupées en deux.

Mousse aux fraises

- ✓ 2 blancs d'œufs
- ✓ 2 c. à soupe de sucre
- ✓ 1 tasse de fraises préféablement fraîches. Si elles étaient congelées, les décongeler naturellement (donc sans moyen externe), puis les éponger au maximum pour qu'il y ait le moins de jus possible

Monter les blancs d'œufs en neige à l'aide d'un batteur électrique. Ajouter graduellement le sucre, tout en continuant de battre au batteur électrique. Ajouter les fraises. Battre à nouveau au batteur électrique pour mélanger (ne pas trop battre à ce moment pour que ça reste un peu en morceaux).

* Si les fraises ne sont pas congelées, les couper en tout petits morceaux pour que ça passe plus facilement au batteur électrique.

Mousse aux framboises (version 2)

- ✓ 2 blancs d'œufs
- ✓ 2 c. à soupe de sucre
- ✓ 1 tasse de framboises fraîches

Monter les blancs d'œufs en neige à l'aide d'un batteur électrique. Ajouter graduellement le sucre, tout en continuant de battre au batteur électrique. Ajouter les framboises. Mélanger à la main pour (ne pas utiliser le batteur électrique à ce moment pour que ça reste un peu en morceaux).

Compote de pommettes

Siroop :

- ✓ 2 tasses d'eau
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ 3 ½ c. à thé de féculle de maïs (facultatif)

Bouillir 5 à 10 minutes.

Enlever les pédoncules des pommettes (1 ¼ livre environ). Laisser les queues. Plonger les pommettes à égalité du sirop bouillant. Ajouter 2 à 4 clous de girofle. Repartir l'ébullition à feu vif. Cuire lentement sans brassier jusqu'à pommettes tendres et légèrement brisées (environ 5 minutes).

Mousse aux bleuets

- ✓ 2 blancs d'œufs
- ✓ 2 c. à soupe de sucre
- ✓ 1 tasse de bleuets frais

Monter les blancs d'œufs en neige à l'aide d'un batteur électrique. Ajouter graduellement le sucre, tout en continuant de battre au batteur électrique. Ajouter les bleuets. Battre à nouveau au batteur électrique pour mélanger (battre beaucoup pour que ça soit en morceaux).

Compote de pommes (version 1)

- ✓ 20 pommes
- ✓ 1 $\frac{1}{3}$ tasses d'eau
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre

Peler les pommes, les couper en quartiers et les trancher. Faire cuire dans l'eau et ajouter le sucre. Amener à ébullition, réduire la température et laisser mijoter environ 20 minutes (ou jusqu'à ce que les pommes soient tendres). Placer 2 tasses de pommes dans le mélangeur et réduire en purée. Répéter l'opération avec le reste des pommes.

* Donne 4 pots de 500 ml.

** Prendre des « cortland » de préférence.

Compote de pommes (version 2)

- ✓ 20 pommes (Cortland de préférence)
- ✓ 3 $\frac{1}{2}$ tasses d'eau
- ✓ 1 à 2 gouttes de jus de citron

N.B. : Aucun sucre ajouté

Éplucher et couper les pommes en quartiers (verticalement, laissant le centre en un morceau long et régulier). Recouper chaque quartier en tranches de 2 mm de large maximum et faire pareil perpendiculairement. Mettre les morceaux dans un grand bol d'eau (pas la quantité proposée dans les ingrédients) froide avec le jus de citron lors de la coupe, limiter le brunissement. Lorsque la quantité est terminée, égoutter.

Déposer les pommes et l'eau dans une grande casserole ou marmite. Chauffer à feu moyen-fort et mélanger régulièrement jusqu'au frémissement. Baisser à feu faible-moyen et laisser cuire 1 à 2 minutes maximum (ou plus, dépendant de la quantité et de la grosseur du récipient, voir la précision qui suit pour savoir quand arrêter le feu). Mélanger au besoin, mais ce n'est pas nécessaire si la cuisson est rapidement achevée. Arrêter le feu dès que les pommes sont attendries, mais pas complètement fondantes (avec une fourchette, on sent une petite résistance en appuyant sur les morceaux, mais pas trop, un peu mou).

Transférer le tout dans un blender. Donner des impulsions très courtes (moins de 1 seconde chacune), juste assez pour briser les morceaux. Puis mixer à vitesse la plus basse pendant 10 secondes maximum. La compote doit rester granuleuse et légère, pas lisse comme une crème. Si la texture est trop dense, ajouter un peu d'eau froide (1 à 2 c. à soupe de la fois), puis refaire un mixage doux très court.

Laisser tiédir jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de fumée et, si vous le jugez nécessaire, que la sensation de chaleur soit amoindrie. Réfrigérer quelques heures couvercle fermé jusqu'à ce que la compote soit bien froide pour une texture encore plus légère et agréable. Servir froid.

Mousse aux bananes

- ✓ 2 bananes bien mûres (1 tasse) écrasées avec une fourchette
- ✓ 2 blancs d'œufs
- ✓ 2 c. à soupe de sucre

Monter les blancs d'œufs en neige à l'aide d'un batteur électrique. Ajouter graduellement le sucre, tout en continuant de battre au batteur électrique. Ajouter les bananes. Mélanger à la main pour (ne pas utiliser le batteur électrique à ce moment pour que ça reste un peu en morceaux).

Compote de rhubarbe

- ✓ 4 ¼ tasses environ de rhubarbe coupée
- ✓ ¾ à 1 tasse de sucre
- ✓ 1/8 tasse de féculle de maïs
- ✓ 1 c. à table de jus de citron
- ✓ 1 tasse d'eau
- ✓ ¼ tasse d'eau
- ✓ ¼ c. à thé de vanille (facultatif)

Mélanger le sucre et l'eau. Amener à ébullition et laisser bouillir 5 minutes. Ajouter la rhubarbe et laisser mijoter jusqu'à tendre (environ 5 minutes). Mélanger la féculle de maïs et l'eau. Verser dans la rhubarbe et cuire jusqu'à consistance épaisse et transparente. Incorporer le jus de citron et la vanille.

Compote de fraise

- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ 2 c. à table (3 c. pour tartes) de féculle de maïs et de farine
- ✓ 1 tasse + 2 c. à table d'eau et de jus de fraises (mélangés)

Mélanger le sucre, le sel et la féculle. Ajouter l'eau. Cuire à feu doux jusqu'à épaississement. Incorporer les fraises. Cuire légèrement.

Confiture aux fraises

- ✓ 4 tasses de fraises
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de sucre

Étendre 1 rangée de fraises dans une rôtissoire et verser 1 rangée de sucre par-dessus. Répéter. Laisser fondre le sucre. Passer les fraises dans une passoire pour en retirer le jus. Faire bouillir le jus à feu moyen (environ $\frac{1}{2}$ heure). Ajouter les fraises au jus et laisser mijoter encore 5 minutes. Mettre dans des pots pendant qu'elles sont encore chaudes (ne pas sceller). Réfrigérer. Congeler lorsque refroidies.

Roulé à la cassonade

- ✓ Pâte à tarte
- ✓ Cassonade
- ✓ Margarine

Rouler la pâte à tarte en forme de rectangle. Étaler, à l'aide d'un couteau, la margarine sur la pâte. Étendre une bonne épaisseur de cassonade par-dessus. Enrouler la pâte sur le sens de la longueur. Déposer le roulé sur une tôle graissée. Cuire à 400 °F, environ de 10 à 15 minutes.

Poires moka

- ✓ 1 boîte 113 grammes de pouding au chocolat
- ✓ 1 sachet de gélatine sans saveur
- ✓ 1 ½ tasse de café froid (1 ¼ c. à thé de café)
- ✓ 3 œufs
- ✓ 2 c. à table de sucre

Mélanger le pouding et la gélatine dans une casserole. Ajouter le café. Cuire jusqu'à ébullition à feu moyen en brassant sans arrêt. Retirer du feu. Laisser refroidir à la température ambiante. Battre les œufs en neige. Ajouter le sucre petit à petit en continuant de battre. Incorporer le pouding. Verser dans un plat large. Réfrigérer.

Sauce :

- ✓ 1 paquet 250 grammes de fromage à la crème Philadelphia
- ✓ ¼ tasse de lait
- ✓ ¼ tasse de sucre
- ✓ 1 pincée de sel
- ✓ 3 jaunes d'œufs
- ✓ 1 c. à thé de vanille

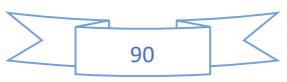
Déposer dans un mélangeur. Faire tourner pour obtenir une sauce homogène. Réfrigérer.

* ½ recette peut suffire.

Garniture :

- ✓ 1 boîte 540 ml (19 oz.) de moitiés de poires
- ✓ Chocolat mi-sucré râpé (ou cerises de France)

Couper les poires égouttées en quart. Les déposer sur le ding. Verser un peu de sauce sur le dessus. Garnir de chocolat ou de morceaux de cerises. Servir avec le reste de sauce.



Divers

Fèves au lard

- ✓ 1 livre de fèves (2 tasses)
- ✓ 2 c. à thé de sel
- ✓ 2 c. à table de ketchup
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de moutarde sèche
- ✓ Languettes de lard salé
- ✓ 1 petit oignon
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de soda
- ✓ Poivre
- ✓ Eau

Cuire les fèves dans de l'eau froide jusqu'à légèrement plissées (jeter un bouillon). Rincer à l'eau froide. Égoutter. Étendre la moitié des fèves dans une marmite allant au four. Étendre le lard et les autres ingrédients. Couvrir du reste des fèves. Verser de l'eau un peu plus que l'égalité. Couvrir. Cuire au four à un degré plus haut pour partir, puis à 250 ° F par la suite (4 heures environ).

Omelette au fromage économique

- ✓ 4 œufs séparés
- ✓ 1 c. à table de farine
- ✓ Sel et poivre
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de lait
- ✓ 1 c. à table de fromage blanc crêpé
- ✓ Beurre

Monter les blancs d'œufs en neige ferme. Dans un autre bol, bien battre les jaunes d'œufs. Y ajouter le lait, la farine, le fromage, le sel et le poivre. Ajouter les blancs d'œufs en neige. Faire chauffer du beurre dans une poêle et y verser le mélange. Cuire.

Petites crêpes

- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ 2 c. à table de beurre fondu
- ✓ 2 c. à table de sucre
- ✓ 1 $\frac{1}{4}$ tasse de lait
- ✓ 3 œufs

Méler ensemble la farine, le sucre et le sel. Dans un autre bol, bien battre les œufs et y ajouter le lait. Faire un puit au centre des ingrédients secs et verser lentement le liquide en brassant sans arrêt jusqu'à lisse. Incorporer le beurre fondu. Couvrir et réfrigérer au moins 2 heures.

** Si on prépare la pâte dans un mélangeur, mettre les œufs, le lait et le beurre fondu dans le récipient. Ajouter les ingrédients secs. Couvrir et meler à grande vitesse ½ minute. Cuire.*

*** Pour 5 personnes, faire 2 recettes.*

Pâte à modeler

- ✓ 2 c. à table d'huile végétale
- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ 2 c. à thé de crème de tartare
- ✓ ½ tasse de sel fin
- ✓ 1 tasse d'eau
- ✓ Colorant à gâteau

Méler la crème de tartare et la farine. Dissoudre le sel dans la tasse d'eau et le colorant en chauffant. Chauffer l'huile et y ajouter le mélange de farine. Bien brasser. Verser l'eau salée colorée et brasser énergiquement. Retirer du feu. Déposer dans un sac de plastique.

Pâté chinois à la viande ou aux lentilles

- ✓ 400 g (un peu moins de 1 lbs) de steak haché maigre ou 375 à 425 g de lentilles
- ✓ 1 oignon moyen, haché
- ✓ Margarine (au moins 1 tasse, 250 ml)
- ✓ Sel et poivre, au goût
- ✓ 1 grosse conserve (environ 540 ml) de maïs en crème ou 1 grosse conserve de maïs en grain (environ 340 g égoutté)
- ✓ 900 g à 1 kg de patates
- ✓ 150 à 180 ml de lait (⅔ à ¾ de tasse)

1. Cuisson de la viande ou des lentilles

- Faire fondre le beurre dans une grosse casserole
- Ajouter l'oignon haché et faire revenir jusqu'à ce qu'il soit translucide
- Ajouter le steak haché ou les lentilles égouttées
- Cuire en mélangeant jusqu'à cuisson complète (ou bien chaud pour les lentilles)
- Saler et poivrer au goût
- Réserver

2. Préparer les patates pilées

- Éplucher les patates et les cuire dans de l'eau froide légèrement salée portée à ébullition jusqu'à ce qu'elles soient tendres
- Égoutter, puis ajouter un peu de beurre et de lait
- Piler abondamment jusqu'à obtenir une texture bien molle
- Assaisonner au goût

3. Préparer le maïs

- Égoutter le maïs en crème ou le maïs en grains

4. Montage du pâté chinois

- Préchauffer le four en mode broil
- Étendre la viande ou les lentilles au fond d'un plat allant au four
- Ajouter une couche de maïs par-dessus
- Recouvrir de patates pilées

5. Cuisson

- Déposer quelques petits morceaux de margarine sur la couche de patates
- Étendre très doucement à l'aide d'un couteau à beurre
- Mettre au four sous le gril 10 à 15 minutes, en surveillant attentivement pour éviter de le brûler

6. Service

- Laisser refroidir quelques minutes
- Servir chaud

* Donne 4 à 6 portions.

Purée de citrouille maison

- ✓ Grosse citrouille pesant entre 10 et 12 kg

Préchauffer le four à 375 °F. Laver la citrouille et la couper en deux (faire attention). Retirer les filaments et les graines avec une grosse cuillère. Garder les graines pour les rôtir (bien les laver le cas échéant). Couper chaque moitié en 2. Effectuer la cuisson qui suit 2 quartiers à la fois. Déposer les quartiers côté chair extérieure vers le haut (préférablement), sur une plaque. Les parties de la chair intérieure exposées devront être recouvertes de papier d'aluminium mis à ras.

Cuire à 375 °F durant 1h30 à 2h, selon la taille. Les quartiers sont prêts quand un couteau s'enfonce comme dans du beurre mou et que la peau extérieur brunit légèrement. Avant même de mettre les deux autres quartiers au four, extraire IMMÉDIATEMENT la purée des quartiers chauds.

Éteindre le four et prendre un seul quartier à la fois en laissant la porte ouverte pour que l'autre quartier ne refroidisse pas, mais qu'il ne continue pas à cuire non plus. ATTENTION À LA VAPEUR. De la vapeur brûlante sortira quand le papier d'aluminium sera décollé. Pour extraire, gratter toute la chair à ras encore brûlante, à l'aide d'une cuillère en métal avec un manche en bois, tant qu'elle est tendre, juteuse et très facile à retirer. Gratter jusqu'à ce qu'il ne reste que la peau orange-brune extérieure. Déposer la purée dans un mixeur DIRECTEMENT PENDANT QUE C'EST ENCORE CHAUD.

Lorsque les deux quartiers chauds sont dans le mixeur (ne pas utiliser un batteur électrique, c'est trop faible pour que ça soit lisse), préchauffer le four à 375 °F. Avant de toucher aux deux autres quartier, mixer les deux premiers jusqu'à texture entièrement lisse et non granuleuse. Il est conseillé d'ouvrir le trou du couvercle et y déposer un linge à vaisselle ou une débarbouillette pour laisser échapper la vapeur sans éclabousser partout. NE PAS AJOUTER D'EAU, même si ça n'a pas l'air de tourner. Ca va toujours finir par mixer lisse en mélangeant manuellement entre chaque coup. Lorsque la purée est uniformément lisse, verser celle-ci la purée dans différents plats et les mettre au réfrigérateur jusqu'à ce qu'elle soit froide (portionner maintenant ou plus tard). NE JAMAIS congeler une purée chaude, ça va créer des cristaux de glace et une mauvaise texture. À partir du moment que la purée est au réfrigérateur, refaire les précédentes étapes avec les deux derniers quartiers.

Lorsque la purée est uniformément froide, verser dans des plats portionnées. Laisser un petit espace en haut. Étiqueter ou marquer au point. Un plat au congélateur est meilleur avant 12 mois suivant la première congélation.

* Une citrouille de 11 kg donne environ 19 à 20 tasses de purée.

Gâteaux

Gâteau succulent au chocolat à la citrouille

Gâteau :

- ✓ 1 ½ tasse de farine
- ✓ ⅔ tasse de cacao
- ✓ 2 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 c. à thé de bicarbonate de soude
- ✓ Une pincée de sel
- ✓ ½ tasse de lait de beurre
- ✓ 1 tasse de purée de citrouille (si congelé, enlever le surplus de glace et mettre à défrost 15 à 20 minutes au micro-ondes)
- ✓ 2 c. à thé d'extrait de vanille
- ✓ ¾ tasse de margarine non fondu
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 3 œufs
- ✓ 1 jaune d'œuf

Préchauffer le four à 350 °F. Tapisser le fond de 2 moules à gâteau ronds de papier ciré et beurrer les côtés. Dans un premier bol (moyen), mélanger la farine, le cacao, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude et le sel ensemble. Dans un deuxième bol, (petit-moyen) mélanger le lait de beurre, la citrouille et la vanille. Dans un troisième bol (grand), mettre la margarine, le sucre et la cassonade, puis battre au batteur électrique jusqu'à consistance légère et mousseuse. Ajouter les 3 œufs et le jaune d'œuf un à la fois, en battant entre chaque fois. Ajouter ensuite les deux précédents bols peu à la fois en alternant et en battant entre chaque ajout. Verser la pâte dans les 2 moules préparés et cuire au four environ 35 minutes (ou jusqu'à ce qu'un cure-dent en ressorte propre). Refroidir les 2 gâteaux complètement. En démouler un et attendre le glaçage.

Glaçage coloré :

- ✓ ¾ tasse de fromage à la crème ramolli (Philadelphia en bloc)
- ✓ 1 ½ tasse + ¾ tasse de sucre à glacer (2 ¼ tasses au total)
- ✓ 2 ¼ c. à thé de cacao
- ✓ ¾ c. à thé d'extrait de vanille
- ✓ 1 ½ tasse de crème épaisse (champêtre 35% de préférence)
- ✓ Colorant alimentaire épais et concentré (orange ou rouge)

Dans un premier bol (moyen-grand), battre le fromage à la crème ramolli au batteur électrique jusqu'à ce qu'il soit mousseux. Ajouter 1 ½ tasse de sucre à

glacer, le cacao et la vanille, puis continuer à battre. Dans un deuxième bol (petit-moyen), battre la crème épaisse avec $\frac{3}{4}$ tasse de sucre à glacer et le colorant alimentaire jusqu'à formation de pics qui restent en l'air. Verser ce deuxième bol graduellement dans le premier en battant entre chaque fois, puis battre jusqu'à homogénéité (utiliser une spatule en silicium pour râcler les bords). Étaler 1 tasse de glaçage sur le dessus du premier gâteau et mettre le deuxième gâteau par-dessus. Utiliser le restant du glaçage pour glacer le gâteau au complet. Refroidir au minimum 30 minutes au réfrigérateur.

Glaçage noir :

- ✓ 8 carrés (4 oz.) de chocolat mi-sucré
- ✓ 1 c. à soupe de margarine
- ✓ 3 c. à soupe de sirop de maïs
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de crème épaisse (champêtre 35% de préférence)

Dans une petite casserole, amener la crème épaisse à ébullition. Pendant ce temps, mettre le chocolat mi-sucré, la margarine et le sirop de maïs dans un bol (petit-moyen) résistant à la chaleur. Lorsque la crème bout, la verser sur les ingrédients du bol (râcler à l'aide de la spatule en silicium). Laisser reposer sans mélanger 3 minutes (ou plus si les carrés de chocolats sont encore trop durs, passer au micro-ondes quelques secondes au besoin). Mélanger délicatement à l'aide d'un fouet jusqu'à consistance lisse. Laisser de nouveau reposer pour que le glaçage épaisse légèrement. Verser ensuite sur le dessus du gâteau (au centre) et amener le glaçage noir à couler sur les bords avec une spatule en silicium afin de créer des gouttes arrondies sur les côtés. Réfrigérer avant la première consommation afin de faire figer entièrement le glaçage.

Gâteau roulé

- ✓ 4 œufs séparés
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse d'eau froide
- ✓ $1/8$ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ 3 c. à thé de poudre à pâte

Battre les jaunes d'œufs. Ajouter le sucre et l'eau par petites quantités à la fois, tout en battant bien entre chaque addition (10 minutes environ). Dans un autre bol, monter les blancs d'œufs en neige. Les introduire délicatement à l'aide d'une spatule dans le bol des jaunes d'œufs. Ajouter les ingrédients secs mélangés ensemble en brassant encore délicatement avec la spatule. Aromatiser au goût.

Verser dans une lèchefrite d'environ 9 " x 13 " tapissée de papier ciré et graissé des bords. Cuire à 375 °F 15 minutes. Démouler sur une serviette humide ou sèche, saupoudrée de sucre en poudre. Rouler vivement. Laisser quelques secondes. Dérouler. Étendre de la gelée de confiture sur le gâteau. Rouler à nouveau sans la serviette.

Glaçage fondant au cacao

- ✓ 3 c. à table de beurre fondu
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de lait
- ✓ 2 tasses de sucre à glacer
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de cacao
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille

Mélanger le beurre fondu et le cacao. Incorporer le lait et la vanille. Ajouter le sucre à glacer. Battre jusqu'à lissee.

Glaçage au sucre à la crème

- ✓ 2 tasses de cassonade pressée
- ✓ 4 c. à table de beurre
- ✓ 2 c. à table de crème (ou lait)
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de lait
- ✓ 3 tasses de sucre à glacer
- ✓ 2 c. à thé de vanille

Mélanger la cassonade, le lait et le beurre. Bouillir à feu doux 3 minutes. Retirer du feu et laisser tiédir. Ajouter le sucre à glacer. Bien mélanger. Ajouter la crème et la vanille. Battre à la cuillère.

Glaçage au beurre

- ✓ 1/3 tasse de margarine
- ✓ 4 à 5 c. à table de lait chaud
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 4 tasses de sucre à glacer

Battre tous les ingrédients.

Glaçage à l'ananas

- ✓ 1/3 tasse de graisse (ou margarine)
- ✓ 2 c. à table de sirop de maïs
- ✓ 1/4 tasse de jus d'ananas
- ✓ 1/4 c. à thé de sel
- ✓ 3 1/2 tasses de sucre en poudre

Battre tous les ingrédients.

Pain à la citrouille

- ✓ 1 1/2 tasse de farine
- ✓ 1/2 c. à thé de sel
- ✓ 1/2 c. à thé de bicarbonate de soude
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ Utiliser une ou plusieurs ou aucune de ces épices :
 - ✓ 1 c. à thé de gingembre moulu (recommandé)
 - ✓ 1/4 c. à thé de muscade moulu (recommandé)
 - ✓ 1 c. à thé de cannelle
 - ✓ 1/8 c. à thé de clou de girofle moulu (ou une petite pincée)
 - ✓ 1 1/2 c. à thé de mélange d'épices à citrouille
- ✓ 1 tasse de purée de citrouille (si congelé, enlever le surplus de glace et mettre à defrost au micro-ondes 15 à 20 minutes)
- ✓ 1/2 tasse de sirop d'érable
- ✓ 2 œufs
- ✓ 1/4 tasse margarine fondu
- ✓ 1 c. à thé d'extrait de vanille

N.B. : Pas de sucre/cassonade, car fourni majoritairement par le sirop d'érable et un peu par la purée de citrouille.

Préchauffer le four à 350 °F. Beurrer un petit moule à pain et y ajouter un papier ciré au fond. Dans un petit-moyen bol, mélanger doucement la farine, le sel, le bicarbonate de soude, la poudre à pâte et les épices choisies ensemble à l'aide d'un fouet jusqu'à homogénéité. Dans un deuxième bol (grand), mélanger la citrouille, le sirop d'érable, les œufs, la margarine fondu et la vanille ensemble à l'aide d'une cuillère jusqu'à homogénéité.

Ajouter les ingrédients sec dans les humides. Mélanger juste assez sans trop brasser. Il faut vraiment pas beaucoup mélanger pour préserver la texture et la saveur. Mélanger très doucement jusqu'à ce que soit un minimum homogène. Si ça ne coule pas de la cuillère en rubans en la levant, ajouter l'équivalent de 1 c.

à table de sirop d'érable et mélanger à nouveau doucement. Avec le mélange, remplir $\frac{2}{3}$ à $\frac{3}{4}$ du petit moule à pain à l'aide d'une spatule en silicium. Cuire 1h à 1h10 à 350 °F. À partir de 1h, tester au cure-dent à toutes les 5 minutes. La croûte devrait être croustillante sans brûler. Laisser reposer 10-15 minutes dans le moule avant de démouler.

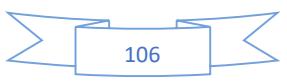
Pain aux bananes

- ✓ 2-3 bananes BIEN MÛRES (plus c'est mûr, plus ça donne du goût)
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de margarine fondu
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ 1 œuf
- ✓ 1 c. à thé d'extrait de vanille
- ✓ 1 c. à thé de bicarbonate de soude
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ Une pincée de sel
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de farine

Préchauffer le four à 350 °F. Beurrer un petit moule à pain et le tapisser de papier ciré. Écraser les bananes dans un bol moyen à l'aide d'une fourchette, puis à l'aide d'un presse-purée, jusqu'à ce que ça devienne un liquide épais et homogène. Ajouter le bicarbonate de soude, la poudre à pâte, le sucre, l'œuf et la vanille. Bien mélanger à l'aide d'une cuillère. Incorporer la farine peu à peu et mélanger entre chaque ajout jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Verser la préparation dans le petit moule à pain à l'aide d'une spatule en silicium. Égaliser avec celle-ci. Cuire environ 1h à 1h10 ou jusqu'à ce qu'un cure-dent en ressorte propre. Laisser refroidir 10 à 15 minutes avant de démouler. Déguster maintenant ou laisser refroidir complètement hors du moule.



Légumes



Choux de Bruxelles

Mélange : 1 c. à thé de sel et 1 c. à table de vinaigre par pinte d'eau.

Enlever les premières feuilles et laisser tremper 1 heure dans le mélange. Retirer les choux et les placer dans une marmit. Ajouter $\frac{1}{2}$ c. à thé de sucre. Verser de l'eau bouillante dessus. Couvrir et faire bouillir 15 minutes environ.

Chou-fleur gratiné

- ✓ 1 chou-fleur
- ✓ Sauce blanche
- ✓ Fromage

Cuire les bouquets de chou-fleur dans l'eau bouillante salée (bouillir environ 20 minutes sur le poêle ou 9 minutes au micro-ondes). Égoutter et déposer dans un plat allant au four. Napper de sauce béchamel et saupoudrer de fromage râpé. Gratiner au four environ 5 minutes.

Sauce :

- ✓ 3 c. à table de margarine
- ✓ 3 c. à table de farine
- ✓ Sel/poivre
- ✓ Échalote ou oignon
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de lait
- ✓ Sel d'ail

Faire revenir légèrement le beurre de l'échalote. Ajouter la farine, le lait et les assaisonnements. Brasser avec un fouet. Passer au micro-ondes 2 $\frac{1}{2}$ minutes. Fouetter et passer encore au micro-ondes 2 $\frac{1}{2}$ minutes. Fouetter à nouveau.

* 4 c. à table de margarine + 2 tasses de lait (4 portions).

Patates fricassées

- ✓ *Lard en languettes*
- ✓ *Patates en tranches minces*
- ✓ *Oignon haché*
- ✓ *Sel/poivre*
- ✓ *Eau*

Couvrir le fond d'une marmite de languettes de lard. Faire griller. Retirer les languettes. Mettre de côté. Déposer les patates dans le gras du lard. Ajouter l'oignon. Assaisonner au goût. Couvrir d'eau à la demie des patates et laisser mijoter jusqu'à patates tendres (environ 15 minutes).

* *Couvrir en tout temps.*

Patates jaunes

- ✓ *Gras de poulet*
- ✓ *Patates en morceaux*
- ✓ *Oignon haché*
- ✓ *Sel/poivre*
- ✓ *Eau (au besoin)*

Mettre une grande quantité de gras de poulet dans le fond d'un chaudron et fondre. Y verser les patates et voir à ce que la quantité de gras arrive presque à leur égalité (en ajouter ou en enlever si nécessaire). Ajouter l'oignon. Assaisonner au goût. Ajouter de l'eau jusqu'à égalité des patates. Laisser mijoter jusqu'à patates tendres (environ 30 minutes).

Mets chinois



Riz frit

- ✓ 2 à 2 $\frac{1}{4}$ tasses d'eau
- ✓ 1 c. à thé d'huile (ou beurre)
- ✓ 1 tasse de riz
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel

Amener l'eau à ébullition. Ajouter le riz et le sel. Remuer avec une fourchette. Ajouter l'huile. Couvrir hermétiquement. Cuire à feu très doux 20 minutes. Enlever le couvercle et laisser à feu doux encore 5 minutes. Retirer du feu. Laisser reposer 15 minutes. Remuer délicatement avec une fourchette. Verser dans un bol. Refroidir environ 4 heures au réfrigérateur.

* Donne 3 tasses de riz cuit.

Riz aux légumes et poulet

- ✓ 4 c. à thé d'huile
- ✓ 1 tasse d'échalotes
- ✓ 3 tasses de riz frit refroidi
- ✓ 1 tomate en dés
- ✓ Sel/poivre
- ✓ 1 tasse de céleri en dés
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de M.S.G. (facultatif)
- ✓ Sauce soya
- ✓ 1 tasse de poulet cuit en dés

Chauffer l'huile. Sauter le céleri, les échalotes et le M.S.G. dans l'huile. Remuer sur le feu vif 3 minutes. Ajouter le riz et le poulet. Remuer avec une fourchette 2 minutes. Ajouter la sauce soya, le sel et le poivre. Ajouter la tomate. Mélanger délicatement.

* Si on fait 4 recettes, le faire en 2 coups (mieux 3 recettes).

Riz au poulet

- ✓ 3 tasses de riz frit refroidi
- ✓ 1 tasse d'échalottes
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de MSG (glutamate monosodique)
- ✓ 3 c. à table d'huile

- ✓ 1 tasse de poulet cuit et coupé en dés
- ✓ Sel et poivre

Dans un grand poêlon, chauffer l'huile. Sauter les échalottes, le poulet, le sel, le poivre et le MSG. Remuer sur feu vif 2 minutes. Ajouter le riz et la sauce soya.

Casserole au poulet à la chinoise

- ✓ 4 tasses de poulet cuit en dés
- ✓ 1 boîte 10 oz. de champignons égouttés
- ✓ 2 boîtes 10 oz. de crème de champignons (Campbell)
- ✓ 1 oignon haché finement
- ✓ 2 tasses de céleri en dés

Mélanger tous les ingrédients et cuire au four à 325 °F 1 heure.

* La sauce aux champignons s'éclaircie en cuisant.

Fèves germées

- ✓ 1 tasse environ de céleri en dés
- ✓ 1 tasse environ d'oignons hachés
- ✓ Champignons hachés (frais ou en conserves)
- ✓ Bœuf haché
- ✓ Sauce soya
- ✓ 1 boîte 19 oz. de fèves germées rincées et égouttées

Frire l'oignon dans de l'huile ou du beurre. Ajouter le céleri et les champignons. Ajouter le bœuf haché. Cuire. Ajouter les fèves germées et de la sauce soya. Servir avec patates pilées.

Nouilles chinoises

- ✓ 1 tasse de céleri en dés
- ✓ 1 tasse d'oignons en rondelles
- ✓ ½ tasse de champignons tranchés
- ✓ 1 tranche de porc en cubes
- ✓ 2 tasses de macaroni en coude
- ✓ Sauce soya

Faire cuire le macaroni dans l'eau bouillante salée. Égoutter. Faire revenir l'oignon et le porc dans du beurre chaud. Ajouter le céleri et les champignons. Faire rôtir. Ajouter le macaroni et la sauce soya. Bien mélanger.

Macaroni au bœuf à la chinoise

- ✓ 1 tasse et plus de macaroni
- ✓ 1 tranche (1/2 à 1 livre) de bœuf de ronde coupé en petits dés
- ✓ 4 c. à table de sauce soya
- ✓ Poivre au goût
- ✓ ½ et plus de céleri en dés
- ✓ 2 tasses de bouillon de bœuf
- ✓ 2 c. à table d'eau
- ✓ 4 c. à table d'huile végétale
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ ¾ tasse de champignons tranchés
- ✓ ½ tasse et plus d'oignons hachés
- ✓ 1 boîte 15 oz. de fèves germées
- ✓ 2 c. à table de féculle de maïs

Cuire le macaroni dans de l'eau bouillante salée. Égoutter. Faire revenir le bœuf dans l'huile végétale chaude. Ajouter la sauce soya, le sel, le poivre et cuire environ 5 minutes. Ajouter les champignons, le céleri, les oignons et cuire environ 3 minutes en brassant constamment. Verser le bouillon de bœuf et porter à ébullition. Ajouter le macaroni cuit et les fèves germées. Cuire 2 minutes. Épaissir avec la féculle de maïs délayée dans l'eau froide.

Boulettes à la chinoise

- ✓ Huile végétale
- ✓ 1 gousse d'ail (facultatif)
- ✓ Sel/poivre
- ✓ 2 tasses de bouillon de bœuf (Bovril et eau)
- ✓ ½ tasse et plus de jus d'ananas
- ✓ 3 c. à table de sauce soya
- ✓ ¼ tasse d'eau froide
- ✓ 1 livre de bœuf haché
- ✓ Oignon haché

- ✓ $\frac{1}{2}$ poivron vert en lamelles
- ✓ $\frac{1}{8}$ tasse de sucre
- ✓ 3 c. à table de vinaigre
- ✓ 1 boîte 19 oz. d'ananas en dés
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ c. à table et plus de féculle de maïs (pas trop épais)

Mélanger le bœuf haché, l'oignon, l'ail, le sel et le poivre. Façonner en petites boulettes et les faire revenir dans un peu d'huile chaude. Ajouter les poivrons et faire revenir. Dans une marmite, mélanger le bouillon de bœuf, le sucre, le vinaigre, le jus d'ananas et la sauce soya. Porter à ébullition. Épaissir avec de la féculle de maïs délayée dans l'eau froide. Ajouter les ananas et le mélange de boulettes. Mijoter à feu doux 5 minutes. Servir avec du riz frit (1 recette).

* Pour 3 recettes, faire 4 recettes de riz.

* Mettre les poivrons avant que la cuisson des boulettes soit complètement terminée et terminer ensemble.

Steak au poivre

- ✓ 1 livre de steak de ronde
- ✓ 1 pincée de sel
- ✓ 1 oignon moyen
- ✓ 1 piment vert
- ✓ 1 tasse de bouillon de bœuf
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse d'eau
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse d'huile
- ✓ 1 pincée de poivre
- ✓ 1 petit morceau d'ail
- ✓ 1 tasse de céleri coupé
- ✓ 2 c. à soupe de féculle de maïs
- ✓ 2 c. à thé de sauce soya

Couper le steak en morceaux. Chauffer l'huile avec le sel et le poivre. Brunir la viande et ajouter l'oignon, l'ail, le piment vert et le bouillon de bœuf. Couvrir la marmite et chauffer à feu modéré environ 10 minutes. Mélanger la féculle de maïs, l'eau et la sauce soya. Ajouter à la préparation en brassant jusqu'à épaississement environ 5 minutes. Servir sur du riz cuit.

Pâtes



Spaghetti italien (sauce)

- ✓ Motte de beurre grosse comme un œuf
- ✓ 2 livres de bœuf haché
- ✓ 1 c. à thé de poivre
- ✓ 2 boîtes de jus de tomates de 19 oz.
- ✓ 6 tranches de céleri coupé en cubes
- ✓ $\frac{1}{3}$ c. à thé de poivre rouge (piment de cayenne ou piments broyés en flocons)
- ✓ 3 gousses d'ail
- ✓ 6 carottes en rondelles
- ✓ 2 c. à thé d'épices à spaghetti
- ✓ 1 oignon moyen émincé
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ 1 boîte de champignons
- ✓ 1 boîte 28 oz. de tomates
- ✓ 2 boîtes 5 $\frac{1}{2}$ oz. de pâte à tomate
- ✓ 3 à 4 feuilles de laurier
- ✓ 1 poivron vert (cubes)
- ✓ 1 boîte de sauce tomate (facultatif)

Faire revenir l'oignon dans le beurre. Ajouter le bœuf haché. Cuire. Ajouter les autres ingrédients. Laisser mijoter doucement 3 heures. Servir sur du spaghetti.

* Faire 3 recettes (3 heures de cuisson) pour 12 pots de 1 litre.

Sauce à spaghetti presto (ou autres pâtes)

- ✓ 1 boîte 19 oz. (ou 2 boîtes de 10 oz.) de tomates à l'étuvée
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel d'ail
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé d'origan (épice)
- ✓ 1 pincée de sucre
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel d'oignon
- ✓ 1 pincée de poivre

Faire mijoter tous les ingrédients 15 minutes. Ajouter $\frac{1}{4}$ livre de bœuf haché préalablement cuit. Vérifier l'assaisonnement. Cuire sur du spaghetti (ou autres pâtes).

Bœuf braisé

- ✓ Nouilles aux légumes (1/2 livre environ)
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de farine (et plus)
- ✓ Poivre
- ✓ Margarine
- ✓ 2 tasses d'eau chaude
- ✓ $\frac{2}{3}$ tasse d'oignons hachés
- ✓ 1 boîte de champignons
- ✓ 3 feuilles (environ) de laurier
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ 1 livre de bœuf en lanières
- ✓ $\frac{3}{4}$ à 1 c. à thé de paprika
- ✓ 1 boîte 28 oz. de tomates
- ✓ $\frac{3}{4}$ à 1 tasse de carottes en dés

Mélanger la farine, le sel, le poivre et le paprika dans un plat (ou sac de plastique) et y enrober les lanières de bœuf. Fondre de la margarine dans une cocotte et y faire revenir le bœuf enfariné. Retirer le bœuf et laisser 2 c. à table de gras. Saupoudrer le reste de la farine et brasser. Ajouter les tomates, l'eau et bien mélanger. Ajouter les carottes, les oignons, les champignons, les feuilles de laurier et le bœuf. Cuire au four à 325 °F environ 2 heures. Diminuer la chaleur du four si nécessaire. Servir sur les nouilles cuites.

* Ajouter du bœuf haché cuit si on veut grossir la recette.

** Saupoudrer un peu de farine durant la cuisson au four, si on trouve le mélange trop clair.

*** Se congèle à l'exception des nouilles.

**** On peut mélanger le tout ensemble avant de servir.

Galache américain

- ✓ 1 ½ livre de bœuf haché
- ✓ 2 oignons hachés
- ✓ 2 boîtes 10 oz. de crème tomate
- ✓ 1 c. à thé de sucre
- ✓ 1 c. à thé de poivre
- ✓ 4 tasses et plus de grosses coquilles (ou autres pâtes alimentaires)
- ✓ 4 c. à table de beurre
- ✓ 6 carottes tranchées
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ Céleri au goût

Faire revenir les oignons dans le beurre fondu. Faire cuire le bœuf haché. Ajouter les autres ingrédients. Cuire à feu doux 1 heure. Servir sur les coquilles cuites.

Ragoût savoureux

- ✓ 1 ½ tasse de boucles moyennes (ou 2)
- ✓ 1 à 2 livres de bœuf en cubes
- ✓ 2 à 3 c. à table d'huile végétale
- ✓ ¼ à 1/3 tasse de farine (mélangée avec du jus de tomate)
- ✓ 1/8 à ¼ c. à thé de poivre
- ✓ 1/8 à ¼ c. à thé de sarriette
- ✓ 4 tasses de jus de tomate (ajouter un peu d'eau)
- ✓ 2 c. à thé de sel
- ✓ 2 c. à table de persil haché fin
- ✓ 1/8 à ¼ c. à thé de thym
- ✓ 3 oignons moyens en quartiers
- ✓ 3 tasses de carottes en tranches minces
- ✓ 1 tasse de navets (ou siams) en dés
- ✓ Pois surgelés (facultatif)

Faire revenir les cubes dans l'huile. Saupoudrer de farine et brunir. Ajouter les assaisonnements et le jus de tomate. Couvrir et cuire sur feu lent (ou au four modéré) 1 à 2 heures. Brasser de temps en temps. Ajouter les légumes 1 heures et les boucles environ 20 minutes avant la cuisson.

* Si on ajoute des pois surgelés, cuisson de 10 minutes.

Coquilles de saumon

- ✓ 1 tasse de sauce à spaghetti sans viande
- ✓ 25 coquilles géantes (ou 45 coquilles moyennes)
- ✓ 1 c. à table d'huile végétale

Étaler la sauce à spaghetti dans un plat à four large. Dans une grande marmite, cuire les coquilles dans une grande quantité d'eau bouillante. Ajouter 1 c. à table d'huile végétale et du sel fin. Cuire jusqu'à peine tendres environ 12 à 15 minutes. Retirer délicatement pour ne pas les briser.

Farce :

- ✓ 1 boîte 7 ¾ oz. de saumon
- ✓ 1/8 à ¼ tasse d'oignons hachés
- ✓ ½ tasse de champignons hachés
- ✓ ¼ tasse de fromage râpé
- ✓ 1 à 2 tasses de légumes cuits (céleri, carotte et brocoli)
- ✓ 1 gousse d'ail hachée

Défaire le saumon en morceaux dans un bol et le piler dans son jus à l'aide d'une fourchette. Ajouter les légumes, l'oignon, la gousse d'ail, les champignons et ¼ tasse de fromage. Farcir les coquilles de ce mélange et les déposer dans la sauce à spaghetti.

Sauce :

- ✓ 3 c. à table de beurre
- ✓ 2 tasses de lait
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 3 c. à table de farine
- ✓ 3 c. à table de persil haché
- ✓ ½ tasse de fromage râpé

Fondre le beurre. Ajouter la farine et brassier. Ajouter le lait, le persil, le sel, le poivre et ½ tasse de fromage râpé. Verser sur les coquilles. Saupoudrer du reste du fromage. Couvrir le plat d'un papier d'aluminium et cuire au four à 350 °F 15 minutes. Retirer le papier et poursuivre la cuisson 10 minutes,

* On peut préparer la farce d'avance. Réfrigérer.

Lasagnes (8 personnes)

- ✓ 8 à 10 lasagnes cuites et égouttées

Sauce :

- ✓ 1 c. à table d'huile d'olive
- ✓ 1 livre de bœuf haché
- ✓ 1 boîte 7 ½ oz. de sauce tomates
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ ¾ tasse d'eau
- ✓ 1 oignon haché
- ✓ 1 boîte 10 oz. de champignons tranchés
- ✓ 1 boîte 5 ½ de pâte tomates
- ✓ 1 c. à thé d'origan sec

Faire sauter l'oignon dans l'huile. Ajouter le bœuf haché et faire rissoler. Ajouter les champignons tranchés (y compris le liquide) et les autres ingrédients. Laisser mijoter 15 minutes.

Mélange :

- ✓ 1 œuf
- ✓ 1 tasse de fromage cottage
- ✓ 1/3 tasse de fromage Parmesan râpé
- ✓ 1 c. à table d'huile d'olive
- ✓ 1 c. à thé de sel

Battre l'œuf et ajouter les autres ingrédients.

Lasagnes :

Verser la moitié de la sauce dans un moule 13" x 9". Battre légèrement 1 œuf et l'incorporer délicatement aux lasagnes cuites. Recouvrir d'une couche (la moitié) de lasagnes cuites. Étaler sur le dessus tout le mélange de fromage. Recouvrir du reste de lasagnes et du reste de sauce (réfrigérer toute la nuit si désiré).

Cuisson :

Cuire au four à 350 °F 45 minutes. Disposer sur le dessus des languettes (1 paquet 12 oz) de fromage Mozzarella en tranches ou du râpé. Remettre au four et cuire encore 15 minutes.

Ordre :

1. *Sauce (1/2)*
2. *Lasagnes (1/2)*
3. *Mélange*
4. *Lasagne (1/2)*
5. *Sauce (1/2)*
6. *Fromage râpé*

* On peut préparer les lasagnes la veille. Ne pas faire cuire, mais couvrir et mettre au réfrigérateur jusqu'au moment de mettre au four.

** Peut se congeler.

Lasagnes maison

- ❖ 4 personnes (9 lasagnes + 14 onces de sauce)
- ❖ 5 et plus (12 à 18 lasagnes + 28 onces de sauce)
- ❖ Cuisson sur feu (14 à 16 minutes)
- ❖ Cuisson au four (30 minutes à 350 °F)

Tourelles à la sicilienne (ou provençale)

- ✓ 3 tasses environ de tourelles
- ✓ 1 piment vert en lanières
- ✓ 1 gousse d'ail haché
- ✓ 1 boîte 28 oz. de tomates (ou 1 ½ tasse de tomates et ¼ tasse de jus de tomate)
- ✓ ¾ c. à thé de basilic
- ✓ 2 c. à table d'huile végétale
- ✓ 1 gros oignon haché
- ✓ 2 courgettes en tranches
- ✓ ¾ c. à thé de sel
- ✓ ¼ c. à thé de poivre
- ✓ ½ livre de fromage en dés
- ✓ 1 tasse de poulet cuit en dés

Faire chauffer un peu d'huile dans une cocotte et faire revenir les courgettes, les oignons, les piments et les gousses d'ail. Ajouter les tomates, le poulet, le sel, le poivre et le basilic. Cuire à feu moyen jusqu'à courgettes tendres environ 10 à 15 minutes. Entre-temps, cuire les tourelles dans de l'eau bouillante salé. Égoutter et ajouter aux légumes. Ajouter le fromage (quand c'est un peu refroidi pour que les cubes restent formés).

Macaroni au thon

- ✓ 1 ½ à 2 tasses de légumes
- ✓ 1 boîte de thon
- ✓ 1 tasse de macaroni
- ✓ Sauce béchamel

Cuire les légumes jusqu'à tendres. Dans une autre marmite, cuire le macaroni dans de l'eau bouillante salée. Égoutter. Incorporer les légumes et le thon égouttés. Faire une sauce béchamel et ajouter au mélange. Assaisonner au goût.

Nouilles gratinées au saumon

- ✓ ½ paquet de nouilles aux œufs (1/2 livre ou 5 tasses environ)

Faire cuire 5 à 7 minutes dans de l'eau bouillante salée, additionnée de 1 c. à soupe d'huile.

- 1 boîte 7 ¾ oz. (et plus) de saumon égoutté (garder le jus)
- 1 gros oignon émincé
- ½ c. à thé de sel
- 2 tasses de fromage râpé
- Chapelure, beurre, tomates (facultatif)
- ½ c. à thé de sel de céleri
- 1 tasse de lait
- Poivre au goût

Faire revenir l'oignon dans le jus de saumon. Ajouter le saumon, le lait, les sels, le poivre et les nouilles égouttées et mélangées avec ½ tasse de fromage râpé. Verser le tout dans une cocotte beurrée. Parsemer le dessus de chapelure, de noisettes, de beurre et du reste du fromage râpé (1 ½ tasse). Faire au four à 350 °F environ 30 minutes. Décorer d'une touffe de persil et quelques tranches de tomates (chauffées 10 minutes au four dans la cocotte avant la fin de cuisson (facultatif)). Servir avec une salade.

Bœuf épice

- ✓ 2 tasses environ de cubes de bœuf rôtis dans du beurre (bien cuits)
- ✓ 3 tasses environ de macaroni ou autres pâtes
- ✓ 2 c. à table de margarine (environ)
- ✓ 3 c. à table de farine (environ)
- ✓ 1 boîte 19 ou 28 oz. de tomates à l'étuvée
- ✓ 1 sachet de soupe à l'oignon
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ Fromage râpé
- ✓ 1 piment vert haché
- ✓ 1 boîte 19 oz. de jus de tomates
- ✓ 1 boîte 7 $\frac{1}{2}$ de sauce tomates
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé d'orégano
- ✓ 1 pincée de poivre

Cuire le macaroni. Durant ce temps, faire revenir le piment. Incorporer la farine, ajouter les tomates à l'étuvée, la sauce tomates, la soupe à l'oignon, l'orégano, le sel et le poivre. Cuire en brassant de temps à autre jusqu'à épaississement. Ajouter le bœuf et le macaroni égoutté. Verser dans un plat allant au four et parsemer de fromage râpé. Gratiner au four. Servir sur du riz si désiré.

Macaroni avec ou sans gratinage

- ✓ 8 tasses de macaroni
- ✓ 2 lbs (907 g) de bœuf haché (maigre de préférence)
- ✓ Environ 2,75L de jus de tomate (11 tasses environ)
- ✓ 2 à 3 oignons hachés
- ✓ 2 c. à table de margarine
- ✓ Sel et poivre

Dans une grande casserole, faire rotir au feu moyen-élévé les oignons hachés avec la margarine jusqu'à léger brunissement.

Pendant ce temps, dans une marmite moyenne, amener de l'eau légèrement salée (1 c. à soupe environ) à ébullition (si elle devient à ébullition avant d'ajouter le jus de tomate dans la casserole, baisser le feu sans arrêter le bouillonnement).

Ajouter ensuite, dans la casserole, le bœuf haché en gros morceaux et laisser brunir durant 1 à 2 minutes. Retourner les morceaux et laisser de nouveau

brunir durant 1 à 2 minutes. À l'aide d'une spatule, séparer le bœuf en petits morceaux et laisser cuire 3 à 5 minutes en remuant toutes les 30 à 45 secondes (viande uniformément brune foncée et eau brune claire, non rouge).

Préchauffer le four à 350 °F (si gratiné). Ajouter ensuite tout le jus de tomate dans la casserole en même temps que d'ajouter les macaroni dans l'eau salée et bouillante de la marmite. Laisser cuire durant 10 minutes environ à feu moyen-fort et en remuant légèrement les deux toutes les minutes en prenant soin de chercher les ingrédients au fond de chaque récipient pour éviter que ceux-ci brûlent.

Égoutter les pâtes, et les remettre dans la marmite hors du feu. Y ajouter le contenu de la casserole et bien remuer jusqu'à homogénéité. Y ajouter bien généreusement du poivre et légèrement du sel (ajuster au goût).

Si gratiné :

Disposer le contenu de la marmite dans un contenant allongé en pyrex de façon uniforme et couvrir bien généreusement de fromage au choix (cheddar de préférence). Cuire au four environ 15 minutes ou jusqu'à ce que le fromage brunisse sur les bords.

Spaghetti à la viande

- ✓ 9 portions de spaghetti (environ 900 g)
- ✓ 2 lbs (907 g) de bœuf haché (maigre de préférence)
- ✓ Environ 2,75L de jus de tomate (11 tasses environ)
- ✓ 2 à 3 oignons hachés
- ✓ 2 c. à table de margarine
- ✓ Sel et poivre

Dans une grande casserole, faire rotir au feu moyen-élévé les oignons hachés avec la margarine jusqu'à léger brunissement.

Pendant ce temps, dans une marmite moyenne, amener de l'eau légèrement salée (1 c. à soupe environ) à ébullition (si elle devient à ébullition avant d'ajouter le jus de tomate dans la casserole, baisser le feu sans arrêter le bouillonnement).

Ajouter ensuite, dans la casserole, le bœuf haché en gros morceaux et laisser brunir durant 1 à 2 minutes. Retourner les morceaux et laisser de nouveau brunir durant 1 à 2 minutes. À l'aide d'une spatule, séparer le bœuf en petits

morceaux et laisser cuire 3 à 5 minutes en remuant toutes les 30 à 45 secondes (viande uniformément brune foncée et eau brune claire, non rouge).

Ajouter ensuite tout le jus de tomate dans la casserole en même temps que d'ajouter les spaghetti dans l'eau salée et bouillante de la marmite. Laisser cuire durant 10 minutes environ à feu moyen-fort et en remuant légèrement les deux toutes les minutes en prenant soin de chercher les ingrédients au fond de la marmite pour éviter que ceux-ci brûlent.

Égoutter les pâtes, et les remettre dans la marmite hors du feu. Y ajouter le contenu de la casserole et bien remuer jusqu'à homogénéité. Y ajouter bien généreusement du poivre et légèrement du sel (ajuster au goût).

Macaronis

- ✓ 3 tasses de macaronis secs
- ✓ 3 ½ tasses de jus de tomate
- ✓ ½ tasse d'oignon haché
- ✓ Huile
- ✓ Margarine
- ✓ Sel et poivre

Pendant que l'eau des pâtes bout dans une casserole avec de l'huile, faire fondre de la margarine dans une autre casserole à feu moyen. Quand la margarine est bien fondue, y ajouter l'oignon haché. Rôtir en mélangeant régulièrement, pour que l'oignon grille de façon uniforme. Rechercher un peu de coloration, pas seulement translucide. Si les oignons ont de la difficulté à brunir, ou s'ils accrochent, ajouter un peu plus de margarine, au besoin.

L'eau devrait déjà bouillir, y ajouter les macaronis et cuire 10 minutes en mélangeant régulièrement. Lorsque l'oignon commence à bien caraméliser, verser la sauce tomate par-dessus et mélanger doucement. Augmenter le feu à presque max et porter à léger bouillonnement. Laisser bouillonner doucement jusqu'à ce que les pâtes soient prêtes en mélangeant de temps en temps. Lorsque les pâtes sont prêtes, les égoutter et les remettre dans la casserole. Ajouter l'équivalent de 1 c. à soupe de margarine et mélanger jusqu'à ce que ce soit bien fondu. Verser ensuite le contenu de la casserole de jus de tomate par-dessus et mélanger jusqu'à uniformité. Assaisonner de sel et poivre généreusement en ajustant au goût. Servir chaud. Donne 6 à 8 bols, selon la portion.

Pâtés

Pâte à pâté/tarte

- ✓ 5 ½ tasses de farine (et plus pour le façonnage)
- ✓ 1 livre de graisse
- ✓ Sel au goût

Mélanger la farine et le sel. Y mettre la graisse et la briser en petits morceaux avec un brise-pâte.

- ✓ ¾ à 1 tasse d'eau chaude
- ✓ ¾ à 1 tasse de lait froid

Mélanger et ajouter aux ingrédients secs. Façonner longement jusqu'à ce que la pâte ne soit plus du tout collante aux mains (utiliser de la farine, une cuillère à la fois). Rouler sur une surface enfarinée, et y entailler la forme désirée selon le type de recette et de contenant. Utiliser les retaillés.

* 1 recette : 6-7 pâtés / 4 recettes : 24 à 28 pâtés

Pâté au saumon

Pour 3 pâtés :

- ✓ 5 lbs de patates environ, épluchées et coupées en 2
- ✓ Lait, quantité ajustable au goût mais en avoir au moins 1L pour être certain
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 2 à 3 c. à soupe de margarine
- ✓ 3 cannes de saumon rose émietté et désossé en conserve (426 g net)
- ✓ Assez de pâte à pâté pour faire 3 pâtés, soit ½ recette de celle proposée au début de ce chapitre

Mettre les patates dans une marmite ou une casserole et couvrir d'eau froide légèrement salée. Mettre le feu au maximum avec le couvercle fermé. Porter à ébullition. Lorsque ça bout, baisser à feu moyen et entrouvrir le couvercle. Laisser cuire environ 20 à 25 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient très tendres. Égoutter complètement et remettre dans le récipient. Mettre la margarine, le sel et le poivre avec un peu de lait et battre au batteur électrique. Ajouter du sel, du poivre au goût et ajouter du lait peu à peu jusqu'à obtenir une purée homogène, lisse, mais assez ferme.

Égoutter le saumon émietté et l'écraser davantage au goût. Incorporer dans la purée chaude. Bien mélanger jusqu'à ce que le saumon soit uniformément réparti.

Préchauffer le four à 400 °F. Abaisser la pâte et foncer trois assiettes à tarte. Répartir le mélange également dans les trois fonds de pâté. Égaliser et couvrir chaque pâté de pâte abaissée. Sceller les bords à l'aide d'une fourchette et de l'eau en emprignant la trace de la fourchette fermement sur les côtés afin de former la future croûte. À l'aide d'un couteau, découper délicatement un petit trou au centre de chaque pâté afin de laisser échapper la vapeur.

Cuire au four à 400 °F pendant 30 à 40 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée. Laisser reposer quelques minutes avant de servir.

Pâté de poulet aux champignons

Mélange de légumes :

- ✓ 2 branches de céleri en dés
- ✓ $\frac{1}{2}$ poivron vert en dés
- ✓ $\frac{1}{8}$ à $\frac{1}{4}$ tasse d'oignons hachés
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de carottes en dés (facultatif)

Faire revenir les oignons dans un peu de beurre fondu. Ajouter le céleri, le poivron et les carottes (s'il y a lieu). Cuire jusqu'à ce que les légumes deviennent croustillants. Retirer du feu.

Mélange de champignons :

- ✓ 1 boîte 10 oz. de crème champignon (Aylmer)
- ✓ 3 à 4 gouttes de sauce worcestershire
- ✓ $\frac{3}{4}$ à 1 tasse de poulet cuit en dés

Mélanger avec le mélange de légumes (sans le jus). Verser dans une assiette à tarte couverte d'une pâte à pâté abaissée et foncée. Recouvrir le mélange d'une autre abaisse et cuire à 425 °F environ 15 minutes.

* 3 recettes : 3 pâtés

** 2 pâtés : 9 personnes

Pâté de poulet avec sauce hot chicken

- ✓ 1 tasse de poulet cuit en dés
- ✓ 2 tasses de légumes cuits en dés (carottes, navet, céleri)
- ✓ 1 boîte 14 oz. de sauce hot chicken

Faire bouillir les légumes environ 10 minutes. Égoutter. Ajouter le poulet et la sauce hot chicken. Bien mélanger le tout. Verser dans un abaisse de tarte. Recouvrir d'une autre abaisse. Cuire au four à 425 °F environ 15 minutes (faire cuire juste avant de manger). Une recette donne 2 pâtés.

Pâté mexicain

- ✓ 1 ½ livre de bœuf haché
- ✓ 1 livre de veau haché
- ✓ ½ poivron vert haché
- ✓ 2 oignons émincés
- ✓ ½ tasse de relish sucrée
- ✓ ¾ tasse de ketchup
- ✓ ¾ tasse de sauce chili

Mélanger tous les ingrédients et faire mijoter à feu moyen 1 heure. Brasser de temps à autre. Couvrir tout le long. Cuire les pâtés à 350 °F pendant 20 minutes.

* 1 pâté = 1 lbs de bœuf haché.

Pâté à la viande

- ✓ Environ 15 livres de porc haché mi-aigre (épaule) avec un peu de blanc dedans
- ✓ 7 oignons moyens hachés
- ✓ Beaucoup de sel (2 c. à table et plus) et de poivre
- ✓ Eau

Dans un grand bol, mélanger ensemble le porc haché, l'oignon, le sel et le poivre. Garder au réfrigérateur une nuit complète. Déposer le tout dans une grande marmite. Ajouter de l'eau (juste ce qu'il faut pour que la viande ne colle pas au fond) et cuire à feu doux jusqu'à ce que la viande ait tout perdu sa couleur rose (brasser très souvent). Laisser bouillir encore quelques minutes (saler et poivrer encore avec beaucoup de sel (2 c. à table et plus) et de poivre). Retirer du feu. Laisser tiédir.

Recouvrir de pâte, le fond d'environ 15 assiettes à tartes. Verser la viande cuite (avec du bouillon pour aller à la demie de la viande) et recouvrir encore de pâte. Faire des trous sur le dessus pour laisser échapper la vapeur. Cuire au four préchauffé à 425 °F jusqu'à doré environ 15 minutes.

* 1 recette de pâte = 7 pâtés

* 1 pâté = 1 ¼ lbs de porc haché

Pizzas



134

Pizza (ancienne version)

- ✓ 1/3 tasse d'huile
- ✓ 1 ½ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 2 tasses de farine
- ✓ ¾ tasse de lait tiède
- ✓ ¼ c. à thé de sel
- ✓ Sauce à pizza
- ✓ Garniture au choix

Méler l'huile et le lait. Ajouter la poudre à pâte, le sel et la farine. Brasser avec une fourchette. Pétrir 10 fois environ. Étendre sur une assiette à pizza. Verser la sauce à pizza. Bien étaler. Garnir de pepperonis et de fromage râpé (on peut déposer des rondelles de piment vert si on le désire). Cuire à 350 °F 15 à 20 minutes.

Pâte à pizza maison

Recette pour 2 pizzas :

- ✓ 500 g de farine (environ 4 tasses)
- ✓ 1 sachet de levure instantanée (8 g ou environ 2 ½ c. à thé)
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 1 c. à soupe de sucre
- ✓ 300 ml d'eau
- ✓ 1 c. à soupe d'huile et plus (huile d'olive préféablement)

Dans un bol moyen-grand, incorporer la farine, la levure, une pincée de sel et le sucre. Bien mélanger jusqu'à homogénéité. Lorsque c'est bien mélangé, ajouter toute l'eau en entier et en une seule fois et l'huile. Mélanger de nouveau jusqu'à formation d'une boule. Si la pâte a de la misère à se former en boule, ajouter ½ c. à soupe d'eau et continuer de mélanger pour former une boule.

Lorsque la boule est formée, la mettre sur le plan de travail et commencer à la pétrir. Pétrir durant 5 minutes sans préféablement ajouter de farine sur la boule ou le plan de travail pour la garder élastique. C'est généralement prêt lorsque la boule tend à remonter très légèrement en appuyant dessus avec son doigt, montrant que c'est bien élastique. Prendre un grand bol, y mettre un filet d'huile et y poser la boule de pâte. Recouvrir le bol d'un film plastique et laisser reposer durant 45 minutes.

Lorsque le 45 minutes est passé, donner un coup de poing dans la boule pour dégazer celle-ci. La découper en 2 et utiliser pour faire 2 pizzas. Abaisser sur une plaque à pizza sans trou avant d'y ajouter les garnitures.

Pizza aux trois viandes (recette pour 2 pizzas)

- ✓ 1 recette de pâte à pizza maison
- ✓ 1 $\frac{1}{3}$ tasse de sauce tomate à pizza
- ✓ 4 à 5 tasses de mozzarella râpée
- ✓ 40 à 50 tranches de pepperoni
- ✓ 16 à 20 tranches de salami hongrois
- ✓ 8 tranches de jambon fumé au bois de pommier
- ✓ 1 c. à thé d'origan sec

Préchauffer le four à 450 °F.

Montage (par pizza) :

- Sauce tomate ($\frac{1}{2}$ de la portion)
- Mozzarella ($\frac{1}{4}$ de la portion)
- Jambon fumé ($\frac{1}{2}$ de la portion)
- Salami hongrois ($\frac{1}{2}$ de la portion)
- Mozzarella ($\frac{1}{4}$ de la portion)
- Pepperoni (ajuster la quantité au goût)

Cuire au four à 450 °F pendant 8 à 12 minutes, puis à broil pendant 30 à 45 secondes. Laisser reposer 2 à 3 minutes. Saupoudrer d'une pincée d'origan sec (facultatif) avant de servir.

Pizza garnie ou végétarienne

- ✓ $\frac{1}{2}$ recette de pâte à pizza maison
- ✓ $\frac{2}{3}$ tasse de sauce tomate à pizza
- ✓ 2 tasses de mozzarella râpée
- ✓ Pepperoni (peu au aucune tranche)
- ✓ Choix de légumes parmis :
 - ✓ Champignons frais coupés en tranches
 - ✓ Poivron tranché
 - ✓ Oignon (haché ou en rondelles)
 - ✓ Olives (vertes ou noires)
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé d'origan sec

Montage :

- Sauce tomate
- Mozzarella
- Champignons
- Poivrons et oignons
- Pepperoni (facultatif)
- Mozzarella
- Olives

Cuire au four à 450 °F pendant 8 à 12 minutes, puis à broil pendant 30 à 45 secondes. Laisser reposer 2 à 5 minutes. Saupoudrer d'une pincée d'origan sec (facultatif) avant de servir.

Pizza pepperoni-fromage

- ✓ $\frac{1}{2}$ recette de pâte à pizza maison
- ✓ $\frac{2}{3}$ tasse de sauce tomate à pizza
- ✓ 2 à 2 $\frac{1}{2}$ tasses de mozzarella râpée
- ✓ 20 à 25 tranches de pepperoni
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé d'origan sec

Montage :

- Sauce tomate
- Mozzarella (moitié)
- Pepperoni réparti uniformément
- Mozzarella (reste)

Cuire au four à 450 °F pendant 8 à 10 minutes, puis à broil pendant 20 à 30 secondes. Laisser reposer 2 minutes. Saupoudrer d'une pincée d'origan sec (facultatif) avant de servir.

Pizza au fromage

- ✓ $\frac{1}{2}$ recette de pâte à pizza maison
- ✓ $\frac{2}{3}$ tasse de sauce tomate à pizza
- ✓ 2 $\frac{1}{2}$ à 3 tasses de mozzarella râpée
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé d'origan sec

Montage :

- *Sauce tomate*
- *Mozzarella*

Cuire au four à 450 °F pendant 8 à 10 minutes, puis à broil pendant 20 à 30 secondes. Laisser reposer 2 minutes. Saupoudrer d'une pincée d'origan sec (facultatif) avant de servir.

Poisson

Quantité de poisson entier

- ✓ 1 livre par personne
- ✓ Cuisson de 10 minutes pour cuire 1 morceau d'un pouce d'épaisseur

Coquilles Saint-Jacques

- ✓ 1 livre de pétoncles (ou autres)
- ✓ 2 c. à table environ de margarine
- ✓ 1 boîte de champignons égouttés
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de farine
- ✓ 2 tasses de lait
- ✓ Fromage Mozzarella râpé
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse d'échalotes hachées
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de mayonnaise
- ✓ Sel/poivre
- ✓ 2 c. à thé de jus de citron

Dans une poêle très chaude, faire sauter les pétoncles dans la margarine. Ajouter les échalotes et les champignons et cuir le tout jusqu'à tendres. Chauffer la mayonnaise au micro-ondes. Ajouter la farine en mélant bien. Ajouter peu à peu le lait et le jus de citron. Assaisonner. Remettre au micro-ondes et chauffer jusqu'à épaississement. Battre 1 fois ou 2 avec un fouet durant l'opération. Ajouter le poisson. Verser dans des coquilles ou un plat en pyrex. Garnir de fromage râpé et faire gratiner au four.

* On peut le préparer à l'avance et placer au réfrigérateur. Mettre le fromage seulement en dernier, au moment de gratiner.

Sauce au poisson

- ✓ 1 boîte de crème champignons (10 onces)
- ✓ 1 boîte de miettes de gades (ou autres)
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de lait (ou plus)

Faire revenir de l'oignon dans du beurre. Ajouter les autres ingrédients. Mélanger. Saler et poivrer. Porter à ébullition.

Filets de poisson au four

- ✓ 1 livre de filets
- ✓ 2 c. à table de jus de citron
- ✓ Sel/poivre
- ✓ 2 c. à table de beurre (environ)

Déposer le filer congelé dans un plat allant au four, le fond couvert de papier d'aluminium. Parsemer le filet de noisettes de beurre. Arroser de jus de citron. Saler et poivrer. Cuire dans un four préchauffé à 450 °F environ 15 minutes. Placer ensuite sous le grill du haut et griller jusqu'à doré.

Pouding

Pouding au riz

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de riz
- ✓ Sel
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre
- ✓ 1 c à table de beurre
- ✓ 1 tasse d'eau bouillante
- ✓ 2 tasses de lait
- ✓ 2 œufs séparés
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille

Cuire le riz dans l'eau bouillante. Saler. Bouillir 8 à 10 minutes jusqu'à évaporation complète de l'eau. Ajouter le lait et le sucre. Bouillir jusqu'à riz tendre environ 15 minutes. Ajouter les jaunes d'œuf battus, le beurre et la vanille. Cuire à 350 °F 30 à 40 minutes.

Meringue :

- ✓ 2 blancs d'œufs
- ✓ 4 c. à table de sucre

Fouetter les blancs d'œufs. Ajouter le sucre par petites quantités tout en continuant de battre. Verser délicatement sur le pouding. Dorer au four.

Sauce :

Placer dans un poêlon épais, la cassonade, le sucre et la farine. Cuire à feu moyen. Brasser constamment jusqu'à brûlé légèrement. Ajouter graduellement 1 $\frac{1}{2}$ tasse d'eau bouillante. Bouillir. Servir avec le pouding.

Pouding au riz et aux fraises

- ✓ 1 tasse de riz
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 2 jaunes d'œufs
- ✓ $\frac{1}{2}$ à 1 tasse de fraises en compote sucrée
- ✓ 2 tasse de lait
- ✓ Sel
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre

Mélanger dans une casserole, le riz, le lait, la vanille et le sel. Porter à ébullition en remuant de temps en temps. Cuire à feu très doux ou au four à 325°F 35 à 45 minutes. Retirer du feu et laisser refroidir. Ajouter les jaunes d'œufs battus légèrement avec le sucre. Mélanger parfaitement. Verser dans un plat beurré allant au four. Recouvrir de fraises sucrées (compote). Fouetter 2 blancs d'œufs et ajouter graduellement $\frac{1}{4}$ tasse de sucre. Verser sur les fraises. Cuire au four à 350°F 15 à 20 minutes.

* On peut remplacer les fraises par d'autres fruits.

Siroop aux ananas

- ✓ 1 tasse de jus d'ananas
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à table de beurre
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à table de jus de citron
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à table de féculle de maïs

Amener à ébullition le jus d'ananas, le jus de citron et le beurre. Épaissir avec de la féculle de maïs délayée et cuire jusqu'à l'obtention d'un sirop épais et clair.

Pouding aux pêches

Sirop :

- ✓ 1 boîte de pêches de 28 oz.
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de cassonade
- ✓ $\frac{1}{8}$ tasse de sirop de pêches
- ✓ 1 c. à table de beurre
- ✓ 1 c. à table de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vanille

Dans un bol, déposer les pêches égouttées et tranchées. Ajouter les autres ingrédients. Verser dans un plat carré allant au four.

Pâte :

- ✓ 2 œufs battus
- ✓ 4 c. à thé de beurre mou
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel

Mélanger tous les ingrédients jusqu'à lisse. Verser sur les pêches. Cuire à 375 °F 35 à 40 minutes.

Pouding aux pommes

- ✓ 4 à 5 pommes
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de farine
- ✓ 1 c. à table de beurre

Mettre les pommes pelées et coupées en morceaux dans un plat en pyrex beurré. Saupoudrer de cassonade. Faire une croûte avec la farine, la cassonade et le beurre. Couvrir les pommes de ce mélange. Parsemer de noisettes de beurre. Cuire à 350 °F 30 à 45 minutes.

Pouding aux fraises

- ✓ 1/3 tasse de beurre
- ✓ 1 c. à table de féculle de maïs
- ✓ 1/3 tasse de cassonade
- ✓ 3 tasses de fraises

Fondre le beurre dans un moule carré de 9 pouces. Retirer du feu. Dans un bol, mélanger la cassonade et la féculle de maïs. Ajouter les fraises et mélanger délicatement. Verser sur le beurre.

Pâte :

- ✓ 3 jaunes d'œufs
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ ¼ tasse d'eau bouillante
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ ¼ c. à thé de sel
- ✓ ½ tasse de sucre
- ✓ ½ c. à thé d'essence d'amande
- ✓ ¾ tasse de farine

Battre les jaunes d'œufs. Ajouter le sucre et essences. Ajouter l'eau bouillante. Battre 5 minutes. Ajouter les ingrédients secs mélangés ensemble. Étendre sur les fraises. Cuire à 350 °F 45 minutes.

Pouding chaumière à la rhubarbe

- ✓ 4 à 5 tasses de rhubarbe coupée
- ✓ 1 à 1 ¼ c. à table de farine
- ✓ 1 à 1 ¼ tasse de cassonade
- ✓ 1 c. à thé (et plus) de zeste d'orange

Mélanger la cassonade, la farine et le zeste d'orange. Bien mélanger à la rhubarbe. Mettre dans un plat à pouding bien beurré.

Gâteau :

- ✓ 4 c. à table de beurre
- ✓ ¾ tasse de sucre
- ✓ 1 œuf
- ✓ ¼ c. à thé de sel
- ✓ ½ tasse de lait
- ✓ 1 ½ tasse de farine
- ✓ 3 c. à thé de poudre à pâte

Défaire le gras. Ajouter graduellement le sucre et l'œuf battu. Battre jusqu'à léger. Ajouter les ingrédients secs en alternant avec le lait. Bien mélanger. Verser sur la rhubarbe. Cuire à 350 °F 45 à 50 minutes.

Pouding à la rhubarbe

Mélange :

- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ 1 tasse d'eau
- ✓ 4 tasses de rhubarbe pelée et coupée
- ✓ 2 c. à table de féculle de maïs
- ✓ 1 c. à thé de vanille

Amener à ébullition le sucre, la féculle de maïs, l'eau et la vanille. Brasser jusqu'à crèmeux. Retirer du feu. Refroidir.

Base :

- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de gruau
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de beurre fondu

Mélanger tous les ingrédients. Presser légèrement la moitié de ce mélange dans un moule carré de 8 pouces beurré. Étendre la rhubarbe coupée et le sirop. Recouvrir du reste de la base. Taper. Cuire à 350 °F 1 heure.

* On peut, si on le désire, faire cuire légèrement la rhubarbe coupée dans le mélange de sirop.

Pouding chômeur

Sauce :

- ✓ 2 tasses de cassonade
- ✓ 2 c. à thé de beurre
- ✓ 1 tasse d'eau

Amener à ébullition la cassonade de l'eau. Retirer du feu. Ajouter le beurre et mettre de côté.

Gâteau :

- ✓ 2 c. à thé de graisse
- ✓ 1 œuf
- ✓ 1/3 tasse de lait
- ✓ 3 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ ½ tasse de sucre
- ✓ Sel
- ✓ 1 tasse de farine

Verser la sauce dans un plat carré allant au four. Recouvrir de pâte à gâteau. Recouvrir le dessus de ½ tasse de noix de coco si désiré. Cuire au four à 350 °F (environ) 35 minutes.

Pouding économique

Pâte :

- ✓ 1 tasse de lait
- ✓ 1 ¾ tasse de farine
- ✓ ¼ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 2 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 c. à table de beurre

Mélanger le lait, la cassonade et le beurre. Ajouter les ingrédients secs. Déposer dans un plat à pouding non-beurré.

Sauce :

- ✓ 2 tasses de cassonade
- ✓ 2 c. à thé de vanille
- ✓ 2 tasses d'eau bouillante
- ✓ Noisettes de beurre

Étendre sur la pâte, la cassonade et des noisettes de beurre. Mélanger l'eau bouillante et la vanille. Verser délicatement sur la cassonade et le beurre. Cuire au four à 350 °F 40 minutes environ.

Croustillant à la rhubarbe

- ✓ 4 à 5 tasses de rhubarbe pelée et hachée finement
- ✓ ½ tasse de sucre
- ✓ ½ tasse de cassonade,
- ✓ ¾ tasse de gruau
- ✓ ¼ tasse (et moins) de beurre
- ✓ ¼ tasse de farine
- ✓ ¼ c. à thé de sel

Beurrer un moule en pyrex. Y déposer la rhubarbe. Saupoudrer de sucre. Mélanger le beurre, la cassonade, la farine, le gruau et le sel. Étendre sur la rhubarbe coupée. Cuire à 375 °F 40 minutes.

* On peut faire jeter un bouillon à la rhubarbe auparavant.

Croustillant aux pommes

- ✓ 4 pommes pelées
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de beurre
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de gruau
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de cassonade

Mélanger ensemble, le gruau, la farine, la cassonade et le beurre. Couper les pommes en morceaux dans un plat en pyrex légèrement beurré. Saupoudrer du mélange de gruau. Taper légèrement. Cuire à 350 °F 35 minutes.

Grands-pères aux fraises

- ✓ 2 tasses de fraises fraîches
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de sucre
- ✓ 1 c. à table de jus de citron
- ✓ 2 c. à table de beurre

Placer dans un plat à four assez profond 6" x 10", les fraises lavées coupées en deux. Asperger de jus de citron. Saupoudrer de sucre et parsemer de petits morceaux de beurre. Mêler légèrement. Mettre au four à 400 °F pendant la préparation de la pâte.

Pâte :

- ✓ 7/8 tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ 2 $\frac{1}{2}$ c. à table de beurre
- ✓ 2 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 2c. à table de sucre
- ✓ 1/3 tasse (environ) de lait

Mêler la farine, le poudre à pâte et le sucre. Introduire et couper finement le beurre très froid. Incorporer juste ce qu'il faut de lait pour obtenir une pâte ferme. Déposer la pâte par cuillérées sur les fraises très chaudes. Remettre au four et cuire 20 à 25 minutes. Servir chaud.

* 6 portions

Grands-pères à l'érable

Sirup :

- ✓ 2 tasses de cassonade
- ✓ 1 c. à table d'essence d'érable
- ✓ 2 tasses d'eau bouillante

Pâte :

- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de graisse
- ✓ 2 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de lait

Placer le sirop dans un chaudron. Porter à ébullition. Ajouter la pâte sur le dessus. Cuire sur feu doux 12 à 15 minutes. Laisser reposer un peu. Servir avec crème glacée.

Gâteau renversé au fudge

Pâte :

- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. thé de sel
- ✓ 1 c. à table de beurre
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de lait
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ c. à table de cacao (ou moins)
- ✓ 1 tasse de farine

Mélanger le beurre et le sucre. Ajouter le lait. Brasser. Ajouter les ingrédients secs. Verser dans un moule carré en pyrex beurré et enfariné. Saupoudrer de $\frac{1}{2}$ tasse de noix hachées.

Sauce :

- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de sucre
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de cacao (ou moins)
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de cassonade
- ✓ 1 $\frac{1}{4}$ tasse d'eau bouillante

Mélanger tous les ingrédients. Verser sur la pâte. Cuire à 350 °F 30 minutes. Refroidir dans le moule. Renverser.

Gâteau à la salade de fruits

- ✓ 1 boîte de 19 oz. onces de salade de fruits (avec le jus)
- ✓ 1 ½ tasse de sucre
- ✓ 2 œufs
- ✓ ¼ c. à thé de sel
- ✓ 2 tasses de farine
- ✓ 2 c. à thé de soda (ou 3 c. à thé de poudre à pâte)
- ✓ 1 c. à table d'huile

Mélanger tous les ingrédients. Verser dans un moule tubulaire (ou une lèchefrite 8" x 8") graissé(e) et doublé(e) de papier ciré. Saupoudrer de ¾ tasse de cassonade (facultatif). Cuire au four à 375 °F (ou 350 °F si le mélange est dans une lèchefrite) durant 50 minutes à 1 heure.

Sauce :

- ✓ ¼ tasse de beurre
- ✓ 1 tasse de lait évaporé
- ✓ 1 tasse de sucre

Cuire à feu doux 5 à 8 minutes (jusqu'à épaississement). Lorsque ça commence à bouillir, retirer du feu. Ajouter 1 c. à thé de vanille. Déposer sur le gâteau à la sortie du four.

* Autre sauce (au coconut) :

- ✓ 2 tasses de cassonade
- ✓ ½ tasse de coconut
- ✓ ½ tasse de crème 1 c. à table de beurre

** 19 oz. de salade : cuisson environ 55 minutes.

*** 15 oz. de salade : cuisson environ 50 minutes.

Gâteau renversé à l'ananas

Fond:

- ✓ Ananas en tranches
- ✓ 2/3 tasse de cassonade
- ✓ ¼ tasse de margarine
- ✓ Cerises-pacanes

Fondre la margarine, ajouter la cassonade pour faire fondre en brassant toujours. Retirer du feu. Disposer les ananas bien égouttés en remplissant bien les espaces. Couper quelques tranches en deux et placer celle-ci sur les bords. Placer des cerises et des noix.

Gâteau :

- ✓ 1 tasse de farine
- ✓ 1 ½ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ ¼ tasse de graisse
- ✓ 1 œuf
- ✓ ¾ tasse de sucre
- ✓ ½ c. à thé de sel
- ✓ ½ tasse de lait

Dans un grand bol, mettre la farine, le sucre, la poudre à pâte et le sel. Ajouter la graisse et le lait. Bien mélanger. Ajouter l'œuf et le jus d'ananas et battre au mixeur 2 minutes. Verser délicatement sur les ananas. Cuire au four à 350 °F 40 à 45 minutes. Refroidir 5 minutes avant de renverser.

** Avec le jus d'ananas, on peut faire une sauce pour servir sur le dessert. Dans ce cas, on y ajoute un peu d'eau et du sucre (épaissir avec de la féculle de maïs délayée dans de l'eau).*

Gâteau reine Élisabeth

- ✓ 1 tasse de dattes en morceaux
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de beurre
- ✓ 1 œuf
- ✓ 1 c. à thé de poudre à pâte
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 1 tasse d'eau bouillante
- ✓ 1 tasse de sucre
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de farine
- ✓ 1 c. à thé de soda
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de noix

Cuire et bouillir 1 minute (pas en compote) les dattes et l'eau. Laisser refroidir. Crémer le beurre. Ajouter les ingrédients secs en alternant avec les dattes. Ajouter les noix. Cuire au four à 350 °F 35 à 40 minutes dans un moule beurré 13" x 9 $\frac{1}{2}$ ".

Glace :

- ✓ 4 c. à thé de beurre
- ✓ 6 c. à table de crème
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de cassonade
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de coconut

Fondre le beurre. Ajouter les autres ingrédients. Recouvrir le gâteau de cette glace. Remettre au four 5 à 10 minutes de plus.

Rice Krispies

Carrés au Rice Krispies

- ✓ 1 ½ tasse de cassonade
- ✓ 3 c. à table de beurre/margarine
- ✓ ½ c. à thé de vanille
- ✓ ½ tasse de sirop de maïs
- ✓ 1 boîte de lait condensé (Eagle Brand 300 ml)
- ✓ 8 ½ tasse de Rice Krispies

Préparer en avance tous les ingrédients. Dans une marmite moyenne, mélanger, à l'aide d'une cuillère en bois, la cassonade, le sirop de maïs et le beurre/margarine jusqu'à consistance lisse et homogène. Ajouter le lait condensé entièrement et d'un seul coup. Mélanger constamment pendant 5 à 15 minutes à feu faible-moyen.

Pour savoir si la texture est la bonne, prendre un petit récipient translucide et un peu large d'ouverture (comme un gros verre peu profond). Y mettre de l'eau froide et y mettre environ 1 à 3 c. à thé du contenu de la marmite dedans à l'aide de la cuillère en bois. Tester en insérant la main dans le contenant et en prenant le sirop épais au bout des doigts. Si le sirop tient à faire une petite boule molle, elle est prête. Sinon, continuer à faire cuire en mélangeant constamment et réessayer environ 1 à 2 minutes plus tard avec de la nouvelle eau.

Lorsque le test est concluant, retirer du feu. Ajouter immédiatement la vanille. Bien mélanger pour que ça devienne homogène. Ensuite, y ajouter tous les Rice Krispies d'un seul coup. Bien mélanger jusqu'au fond jusqu'à ce que le contenu de la marmite soit bien homogène. Verser ensuite dans une fêchefrite (en pyrex) préalablement beurrée. Il est également conseillé de beurrer la spatule en silicone prochainement utilisée. Appuyer sur le contenu de la fêchefrite, à l'aide de la spatule en silicone, pour tout le mettre à niveau, puis lisser au maximum. Réfrigérer quelques heures, jusqu'à ce que le contenu soit dur. Découper en cubes verticalement et horizontalement à l'aide d'un couteau et servir froid.

Barres glacées au chocolat

- ✓ 1 tasse de margarine ramollie
- ✓ 1 œuf
- ✓ 1 ½ tasse de farine
- ✓ 1 tasse de cassonade
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 1 ½ tasse (environ) de brisures de chocolat mi-sucrées

Mêler en crème le beurre et la cassonade. Incorporer l'œuf et la vanille. Ajouter graduellement la farine. Incorporer 1 tasse de céréales "Croques Nature" (ou Rice Krispies) tout en broyant les plus gros morceaux. Étendre également dans un moule légèrement graissé 9" x 13". Mettre au four à 350 °F 15 à 20 minutes. Retirer du four. Étaler sur le dessus, le chocolat fondu au micro-ondes avec un peu de beurre. Parsemer de céréales "Croques Nature" (ou Rice Krispies). Couper.

Barres de chocolat

- ✓ ½ tasse de sucre
- ✓ ½ tasse de coconut
- ✓ 4 tasses de Rice Krispies
- ✓ ½ tasse (ou plus) de sirop de maïs
- ✓ ½ tasse de beurre de peanut

Chauder à feu bas jusqu'à lisse et très chaud le sucre et le sirop de maïs (ne pas bouillir). Ajouter le beurre de peanut. Retirer du feu. Ajouter le coconut et le Rice Krispies. Déposer dans un plat beurré 9" x 13". Taper.

Glace :

- ✓ ½ tasse de Chipits au chocolat mi-sucré
- ✓ 1 tasse de Chipits au butterscotch mi-sucré

Fondre au bain-marie ou dans une marmite épaisse à feu très bas. Étendre sur la préparation. Couper en carrés

* Si c'est trop dur, mettre moins de céréales ou ajouter du sirop de maïs.

Salades



Salade de chou Kentucky

- ✓ 1 chou râpé
- ✓ 1 oignon râpé

Sauce :

- ✓ 1 tasse de mayonnaise
- ✓ 1/8 tasse (et moins) de vinaigre
- ✓ ½ c. à thé (et moins) de sel d'ail
- ✓ ½ tasse de sucre
- ✓ Persil au goût (environ 1 c. à thé)
- ✓ ¼ tasse d'huile végétale (mettre un peu d'huile d'olive au travers)
- ✓ Sel et poivre

Mélanger. Ajouter au chou et bien mélanger.

Salade aux carottes

- ✓ 2 tasses de carottes râpées
- ✓ ¼ c. à thé de thym
- ✓ 1 tasse de tomates
- ✓ Sel et poivre
- ✓ ¼ c. à thé de sel d'ail
- ✓ 2 c. à table d'huile
- ✓ 1 c. à thé de sucre

Cuire sur feu doux 10 minute. Servir avec du poulet ou du porc.

Salade au poulet

- ✓ Morceaux de salade en pommes
- ✓ Céleri en cubes
- ✓ Poulet cuit en dés
- ✓ Radis en tranches minces
- ✓ Mayonnaise ou huile à salade

Salade au macaroni

- ✓ 1 à 2 tasses de macaroni
- ✓ Fromage blanc râpé
- ✓ Sel d'oignon
- ✓ 4 mini carottes râpées
- ✓ Mayonnaise
- ✓ Sel d'ail

Cuire le macaroni dans de l'eau bouillante salée. Égoutter et rincer à l'eau froide. Ajouter les carottes, le fromage et les sels. Réfrigérer. Au moment de servir, ajouter de la mayonnaise.

Salade de macaroni et poulet

- ✓ 3 tasses d'eau bouillante
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ 2 tasses de poulet cuit en dés
- ✓ ½ tasse d'échalotes hachées
- ✓ 2 cornichons sucrés en dés
- ✓ 1/8 c. à thé de moutarde sèche
- ✓ 2 tasse de macaroni
- ✓ 1 tasse de céleri en dés
- ✓ ½ tasse de piments verts en dés
- ✓ 1/3 tasse de mayonnaise
- ✓ Jus d'un citron

Cuire le macaroni dans de l'eau bouillante salée. Égoutter et rincer à l'eau froide. Mélanger avec le reste des ingrédients.

Sauce à salade

- ✓ Moitié yogourt nature + moitié mayonnaise
- ✓ Jus de citron

Sandwichs



Club sandwich

- ✓ 3 tranches de pain rôties (toasts)
- ✓ Beurre/margarine
- ✓ Feuilles de laitue
- ✓ Poulet cuit en morceaux
- ✓ Mayonnaise
- ✓ Tranches de tomate
- ✓ Tranches de bacon cuites

Sur la première tranche de pain rôti, mettre du beurre, de la mayonnaise, de la laitue et des tranches de tomate. Sur la deuxième, mettre du beurre (ou margarine), de la mayonnaise, des morceaux de poulet cuit et des tranches de bacon. Recouvrir le tout de la troisième tranche de pain rôti. Couper en 4 et insérer un cure-dent dans chaque quart. Servir avec des frites.

Petits pains chauds au thon

- ✓ 1 boîte de thon pâle émietté en conserve (120g égoutté)
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel
- ✓ 1 tasse de céleri tranché finement
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de mayonnaise
- ✓ 1 c. à thé d'oignons râpés
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de fromage râpé (cheddar blanc ou mozzarella en bloc de préférence)
- ✓ 1 c. à table de jus de citron
- ✓ 10 pains à hamburgers
- ✓ Beurre/margarine

Mélanger tous les ingrédients. Beurrer l'intérieur des pains hamburgers. Y verser également du mélange à l'intérieur de chacun. Envelopper individuellement de papier d'aluminium. Chauffer au four à 350 °F (ou plus) durant 20 minutes environ (ou moins).

Sauces

Sauce béchamel

- ✓ 3 c. à table de margarine
- ✓ 3 c. à table de farine
- ✓ Sel et poivre
- ✓ Échalote ou oignon
- ✓ 1 ½ tasse de lait

* Doubler la recette (ou presque)

Faire revenir légèrement le beurre et l'échalote. Ajouter la farine, le lait et les assaisonnements. Brasser avec un fouet. Passer au micro-ondes 2 ½ minutes. Fouetter et passer encore au micro-ondes 2 ½ minutes. Fouetter à nouveau.

* 4 portions : 4 c. à table de margarine + 2 tasses de lait.

Sauce à rosbif

- ✓ Beurre
- ✓ Oignon
- ✓ 2 tasses de bouillon au bœuf (Bovril)
- ✓ 1 c. à table de sauce soya légère en sel

Faire revenir le beurre et l'oignon. Ajouter le bouillon et la sauce Soya. Épaissir avec de la féculé de maïs délayée dans de l'eau froide.

Sauce vol-au-vent

- ✓ 2 tasses de bouillon de poulet
- ✓ 2 c. à table de lait
- ✓ ½ à 1 c. à thé d'estragon, de basilic ou de thym
- ✓ 3 ½ c. à table de beurre
- ✓ 4 c. à table de farine

Brasser le tout avec un fouet et chauffer au micro-ondes 2 ½ minutes. Fouetter et retourner au micro-ondes 2 ½ minutes.

Sauce spaghetti 5 minutes

- ✓ 1 boîte 19 oz. de tomates étuvées en morceaux pour pâtes
- ✓ 1 boîte 5 ½ oz. de pâte tomates
- ✓ ¼ tasse d'eau

Combiner tous les ingrédients et porter à ébullition. Baisser la chaleur et laisser mijoter 5 minutes en remuant de temps à autre.

* 4 portions

Sauce au poisson

- ✓ 1 boîte 19 oz. de soupe crème champignon non-diluée
- ✓ ½ tasse (et plus) de lait
- ✓ 1 boîte 7 oz. de miettes de gades (ou autres poisson)

Faire revenir de l'oignon dans du beurre. Ajouter les autres ingrédients et bien mélanger. Saler et poivrer. Porter à ébullition.

Sauce au poireau

- ✓ 1 poireau moyen tranché
- ✓ 1 patate moyenne tranchée
- ✓ 1 à 2 branches de céleri tranché

Cuire à feu moyen dans un peu d'eau salée. Retirer du feu, égoutter et écraser avec un pilon.

Sauce :

- ✓ 4 c. à table de margarine
- ✓ 4 c. à table de farine,
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 2 à 3 tasses de lait
- ✓ Sel d'ail

Fondre la margarine, ajouter la farine et brasser. Retirer du feu et ajouter le lait par petites quantités tout en brassant. Cuire jusqu'à épaississement. Ajouter les légumes écrasés. Assaisonner au goût.

Sauce tomate

- ✓ Beurre
- ✓ 1 boîte de jus de tomate 19 oz
- ✓ Fécule de maïs
- ✓ Oignon haché
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse de lait
- ✓ Sel et poivre

Faire revenir l'oignon dans du beurre fondu. Ajouter le lait et le jus de tomate. Épaissir avec de la féculle de maïs délayée dans un peu d'eau froide. Assaisonner et servir avec du poisson frit.

Sauce Bisto

- ✓ 2 à 3 c. à table de beurre
- ✓ 3 c. à table de ketchup
- ✓ 2 tasses (environ) d'eau chaude
- ✓ Oignon haché
- ✓ 3 à 4 gouttes de sauce Soya
- ✓ 3 c. à table de sauce Bisto

Faire revenir l'oignon dans du beurre fondu. Ajouter le ketchup, la sauce Soya et l'eau chaude. Bien brasser. Verser la poudre Bisto délayée dans un peu d'eau froide. Brasser et cuire jusqu'à épaississement. Servir avec du poulet rôti.

* 10 portions

Sauce au caramel

- ✓ 2 tasses de cassonade
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse d'eau
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de beurre
- ✓ 1 tasse de sirop de maïs
- ✓ 1 boîte de lait évaporé

Cuire la cassonade, le sirop et l'eau. Bouillir 10 minutes. Retirer du feu. Refroidir légèrement. Ajouter le beurre et le lait évaporé par petites quantités tout en battant continuellement avec une mixette.

Sauce au fudge

- ✓ 4 à 5 c. à table de cacao
- ✓ 1 c. à table de beurre
- ✓ 1 c. à thé de vanille
- ✓ 2 tasses de sucre
- ✓ 1 tasse de lait

Mélanger le cacao, le sucre, le beurre et le lait. Bouillir 5 minutes. Aromatiser.

Beurre d'érable

- ✓ 2 tasses de sucre
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de farine
- ✓ 1 tasse de lait
- ✓ Gros comme une noix de beurre
- ✓ 1 c. à thé d'essence d'érable

Mélanger le sucre et la farine. Ajouter le lait et le beurre. Porter à ébullition à feu très doux en brassant constamment. Laisser mijoter environ 10 minutes. Retirer du feu. Ajouter l'essence d'érable.

Trempette aux crevettes

- ✓ 2 cannes de crevettes semi-égouttées
- ✓ Échalotes vertes
- ✓ 400 g. de fromage en crème Philadelphia

Écraser les crevettes avec un peu de jus à l'aide d'une fourchette et mélanger ensemble.

* Faire $\frac{1}{2}$ recette

Betteraves marinées

Bien laver les betteraves et cuire au Presto (ou autre). Garder le jus de cuisson. Trancher les betteraves quand elles sont chaudes et mettre dans des bocaux.

- ✓ 2 tasses de cassonnade
- ✓ 2 $\frac{1}{2}$ tasses de vinaigre
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de jus de betteraves (eau de cuisson)

Chauffer et verser sur les betteraves dans les bocaux. 5 livres donne 1 $\frac{1}{2}$ recette.

Ketchup vert

- ✓ 4 livres de tomates vertes
- ✓ 2 tasses de vinaigre
- ✓ 3 gros oignons
- ✓ 3 à 4 branches de céleri
- ✓ 4 tasses de sucre
- ✓ 4 pommes
- ✓ 1 c. à table de gros sel
- ✓ 4 c. à table d'épices à marinades

Laver les tomates et les couper en tranches assez minces. Ajouter les autres ingrédients. Cuire à feu moyen 3 à 3 $\frac{1}{2}$ heures.

* Mettre les épices dans un linge de coton, lier le dessus de la poche avec une ficelle longue et laisser tremper (enlever la poche à la fin et jeter pour ne pas mettre les épices directement dans le ketchup).



Tartes et coulis

Pâte à pâté/tarte

- ✓ 5 ½ tasses de farine
- ✓ 1 livre de graisse
- ✓ Sel au goût

Mélanger la farine et le sel. Y mettre la graisse et la briser en petits morceaux avec un brise-pâte.

- ✓ ¾ à 1 tasse d'eau chaude
- ✓ ¾ à 1 tasse de lait froid

Mélanger et ajouter aux ingrédients secs. Façonner longement jusqu'à ce que la pâte ne soit plus du tout collante aux mains (utiliser de la farine, une cuillère à la fois). Rouler sur une surface enfarinée, et y entailler la forme désirée selon le type de recette et de contenant. Utiliser les retaillés.

* 1 recette : 6-7 pâtés / 4 recettes : 24 à 28 pâtés

Tarte aux framboises/bleuets/pommes

- ✓ Fruits au choix :
 - ✓ Framboises ou bleuets
 - ✓ ou pommes (Cortland de préférence)
- ✓ ½ tasse de sucre
- ✓ 1 c. à table de tapioca ou farine (ou plus si gros bleuets)
- ✓ Pâte à tarte (fond et dessus), voir la recette au début de ce chapitre

1. Fruits

- Framboises/bleuets : NE PAS LAVER
- Pommes : peler, couper des morceaux en forme de triangles minces sur les côtés de chaque pomme avec le même geste qu'en pelant, jusqu'à arriver au cœur

Mettre les fruits dans un grand bol.

2. Mélange

- Ajouter le sucre et le tapioca (ou la farine) aux fruits
- Bien mélanger pour enrober uniformément
- Laisser reposer 10 à 15 minutes pour que le jus commence à se former

3. Montage

- Préchauffer le four à 400 °F
- Abaisser la pâte et foncer une assiette à tarte
- Verser le mélange de fruits dans le fond de tarte
- Couvrir avec une deuxième abaisse de pâte ou faire un treillis
- Sceller les bords et faire une ou plusieurs entailles sur le dessus pour laisser sortir la vapeur

4. Cuisson

- Cuire au four à 400 °F pendant 15 minutes
- Réduire la température à 350 °F et poursuivre la cuisson 30 à 40 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit bien dorée et que le jus bouillonne légèrement

5. Repos

- Laisser refroidir au moins 1 heure avant de servir afin que la garniture épaississe bien.

Tarte aux fraises

- ✓ Fraises fraîches
- ✓ ½ tasse de sucre
- ✓ 2 c. à table de tapioca ou de farine
- ✓ Un peu de farine
- ✓ Un peu de féculle de maïs
- ✓ Pâte à tarte (fond et dessus), voir la recette au début de ce chapitre

1. Fraises

- Équeuter les fraises et NE PAS LES LAVER
- Couper les grosses fraises en quatre, les moyennes en deux et ne pas couper les petites
- Mettre les fraises dans un grand bol

2. Mélange

- Ajouter le sucre et le tapioca (ou la farine) aux fraises
- Bien mélanger pour enrober uniformément
- Laisser reposer 10 à 15 minutes pour que le jus commence à se former

3. Préparer le fond de tarte

- Préchauffer le four à 400 °F
- Abaisser la pâte et foncer une assiette à tarte
- Saupoudrer légèrement le fond de tarte de farine
- Saupoudrer ensuite d'un peu de féculé de maïs

4. Montage

- Verser le mélange de fraises dans le fond de tarte
- Couvrir avec une deuxième abaisse de pâte ou faire un treillis
- Sceller les bords et faire une ou plusieurs entailles sur le dessus pour laisser sortir la vapeur

5. Cuisson

- Cuire au four à 400 °F pendant 15 minutes
- Réduire la température à 350 °F et poursuivre la cuisson 30 à 40 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit bien dorée et que le jus bouillonne légèrement

6. Repos

- Laisser refroidir au moins 1 heure avant de servir afin que la garniture épaississe bien.

Tarte aux pêches Melba

- ✓ Biscuits Graham
- ✓ 1 boîte 14 ou 28 oz. de pêches tranchées et égouttées (ou 1 tasse de pêches fraîches tranchées et trempées dans du jus de citron)
- ✓ 1 petite boîte de poudre pour gelée Jell-o à la pêche
- ✓ 2/3 tasse d'eau bouillante
- ✓ 3 c. à table de confiture aux framboises
- ✓ 2 enveloppes Dream Whip (ou 1 tasse de Nutriwhip à fouetter)

Dissoudre la poudre pour gelée dans l'eau bouillante et réfrigérer jusqu'à ce que ça commence à prendre. Tapisser de biscuits Graham le fond d'un moule carré en pyrex et étendre les pêches sur le dessus. Préparer le Dream Whip selon les instructions sur la boîte. Battre jusqu'à homogène le Jell-o et le Dream Whip et verser à la cuillère sur les tranches de pêches. Brassier la confiture pour ramollir et faire tomber en bruine sur la tarte. Faire des zigzags au moyen d'un couteau pour former un dessin marbré. Réfrigérer 3 heures.

Tarte au sucre

- ✓ 2 tasses de cassonade
- ✓ 1 ½ tasse de lait
- ✓ ¼ tasse + 2 c. à table de farine
- ✓ ¼ tasse de beurre

Mêler la cassonade et la farine, puis ajouter le lait et le beurre. Cuire jusqu'à épaississement sur feu lent en brassant constamment. Retirer du feu et refroidir. Verser dans une abaisse. Cuire à 400 °F.

Tarte aux raisins

- ✓ 2 tasses de raisins
- ✓ 1 ½ à 2 c. à table de mélasse
- ✓ 1/3 tasse de cassonade
- ✓ ¼ tasse d'eau avec 2 ½ c. à table de féculle de maïs
- ✓ 1 ¾ à 2 tasses d'eau

Cuire les raisins, la cassonade, l'eau et la mélasse. Épaissir avec la féculle de maïs délayée dans l'eau. Refroidir. Verser sur une abaisse de pâte et cuire au four.

* Avant de verser un mélange sur la 1^{re} abaisse de pâte, mettre un peu de farine pour éviter que la pâte soit trop mouilléeuse.

Cuisson

* Pour les tartes où le temps de cuisson n'est pas mentionné, cuire à 400 °F, entre 15 et 30 minutes, jusqu'à ce que la pâte brunisse.

Coulis aux fraises

Pour 12 petits pots masson de 500 ml :

- ✓ 50 tasses de fraises (ou moins, ajuster avec le sucre)
- ✓ 4 $\frac{3}{4}$ tasses de sucre (ou $\frac{3}{4}$ de tasse par 8 tasses de fraises)

Équeuter les fraises. NE PAS LES LAVER. Couper les grosses fraises en 4, les moyennes en 2 et ne pas couper les petites. Mettre les fraises et le sucre dans une grosse marmite et chauffer à feu moyen. Le sucre va d'abord faire des bouillons, puis se transformer lentement en liquide. Mélanger très délicatement aux 5 minutes, en allant jusqu'au fond de la marmite. Lorsque le mélange semble uniforme, homogène et simili-liquide, retirer immédiatement du feu pour ne pas qu'il bout. NE PAS FAIRE BOUILLIR. Verser le coulis chaud dans des pots Masson propres de 500 ml et sceller.

* 30 tasses de fraises pour 7 pots masson de 500 ml.

Coulis aux framboises

Pour 12 petits pots masson de 500 ml :

- ✓ 38 tasses de framboises (ou moins, ajuster avec le sucre)
- ✓ 3 $\frac{1}{3}$ tasses de sucre (ou $\frac{3}{4}$ de tasse par 8 tasses de framboises)

NE SURTOUT PAS LAVER LES FRAMBOISES. Mettre les framboises et le sucre dans une grosse marmite et chauffer à feu moyen. Le sucre va d'abord faire des bouillons, puis se transformer lentement en liquide. Mélanger TRÈS TRÈS DÉLICATEMENT aux 5 minutes, en allant jusqu'au fond de la marmite. Lorsque le mélange semble uniforme, homogène et simili-liquide, retirer immédiatement du feu pour ne pas qu'il bout. NE PAS FAIRE BOUILLIR. Verser le coulis chaud dans des pots Masson propres de 500 ml et sceller.

* 22 tasses de framboises pour 7 pots masson de 500 ml.

Coulis aux bleuets

Pour 12 petits pots masson de 500 ml :

- ✓ 38 tasses de bleuets (ou moins, ajuster avec le sucre)
- ✓ 3 ½ tasses de sucre (ou ¾ de tasse par 8 tasses de bleuets)

NE PAS LAVER LES BLEUETS. Mettre les bleuets et le sucre dans une grosse marmite et chauffer à feu moyen. Le sucre va d'abord faire des bouillons, puis se transformer lentement en liquide. Mélanger très délicatement aux 5 minutes, en allant jusqu'au fond de la marmite. Lorsque le mélange semble uniforme, homogène et simili-liquide, retirer immédiatement du feu pour ne pas qu'il bout. **NE PAS FAIRE BOUILLIR.** Verser le coulis chaud dans des pots Masson propres de 500 ml et sceller.

* 18 tasses de bleuets pour 7 pots masson de 500 ml ou 8 petits paniers.

Méthode de scellage des pots masson au four

Préparation des pots :

- Placer les pots Masson vides à l'envers sur la grille du four
- Chauffer le four à 200 °F
- Laisser les pots au four pendant 1 heure, porte fermée
- Pendant ce temps, faire bouillir de l'eau
- Mettre les rondelles plates dans l'eau bouillante et les y laisser jusqu'au moment de l'utilisation

Rempissage et fermeture :

- Lorsque la préparation à mettre en pots est prête et bien chaude, sortir un pot à la fois du four
- Remplir immédiatement le pot avec la préparation chaude
- Nettoyer soigneusement le rebord et le haut du pot
- Sortir une rondelle plate chaude de l'eau (l'essuyer légèrement au besoin)
- Déposer la rondelle sur le pot et visser la bague fermement
- Remettre immédiatement le pot fermé dans le four à 200 °F
- Répéter l'opération jusqu'à ce que tous les pots soient remplis et fermés

Scellage final :

- Lorsque le dernier pot est placé dans le four, laisser tous les pots au four à 200 °F pendant 1 heure
- Éteindre ensuite le four
- Ouvrir la porte du four et laisser les pots refroidir lentement pendant plusieurs heures
- Les pots scellent un à un en refroidissant, produisant le bruit caractéristique « TOC »

Méthode de scellage des pots masson au bain-marie

- Laver les pots et les couvercles
- Mettre les pots dans une grande marmite à conserves
- Couvrir complètement d'eau
- Porter à ébullition et garder les pots dans l'eau chaude jusqu'au remplissage
- Remplir les pots avec la préparation chaude
- Nettoyer le rebord et le haut du pot
- Poser la rondelle et visser la bague sans forcer
- Remettre les pots dans la marmite
- Couvrir d'eau bouillante (au moins 2-3 cm au-dessus des pots)
- Porter à ébullition franche
- Maintenir l'ébullition pendant le temps requis (souvent 10 à 30 minutes selon la recette)
- Retirer les pots
- Laisser refroidir sans toucher pendant 12 à 24 heures
- Les pots se scellent en refroidissant avec le fameux « TOC »



Viandes

Tourtière du Lac Saint-Jean

- ✓ Patates en petits cubes (pour remplir la rôtissoire)

Pour une petite rôtissoire (viande à tourtière) :

- ✓ $\frac{1}{2}$ livre de bœuf en petits cubes
- ✓ $\frac{1}{2}$ livre de proc en petits cubes
- ✓ $\frac{1}{2}$ livre de veau en petit cubes (facultatif)
- ✓ $\frac{1}{4}$ livre de lard salé en petit cubes
- ✓ $\frac{1}{4}$ livre de bœuf haché (séparé en morceaux)
- ✓ $\frac{1}{4}$ livre de proc haché (séparé en morceaux)
- ✓ $\frac{1}{4}$ livre de veau haché (séparé en morceau)

* Pour une grosse rôtissoire, doubler la quantité de viande à tourtière.

Facultatif: 1 lièvre dépecé ou perdrix ou 1 poitrine de poulet (cuire légèrement au presto avant de mettre cela dans la tourtière).

Pour une petite rôtissoire (autres ingrédients) :

- ✓ 2 oignons émincés (en gros cubes)
- ✓ Environ 1 tasse de bouillon de poulet (si on en met moins, le mettre plus concentré)
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ c. à table de sel
- ✓ Poivre au goût
- ✓ Pâte à tarte

* Pour une grosse rôtissoire, doubler les autres ingrédients.

Dans un grand bol, mélanger les viandes, les oignons et les patates. Mettre le sel et le poivre. Mettre de côté. Tapisser le fond et les côtés d'une rôtissoire d'une abaisse de pâte plutôt épaisse. Y déposer le mélange des viandes. Ajouter le bouillon de poulet et compléter avec l'eau pour obtenir du liquide jusqu'au 2/3 de la rôtissoire. Ajouter le lièvre s'il y a lieu. Recouvrir d'une autre abaisse de pâte.

* Si on fait congeler ou réfrigérer avant la cuisson, ne pas mettre d'eau et de bouillon de poulet à ce moment. Si on fait cuire la tourtière tout de suite après l'avoir fait, on met l'eau et le bouillon comme ci-haut mentionné.

Cuisson :

À l'aide d'un entonnoir piqué au centre, vérifier s'il y a bien 2/3 de liquide dans la tourtière.

* Si on fait congeler ou réfrigérer avant la cuisson, piquer l'entonnoir au centre et mettre le bouillon de poulet (ne pas mettre d'eau en surplus) jusqu'au 2/3 de la rôtisserie.

Placer au four (sans le couvercle) sur la grille du bas, à 425 °F jusqu'à croûte légèrement séchée et un peu dorée (environ 1 heure et moins). Diminuer le four à 250 °F et mettre le couvercle. Durant la cuisson (toujours avec l'entonnoir piqué au centre), ajouter une fois du bouillon de poulet si nécessaire. Poursuivre la cuisson avec le couvercle à 250 °F environ 5 à 6 heures pour une petite rôtissoire (et plus pour une grosse). Cuire jusqu'à patates jaunes.

* À la fin de la cuisson, il se pourrait que la viande soit encore un peu rose, mais cela n'est pas grave.

Hachis

- ✓ Patates en cubes
- ✓ Viande cuite déchiquetée
- ✓ Gras de poulet
- ✓ Oignon
- ✓ Sel et poivre

Mettre tous les ingrédients dans une grande marmite. Ajouter de l'eau à presque égalité et cuire environ 45 minutes (et plus). Brasser souvent. Vérifier l'assaisonnement.

Bœuf sauté aux légumes

- ✓ 1 livre de bifteck de surlonge ou d'intérieur de ronde de bœuf
- ✓ 2 c. à table d'huile végétale
- ✓ 2 tasses de morceaux de légumes frais (brocolis, carottes, céleri)
- ✓ 2 gousses d'ail hachées fin
- ✓ 1 boîte de soupe aux tomates
- ✓ 1 c. à table de sauce soya
- ✓ 1 c. à table de vinaigre

Trancher le bifteck en languettes minces, contre le fil de la viande. Chauffer l'huile dans un wok. Faire brunir le bœuf en remuant. Retirer de la poêle; mettre de côté. Faire sauter les légumes et l'ail en remuant jusqu'à peine tendre. Incorporer la soupe, la sauce soya et le vinaigre. Porter à ébullition. Ajouter la viande. Bien réchauffer en remuant de temps en temps. Servir avec du riz, si désiré. Donne 4 portions.

Pain de viande supérieur

- ✓ 1 boîte de 10 oz. de soupe crème tomate (ou $\frac{1}{2}$ tasse)
- ✓ 2 livres de bœuf haché
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ $\frac{1}{2}$ à $\frac{3}{4}$ tasse de chapelure de pain séché (1 $\frac{1}{2}$ à 2 tranches)
- ✓ 1 œuf légèrement battu
- ✓ $\frac{1}{4}$ à $\frac{1}{2}$ tasse oignon haché

Bien mélanger tous les ingrédients. Déposer dans un moule à pain. Cuire au four à 375 °F durant 1 à 1 $\frac{1}{4}$ heure. Servir avec la sauce aux tomates.

* Si on le désire, on peut mettre seulement $\frac{1}{2}$ tasse de crème tomate.

Sauce :

Mélanger le reste de soupe avec 1/3 tasse d'eau et 2 à 3 c. à table de jus de cuisson. Réchauffer. Épaissir avec de la féculle de maïs délayée dans de l'eau froide.

Pain de viande aux légumes

- ✓ 1 ½ livre de bœuf haché
- ✓ ½ tasse de piment vert
- ✓ 2 tasses de carottes râpées (ou en petits dés)
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ ¼ c. à thé de poivre
- ✓ ½ c. à thé de sauce Worcestershire
- ✓ 1 œuf battu
- ✓ 1 oignon haché fin
- ✓ ½ tasse de céleri
- ✓ 1 tasse de chapelure (ou biscuits soda)
- ✓ 1 boîte 10 oz. de soupe aux légumes
- ✓ ¼ c. à thé de moutarde sèche

Mélanger tous les ingrédients. Façonner en pain. Déposer dans un moule beurré. Verser sur le dessus 1 boîte de soupe tomates (de préférence) ou de sauce tomate non-diluée. Cuire au four à 350 °F environ 1 ½ heure pour 1 recette.

* Pour 2 recettes, 3h de cuisson / pour 3 recettes, 4 ½ h de cuisson.

Boulettes de viande

- ✓ Bœuf haché (2 livres pour une petite recette/6 livres pour une grande recette)
- ✓ Sel et poivre
- ✓ Beurre
- ✓ Oignon haché
- ✓ Farine
- ✓ Jus de tomate

Mélanger ensemble le bœuf haché, l'oignon, le sel et poivre. Façonner en boulettes et les passer dans la farine. Faire cuire de tous les côtés dans du beurre. Verser du jus de tomate.

Cigares au chou

- ✓ *Bœuf haché (3 livres)*
- ✓ *Riz (facultatif)*
- ✓ *Beurre*
- ✓ *Sel et poivre*
- ✓ *1 chou*
- ✓ *Jus de tomate*

Laisser tremper des feuilles de chou dans de l'eau bouillante pour les attendrir. Mélanger le bœuf haché, le riz, le sel et le poivre. Étendre un peu de ce mélange sur les feuilles de chou. Enrouler et attacher avec des cure-dents. Les déposer sur un fond de beurre fondu. Arroser de jus de tomate et assaisonner. Cuisson au presto 20 à 30 minutes (ou au four à 350 °F environ 2 ½).

Bœuf créole

- ✓ *3 c. à table de beurre*
- ✓ *1 livre de bœuf haché*
- ✓ *1 ½ c. à thé de poudre Chili*
- ✓ *½ tasse de riz*
- ✓ *2 oignons hachés*
- ✓ *Sel et poivre*
- ✓ *1 boîte 19 oz. de tomates*
- ✓ *½ à 1 tasse de pois verts (facultatif)*

Faire sauter les oignons dans le beurre. Ajouter le bœuf haché et cuire. Saler et poivrer. Ajouter les tomates et le riz. Couvrir. Cuire sur feu moyen 30 minutes environ. Ajouter les pois. Servir avec patates pilées.

Bœuf braisé aux légumes

- ✓ 3 à 3 ½ livres de bœuf
- ✓ 1 boîte 10 ½ oz. de consommé de bœuf (ou 2 ½ tasses et plus d'eau et Bovril)
- ✓ 1 enveloppe de soupe à l'oignon
- ✓ 3 patates coupées en 8
- ✓ 1 ½ tasse de carottes tranchées (en rondelles)

Cuire au à 350 °F 1 à 1 ½ heure. Ajouter 3 pommes de terre (et plus) en morceaux et 1 ½ tasse (et plus) de carottes en rondelles.

Ou

Déposer la viande dans une cocotte. Mélanger le consommé de bœuf et la soupe à l'oignon. Verser sur la viande. Cuire à 350 °F 1 à 1 ½ heure. Ajouter les légumes et cuire encore 1 à 1 ½ heure.

* Ajouter de l'eau si on désire avoir plus de jus (ou plus de bouillon au bœuf).

Bouillî de bœuf et légumes

- ✓ 2 livres de bœuf (environ)
- ✓ 2 gros oignons
- ✓ Sel (beaucoup) et poivre
- ✓ Légumes (chou, carottes, fèves, patates, navet, blé-d'indes)

Faire bouillir ensemble le bœuf ensemble le bœuf, les oignons, le sel et le poivre pendant environ 2 heures (écumer la mousse très soigneusement aux premiers bouillons). Ajouter les légumes (sauf les blé-d'indes) et faire bouillir à nouveau 1 heure (lorsque l'ébullition est rétablie, écumer à nouveau aux premiers bouillons). Ajouter les blé-d'indes 15 minutes avant la fin de la cuisson.

Escalopes de bœuf

- ✓ 2 livres de bifteck de ronde tranchée mince
- ✓ 1 enveloppe de soupe à l'oignon
- ✓ 2 tasses de jus de tomate
- ✓ 1 poivron vert en julienne
- ✓ 1 livre de champignons hachés

Mélanger tous les ingrédients. Couvrir. Cuire au four à 350 °F 2 heures et moins.

Plat à la résistance à la Stroganoff

- ✓ 1 ½ livre de bifteck de ronde (ou bœuf haché) coupé en fines lamelles
- ✓ ¼ tasse de farine
- ✓ ¼ tasse de beurre
- ✓ ½ tasse de d'oignons tranchés
- ✓ 1 boîte de consommé Campbell
- ✓ 1 pincée de poivre
- ✓ 1/3 tasse de champignons tranchés
- ✓ 1 petite gousse d'ail
- ✓ 1 tasse de crème sûre
- ✓ 3 tasses de nouilles aux œufs cuites

Saupoudrer la viande de farine et de poivre. Dans une poêle, faire brunir la viande dans le beurre. Ajouter les champignons, l'oignon et l'ail. Faire brunir légèrement le tout. Incorporer le consommé. Couvrir. Cuire 1 heure à feu moyen jusqu'à ce que la viande soit tendre, en remuant souvent. Incorporer petit à petit la crème sûre. Cuire à feu doux 5 minutes. Servir sur les nouilles cuites.

Bœuf en sauce

- ✓ 2 livres de bifteck de ronde tranché mince
- ✓ 1 boîte de bouillon de bœuf Campbell
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ 1 soupçon de thym
- ✓ 1 tasse d'oignons émincés
- ✓ ½ c. à thé de poivre
- ✓ 1 soupçon de marjolaine
- ✓ ½ tasse de pain en cubes

Dans une casserole, mélanger la viande, le bouillon de bœuf, le sel, les épices et l'oignon. Cuire à feu doux environ 1 ½ heure. Retirer la viande. Ajouter le pain en cubes et cuire légèrement pour épaisseur la sauce. Verser la sauce sur la viande.

Bœuf en cubes (version 1)

- ✓ 2 livres de bœuf en cubes
- ✓ 2 oignons en rondelles
- ✓ 1 boîte de soupe crème de poulet condensé
- ✓ 1 boîte de soupe à l'oignon (facultatif)
- ✓ 1/3 tasse de farine délayée dans de l'eau froide
- ✓ 1 c. à table de sauce Worcestershire
- ✓ Champignons (facultatif)

Mélanger tous les ingrédients. Cuire au four à 300 °F 3 heures.

Bœuf bourguignon

- ✓ Cubes de bœuf
- ✓ Beurre et oignon
- ✓ $\frac{1}{2}$ à 1 tasse de vin (ou eau)
- ✓ 1 sachet de sauce barbecue St-Hubert
- ✓ Farine
- ✓ Sel et poivre
- ✓ Champignons en conserve

Passer les cubes de bœuf dans la farine (facultatif). Faire revenir de l'oignon dans du beurre. Y incorporer des cubes de bœuf. Faire brunir. Saler et poivrer. Verser le contenu dans une marmite. Répéter l'opération avec les restes de cubes. Ajouter le vin (ou l'eau) et la sauce barbecue délayés selon le mode d'emploi. Cuire 1 $\frac{1}{2}$ à 2 heures sur feu moyen 15 à 20 minutes avant la fin de la cuisson. Ajouter les champignons rôtis légèrement dans du beurre. Épaissir au besoin avec de la féculle de maïs délayée dans de l'eau.

* Au presto cuire 20 minutes.

Steak suisse

- ✓ 1 $\frac{1}{4}$ livre de bœuf en cubes
- ✓ $\frac{1}{4}$ tasse de farine
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse d'eau avec 1 c. à thé de Bovril
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 1 boîte de soupe crème tomates
- ✓ 2 gros oignons en rondelles
- ✓ 1 poivron vert en lanières
- ✓ 1 boîte de champignons entiers
- ✓ $\frac{1}{4}$ bouteille (ou 1/16 tasse) de sauce Worcestershire

Enfariner le bœuf et faire revenir dans du beurre. Dans un récipient qui va au four, déposer les cubes de bœuf, la sauce d'eau et de Bovril. Par-dessus, ajouter l'oignon, le poivron, les champignons et la sauce Worcestershire. Couvrir le tout et cuire au four à 350 °F 45 minutes. Retirer du four, ajouter la boîte de crème tomates non-diluée et remettre au four 30 minutes.

Bœuf en sauce tomate avec nouilles

- ✓ 1 livre de surlonge de bœuf
- ✓ 3 c. à table d'huile végétale, divisée
- ✓ 3 tasses de champignons frais tranchés
- ✓ 1 gros oignon tranché en rondelles
- ✓ 1 tasse de sauce chili
- ✓ $\frac{1}{2}$ tasse de jus de tomate
- ✓ 1 c. à thé de sauce Worcestershire
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de poivre
- ✓ Grosses nouilles chaudes aux œufs
- ✓ Tabasco (facultatif)

Couper le bœuf en lanières. Dans une poêle, bien chauffer 1 c. à table de l'huile à feu vif. Dorer le bœuf, un peu à la fois, et le retirer du poêle aussitôt doré; ajouter 1 c. à table d'huile si nécessaire. Quand toute la viande est dorée, chauffer dans la même poêle 1 c. à table d'huile qui reste. Ajouter les champignons et l'oignon; cuire en remuant jusqu'à ce que les légumes soient tendres et que le liquide soit évaporé. Incorporer la sauce chili, le jus de tomate, la sauce Worcestershire, le poivre et le tabasco (facultatif). Remettre la viande dans la poêle. Réchauffer en remuant environ 5 minutes. Servir sur des nouilles chaudes.

Bœuf en cubes (version 2)

- ✓ 3 livres de bœuf en cubes
- ✓ 2 branches de céleri
- ✓ 2 cubes de bœuf
- ✓ 1 boîte 14 oz. de sauce tomates à l'étuvée
- ✓ Quelques gouttes de sauce Worcestershire
- ✓ 2 oignons hachés
- ✓ 1 morceau de poivron vert
- ✓ 2 c. à thé de sauce chili
- ✓ 1 c. à thé de sucre
- ✓ Sel et poivre

Rôtir la viande dans l'huile. Ajouter les légumes. Frir 5 minutes et ajouter les autres ingrédients. Mijoter 3 à 4 heures à feu lent. Servir avec du riz.

Bœuf à l'africaine

- ✓ Huile d'olive ou margarine
- ✓ 2 livres de bœuf en cubes
- ✓ 1 gros oignon haché fin (ou en tranches)
- ✓ 1 boîte de tomates rondes 28 oz.
- ✓ 1 à 2 boîtes de champignons égouttés frais
- ✓ 1/8 à ¼ tasse de cassonade
- ✓ ¼ tasse de bouillon de bœuf (et plus)
- ✓ 1 c. à table de sauce Worcestershire
- ✓ 1 poivron vert haché fin (ou en tranches)
- ✓ Sel et poivre au goût
- ✓ Carottes, navets et patates

Mettre de l'huile dans un chaudron et revenir le bœuf. Ajouter tous les autres ingrédients dans une casserole allant au four. Brasser. Couvrir. Préchauffer jusqu'à ébullition sur un feu moyen. Cuire au four à 450 °F au début durant 1 ½ heure, puis à 350 °F durant 3 ½ heures.

* Ajouter les champignons seulement vers la fin de la cuisson (1/2 heure avant).

** Ajouter les poivrons 1 heure avant la fin de la cuisson.

Bœuf en sauce tomate avec nouilles

- ✓ 1 lb. de surlonge de bœuf
- ✓ 3 c. à table d'huile végétale divisée
- ✓ 3 tasses de champignons frais tranchés
- ✓ 1 gros oignon tranché en rondelles
- ✓ 1 tasse de sauce chili
- ✓ ½ tasse de jus de tomate
- ✓ 1 c. à thé de poivre
- ✓ Grosses nouilles chaudes aux œufs
- ✓ Tabasco

Couper le bœuf en lanières. Dans une poêle, bien chauffer 1 c. à table de l'huile à feu vif. Dorer le bœuf, un peu à la fois et le retirer de la poêle aussitôt doré; ajouter 1 c. à table d'huile si nécessaire. Quand toute la viande est dorée, chauffer dans la même poêle 1 c. à table d'huile qui reste. Ajouter les champignons et l'oignon; cuire en remuant jusqu'à ce que les légumes soient tendres et que le liquide soit évaporé. Incorporer la sauce chili, le jus de tomate, la sauce Worcestershire, le poivre et la tabasco (facultatif). Remettre la viande dans la poêle. Réchauffer en remuant, environ 5 minutes. Servir sur des nouilles chaudes.

Ragoût savoureux maison

- ✓ 7 ½ tasses d'eau
- ✓ 3 tasses de poulet coupé (ou 1 livre de porc haché en boulettes + 2 tasses de poulet coupé)
- ✓ 1/3 tasse de gras de poulet
- ✓ 1/16 c. à thé de poivre
- ✓ 2 patates
- ✓ 1 c. à table de gros sel (ou 2 c. de sel fin)
- ✓ ¼ c. à thé de sel d'oignon
- ✓ 1 gros oignon haché
- ✓ 2 tasses de pâtes alimentaires
- ✓ ¾ tasse de farine grillée + 1 ½ tasse d'eau

Chauffer l'eau et le gras dans une grande marmite. Ajouter le poulet, les boulettes, le poivre, les sels et l'oignon. Cuire jusqu'à boulettes tendres, environ 45 minutes (mettre les patates 15 minutes avant la fin). Ajouter les pâtes alimentaires et cuire jusqu'à tendres (ne pas trop cuire). Délayer la farine grillée dans de l'eau froide et épaissir le ragoût. Ajouter 2 à 3 c. à table de féculle de maïs. Donne 6 portions.

* Ajouter 2 à 3 (ou 4) c. à table de féculé de maïs

Pour 8 portions : 10 tasses d'eau, 4 tasses de poulet (ou 1 ½ livre de porc haché + 2 ½ tasses de poulet), ½ tasse de gras de poulet, 1 1/3 c. à table de sel, 2 ½ tasses de pâtes, 2 tasses d'eau + 1 tasse de farine.

Pour 10 portions : 12 ½ tasses d'eau, 5 tasses de poulet (ou 2 livres de porc haché + 3 tasses de poulet), 1 2/3 c. à table de sel, 3 ½ tasses de pâtes, 2 ½ tasses d'eau + 1 ¼ tasse de farine.

Pour 12 portions : 15 tasses d'eau, 6 tasses de poulet (ou 2 livres de porc haché + 4 tasses de poulet), ¾ tasse de gras, 2 c. à table de gros sel, 1/8 c. à thé de poivre, ½ c. à thé de sel d'oignon, 4 tasses de pâtes, 3 tasses d'eau + 1 ½ tasse de farine.

Porc à l'ananas

- ✓ 2 livres de porc en petits cubes
- ✓ Sel et poivre
- ✓ ½ tasse de jus d'ananas
- ✓ 1 c. à table de féculé de maïs
- ✓ 1 boîte 19 oz. de morceaux d'ananas égouttés
- ✓ Un peu d'huile
- ✓ ½ tasse de sauce barbecue
- ✓ ¼ tasse de vinaigre
- ✓ 1 poivron vert en lanières

Brunir le porc dans un peu d'huile. Égoutter si nécessaire. Saler, poivrer. Mélanger la sauce barbecue, le sirop d'ananas, le vinaigre et la féculé de maïs. Mettre le tout dans la viande. Couvrir et laisser mijoter à feu doux 35 minutes jusqu'à viande tendre. Ajouter les ananas et le poivron vert. Laisser mijoter encore 10 minutes. Servir avec du riz.

Saucisses à la bière

- ✓ 1 livre de saucisses de porc
- ✓ 1 tasse de bière
- ✓ 5 clous de girofle
- ✓ 2 feuilles de laurier

Brunir les saucisses de tous les côtés. Jeter le gras. Ajouter la bière et les autres ingrédients aux saucisses. Couvrir. Laisser mijoter à feu doux environ 30 minutes.

* *Faire frire les saucisses dans un poêlon Tefal et mettre moins de bière.*

Jambon

- ✓ 1 jambon
- ✓ Clous de girofle

Piquer le jambon de clous de girofle. Envelopper d'un papier d'aluminium. Partir au four à environ 450 °F 1 ½ heure et moins. Baisser à environ 350 °F (environ 3 heures) jusqu'à tendre.

Côtelettes de porc

- ✓ Margarine
- ✓ Oignon
- ✓ Sel
- ✓ Poivre

Faire revenir un peu d'oignon dans de la margarine. Ajouter les côtelettes. Les faire cuire un peu de chaque côté. Couvrir. Ajouter un peu d'eau au besoin. Cuire jusqu'à côtelettes tendres et brunes environ ¾ à 1 heure.

Rôti de porc

- ✓ 1 rôti de porc
- ✓ 1 tasse de sirop d'érable
- ✓ ⅔ tasse de sauce soya
- ✓ 2 oignons hachés
- ✓ 1 gousse d'ail hachée
- ✓ 2 c. à table de jus de citron
- ✓ 1 tasse d'eau

Préchauffer le four à 250 °F. Déposer le rôti dans une rotisserie. Mélanger le reste des ingrédients et verser sur le rôti. Couvrir et cuire 5 heures (ou plus) jusqu'à ce que le rôti devienne tendre.

* *Arroser de temps en temps*

* *Une heure avant la fin, le sortir du four et le couper en tranches. Remettre 1 heure au four ensuite.*

Petits chaussons au jambon

Pâte :

- ✓ 5 tasses de farine
- ✓ 1 c. à thé de sel
- ✓ 1 livre de graisse
- ✓ 1 œuf battu
- ✓ 1 c. à table de cassonnade
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de poudre à pâte
- ✓ $\frac{3}{4}$ tasse d'eau froide
- ✓ $\frac{1}{2}$ c. à thé de vinaigre

Mélanger la farine, la cassonnade, le sel et la poudre à pâte. Y faire entrer la graisse. Mélanger l'œuf, l'eau et le vinaigre. Ajouter au mélange de farine. Façonner en boule et tailler des cercles et des carrés de 4 pouces.

Mélange :

- ✓ 2 c. à table de poivron vert haché finement
- ✓ 1 c. à table de poivron rouge haché finement
- ✓ 1 c. à table d'oignon haché finement
- ✓ 1 boîte 10 oz. de champignons égouttés en morceaux
- ✓ 3 tasses de jambon coupé en petits dés
- ✓ 1 boîte 10 oz. de crème champignon

Faire revenir le poivron, l'oignon et les champignons dans un peu de beurre. Ajouter la crème champignon et le jambon. Déposer 1 c. à table de mélange sur les morceaux de pâte taillés. Humecter les bords, plier en deux et sceller avec une fourchette enfarinée. Au moment de cuire, faire une incision sur chaque chausson. Déposer sur des plaques à biscuits non-graissées. Badigeonner le dessus des petits pâtés avec le mélange d'un œuf battu et 1 c. à table d'eau (facultatif). Cuire au four à 400 °F environ 20 minutes.

Poulet à la cacciatore

- ✓ 3 tasses (et plus) de bouillon de poulet
- ✓ $\frac{1}{2}$ livre (3 tasses) de nouilles aux œufs
- ✓ $\frac{1}{4}$ c. à thé de sel (et moins)
- ✓ 1 $\frac{1}{2}$ tasse de poulet cuit en dés

Amener le bouillon de poulet à ébullition. Ajouter le sel et les nouilles et cuire jusqu'à tendre. Déposer les nouilles dans un plat allant au four. Étendre le poulet sur le dessus et couvrir de la sauce aux tomates. Cuire au four à 350 °F 20 minutes environ.

Sauce :

- ✓ 4 ½ c. à table d'huile végétale
- ✓ 1 boîte 28 oz. de tomates
- ✓ 2 ½ c. à thé de sucre
- ✓ ¼ tasse d'oignons émincés
- ✓ Poivre au goût
- ✓ 1 c. à thé (et moins) de sel

Chauffer l'huile dans une casserole épaisse. Faire revenir l'oignon. Joindre les autres ingrédients. Lorsque cela commence à bouillir, retirer du feu. Refroidir un peu.

* Pour faire les 2 gros plats en pyrex, faire 4 recettes, mais 3 recettes de sauce.

Poulet rôti

- ✓ 1 poulet entier
- ✓ Margarine
- ✓ 2 c. à table (environ) de Kitchen Bouquet
- ✓ 1 sachet de mélange instant bouillon de poulet (Bovril)
- ✓ 1 gros oignon
- ✓ Sel et poivre

Chauffer ensemble la margarine et le Kitchen Bouquet. Avec un petit pinceau, enrober le poulet de ce mélange. Saupoudrer le poulet du contenu du sachet de bouillon de poulet. Saler, poivrer et ajouter 1 gros oignon dans le fond de la rotissoire. Couvrir. Faire cuire au four à environ 450 °F pour commencer (1 ½ heure et moins). Baisser le four à environ 350 °F et cuire jusqu'à tendre (4 ½ heures environ).

Rosbif

- ✓ 1 rosbif (2 lbs)
- ✓ 2 cannes de sauce aux champignons forestière (200 ml)
- ✓ Carottes en rondelles

Faire saisir à 450 °F environ ½ heure sans le couvercle. Baisser le four à 350 °F et faire cuire 30 minutes par lbs sans le couvercle. Le sortir du four et le couper en tranches. Ajouter la sauce et les carottes déjà cuites. Mettre le couvercle et refaire chauffer environ ½ heure à 250 °F.

Casserole aigre-douce

- ✓ 1 poitrine de poulet cru (en cubes) ou 1 livre de poulet
- ✓ 1 oignon haché
- ✓ 1 gousse d'ail émincée
- ✓ 1 c. à table d'huile

Faire revenir dans l'huile, l'oignon et l'ail. Ajouter par la suite le poulet cru en cubes. Cuire jusqu'à ce que le poulet soit blanc de tous les côtés.

Marinade :

- ✓ 2 carottes coupées en cubes
- ✓ ½ poivron rouge en cubes
- ✓ 1 boîte d'ananas en morceaux (398 ml.) avec son jus
- ✓ ¼ tasse de vinaigre blanc
- ✓ 3 c. à table de cassonnade (ou 45 ml.)
- ✓ 3 c. à table de ketchup (ou 45 ml.)
- ✓ 1 c. à table de sauce soja
- ✓ 1 c. à table de féculle de maïs
- ✓ 1 c. à thé de gingembre moulu

Ajouter la marinade à la viande déjà cuite et faire cuire à nouveau environ 1 heure à feu doux. Servir avec du riz. Donne 6 portions.

* 1 recette = 1 recette de riz

* 3 recettes = 2 recettes de riz

* 5 recettes = 4 recettes de riz

* 6 recettes = 4 recettes de riz

Poitrines de poulet panées

Mettre de la panure Shake'n Bake dans un sac de plastique. Humecter les morceaux de poulet et les envelopper de panure en secouant le sac. Déposer le poulet dans une lèchefrite (ou rôtissoire) tapissée de papier d'aluminium. Fermer les côtés légèrement pour ne pas éclabousser le four. Cuire à découvert à 400 °F 2 heures (et plus).

Pâté de poulet aux champignons

- ✓ 2 branches de céleri en dés
- ✓ $\frac{1}{2}$ poivron vert en dés
- ✓ $\frac{1}{8}$ à $\frac{1}{4}$ tasse d'oignons hachés
- ✓ $\frac{1}{3}$ tasse de carottes en dés (facultatif)

Faire revenir les oignons dans un peu de beurre fondu. Ajouter le céleri, le poivron et les carottes s'il y a lieu. Cuire jusqu'à légumes croustillants. Retirer du feu.

- ✓ 1 boîte 10 oz. de crème champignon
- ✓ 3 à 4 gouttes de sauce Worcestershire
- ✓ $\frac{3}{4}$ à 1 tasse de poulet cuit en dés

Mélanger avec le mélange premier de légumes (sans le jus). Verser dans une assiette à tarte couverte d'une abaisse de pâte et cuire à 425 °F environ 15 minutes (faire cuire juste avant de manger).

3 recettes : 3 pâtés (2 pâtés = un peu plus qu'une recette).

2 pâtés : 9 personnes.

Poitrines de poulet panées

Mettre de la panue Shake'n Bake dans un sac de plastique. Humecter les morceaux de poulet et les enrober de panure en secouant le sac. Déposer le poulet dans un lèchefrite (ou rôtissoire) tapissée de papier d'aluminium. Fermer les cotés légèrement pour ne pas éclabousser le four. Cuire à découvert à 400 °F durant 2 heures (et plus).