

Saisons & inspirations

Honorine et Jonas

2021-02-03

Contents

Préambule	5
Hiver	7
Salé	7
Sucré	14
Printemps	25
Salé	25
Sucré	29
Été	31
Salé	31
Sucré	35
Automne	45
Salé	45
Sucré	46

Préambule

La perfection est atteinte, non pas lorsqu'il n'y a plus rien à ajouter,
mais lorsqu'il n'y a plus rien à retirer

Antoine de Saint-Exupéry

Hiver

Salé

Linguines citron et coriandre

2 personnes | Temps préparation : 10 min | Temps cuisson :
10 min

Plat de pâtes simple et rapide mais percutant !

Ingrédients

- 250 g de linguines (au pire des spaghetti)
- 1 à 2 citrons bios
- 2 gousses d'ail
- Quelques brins de coriandre
- Beurre
- Crème

Consignes

- Eplucher l'ail et la couper en petits morceaux
- Faire fondre un peu de beurre dans une casserole et y faire revenir à feu doux le zeste du/des citrons et l'ail
- Faire chauffer l'eau des pâtes (dans une autre casserole bien sûr)
- Rajouter le jus de citron et 5 à 6 cs de crème dans la sauce. Laisser s'amalgamer à feu doux
- Cuire les pâtes, 1 à 2 min de moins que nécessaire
- Mettre 1 ou 2 cs d'eau de cuisson des pâtes dans la sauce
- Égoutter les pâtes et les mettre directement dans la sauce où elles finiront de cuire en s'imbibant de sauce.
- Ciseler la coriandre et l'ajouter
- Assaisonner selon les goûts et servir

Couscous boulette végétarien

**~15 boulettes | Temps préparation : 30 min | Temps cuisson :
20 min**

Pour un plat chaleureux et convivial au coeur de l'hiver.

Ingrédients

- 250 g de champignons de Paris
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- 100 g d'amandes
- 120 g de pain rassis
- 10 branches de persil
- 2 œufs

Consignes

- Hacher très finement les champignons, l'oignon et l'ail
- Les faire revenir dans un peu d'huile d'olive pendant 5 min
- Mixer les amandes et le pain rassis
- Ciseler le persil
- Dans un saladier, mettre tous les ingrédients et ajouter les œufs
- Mélanger, assaisonner et mettre au réfrigérateur (facultatif)
- Préchauffer le four à 180°C et préparer une feuille de papier sulfurisé sur la plaque
- Former une quinzaine de boulettes, poser les sur la plaque et les badigeonner d'un peu d'huile avec un pinceau
- Enfourner pour une vingtaine de minutes
- Servir avec des légumes (courges, patates douces, navets, carottes, pois chiches, blettes selon les envies et la saison) cuits dans du concentré de tomates et des épices, et de la semoule



Risotto pomme noix gorgonzola

3 personnes | Temps préparation : 10 min | Temps cuisson :
30 min

Un risotto gourmand et fruité

Ingrédients

- 250 g riz à risotto
- 1 oignon
- 2 pommes
- 80 g de gorgonzola
- 20 g de noix
- 1 peu de vin blanc pour déglaçer

Consignes

- Peler et couper l'oignon
- Faire chauffer de l'eau pour le bouillon
- Les faire revenir dans un peu d'huile d'olive pendant 5 min puis ajouter le riz
- Une fois le riz transparent, déglaçer au vin blanc

- Une fois le vin blanc évaporé, commencer à rajouter de l'eau petit à petit jusqu'à ce que le riz soit cuit
- Peler la pomme (pour faire un peu de déco comme sur la photo garder une longue épluchure)
- Un peu avant qu'il soit cuit, ajouter les pommes préalablement coupées en dés
- Une fois le riz cuit, ajouter les noix et le gorgonzola
- Laisser cuire 5 min puis servir



Steak végétarien

~10 steaks | Temps préparation : 25 min | Temps cuisson : 25 min

Des steaks végétariens pour garnir différentes recettes de burgers (pomme/chèvre ; comté/champignons)

Ingrédients

- 250 g de pois chiches en boite
- 250 g de haricot rouges en boite
- 1 petite boite de maïs
- 1 oignon

- 1 poivron
- 1 carotte
- 3 gousses d'ail
- 90 g de flocons d'avoine
- 50 g de chapelure ou de pain rassis
- 2 œufs
- 2 cs de sauce soja
- Épices : cumin, curry, piment... Au choix !

Consignes

- Mixer grossièrement les pois chiches et les haricots rouges (sans les réduire en purée)
 - Faire de même avec la carotte, le poivron, l'oignon et l'ail (ou les couper très finement)
 - Faire revenir l'oignon et l'ail dans un peu d'huile d'olive
 - Rajouter le poivron et la carotte et attendre qu'ils soient cuits
 - Dans un saladier, mélanger les légumes, les légumineuses, le maïs, les flocons d'avoines, les œufs
 - Assaisonner selon les envies et mélanger à la main
 - Préchauffer le four à 180°C
 - Former des galettes d'environ 1 cm d'épaisseur et les déposer sur un papier sulfurisé sur une plaque allant au four
 - Enfourner une quinzaine de minutes puis les retourner
 - Laisser encore cuire entre 5 et 10 min et sortir du four
 - Déguster immédiatement ou les congeler
-

Riz sauté aux crevettes et ananas

**3 personnes | Temps préparation : 30 min | Temps cuisson :
30 min**

Un voyage en Asie pour pas cher !

Ingrédients

- 250g de riz basmati ou thaï
- 1 ananas (2 si présentation dans un demi ananas)
- 1 oignon
- 500 g de crevettes non décortiquées
- Quelques brins de coriandre
- Sauce soja

Consignes

- Faire cuire le riz dans un grand volume d'eau selon les indications. Egoutter puis réserver
- Décortiquer les crevettes (garder les têtes pour faire un bouillon ou une sauce) et les couper en tronçon de 3 cm environ. Réserver
- Eplucher l'oignon et le couper
- Pour l'ananas deux possibilités :
- Pour pouvoir l'utiliser en déco (cf. photo), le couper en deux dans le sens de la longueur. Prélever la chair de chaque moitié en veillant à ne pas abîmer la coque
- L'éplucher classiquement en enlevant les yeux (mais les coques ne pourront pas servir)
- Oter le milieu dur de l'ananas et couper en cube de 3 cm de côté environ
- Dans une sauteuse, mettre de l'huile à chauffer puis ajouter l'oignon et l'ananas. Faire cuire une dizaine de minutes à feu moyen. Réserver dans une assiette
- Remettre un peu d'huile et faire chauffer. Saisir les crevettes à feu moyen puis déglacer à la sauce soja. Rajouter l'ananas et l'oignon et enfin le riz
- Laissez cuire une dizaine de minutes et essayant de faire doré un peu le riz. Rajoutez un peu de sauce soja selon les goûts et ajuster l'assaisonnement. Un peu avant la fin de la cuisson, rajouter la coriandre préalablement lavée et triée
- Servir dans les demis ananas ou bien simplement dans une assiette



Sucré

Tartelettes douces-amères aux framboises et pamplemousse

4 tartelettes | Temps préparation : 60 min | Temps cuisson : 40 min | Temps repos : ~ 2h

Tartelettes avec une bonne amertume, légèrement contrebalancées par la douceur de la framboise

Ingrédients

- Pâte sablée ou sucrée pour 4 tartelettes
- 2 pamplemousses
- 60 g de sucre
- 2 g d'agar agar
- 150 g purée de framboise
- 45 g de jaune
- 60 g d'œuf
- 2 g de gélatine
- 60 g de beurre

Consignes

- Faire cuire les pâtes à blanc
- Peler les pamplemousses et les couper grossièrement dans une casserole. Ajouter 40 g de sucre et faire chauffer jusqu'à obtenir une compotée suffisamment réduite
- A la fin de la cuisson, rajouter 2 g d'agar agar puis refaire bouillir brièvement
- Attendre que la compotée refroidisse et étaler dans les fonds de tarte
- Pour le crémeux framboise, battre l'œuf, les jaunes et les 20 g de sucre restants jusqu'à ce que la préparation devienne mousseuse
- Mettre la gélatine à réhydrater
- Dans une casserole, faire chauffer la purée de framboise jusqu'à ébullition
- Verser la moitié de la purée sur le mélange, mélanger et verser dans la casserole
- Chauffer en remuant jusqu'à ébullition, retirer du feu
- Ajouter la gélatine et le beurre, mélanger jusqu'à incorporation
- Verser sur la compotée de pamplemousse
- Mettre au réfrigérateur jusqu'à ce que le crémeux soit pris
- Possibilité de rajouter une meringue italienne avec les blancs restants



Banana bread

8 personnes | Temps préparation : 20 min | Temps cuisson :
50 min

Toujours pratique pour un petit déjeuner

Ingédients

- 4/5 bananes bien mûres
- 40 g d'huile de coco
- 20 g de beurre
- 70 g de sucre
- 175 g de farine (100 % blé ou mélange de farines)
- 3 œufs
- ½ sachet de levure chimique
- Garniture au choix : pépites de chocolat, fruits secs, graines, noisettes, amandes...

Consignes

- Mélanger le beurre, l'huile de coco et le sucre et travailler jusqu'à obtenir une texture crémeuse.
 - Séparer les blancs des jaunes, incorporer les jaunes au mélange précédent
 - Écraser les bananes à la fourchette (ou mixer), et les incorporer
 - Ajouter la farine et la levure. Mélanger
 - Faire monter les blancs en neige ferme et les incorporer sans les casser avec une cuillère en bois
 - Ajouter la garniture choisie
 - Verser le tout dans un moule à cake préalablement beurré. Enfourner pour 50 min à 180°C.
-

Galette des rois à la frangipane

1 galette de 32 cm | Temps préparation : 1h | Temps cuisson : 35 min

Le grand classique !

Ingrédients

- Crème patissière
 - 210g de lait
 - 24g de sucre
 - 16g de maïzena
 - 24g de jaune d'oeufs
 - Un peu d'extrait de vanille
- Crème d'amande
 - 125g de beurre
 - 60g de sucre
 - 175g de poudre d'amandes
 - 2 œufs
 - 8g de maïzena

- 2 cuillère à café de rhum
- 2 pâtes feuilletées rondes (32cm de diamètre)
- 1 jaune d'oeuf et 2g de crème liquide (dorure)
- 1 fève

Consignes

- Réaliser la crème pâtissière en commençant par blanchir les jaunes avec le sucre. Rajouter la maïzena
- Faire chauffer le lait. Lorsqu'il arrive au point d'ébullition, en verser la moitié sur le mélange jaunes/sucre/maïzena. Mélanger et reverser dans la casserole. Chauffer jusqu'à ce que la crème épaisse et devienne nappante. Ajouter l'extrait de vanille. Réserver à température ambiante.
- Préparer la crème d'amande en mélangeant le beurre pommade, le sucre et la poudre d'amande. Ajouter ensuite maïzena, les oeufs et le rhum.
- Mélanger la crème patissière et la crème d'amande pour obtenir une crème frangipane.
- Étaler la première pâte feuilletée sur une plaque. Répartir la frangipane en laissant 2cm libres sur les bords. Mettre la fève.
- Au pinceau, mouillez les bords librs avec un peu d'eau. Recouvrir avec la seconde pâte feuilletée et appuyer un peu pour coller les deux pâtes ensemble.
- Chiquer les bords, c'est à dire les entailler de manière régulière de façon à former un motif. Badigeonner du mélange jaune/crème et laisser reposer au frigo 30min à 1h.
- Passer une seconde couche du mélange jaune/oeuf puis dessiner un motif sur le dessus de la galette avec un couteau. Percer légèrement au milieu et enfourner à 170°C chaleur tournante pour 35min





Tarte passion et praliné de sésame noir

1 tarte de 18 cm (4-5 parts) | Temps préparation : 1h | Temps repos : 1h à une nuit

Un croustillant addictif délicatement réhaussé par la douce acidité de la passion.

Ingrédients

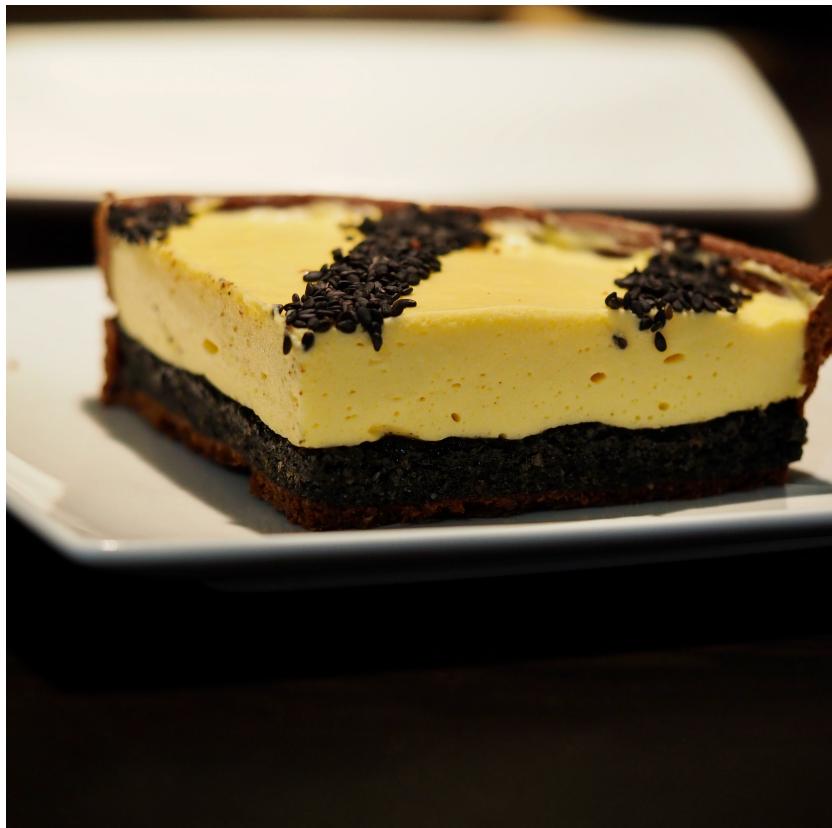
- Praliné croustillant de sésame noir
 - 150g de sésame noir
 - 75g de sucre
 - 50g de crêpes dentelles
 - 3 cuillère à soupe d'huile de sésame (ou à défaut d'une huile neutre)
- Crème de passion

- 3 oeufs
- 50g de sucre
- 50g de beurre
- 4g de gélatine
- 150g de purée de passion
- 15g de jus de citron
- 1 pâte sucrée (ou un streusel pour un montage en entremet)

Consignes

- Foncer la pâte sucrée dans un cercle de 18cm. Mettre au congélateur une trentaine de minutes. Enfourner dans un four chauffé à 220°C et baisser à 170°C après 8min. Poursuivre 15 à 20min jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée (à surveiller).
- Faire torréfier le sésame noir au four, 15-20min à 160°C.
- Préparer un caramel à sec avec le sucre du praliné. Une fois le sucre fondu et le caramel bien blond, verser le sésame dans la casserole et remuer énergiquement pour bien lier. Sans tarder, verser l'ensemble sur un papier sulfurisé ou silicone pour laisser refroidir
- Une fois le bloc durci, briser en morceaux et mettre dans le mixeur avec l'huile de sésame. Mixer jusqu'à obtention d'une consistance pâteuse voire visqueuse.
- Mélanger le praliné ainsi obtenu avec les crêpes dentelles émiettées.
- Réhydrater la gélatine dans l'eau froide
- Fouetter les œufs avec le sucre puis ajouter purée de passion et le citron. Cuire à feu doux/moyen jusqu'à épaississement sans jamais porter à ébullition. Sortir du feu, ajouter la gélatine puis le beurre et mixer (optionnel) pour émulsionner. Réservoir au frigo au moins une heure, idéalement une nuit.
- Tartiner le mélange de praliné croustillant dans le fond de tarte. Verser ensuite la couche de passion préalablement retravaillée pour la rendre crémeuse. Lisser le tout et décorer éventuellement de quelques graines de sésame noir.







Printemps

Salé

Soupe de petits pois à la menthe

Pour 2 personnes | Temps préparation : 10 min | Temps réfrigération : 30 min

Meilleur rapport effort/plaisir qui soit !

Ingrédients

- 1 grosse boite de petits pois en conserve (si frais ou surgelés prévoir cuisson)
- 2 cs de crème fraîche
- Une quinzaine de feuilles de menthe

Consignes

- Mixer les petits pois et la menthe ensemble
- Ajouter la crème et ajuster la consistance avec de l'eau
- Mettre au frais une demi-heure avant de servir

Tajine d'agneau aux pruneaux et amandes

Pour 4 personnes | Temps préparation : 20 min | Temps cuisson : 1h30

Pour un repas de Pâques tolérant et ouvert

Ingrédients

- 600g d'agneau (à ajuster suivant les mangeurs, morceau à choisir)
- 15 gros pruneaux
- 3 tomates (fraîches ou conserve au pire)
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 carottes
- 2 poignées d'amandes

Consignes

- Détailer l'agneau en morceaux de taille moyenén et le faire revenir dans de la matière grasse
 - Mouiller avec un peu d'eau et ajouter les tomates, l'oignon, l'ail et les carottes, le tout coupé en cubes
 - Laisser mijoter tranquillement à feu doux pendant une bonne heure
 - Pendant ce temps faire torréfier les amandes au four à 160°C jusqu'à ce qu'elles commencent à colorer
 - Un peu avant la fin de la cuisson de l'agneau, rajouter les amandes et les pruneaux dénoyautés et coupés en morceaux
 - Servir avec un accompagnement au choix: semoule...
-

Tagliatelles mêlées sauce crevettes

Environ 3 personnes | Temps préparation : 30 min | Temps cuisson : 20 min

La style et le goût ! Avec uniquement les restes de crevettes.

Ingrédients

- 300g de tagliatelles fraîches
- 1 grosse courgette (ou 2 petites)
- 2 carottes
- Têtes, pattes et carapaces de crevettes (depuis 400g de crevettes entières)
- 3 cs de farine
- 20g de beurre
- Un peu de féculle

Consignes

- Mettre un peu d'huile d'olive dans le fond de la casserole, faire revenir les restes de crevettes à feu vif puis mouiller à hauteur. Faire mijoter tranquillement une bonne vingtaine de minutes
- Pendant ce temps, découper des tagliatelles de courgettes et de carottes. Le plus simple est d'en découper de fines tranches (dans le sens de la

longueur) à l'économe puis de les recouper, toujours dans le sens de la longueur. Garder quelques tranches de courgettes entières pour le dressage (environ 2 par personnes, voir photo).

- Filter le bouillon de crevettes et le réserver.
- Faire fondre le beurre dans une casserole et rajouter la farine pour faire un roux. Lui ajouter le bouillon de crevettes et bien mélanger pour homogénéiser
- Chauffer assez fort pour faire réduire progressivement jusqu'à ce que la sauce commence à être un peu nappante. Rajouter un peu de féculle si besoin.
- Faire revenir les tagliatelles de carottes dans une poêle avec de l'huile d'olive. Une fois celles-ci quasiment cuites, rajouter les tagliatelles de courgettes quelques minutes (sauf les grandes)
- Faire blanchir les grandes bandes de courgettes 1 minute dans l'eau bouillante puis les mettre à égoutter sur un tissu absorbant
- Faire cuire les pâtes fraîches, les égoutter puis leur ajouter la sauce. Mélanger délicatement avec les tagliatelles de légumes pour bien mêler le tout
- Pour le dressage chemiser l'intérieur d'un cercle à tartelette avec une ou deux bandes larges de courgettes. Servir les pâtes à l'intérieur puis enlever le cercle



Gnudi cresson et ricotta

2 personnes | Temps préparation : 15 min | Temps cuisson :
15 min | Temps repos : 30 min

Vous connaissiez les *gnocchi*, vous aimerez les *gnudi* !

Ingrédients

- 1 botte de cresson
- 250g de ricotta
- 1 oeuf
- 2 cs de panure
- 2 cs de farine
- Le zeste d'un demi citron
- 1 gousse d'ail
- 25g de beurre
- Un peu de fromage à râper: parmesan idéalement, vieille mimolette...

Consignes

- Laver et trier le cresson, en enlevant le plus gros de tiges
- Faire tomber les feuilles de cresson en les faisant chauffer dans une casserole
- Les laisser s'égoutter puis les hacher finement
- Le mélanger avec la ricotta puis rajouter l'œuf, la panure et enfin la farine
- Bien mélanger, assaisonner et laisser reposer 30 min au réfrigérateur
- Dans une assiette, verser un peu de farine puis former des petites sphères avec la pâte (de la forme de gnocchi) et les passer dans la farine pour les enrober (si la préparation est trop collante rajouter un peu de farine dans la préparation mais elle doit quand même rester un peu collante)
- Faire chauffer une grande quantité d'eau et une fois à ébullition, plonger les gnudi délicatement dedans. Lorsqu'il remonte à la surface c'est qu'ils sont cuits.
- Pendant la cuisson, faire chauffer dans une sauteuse le beurre et y faire revenir l'ail et le zeste de citron
- Lorsque les gnudi sont cuits, les sortir de l'eau à l'aide d'une écumoire et les mettre directement dans le beurre
- Les faire revenir quelques minutes dans le beurre puis servir
- Agrémenter de parmesan/mimolette vieillie



Sucré

Tartelettes citron-menthe sans cuisson

4 tartelettes (10 cm) | Temps préparation : 40 min | Temps cuisson : 0 min | Temps repos : ~ 2h
Recette intégralement sans cuisson

Ingrédients

- 85 g de flocons d'avoine
- 45 g de noisettes (ou d'amandes)
- 65 g d'huile de coco
- 85 g de dattes ou de pruneaux
- 3 citrons
- 3 oeufs
- 2 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée
- Quelques feuilles de menthe
- 4 cuillères à soupe de sucre (suivant goûts)

- 1 g de gélatine
- 20 g de beurre

Consignes

- Mixer les flocons d'avoine et les noisettes jusqu'à obtenir une poudre
- Rajouter les dattes et l'huile de coco (amollie ou fondu) puis mixer à nouveau jusqu'à obtenir une consistance pâteuse
- Foncer la pâte dans des cerles à tartelettes préalablement chemisés de filme alimentaire. Bien marquer les pourtours. Laisser prendre au frais au moins une heure
- Faire chauffer le jus et le zeste des citrons avec le sucre, les oeufs battus et les deux gouttes d'huile essentielle. Bien remuer jusqu'à épaisissement
- Sortir du feu et ajouter le beurre et la gélatine (réhydratée) avant d'homogénéiser
- Couler l'appareil dans les fonds de tartes et remettre à prendre au frais
- Décorer de quelques feuilles de menthe



Été

Salé

Pesto de coriandre aux amandes

Pour un petit pot | Temps préparation : 10 min | Temps cuisson : 0 min

Condiment idéal pour cuire un poisson en croûte en y ajoutant un peu de chapelure ou pour simplement agrémenter un plan de pâtes.

Ingrédients

- 1 botte de coriandre
- 1 poignée d'amande
- 2 cs de graines de tournesol
- Huile d'olive
- 1 gousse d'ail

Consignes

- ELaver et bien sécher la coriandre
- Trier les tiges et ne garder que les feuilles, les placer dans le mixer
- Ajouter les amandes, les graines de tournesol, la gousse d'ail dégermée et coupée en morceaux
- Mettre de l'huile et commencer à mixer. Ajuster l'huile pour obtenir la consistance et le goût souhaité
- Utiliser tout de suite ou conserver dans un pot en verre au frigo pendant une petite semaine

Caviar de courgettes, soja et sésame

~Pour 3 personnes | Temps préparation : 15 min | Temps cuisson : 30 min

A tartiner ou bien pour en accompagnement d'un poisson

Ingrédients

- 1 grosse courgette ou 2 petites
- 1 oignon
- 2 cs de sauce soja
- Huile d'olive
- 3 cc de tahiné
- Quelques graines de sésames pour la décoration

Consignes

- Couper l'oignon grossièrement et mettre à suer dans un peu d'huile d'olive
- Quand il a doré, déglacer avec la sauce soja
- Ajouter la courgette coupée en gros cube après l'avoir épluchée
- Faire cuire à couvert jusqu'à ce que la courgette soit fondante
- Placer dans le tout dans le mixer et ajouter le tahiné
- Mixer jusqu'à obtenir une consistance crémeuse
- Selon les envies, placer au frais pour déguster froid ou bien déguster tiède
- Au moment de servir, rajouter les graines de sésames

Gaspacho de tomates au lait de coco

4 personnes | Temps préparation : 15 min | Temps cuisson : 20 min | Temps de repos : 1h (refroidissement)

Une belle entrée d'été, rafraîchissante et relevée !

Ingrédients

- 1,4 kg de tomates
- 1 oignon
- Un morceau de gingembre de 4 cm
- 4 bâtons de citronnelle de 15 cm
- 2 pincées de piment de Cayenne
- Huile d'olive
- 25 cl de lait de coco

Consignes

- Ébouillanter les tomates 30 s pour faciliter l'épluchage
 - Éplucher et épépiner grossièrement les tomates
 - Émincer l'oignon et la citronnelle assez finement, éplucher le gingembre
 - Les faire revenir dans de l'huile d'olive
 - Rajouter ensuite les tomates coupées en morceaux
 - Faire cuire quelques minutes puis rajouter l'intégralité du lait de coco et le piment
 - Complétez avec de l'eau pour que les tomates soient quasiment submergées
 - Cuire 20 min puis mixer. Gouter, ajuster l'assaisonnement
 - Laisser refroidir puis mettre au réfrigérateur pour déguster froid
-

Soupe froide de poivron

~3 personnes | Temps préparation : 20 min | Temps cuisson : 20-30 min selon les fours| Temps de repos : 1h (refroidissement)

Douceur estivale et rafraîchissante

Ingrédients

- 6 poivrons (plutôt rouge ou jaune)
- Un peu de crème
- Basilic de préférence ou autre herbe aromatique

Consignes

- Laver, puis couper les poivrons en deux et ôter les pépins
 - Les déposer sur une plaque allant au four, mettre sur la fonction grill
 - Les sortir lorsque la peau a noirci (20-30 min) et les mettre immédiatement dans un Tupperware ou un sac congélation
 - Fermer et les laisser au moins 30 min voire plusieurs heures
 - Une fois les poivrons froids, retirer la peau et les couper
 - Les placer dans le mixer avec un peu d'eau, le basilic et la crème
 - Mixer jusqu'à obtenir une consistance crémeuse en ajustant si besoin avec de la crème ou de l'eau
 - Assaisonner et mettre au réfrigérateur pour déguster froid
-

Tatin de tomates cerise

6 personnes (entrée) ou 3 personnes (plat) | Temps préparation

: 15 min | Temps cuisson : 20 min

Les tomates cerises valent mieux qu'un apéro !

Ingrédients

- 1 pâte feuilletée ou brisée
- 800 g de tomates cerises (jusqu'à 1 kg)
- ½ oignon
- Quelques herbes de Provence
- Huile d'olive
- Vinaigre balsamique
- 1 cs de sucre

Consignes

- Laver les tomates cerise et les percer de part en part avec un cure-dent
- Les faire revenir dans une grande poêle feu doux avec un peu de vinaigre balsamique (1 cs) jusqu'à ce qu'elles aient rendu une bonne partie de leur eau
- Égoutter les tomates cerises, éventuellement à la passoire, en faisant attention à ne pas trop les abîmer les tomates cerises. Les réserver.
- Mettre le sucre dans la poêle et attendre qu'il caramélise un peu sans remuer
- Rajouter les tomates cerises, les herbes et laisser les tomates cerises se caraméliser un peu à leur tour. Rajouter éventuellement un peu de vinaigre selon les goûts
- Verser délicatement les tomates dans un plat à quiche recouvert préalablement de papier sulfurisé. * Laisser un peu de place sur les bords
- Recouvrir de la pâte feuilletée en repliant et appuyant les bords de pâtes sur les côtés du plat. * Percer légèrement le centre de la pâte avec la pointe d'un couteau
- Enfourner à 180°C pour 25 min environ jusqu'à ce que la pâte soit légèrement dorée sur le dessus

Sucré

Fiadone corse

**8 personnes | Temps préparation : 20 min | Temps cuisson :
35 min**

La tradition corse, pour une fin de repas légère et fraîche !

Ingrédients

- 400 g de brocciu
- 5 œufs
- 100 g de sucre
- 1 citron bio
- 15 g de beurre

Consignes

- Faire égoutter le brocciu si besoin
- Zester le citron après l'avoir lavé. Prélever et réserver le jus.
- Séparer les blancs des jaunes
- Mélanger les jaunes avec le sucre. Ajouter ensuite le brocciu sans trop battre puis le zeste et le jus de citron
- Monter les blancs en neige très ferme. Incorporer les délicatement à la spatule à la préparation précédente
- Beurrer un moule à tarte ou à manquer, verser et égaliser les pâtes
- Faire cuire 35 min à 180°C
- Laisser tiédir avant de démouler. Servir froid



Tarte framboise et thé matcha

6 personnes | Temps préparation : 20 min | Temps cuisson :
35 min

Pour un résultat gustatif et esthétique, sans trop de difficultés

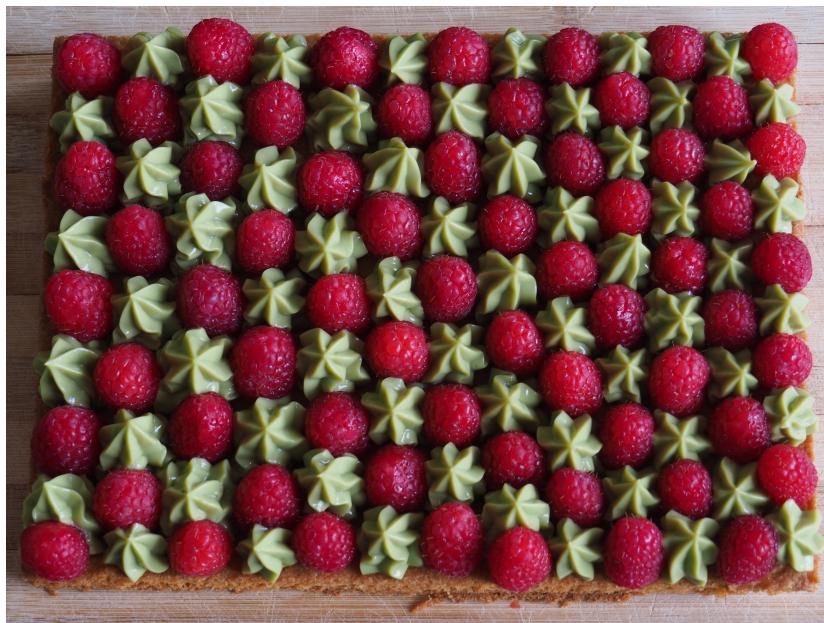
Ingrédients

- Sablé breton (cadre de 12x24 cm):
 - 75 g de beurre
 - 70 g de sucre
 - 30 g de jaune d'œuf
 - 100 g de farine
 - 2 g de levure chimique
 - 2 g de sel
- Crème thé matcha
 - 2 cc de poudre de thé matcha
 - 250 g de lait
 - 50 g de jaunes d'œufs
 - 40 g de sucre
 - 25 g de maïzena
 - 25 g de beurre

- 2 barquettes de framboises

Consignes

- Préchauffer le four à 170°C
- Travailler le beurre à la spatule jusqu'à obtenir une pommade
- Ajouter le sucre et mélanger à la spatule
- Ajouter ensuite jaunes d'œufs, farine, levure et sel puis homogénéiser
- Foncer et aplatisir la pâte dans le cadre posé sur une feuille de papier sulfurisé
- Faire cuire le biscuit 20 à 30 min. Le décadrer/démouler une fois refroidi
- Mélanger le sucre de la crème pâtissière avec le thé matcha
- Blanchir les jaunes avec le mélange sucre-matcha dans un cul-de poule puis ajouter la maïzena
- Mettre le lait à bouillir dans une casserole, en verser la moitié sur le mélange précédent et fouetter
- Remettre le tout dans la casserole et chauffer en fouettant jusqu'à épaississement. Stopper la cuisson un peu avant la consistance souhaitée puis incorporer le beurre
- Laisser reposer jusqu'à ce que la crème soit froide
- Monter la tarte en alternant framboise et points de crème matcha déposés à la poche à douille





Entremet framboises et sésame noir

Pour un moule de 25cm de diamètre (10 parts) | Temps préparation : 2h min | Temps repos : une nuit (et plusieurs heures de décongélation) | Temps cuisson : 30 min
Un entremet tout en légèreté et en douceur !

Ingrédients

- Base de streusel
 - 90g de beurre
 - 90g de cassonade
 - 90g de farine
 - 1 pincée de sel
 - 105g de poudre d'amandes
- Dacquoise
 - 80g de poudre d'amandes
 - 65g de sucre glace
 - 16g de farine
 - 90g de blanc d'oeufs
 - 33g de sucre en poudre
- Crèmeux sésame noir

- 250g de crème liquide entière
- 25g de sucre
- 50g de jaune d'oeuf
- 25g de pâte de sésame noir
- 2g de gélatine
- Mousse framboise (peut se diminuer un peu)
 - 425g de pulpe/purée framboise
 - 17g de gélatine
 - 37g d'eau
 - 114g de sucre
 - 56g de blancs d'oeufs
 - 425g de crème liquide entière

Consignes

Crémeux sésame noir

- Réhydrater la gélatine dans un volume d'eau froide.
- Blanchir les jaunes d'oeuf avec le sucre. Porter à ébullition la crème avec la pâte de sésame et la verser sur le mélange jaunes d'oeuf-sucre. Remettre le tout dans la casserole et cuire à 82°C (la crème doit napper la spatule).
- Hors du feu ajouter la gélatine et couler le crémeux dans un cercle, idéalement légèrement plus petit que le moule finale (environ 23cm). Bloquer au congélateur.

Dacquoise

- Monter les blancs d'oeufs en incorporant le sucre en poudre dès que ces derniers commencent à mousser. Ajouter ensuite délicatement le mélange sucre glace/poudre d'amande/farine. A l'aide d'une poche munie d'une grosse douille unie, dresser un biscuit de même taille que le crémeux sésame.
- Cuire la dacquoise 10-12 minutes à 180°C. Elle doit être à peine dorée, et la retirer de la plaque de cuisson dès la sortie du four.

Streusel

- Travailler à la main tous les ingrédients jusqu'à obtention d'une pâte homogène.
- L'étaler uniformément à l'aide de vos doigts dans votre moule à manqué et cuire environ 25 minutes à 170°C. Le streusel doit être joliment doré. Laisser refroidir, décercler et réserver.

Mousse framboise

- Monter la crème liquide en chantilly et la réserver au frais
- Mettre la gélatine à tremper dans un grand bol d'eau froide.
- Réaliser une meringue italienne. Verser dans une petite casserole l'eau et le sucre. Démarrer à feu doux et monter jusqu'à 121°C.

- En parallèle monter les blancs d'oeuf jusqu'à qu'ils soient mousseux. Quand le sucre est cuit, verser sur les blancs et fouetter à nouveau jusqu'à revenir à température ambiante.
- Égoutter la gélatine et la mettre à fondre dans la pulpe de framboise préalablement réchauffée. Fouetter pour incorporer puis refroidir jusqu'à température ambiante.
- Verser la pulpe dans un saladier. Ajouter ensuite la moitié de la meringue italienne puis mélanger doucement à la maryse ou à l'aide d'un fouet (lentement).
- Ajouter ensuite la moitié de la crème montée et mélanger de la même façon.
* Faire ensuite de même avec le reste de meringue italienne et terminer par ce qu'il reste de crème montée.

Montage

- Chemiser les bords intérieurs du moule à manqué.
- Verser un peu plus de la moitié de la mousse framboise sur le streusel en essayant de "tartiner" les bords.
- Déposer le cercle de dacquoise (éventuellement redécoupé) puis le cercle de crémeux sésame par dessus. Appuyer légèrement pour faire remonter la mousse sur les côtés.
- Verser le reste de mousse et aplatisir au mieux la surface
- Décorer éventuellement de graines de séames et placer au congélateur pour la nuit
- Décongeler au moins 4h à température ambiante



Confiture pêche-menthe

Pour 5/6 pots | Temps préparation : 30 min | Temps repos : plusieurs heures| Temps cuisson : 20-30 min

Demande un peu de temps mais permet de retrouver la douceur des fruits d'été jusqu'au coeur de l'hiver !

Ingrédients

- 1,5 kg de pêches blanches (pelées, dénoyautées)
- 1 kg de sucre
- 10 tiges de menthe

Consignes

- Laver, éplucher et dénoyauter les pêches
- Couper les en quart puis les quarts en 2
- Rajouter la menthe ciselée et le sucre
- Faire macérer de quelques heures jusqu'à toute une nuit
- Faire cuire à feu moyen en remuant sans cesse au moins une vingtaine de minutes : l'écume va commencer à se former puis devra avoir totalement disparu. Faire le test de l'assiette pour savoir si la confiture est cuite
- Mettre en pot directement. Les fermer et les retourner immédiatement

Confiture abricot/romarin/amande

Pour 7 pots | Temps préparation : 30 min | Temps repos : plusieurs heures| Temps cuisson : 20-30 min

Demande un peu de temps mais permet de retrouver la douceur des fruits d'été jusqu'au coeur de l'hiver !

Ingrédients

- 1,8 kg d'abricot
- 1,3 kg de sucre
- 4 tiges de romarin de 15 cm environ
- 100 g d'amandes effilées

Consignes

- Laver et dénoyauter les abricots
- Les couper en quart
- Rajouter le romarin et le sucre

- Faire macérer de quelques heures jusqu'à toute une nuit
- Faire cuire à feu moyen en remuant sans cesse au moins une vingtaine de minutes : l'écume va commencer à se former puis devra avoir totalement disparu. Faire le test de l'assiette pour savoir si la confiture est cuite.
- Retirer les branches de romarin
- Mettre en pot directement. Les fermer et les retourner immédiatement





Automne

Salé

Gratin de courge aux crozets

Pour 6 personnes | Temps préparation : 30 min | Temps cuisson : 25 min
Chaleureux et consistent

Ingrédients

- Environ 400g de courge (butternut par exemple)
- 300g de crozets au sarrasin (ou classiques)
- Fromage râpé (idéalement parmesan ou Grana Padano)
- Un peu de panure
- Beurre
- Crème

Consignes

- Détailler la courge en petits dés et les faire cuire au four à 180°C une quinzaine de minutes (ils doivent être quasiment cuits mais légèrement fermes encore). On peut mettre la poignée de noisettes avec en cours de cuisson pour les torréfier un peu.
- Faire cuire les crozets dans l'eau bouillante puis les assaisonner d'un peu de sel, de poivre et d'une noix de beurre
- Mélanger dés de courge, Crozet et noisettes dans un plat à gratin. Arroser d'un peu de crème liquide, de panure et de fromage râpé
- Enfourner le temps que le dessus gratine



Sucré

Creusois aux fruits

6/8 personnes | Temps préparation : 20 min | Temps cuisson : 45 min

Un bon goûter pour un jour pluvieux

Ingrédients

- 100 g de noisettes
- 120 g de farine
- 4 blancs d'oeufs
- 80 g de sucre
- 90 g de beurre fondu
- Fruits selon envies : mirabelles ou figues fonctionnent très bien

Consignes

- Griller légèrement les noisettes à la poêle ou au four puis les réduire en poudre pas trop grossière
- Monter les blancs en neige
- Mélanger farine, sucre et beurre fondu. Ajouter progressivement les blancs montés en neige avec une spatule en bois sans trop les casser.
- Une fois la pâte lissée, ajouter la poudre de noisette et homogénéiser
- Laver et couper les fruits choisis
- Verser et égaliser la pâte dans un moule à gratin
- Disposer les fruits en les enfonçant dans la pâte
- Cuire 45 min à 180°C ; ajuster la durée en fonction de l'humidité apportée par les fruits