

N°8

MAGAZINE
Yummy!

Dossiers :
Les légumes primeurs
La rhubarbe
L'amande dans les
desserts

Rencontre avec ...
Pierre Hermé

Livres & auteurs
culinaires

Pavlova aux fraises & chocolat

Et aussi : Stéphanie a découvert : Naora & le caviar des Pyrénées, Flatbread aux asperges au miel & chèvre, La Fraise, Les flans Bio salés & sucrés, Dos de cabillaud aux épinards & tomates, Recette express – La Pasta ...

L'érito by Dorian

Yum Yum Yummy ! Ça y est, cette fois l'hiver est vraiment derrière nous

Fini les jours courts et glacés, fini le temps radin de l'hiver qui a mis dans nos assiettes racines et choux. Et pourtant je l'aime cet hiver en cuisine parce qu'il nous oblige à l'imagination. Cet hiver qui nous oblige à rendre attrant le chou rave ou à mettre dans la même assiette navet, rutabaga et cerfeuil tubéreux sans désespérer les mangeurs. L'hiver peut être rude pour nos assiettes en nous privant de couleurs et des goûts explosifs de l'été mais il met aussi la convivialité de ses plats sur nos tables. Et je me souviens avec plaisir des pieds qui frappent le sol pour se débarrasser de la neige et du froid, avant de se glisser sous la table pour le partage de ragoûts généreux ou de cocottes odorantes. Pour tout cela j'aime l'hiver mais j'ai aussi, comme tout le monde, hâte de le voir passer...

J'ai maintenant envie des couleurs du printemps qui s'affirment et des étals qui se remplissent de tous ces produits que nous attendons, parce que j'ai envie de croquer ma première fraise et de cuisiner les légumes nouveaux qui vont arriver les uns après les autres.

Mais après les habitudes de l'hiver, il est quelque fois difficile de retrouver toute cette variété, de se rendre compte que chaque jour de nouveaux produits apparaissent. Un peu comme si maintenant après s'être plaint du pas assez on pourrait se plaindre du trop... le mangeur est décidément un être bien compliqué et contrariant !

Heureusement le Yummy nouveau lui aussi est arrivé et va me permettre grâce à ses dossiers et ses recettes de découvrir les légumes primeurs, tout frais et tout croquants, qui arrivent donc les uns après les autres, de tout savoir et de dévorer les fraises en pavlova, de profiter des asperges vertes et de la rhubarbe et... de tant d'autres choses que nous attendions !

Et si comme moi vous avez encore de l'appétit vous pourrez aussi vous nourrir des nouveaux livres de Pascale, qui va encore nous faire découvrir que nos amis anglo-saxon ont bien plus d'un tour dans leur cuisine et d'Edda qui va vous montrer qu'un livre peut ensoleiller toute une cuisine !

Et enfin découvrir les petites nouvelles de la Yummy team, Stéphanie et Liloue, que nous allons suivre dans leurs aventures culinaires.

Le Yummy nouveau est donc servi, il est frais et ensoleillé ! Et comme disait l'autre, bon appétit bien sûr Monsieur Madame !



Sommaire



pg 4 - Stéphanie a découvert
Naora & le caviar des Pyrénées



pg 6 - Les légumes Primeurs
Dossier 7 recettes

pg 14 - Flatbread aux asperges
Miel & chèvre

pg 16 - La Fraise
Pavlova très gourmande

pg 20 - Rencontre avec ...
Pierre Hermé



pg 24 - La rhubarbe
Dossier 6 recettes

pg 30 - Les flans Bio
Salés & sucrés

pg 32 - Livres & auteurs
Interviews & recettes

pg 40 - L'amande dans les desserts
Dossier 6 recettes



pg 48 - Dos de cabillaud
Epinards & tomates

pg 50 - Recette express
La Pasta

Naora, une certaine idée du temps

par Nespresso

Le 26 mars 2012

Soirée de présentation de Naora

A la Compagnie des Vins Surnaturels, Paris 6e

Nespresso a semé ses indices pour le lancement de son dernier cru : un livre, un appareil photo, un vin. Le rapport entre La Lenteur, de Milan Kundera, un appareil photo lomographique et une vendange tardive ? L'éloge du temps qui passe. Et si on se jouait du temps ? C'est dans cet esprit qu'a été conçu le nouveau café en édition limitée de Nespresso, Naora. Naora, contraction entre « Now » et « Ahora », est né d'un pari fou : et si, pour une fois, on récoltait les grains de café à surmaturité ? Un peu comme le raisin pour certaines vendanges tardives finalement.



Prenant le contre-pied des tendances actuelles où la société se retrouve pressée par le temps, Nespresso s'est rapproché de l'univers de l'oenologie pour penser son nouveau café. Il a fallu une grande coopération et une relation de confiance absolue entre Nespresso et les caféticulteurs colombiens pour que ces derniers bouleversent leurs habitudes. Le choix du moment de la récolte a été crucial mais rendu possible par une variété de café, le Castillo, dont les cerises ne se décrochent pas de l'arbre une fois la surmaturité atteinte. Le fruit absorbe donc le maximum de nutriments de la plante et cet incroyable développement d'arômes se retrouve dans le café Naora. Le parallèle avec un vin élaboré en vendanges tardives ne s'arrête pas là : à leur ultime maturité, les grains sont récoltés à la main, un à un. Une sélection soigneuse suivie d'un assemblage et d'une torréfaction spécifiques aux experts Nespresso (torréfaction dite par « split roasting ») font de ce café un Grand Cru unique et inédit.

Dans la tasse, Naora révèle toutes ses promesses : l'acidité que les amateurs de Rosabaya auront plaisir à retrouver et une longueur en bouche intense, complexe, où l'on retrouve notamment des notes de petits fruits rouges bien mûrs, comme la myrtille et le cassis. Noté 5 sur l'échelle d'intensité

des cafés Nespresso, le Naora s'harmonisera parfaitement avec le chocolat Nespresso Vinaigre de Framboise, de préférence en tasse Espresso. Pour prolonger cet instant suspendu, il pourra être agrémenté d'une pointe de lait.



Ce qui pourra sans nul doute nous faire répondre à la question de Milan Kundera : « Ah, où sont-ils, les flâneurs d'antan ? ». Sans doute confortablement assis en dégustant une tasse de Naora...

Naora, édition limitée Nespresso (étui de 10 capsules) 4,20 euros
Coffret de deux tasses à Espresso et soucoupes édition Naora 35 euros

{Et aussi ...}



Pourquoi vous allez craquer pour *Le Caviar des Pyrénées*

Le 29 Mars 2012

Rencontres gastronomiques du Cercle des artisans

Au 6, Mandel, Paris 16e

*« C'est un trou de verdure où chante une rivière,
Accrochant follement aux herbes des haillons
D'argent ; où le soleil, de la montagne fière,
Luit : c'est un petit val qui mousse... d'esturgeons. »*

C'est peut-être par ces mots que Rimbaud aurait conté la belle histoire du caviar des Pyrénées. Tels sont en tout cas les paysages qui nous viennent à l'esprit lorsque Florence Grimm évoque ses alevins amoureusement choyés dans le Val d'Aran, entre Luchon et l'Andorre, aux sources de la Garonne. L'esturgeon étant désormais une espèce protégée, le salut du caviar passe aujourd'hui par la qualité de l'élevage. C'est le pari entrepris par Florence qui a choisi de produire un caviar actuellement en conversion bio.

Parmi les vingt-huit espèces d'esturgeon, une, en particulier, s'est plue dans les eaux vives pyrénéennes, l'acipenser baerii. Sept à huit longues années sont nécessaires à la femelle pour atteindre sa pleine maturité et ce, tout en respectant un cahier des charges très strict en matière de production. Des critères tels que la pureté de l'eau, le nombre de poissons par bassin ou l'alimentation sans OGM sont réglementés par les normes ISO 9000:2008 et ISO 14001 :2004. Des œufs, du sel pour une conservation jusqu'à un an et le minimum de conservateur possible : trois éléments garantissant une grande pureté du produit. De la même façon, point d'assemblage d'œufs à la mise en boîte.

« A chaque maman son bébé ! Il y aura donc autant de caviars différents que de femelles esturgeons », explique Florence. Ainsi, la taille de l'œuf et sa couleur varieront d'une boîte à l'autre, gage d'un caviar unique et d'un plaisir à la dégustation sans cesse renouvelé.



Avec sa micro-production de 900 kg par an (si on la compare à son voisin le caviar d'Aquitaine avec plus de 20 tonnes), le caviar des Pyrénées joue néanmoins dans la cour des grands par sa qualité. Dégustez-le au bout de quelques mois seulement pour de belles saveurs minérales et iodées, douces et laissant une sensation de fraîcheur très agréable sur les papilles. Il sait aussi se faire attendre une année, et se bonifie tel un grand vin. Il révèle alors toute la richesse de sa palette aromatique : des notes puissamment salines, filant presque sur le fumé, une incroyable persistance en bouche. De nombreux chefs de la région ont déjà été conquis par ce produit d'exception. Hors des restaurants, le caviar se fait simple. Dégusté à température à même la main, déposé sur un bel œuf à la coque ou sur quelques pommes de terre rondelettes, il développera tout son caractère pour un mariage des plus savoureux. Seul inconvénient : il faudra s'armer de patience pour le débusquer dans les rares points de vente !

A partir de 60¤ les 30 grammes. www.caviar-des-pyrenees.fr
Distribué à Paris par l'Epicerie Générale, 43 rue de Verneuil, 75007

6 RECETTES

DOSSIER

Les légumes Primeurs



carotte, oignon, navet, fève, petit pois, pois gourmand ...

Les légumes Primeurs

Perrine de pois nouveaux

A la menthe

Par Marie Laforet

Les paupiettes

aux légumes primeurs

Par Les Cocottes Moelleuses

Sablé Breton

Carottes & navets

Par Miss Crumble

Crème de navet
Soupe de carottes
Au lait de coco
Par Elen

Colin aux légumes nouveaux
Par Recettes Mères Filles

Prilogie de jeunes poireaux
Par L@urence



Terrine de petit pois A la menthe

“ Une recette qui met à l'honneur les petits pois frais, dans une terrine douce et tendrement parfumée à la menthe. Parfaite pour toutes les occasions, cette recette simple et équilibrée nous montre que les légumes primeurs sont terriblement gourmands. ”

Ingrédients

Pour 2 personnes:

100 g de petit pois frais écossés
1 gousse d'ail moyenne
1/2 échalote (30 g)
200 ml de crème d'épeautre
1 c. à café d'agar-agar
1 c. à soupe de tamari
6 feuilles de menthe fraîche
poivre, huile d'olive



Cuire les petits pois 10 à 12 minutes à la vapeur.

Émincer l'ail et l'échalote. Les faire revenir à feu moyen avec une cuillerée à soupe d'huile d'olive.

Ajouter les petits pois et laisser dorer légèrement quelques minutes. Poivrer.

Ajouter la crème d'épeautre, l'agar-agar et le tamari, bien mélanger.

Porter à ébullition en remuant constamment pendant 2 minutes. Ôter du feu, ajouter la

menthe fraîchement hachée et mélanger. Mixer grossièrement au mixeur plongeant en conservant quelques petits morceaux.

Verser dans un petit pot hermétique ou dans une petite terrine. Laisser prendre plusieurs heures au réfrigérateur.

Pour une jolie présentation, verser la préparation dans deux cercles à mousse et démouler au moment de servir.
Consommer dans les 48 heures.

Les paupiettes aux légumes primeurs



“ Voici une recette qui annonce le début du printemps : des paupiettes maison accompagnées de légumes nouveaux : pommes de terre, oignons blancs et navets. A tester sans attendre ! ”

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 4 escalopes de dinde très fines
- 200 g de chair à farcir
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 10 cl de vin blanc
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de farine
- 2 c. à soupe de concentré de tomate
- persil, laurier, thym
- 6 oignons nouveaux

- 8 petites pommes de terre nouvelles
- 300 g de haricots verts
- 2 navets boule d'or

Éplucher et émincer finement l'oignon. Hacher une gousse d'ail. Mélanger la chair avec l'oignon, l'ail et un peu de persil ciselé. Assaisonner.

Déposer une boule de farce sur chaque escalope de viande, refermer à l'aide d'une ficelle.

Éplucher les oignons nouveaux et les couper en deux.
Hacher la gousse d'ail restante .

À feu vif, faire colorer les paupiettes dans un peu d'huile d'olive.

Baisser le feu, ajouter les oignons et l'ail. Cuire environ 3 minutes. Saupoudrer la viande avec la farine. Ajouter le vin blanc, le concentré de tomate et un demi verre d'eau. Assaisonner

de sel et de poivre, d'une feuille de laurier et d'un peu de thym.

Cuire pendant environ 30 minutes à feu doux.

Pendant ce temps, éplucher les légumes et les cuire à l'eau bouillante salée pendant 20 minutes. Lorsqu'ils sont cuits, les égoutter et les ajouter à la viande.

Poursuivre la cuisson une dizaine de minutes avant de servir.

Sablé Breton

Carottes & navets

“ Le printemps est là et bien là ! Les légumes primeurs reviennent petit à petit sur les marchés et ça fait un bien fou non ? Et ces légumes se suffisent à eux-même. ”

Ingrédients

Pour une dizaine de sablés :

125 g de beurre demi sel mou

155 g de farine

8 g de levure chimique

50 g de jaunes d'oeufs

1 c. à soupe de graines de pavots

200 g de carottes nouvelles

200 g de navets nouveaux

200 g de vin blanc

100 g de vinaigre de vin blanc

1/2 botte de coriandre

20 cl d'huile d'olive

Mélanger le beurre pommade avec la farine, la levure et les graines de pavot pour obtenir un aspect de semoule. Incorporer les jaunes sans trop travailler la pâte.

Étaler la pâte entre 2 feuilles de papier sulfurisé sur une épaisseur de 0.5 cm. Laisser reposer au frais 1 heure minimum. Préchauffer le four à 200°.

Découper la pâte à l'aide d'emporte-pièces rectangulaires. Cuire les sablés, sans ôter les moules, non beurrés, 10 à 12 minutes au four.

Éplucher et détailler les carottes et les navets en bâtonnets de taille égale, pas trop épais. Les mettre dans une poêle avec le vin et le



vinaigre. Saler et poivrer. Faire cuire à feu doux jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

Laver la coriandre, la blanchir dans de l'eau salée et l'égoutter. L'émulsionner avec l'huile d'olive.

Disposer les bâtonnets de carottes et de navets sur les sablés bretons. Arroser d'un filet d'huile d'olive à la coriandre.

Astuce : pour une meilleure tenue des légumes, tartiner les sablés d'un peu de fromage frais avant de disposer les carottes et navets.

Crème de navet

Ingrédients

Pour 4 personnes

400 g de navets

40 g de beurre demi sel

40 g de farine

40 cl de lait

muscade

quelques pluches de persil



Laver, éplucher et couper les navets en morceaux. Les couvrir d'eau salée et cuire une quinzaine de minutes à petite ébullition. Vérifier la cuisson à l'aide d'un petit couteau.

Pendant la cuisson des navets:

Faire fondre le beurre à feu doux. Ajouter la farine et cuire en mélangeant bien jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Ajouter le lait froid progressivement en fouettant bien. Quand tout le lait est versé, porter à ébullition

en mélangeant constamment puis lorsque la sauce a épaissi, arrêter la cuisson. Assaisonner. Râper un peu de muscade et mélanger.

Mixer ensemble les navets cuits et la moitié de la béchamel. Remettre sur le feu avec le reste de crème jusqu'à la consistance recherchée. Rectifier l'assaisonnement.

Servir bien chaud avec quelques pluches de persil.

Ingrédients

Pour 2 à 3 personnes :

500 g de carottes

75 cl de bouillon de poule

200 ml de lait de coco

gingembre râpé

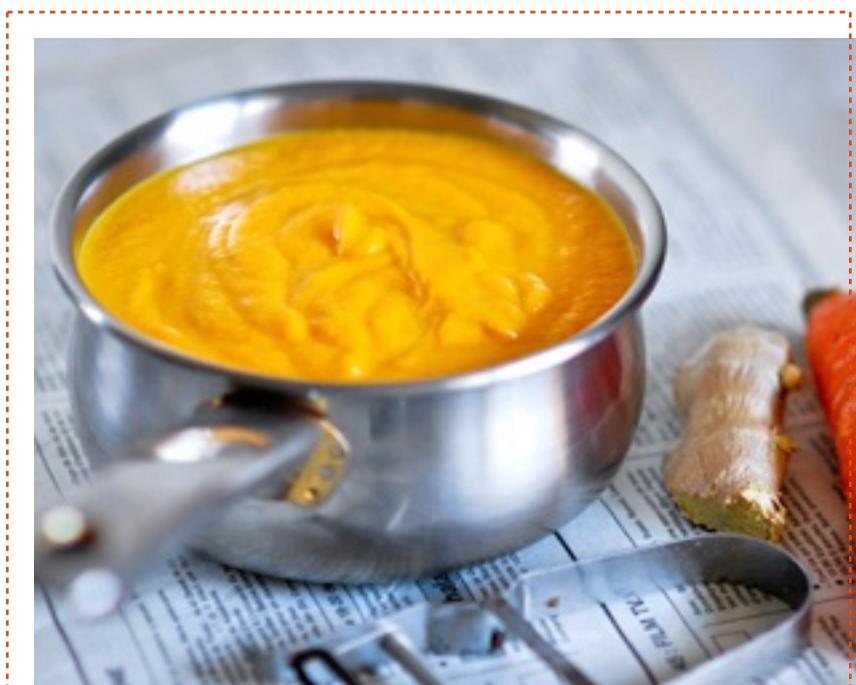
coriandre en poudre

Laver et peler les carottes. Les couper en grosses rondelles et les mettre dans une casserole. Couvrir avec le bouillon.

Cuire à petite ébullition une vingtaine de minutes jusqu'à ce que les carottes soient bien tendres. Mixer et ajouter le lait de coco et les épices, dosées selon les goûts.

Soupe de carottes

Au lait de coco



Colin aux légumes nouveaux

Ingédients

Pour 3 personnes :

3 filets de colin

1 botte de carottes avec les fanes

1 botte d'oignons nouveaux

1 botte d'asperges vertes

2 navets

3 choux de Bruxelles

1 citron

70 ml de vin blanc

350 ml de bouillon de légumes

Sucre

Beurre

Préchauffer le four à 180°.

Dans un plat allant au four, déposer les 3 filets de poisson avec 20 ml de vin blanc, le jus de citron. Saler et poivrer. Enfourner pour 10 à 15 minutes.

Éplucher les carottes. Couper les fanes à 2 centimètres avant de tourner les carottes en leur donnant une jolie forme. Éplucher les navets et les couper en morceaux.

Couper les têtes d'asperges à 6 cm en les épluchant.

Couper les oignons et garder un peu du vert de la tige.

Dans une casserole, faire fondre un morceau de beurre. Ajouter les carottes et une cuillerée à café de sucre. Quand les carottes sont dorées, ajouter les autres légumes, sauf les choux de Bruxelles.

Les faire revenir 3 à 4 minutes. Verser 50 ml de vin, à feu moyen. Lorsqu'il est pratiquement absorbé, ajouter le bouillon et laisser cuire sur feu doux en remuant de temps

en temps. Stopper la cuisson lorsqu'il reste un peu de liquide.

Effeuiller les choux de Bruxelles. Faire bouillir de l'eau dans une casserole et y plonger des feuilles 2-3 minutes. Les retirer à l'aide d'une écumoire et les plonger dans l'eau froide pour qu'elles restent bien vertes.

Dresser les assiettes en posant le poisson et en répartissant les légumes en jouant avec les couleurs.

Recette et photo de Recettes Mères Filles <http://recettesmeresfilles.blogspot.fr>



Trilogie de jeunes poireaux

Ingrédients

1 botte de jeunes poireaux
20 g de beurre
1 c. à soupe de féculle de maïs

Couper les poireaux en 3 tronçons de longueur équivalente puis les laver soigneusement.

Réserver les tronçons blancs. Émincer en fines lamelles les tronçons vert clair et les réserver dans un saladier. Émincer les tronçons vert foncé en fine julienne et les réserver également.

Faire chauffer le beurre, à feu doux, dans une sauteuse et y faire suer sans coloration les blancs de poireaux pendant quelques minutes, en les retournant régulièrement. Mouiller les poireaux à couvert. Ajouter une cuillerée à soupe de sucre semoule et

1 c. à soupe de graines de sésame
1 c. à soupe de sucre

une pincée de sel. Couvrir avec une feuille de papier sulfurisé découpée à la taille de la sauteuse et laisser cuire à feu doux pendant 15 à 20 minutes. Vérifier la cuisson. Le cœur des poireaux doit être tendre. Réserver.

Faire chauffer un peu d'huile d'olive. Ajouter les tronçons de poireaux vert clair et faire suer doucement avec 2 feuilles de menthe ciselées. Saler et poivrer. Laisser confire pendant 10 minutes en remuant régulièrement. Mouiller avec un verre d'eau, couvrir et laisser cuire doucement pendant 10 minutes.
Délayer la féculle de maïs dans

2 feuilles de menthe fraîche huile d'olive

un peu d'eau et l'incorporer au jus des poireaux pour lier le tout. Laisser réduire encore quelques minutes à feu doux

Bien sécher la julienne dans du papier absorbant. À feu vif, faire chauffer 4 cuillerées d'huile d'olive. Saisir les poireaux avec les graines de sésame en les remuant jusqu'à ce qu'ils se colorent un peu. Lorsque les poireaux ont légèrement blondi, les réserver sur du papier absorbant.

Dresser les assiettes en disposant harmonieusement les différentes cuissons de poireaux.

Recette et photo de L@urence, <http://variations-gourmandes.blogspot.fr>





Talons Hauts & Cacao ❤️ le printemps

Flatbread aux asperges vertes

Miel & chèvre



Ingédients

Pour 4 flatbreads de 30x10 cm :

- 2 bottes d'asperges vertes (30 asperges)
- 150 g de chèvre frais
- 8 branches de thym frais
- 2 c. à café de miel
- 8 tomates séchées
- 280 g de farine
- 50 g de parmesan ou autre fromage râpé doux
- 4 g de levure chimique
- 35 g de polenta
- 1 pincée de sel
- 140 ml d'eau chaude
- 60 ml d'huile d'olive

Effeuiller le thym. Couper les tomates séchées et le fromage de chèvre en dés.

Dans un saladier verser la farine, le fromage râpé, la levure chimique, le sel, la moitié du thym et la polenta. Mélanger à la fourchette. Ajouter l'huile, l'eau chaude et mélanger jusqu'à l'obtention d'une boule sans trop pétrir.

Porter une casserole d'eau à ébullition. Couper les pieds des asperges sur 1-2 cm. Lier les asperges en deux bottes et les faire cuire "al dente", 6-8 minutes.

Les rafraîchir aussitôt dans un saladier d'eau glacée puis les égoutter soigneusement. Les réserver sur du papier absorbant. Couper les pointes d'asperges à 6 cm de la tête et réserver. Mixer grossièrement les pieds.

Préchauffer le four à 210°.

Diviser la boule de pâte en 4. Étaler chaque pâton en un rectangle de 30 cm de côté.

Étaler un peu d'asperges hachées sur la pâte. Parsemer de dés de chèvre, de tomates séchées et du restant de thym. Disposer les têtes d'asperges. Arroser d'un peu d'huile d'olive et de miel.

Faire cuire pendant 15 minutes jusqu'à ce que les flatbreads soient dorés.

Servir tiède avec une salade de roquette ou de jeunes pousses, assaisonnée d'une vinaigrette à l'huile d'olive et vinaigre balsamique.

Astuce : pour apporter un peu de croquant à la garniture, avant d'enfourner ajouter quelques graines de tournesol, des amandes ou des pignons.

La fraise

Par Tiuscha

Son parfum la précède

La fraise, fragaria vesca de son nom latin qui évoque sa divine « fragrance », est, jusqu'à la renaissance, ce petit fruit des bois au parfum remarquable, que l'homme cherchera à cultiver... La fraise moderne est le résultat d'un croisement avec la fraise blanche d'Amérique du Sud découverte en 1713 par un officier de marine au nom évocateur, Amédée-François Frézier ! Implantée en Bretagne où elle se plaît aussitôt, la fraise donnera ses lettres noblesses au village de Plougastel.



Aujourd'hui, la production française provient pour moitié d'Aquitaine, suivie du bassin Rhône-Méditerranée, avec un tonnage bien inférieur à la production espagnole, N°1 européen. Mais préférons la fraise locale, française, surtout de saison et idéalement de plein champ : c'est là qu'elle se révèle la meilleure.

Elle nous offre son cœur

Sur le plan botanique, la fraise est un faux-fruit en forme de cœur ; ses véritables fruits sont les akènes, des petits grains blancs en surface de ce cœur charnu et qui crissent sous la dent. Elle s'épanouit au soleil, dans un sol bien drainé. Remontante (ou pas), on la trouve de mai aux premières gelées. Elle est facile à cultiver en potager et même en potée, sur un balcon. Quant à la fraise sauvage, fraise des bois, on la ramasse en fin d'été dans des zones forestières, et plutôt en montagne.



Il existerait plus de 600 variétés de fraises mais seule une douzaine se retrouve sur les étals. Parmi les variétés créées par l'INRA (Institut national de la recherche agronomique), citons la ciflorette, l'elsanta, la darsellect, la charlotte, la capriss..., les plus connues étant la gariguette, la pajaro et la mara des bois, sélectionnées pour leur parfum, leur saveur et leur tenue.

La gariguette est la première sur les étals français. De forme oblongue, rouge-orangée, elle est subtilement acidulée.

La pajaro est un gros fruit charnu en forme de cœur, doux en bouche et plutôt sucré.

La mara des bois est recherchée pour cette saveur typée de fraise des bois mais elle est plus fragile et doit être consommée dans les 24 heures, surtout en plein été !

La fraise se conserve à température ambiante, comme tout fruit exotique, et doit être dégustée rapidement. On la passe éventuellement rapidement sous un filet d'eau mais, en aucun cas, il ne faut la laisser tremper, elle perdrait alors son parfum.

A noter, la fraise est l'un des fruits les moins caloriques avec seulement 35 calories aux 100 grammes et elle est aussi riche en vitamine C que l'orange.

Sa couleur est une invitation à la gourmandise

La fraise est synonyme de friandise, quand sa chair aromatique, tendre, juteuse, libère son jus irrésistible ! Qu'on la croque sur pied, qu'on la serve accompagnée de chantilly, de crème fraîche, poudrée de sucre ou nature, elle évoque les premiers repas ensoleillés...

On l'accommode en tarte, en charlotte, en salade, en soupe sucrée, en entremets divers et dans le très gourmand fraisier, roi des desserts de printemps !

Elle s'associe volontiers au chocolat noir ou blanc, aux épices (vanille, poivre, cardamome...) et aux aromatiques (basilic, menthe, mélisse, citronnelle, verveine, estragon, thym citron...).

Elle forme de jolis duos aux côtés des autres fruits rouges d'été, du melon, de la pêche, de l'abricot mais aussi du pamplemousse, du citron, de la rhubarbe, de la mangue, de l'ananas, de la noix de coco...

Je recommande aux plus audacieux un mariage avec l'olive noire et/ou l'huile d'olive, délicieux ! Et que dire d'un trait de vinaigre balsamique pour sublimer une salade de fraise... Relevée d'une pointe de vinaigre de Xérès, la fraise révèle aussi une personnalité impertinente en gazpacho !

A la cuisson, elle exhale ses arômes, la fraise signe alors le temps des premières confitures... Pourquoi ne pas la cuisiner en crumble, en compote ? En faire des sauces cuisinées pour accompagner un mets salé ? Un chutney ou un ketchup ? Laissez donc la fraise vous entraîner dans des territoires culinaires inconnus...

Le saviez-vous ?

Les Romains utilisaient la fraise comme ingrédient principal de leurs masques de beauté afin d'avoir une peau éclatante. Ce délicieux fruit serait tonifiant, astringent et adoucissant ... Il préserverait la jeunesse de la peau.

Mélanger quelques fraises écrasées avec une cuillerée de yaourt. S'en tartiner le visage et laisser poser une dizaine de minutes.



{Marie ❤️ les fraises et le chocolat}

Pavlova très gourmande



Pavlova aux fraises Chocolat blanc & cacao

Ingédients

Pour 6 personnes

- 140 g de sucre semoule
- 1 c. à soupe de maïzena
- 3 blancs d'oeuf (100 g environ)
- 1 c. à café de jus de citron
- 2 c. à soupe de cacao non sucré
- 250 g de petites fraises (gariguette, ciflorette...)
- 50 g de chocolat blanc à pâtisser
- 100 g de crème liquide entière

Préparer la ganache montée au chocolat blanc la veille :

Faire bouillir la crème liquide. Retirer du feu et verser sur le chocolat blanc concassé. Bien mélanger afin d'obtenir une texture homogène. Filmer au contact. Laisser refroidir puis entreposer au réfrigérateur jusqu'au lendemain.

Préchauffer le four à 130°.

Mélanger le sucre et la maïzena.

Fouetter les blancs d'oeufs pas trop fermes. Ajouter progressivement, tout en continuant à battre, le mélange sucre-maïzena, puis le citron et enfin le cacao. Fouetter pendant environ 5 minutes.

Couvrir une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé.

A l'aide d'une poche munie d'une douille lisse ou cannelée d'environ 1 cm de diamètre, faire des disques de 6 cm de diamètre en creusant légèrement le centre.

Enfourner. Baisser le four à 120° et laisser

cuire une heure. Sortir la plaque et laisser refroidir.

Au moment de servir, fouetter pendant quelques minutes la ganache comme une chantilly.

Sur chaque disque de meringue, disposer une couche de ganache à l'aide d'une poche à douille ou d'une cuillère, et y enfoncer quelques fraises. Servir aussitôt ou réserver au frais jusqu'à la dégustation.

Note : Après quelques heures au réfrigérateur la meringue surmontée de ganache va légèrement ramollir au centre, une alternative encore plus gourmande.

A défaut de poche à douille, il est possible de dresser les meringues ainsi que la ganache à la cuillère.



{Rencontre avec Pierre Hermé}

On lui a attribué déjà tellement de qualificatifs élogieux qu'il était difficile d'en trouver un nouveau. Une intense réflexion a bien fait jaillir quelques idées : l'alchimiste des saveurs, le virtuose du bon goût, l'affoleur de papilles ... Mais elles paraissaient toutes plutôt réductrices. Alors, je vous le présenterais simplement comme Monsieur, avec un grand M, Pierre Hermé.

Apprenti chez Lenôtre à 14 ans, il fut chef-pâtissier chez Fauchon puis chez Ladurée avant de créer sa propre maison "Pierre Hermé Paris". Hum ... Que dire maintenant, qui n'a pas déjà été écrit, sur ce grand pâtissier que tout le monde connaît et admire ? Le syndrome de la page blanche me guettant, je vais plutôt vous conter cette rencontre téléphonique éclair avec Pierre. Enfin ... Monsieur Pierre Hermé.



Quand j'ai noté dans mon agenda "Vendredi - 14h - Téléphoner à Pierre Hermé au 06 ## ## ##" (N'insistez pas, je ne vous donnerais pas son 06 !), une bouffée de fierté m'a traversée. Et je n'ai pu m'empêcher de me pavanner, agenda en main, bien ouvert. "Chéri, regarde un peu avec qui j'ai rendez-vous vendredi".

Mais quand l'heure de cet entretien est presque venue, un léger stress s'est emparé de moi. Pour le combattre, j'ai noté toutes les questions sur une feuille, des fois que je les oublieraïs. Et disposé deux stylos sur mon bureau, au cas où l'un tomberait en panne ... Et me suis répétée : surtout, ne l'appelles pas Pierre ! Cette impression de le connaître n'est qu'une ... impression ! Et sois polie surtout ... Et ne parles pas trop Marseillais ... Et ... C'est l'heure ! A la minute près, j'ai composé le fameux numéro. Une voix grave et chaude m'a répondue et je me suis sentie encore plus intimidée que prévu.

Les cordialités d'usages énoncées, j'ai posé ma première question. Et sa première réponse fut très brève. Mince, c'est pas ça qui va remplir ma page ! J'aurais pu, et du, l'inciter à développer. Sans doute que j'étais un peu impressionnée... Pas de panique. C'est l'échauffement, la première question. Je vais bientôt redevenir la grande pipelette que je suis ...

En posant ma deuxième question, je fus prise d'une soudaine inquiétude. Il va me parler d'un ingrédient que je ne connais pas et je vais avoir l'air d'une cloche. Heureusement, Google est mon ami et il est juste à côté de moi. Mais comment tenir le téléphone d'une main, le stylo de l'autre, écouter, écrire et taper sur le clavier tout en même temps ? C'est alors qu'il me répond "le citron" ... Le citron ? Je connais. J'aime. J'adore ! Alors enfin, je me détends un peu et poursuis l'interview légèrement plus à l'aise.

Lorsque j'ai raccroché, immédiatement, je me suis maudit d'habiter Marseille. Un comble ! Mais pourquoi je vis si loin de la Capitale ? Je veux goûter le citron façon Pierre Hermé. Si j'avais pu, j'aurais sauté dans le premier TGV. Au lieu de quoi, je me suis contentée d'essayer d'imaginer l'inimaginable car nul doute que Monsieur Pierre Hermé me ferait redécouvrir cet agrume. Finalement, je n'ose imaginer. Déjà qu'il m'a toute tourneboulée avec un simple coup de fil ... Oh bonne mère !



Y! : Qu'évoque pour vous le mot Yummy ?

PH : Yummy, c'est lorsque c'est vraiment très bon, tout simplement.

Y! : Quel est votre ingrédient le plus Yummy et pourquoi ?

PH : C'est très cyclique. Il y a quelques mois, c'était le chocolat ... Mais en ce moment, j'ai une passion pour le citron. Celui d'origine Méditerranéenne, de Nice ou Menton par exemple, qui est très parfumé et très savoureux. J'utilise tout le fruit : le zeste, la chair, le jus, la peau. Le citron est très intéressant car il a de multiples facettes. Mais dans deux ou trois mois, je peux me passionner pour un autre ingrédient, des épices par exemple ...

Y! : Quel est pour vous l'ustensile indispensable ?

PH : Une balance. Lorsque l'on est pâtissier, l'utilisation d'une balance est essentielle. Et

un thermomètre également ! Il n'est pas envisageable de réaliser des pâtisseries sans ces ustensiles.

Y! : Quel est votre pire souvenir en cuisine ?

PH : Je n'en ai pas ... Je ne retiens que les bons moments.

Y! : Quel est votre moment culinaire le plus Yummy ?

PH : J'ai tellement de jolis souvenirs Yummy qu'il m'est impossible de choisir. La plupart sont liés à des découvertes de cuisine de chefs. Comme, en 1977, mon premier repas chez Ferran Adrià qui fut un moment extraordinaire. Ou chez le chef Anglais Heston Blumenthal. Ou encore la première fois où j'ai dégusté la cuisine d'Alain Ducasse à Monaco. Ce sont de grands souvenirs ...

Propos recueillis par Carole

Les Jardins Collection de Macarons Éphémères

Durant toute l'année 2012, Pierre Hermé vous invite à une promenade gourmande au long de ses dernières créations : une collection de macarons intitulée "Les Jardins". "Pour cette collection, j'ai abordé mon travail sur les associations de saveurs à la manière d'un parfumeur" commente Pierre Hermé, "la thématique des Jardins est apparue comme une évidence, tant les fleurs, les épices, les végétaux étaient présents dans mes créations" ajoute-t-il.

Délicat, éphémère, chacun des dix macarons qui composent cette collection sera proposé pour une durée limitée à un mois dans les boutiques Pierre Hermé Paris. En tout, ce sont 10 Jardins que Pierre Hermé nous invite à découvrir de février à novembre. Des instants fugaces à l'instar des fragrances dont Pierre Hermé a tiré son inspiration. Chaque mois, une nouvelle expérience gourmande et sensorielle. Et chaque mois, une carte à collectionner accompagnera chaque macaron "Les Jardins".



Les gourmands assidus auront à cœur de les conserver. Une récompense les attendra en fin d'année... Début décembre 2012, une rétrospective de ces instants gourmands réunis dans une boîte collector leur sera offerte dans les boutiques Pierre Hermé Paris.

Pour ceux qui auraient manqué l'une des saveurs, la boutique en ligne propose en exclusivité la gamme complète au fur et à mesure de l'année : www.pierreherme.com

Macaron Ispahan

Par Pierre Hermé



Pour environ 72 macarons (soit environ 144 coques)

Ganache letchis à la rose

- 500 g de couverture blanc (ivoire 35% de Valrhona)
- 65 g de beurre de cacao (Valrhona)
- 290 g de purée de letchis
- 85 g de crème liquide (35% MG)
- 4 g d'essence alcoolique de rose (en épicerie fine ou en pharmacie)

Faites fondre la couverture et le beurre de cacao au bain-marie. Faites bouillir la purée de letchis. Versez dans la cuve du Stephan*, ajoutez la crème et faites bouillir. Laissez refroidir légèrement et versez en trois fois sur la couverture. Mélangez en partant du centre en élargissant le mouvement, petit à petit, vers l'extérieur. Ajoutez l'essence alcoolique de rose et émulsionnez la ganache au mixeur plongeant. Versez en candissoir**. Stockez au réfrigérateur.

PS : Il est important que la purée de letchis ait dépassé 85°C pour éliminer une enzyme qui pourrait ralentir la cristallisation de votre ganache.

Framboises séchées

- 150 g de framboises fraîches

Préchauffez votre four à 90°C. Répartissez les framboises sur une plaque à patisserie recouverte d'une feuille de papier silicone. Mettez la plaque au four et laissez sécher pendant environ 1 heure 30.

Biscuit macaron vanille

1) • 300 g de poudre d'amande • 300 g de sucre glace • 110 g de blancs d'oeufs liquéfiés *** • 3 à 4 g de colorant rouge carmin liquide alimentaire

2) • 300 g de sucre semoule • 75 g d'eau minérale • 110 g de blancs d'oeufs liquéfiés

Tamisez le sucre glace et la poudre d'amande. Versez dessus la première pesée de blancs d'oeufs et le colorant sans les mélanger. Faites bouillir l'eau et le sucre à 118°C. Dès que le sirop est à 115°C, simultanément, commencez à monter en neige la deuxième pesée de blancs d'oeufs.

Versez le sucre cuit à 118°C sur les blancs montés. Fouettez et laissez refroidir à 50°C avant de les incorporer dans la préparation sucre glace-amande-blancs d'oeufs-colorant tout en faisant retomber la pâte. Versez-la dans une poche à douille lisse n°11.

Dressage & cuisson

- Poudre rouge/rubis alimentaire

Façonnez des ronds de pâte d'environ 3,5 cm de diamètre en les espaçant tous les 2 cm sur les plaques à pâtisserie tapissées de papier sulfurisé. Tapez les plaques sur le plan de travail recouvert d'un linge de cuisine. A l'aide d'une passette à thé, saupoudrez très légèrement de poudre rouge/rubis alimentaire. Laissez croûter les coques pendant au moins 30 minutes.

Préchauffez le four, chaleur tournante à 180°C (th.6). Glissez les plaques dans le four. Laissez cuire pendant 12 minutes en ouvrant rapidement 2 fois la porte du four. A la sortie du four, glissez les coques sur le plan de travail et laissez-les refroidir.

Assemblage des macarons

- Framboises séchées

Retournez les coques de biscuit macaron. Versez la ganache dans une poche à douille lisse n°11. Garnissez de ganache la moitié des coques. Au centre, disposez une framboise séchée et pochez une pointe de ganache. Recouvrez-les avec les autres coques. Conservez les macarons pendant 24 heures au réfrigérateur. Sortez-les du réfrigérateur 2 heures avant de les déguster.

* ou dans une casserole

** ou dans un récipient propre

*** blancs d'oeufs ayant reposé, au réfrigérateur, au moins 3 jours.

6 RECETTES

DOSSIER

La Rhubarbe



(❤ mai à juillet)

La rhubarbe

Rhubarbe épicée-amère
Tofu Croustillant & Nouilles
Par Blandine

Confiture de rhubarbe
Au romarin
Par Edda

Compote de rhubarbe
A l'eau de rose
Par Nanou

Tarte à la rhubarbe
Very cheesy
Par La creaminelle

Crumble à la rhubarbe
Framboises & chocolat blanc
Par Nathalie

Tarte à la rhubarbe
Toute simple
Par Aboutfoood





Rhubarbe épicee-amère Tofu Croustillant & Nouilles

Pour 2 personnes :

- 1 bloc de tofu
- 200 g de nouilles fraîches cuites
- 2 oignons nouveaux ciselés finement
- 1/2 piment rouge coupé en fines rondelles
- 1 poignée de pousses de cresson
- Quelques feuilles de basilic
- 1 citron vert coupé en 2

Sauce à la rhubarbe :

- 200 g de rhubarbe coupée en dés
- 2 c. à soupe de miel liquide
- 2 c. à soupe de sauce soja
- 2 gousses d'ail
- 1 piment rouge (graines enlevées)
- 1/2 c. à café de mélange 5 épices
- Un petit morceau de gingembre frais épluché et émincé

Mettre tous les ingrédients de la sauce dans le bol d'un mixeur et mixer jusqu'à l'obtention d'une sauce lisse.

Faire chauffer une cuillerée d'huile d'arachide dans une grande poêle ou un wok. Ajouter le tofu coupé en petits triangles. Faire revenir, à feu moyen, pendant une vingtaine de minutes jusqu'à ce que les morceaux soient bien dorés. Ajouter la sauce dans la poêle et cuire encore 5 minutes.

Pendant ce temps, dans une autre poêle, chauffer une cuillerée à soupe d'huile d'arachide et faire revenir les nouilles pendant 4 à 5 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient bien chaudes.

Répartir les nouilles dans des assiettes ou des bols, ajouter les morceaux de tofu et une bonne cuillerée de sauce à la rhubarbe. Pour finir, parsemer d'oignon, de piment, de pousses de cresson et de basilic. Servir avec un demi citron vert.

Recette et photo de Blandine www.foodmoods.net



Confiture de rhubarbe

Au romarin

Pour un pot de 300 g environ:

- 500 g de tiges de rhubarbe
- 280 g de sucre semoule
- 1 branche de romarin frais

Rincer la rhubarbe. Ôter les extrémités et la couper en tronçons.

Mettre la rhubarbe dans un bol et saupoudrer de sucre. Laisser reposer au moins 4 heures, voire une nuit (il se formera un peu d'eau).

Verser le tout dans une casserole avec le romarin et porter à ébullition pendant 5 minutes, baisser le feu, garder une petite ébullition pendant une vingtaine de minutes sans cesser de remuer. La confiture deviendra plus dense.

Verser dans un pot préalablement stérilisé (à 130°C au four pendant 10 minutes), fermer et renverser.

Laisser refroidir avant de le remettre droit.



Compote de rhubarbe

A l'eau de rose

Pour 4 personnes:

- 1 botte de rhubarbe
- 1/2 c. à café de cardamome poudre
- 4 c. à soupe de miel liquide
- 1 c. à café de vanille en poudre
- 1 c. à soupe d'eau de rose
- 1 grand pot de yaourt à la grecque
- Quelques pistaches

Éplucher la rhubarbe et la couper en tronçons de 3 cm .

Dans un petit faitout, mettre la rhubarbe et 2 cuillères à soupe d'eau. Couvrir et porter à ébullition. Laisser cuire jusqu'à ce que la rhubarbe s'assouplisse. Ajouter alors les épices et poursuivre la cuisson, à feu plus doux, à couvert, durant 4 à 5 minutes pour ne plus avoir de morceaux de rhubarbe et uniquement de la compote. Retirer du feu et incorporer le miel et la vanille. Laissez refroidir et ajouter l'eau de rose .

Disposer 2 cuillerées de yaourt à la grecque dans chaque bol et compléter avec de la compote . Ajouter quelques pistaches concassées.

Tarte à la rhubarbe

Very cheesy

- 250 g de farine
- 80 g de sucre
- 1/2 c. à thé de levure chimique
- une pincée de sel
- 125 g de beurre en morceaux
- 1 oeuf

- 400 g de rhubarbe env.
- 80 g de beurre
- 2 oeufs blancs et jaunes séparés
- 40 g de sucre
- 185 g de fromage blanc (type faisselle égouttée ou ricotta)
- 65 g de fromage frais (type Philadelphia)
- 1 gousse de vanille ou vanille en poudre
- quelques zestes de citron
- une pincée de sel
- 25 g de farine
- 2 c. à soupe de sucre roux
- un peu de beurre fondu

La veille : éplucher la rhubarbe, couper des tronçons aux dimensions du moule. Disposer dans un plat, saupoudrer de 2 cuillerées à soupe de sucre roux. Couvrir et laisser reposer au frais. Le lendemain, égoutter.

Dans un récipient, mélanger la farine, la levure, le sucre et le sel.

Ajouter le beurre coupé en morceaux, puis l'oeuf. Pétrir l'ensemble jusqu'à obtention d'une pâte homogène et lisse.

Foncer le moule, préalablement beurré et fariné ou tapissé de papier cuisson, et réservé au frais au minimum 30 minutes.

Faire fondre le beurre à feu doux.



Monter les blancs en neige ferme avec une pincée de sel.

Fouetter les jaunes avec le sucre. Ajoutez les deux fromages. Bien mélanger. Ajouter la vanille, le beurre fondu et la farine. Incorporer délicatement les blancs en neige.

Préchauffez le four à 180°.

Verser l'appareil au fromage sur la pâte. Lisser la surface. Disposer les tronçons de rhubarbe côté à côté en les serrant et en les enfonçant très légèrement.

Au pinceau, badigeonner la rhubarbe avec un peu de beurre fondu et saupoudrer de sucre roux.

Enfourner et cuire 50 minutes environ. Sortir du four et laisser refroidir.

Saupoudrer ou non de sucre glace avant de déguster.



Crumble à la rhubarbe

Framboises & chocolat blanc

- 200 g de rhubarbe
- 125 g de framboises
- 6 carrés de chocolat blanc
- 55 g de farine
- 40 g de cassonade
- 25 g d'amandes effilées
- 40 g de beurre pommade

Laver la rhubarbe et l'éplucher au couteau économe pour enlever les filaments. La couper en tronçons. La cuire dans une poêle avec 1/4 de verre d'eau pendant 5 minutes.

Préchauffer le four à 200°.

Couper les carrés de chocolat en deux. Dans un saladier, mélanger le beurre pommade, la farine, le sucre et les amandes effilées. Bien sabler la préparation en frottant la pâte entre les mains. Dans un plat allant au four, mettre la rhubarbe, puis les framboises, ensuite le chocolat blanc. Terminer par l'appareil à crumble.

Enfourner et cuire 25 minutes.

Tarte à la rhubarbe

Toute simple

- 250 g de farine • 100 g de beurre • 1 oeuf
- 100 g de sucre • 1 pincée de sel • 1 citron non traité

Pour la garniture : • 4 tiges de rhubarbe • 1 oeuf • 15 cl de crème liquide • 40 g de poudre d'amandes • 50 g de sucre

Eplucher et couper la rhubarbe en morceaux. La couvrir de sucre.

Placer la farine dans un grand saladier et faire un puits au milieu.

Dans un autre récipient, mélanger le sucre, l'oeuf et le sel. Verser sur la farine avec le zeste de citron et mélanger. Ajouter le beurre mou en petits morceaux, malaxer. Former une boule, l'abaisser au rouleau. Foncer un moule à tarte beurré avec la pâte. Réserver au froid.

Dans un bol, mélanger le sucre, la crème, l'oeuf et la poudre d'amandes, ajouter la rhubarbe en jetant le jus qu'elle a rendu et verser sur la pâte.

Enfourner et cuire environ 30 à 45 minutes à 200°. Laisser refroidir avant de démouler.

Les flans Bio

Sucré ou salé, le flan s'invite sur nos tables pendant les beaux jours. Il existe de multiples variétés.

Qui n'a pas eu envie du célèbre flan pâtissier qui fait saliver dans les vitrines du boulanger ? Qui n'a pas testé le fameux flan au caramel ? Qui n'a pas une recette du flan aux oeufs de grand-mère au fond de ses placards ?

Envie d'exotisme ? Un flan coco fera des merveilles ! Un pique-nique ou un apérodinatoire ? Un flan de légumes colorera les nappes et buffets.

Facile et rapide à faire, chacun a sa petite recette de base, il suffit souvent d'un peu de lait, de farine ou d'amidon et de quelques oeufs pour avoir une bonne base de recette de flans.

“ Cependant, la cuisine bio offre d'autres alternatives qui permettent de faire des flans légers et originaux. ”

Les laits végétaux (lait d'amande, lait de noisette, lait de riz, lait de soja, lait d'avoine, etc) privilégiés dans l'alimentation bio pour leurs qualités nutritionnelles et leurs saveurs, sont un substitut au lait animal.

Les crèmes végétales spéciales cuisine telles que la crème de riz, la crème de soja ou la crème d'avoine remplacent avantageusement la crème fraîche liquide et sont plus digestes.

Parmi les épaississants, vous connaissez bien évidemment la féculle de maïs et la féculle de pommes de terre mais avez vous déjà testé l'agar agar ou l'arrow-root ?

L'algue minceur, l'agar agar a un fort pouvoir gélifiant, il suffit souvent de 2 à 4 g de poudre

pour épaissir un flan tout en légèreté. L'arrow-root est une féculle, extraite du rhizome de la marante, plante tropicale qui sert à épaissir les préparations.

Une cuillère à soupe de purées d'oléagineux tels que la purée d'amande, la purée de noisette ou la purée de noix de cajou apporte de l'onctuosité.

Côté sucre, il y a l'embarras du choix, variez les plaisirs sucrés en privilégiant des sucres non raffinés et complets comme le muscovado ou le rapadura, des sirops comme le sirop d'agave, le sirop d'érable, le sirop de riz et des miels (miel de lavande, miel d'acacia,...)

Vous pouvez aromatiser votre lait végétal avec une gousse de vanille, du cacao en poudre, une à deux gouttes d'huiles essentielles fruitées (madarine, orange amère, citron par exemple) ou le faire infuser avec du thé, des fleurs séchées (lavande, rose, hibiscus, fleur d'oranger) ou des herbes aromatiques comme le thym ou le romarin pour une version salé.

Voici deux recettes de base de flans végétaux :

L'une, sucrée, à l'agar agar, qui permet de se passer de la cuisson au four.

Et l'autre, salée, à la crème végétale et à l'arrow-root.

Vous pouvez bien sûr adapter ces recettes selon vos goûts.

“ Autant d'ingrédients sains et gourmands qui permettent de décliner vos flans à volonté alors amusez vous ! ”



Mini-flans aux légumes sans gluten et sans lactose

Pour une douzaine de mini-flans :

- 250 à 350 g de légumes
- 2 oeufs
- 20 cl de crème végétale (soja, riz ou avoine)
- 20 g d'arrow-root ou de féculle de maïs (1 c. à soupe bombée)
- sel aux herbes

Préchauffer 160°.

Dans un récipient, battre les oeufs en omelette, ajouter la crème végétale et remuer. Incorporer la féculle. Bien mélanger pour obtenir une pâte homogène. Saler selon le goût. Ajouter les légumes. Mélanger.

Verser la préparation dans des moules en silicones ou des ramequins préalablement huilés et farinés. Enfourner 35 minutes environ. Laisser refroidir avant de démouler.

En été : 250 g de courgettes crues en petits dés, 100 g de féta et 4 feuilles de basilic frais cisellées.

En automne : 250 g de potimarron crus ou blanchis en brunoise et 100 g de châtaignes cuites émiéttées.

En hiver : 250 g carottes et 100 g de panais, crus ou blanchis en brunoise, et 1 c. à café de persil cisellé ou de cumin.

Dans cette version : 350 g de haricots verts cuits et égouttés, 1 échalote émincée et 1 c. à café de curcuma



Plans vanille & cacao sans gluten, sans lactose et sans oeuf

Pour 4 à 6 ramequins :

- 500 g de lait de soja vanillé
- 1 c. à soupe de purée de noix de cajou
- 3 c. à soupe de sirop d'agave
- 3 c. à soupe de crème de soja
- 2 g d'agar-agar
- 1 c. à café d'extrait de vanille
- 1 c. à soupe de poudre de cacao non sucré

Dans une casserole, verser la purée de noix de cajou et la diluer avec 250 g de lait de soja vanillé. Incorporer le reste de lait végétal, le sirop d'agave et la crème de soja. Ajouter en pluie l'agar agar et mélanger.

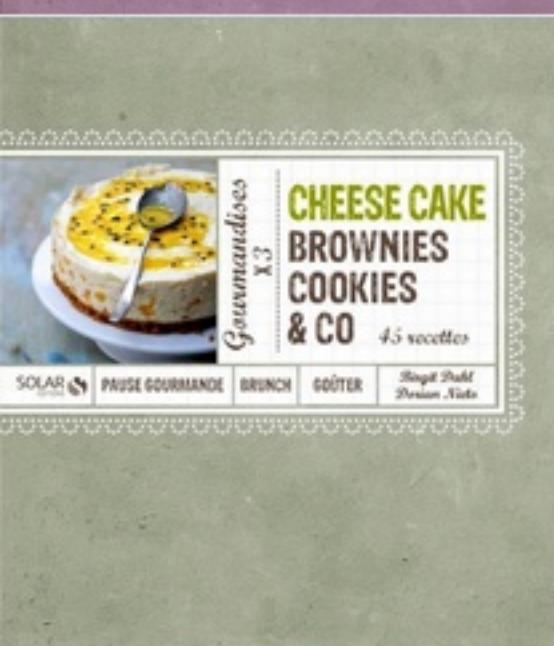
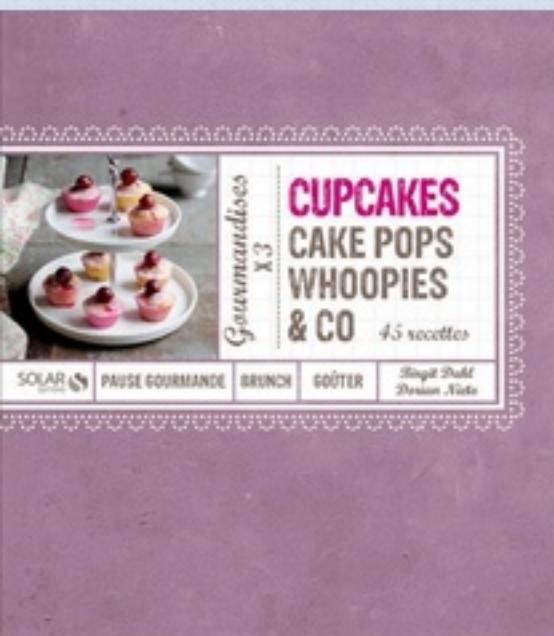
Verser la moitié de la préparation dans un bol et réserver.

Porter à ébullition le reste du liquide. Ajouter l'extrait de vanille et mélanger. Répartir la préparation dans des ramequins.

Laisser refroidir puis mettre au réfrigérateur. Quand la préparation est figée, verser la préparation du deuxième bol dans la casserole. Ajouter le cacao et remuer. Porter à ébullition.

Verser le liquide dans les ramequins sur la préparation figée à la vanille. Laisser refroidir avant de mettre au réfrigérateur 1 heure minimum.





L'auteur :

Dorian Nieto

Ses livres :

Cheese cake, brownies, cookies & Co
Cupcakes, cake pops, whoopies & Co

Y! : Raconte-nous un peu ta cuisine, tes influences culinaires ...

DN : Je suis un autodidacte butineur. Du coup ma cuisine est traversée par bien des choses, des pays, l'Angleterre, l'Inde... des produits que j'aime particulièrement, les agrumes, le chocolat... et forcément par des coups de cœur et des découvertes de passage. C'est une cuisine ouverte sur celles des autres et curieuse de tout. Et dans tous les cas c'est une cuisine qui aime la fraîcheur et qui n'oublie pas qu'il s'agit avant tout de plaisir !

Y! : Tes livres sont en librairie depuis le 16 mars. Que trouve-t-on aux sommaires ?

DN : On trouve forcément beaucoup de gourmandises qui forment les titres que nous avons déclinés dans des versions assez classiques, d'autres fois un plus décalées et quelques-unes même avec un petit grain de folie... Et nous avons mis tout ça à notre sauce !

Y! : Pourquoi avoir choisi ces thèmes ?

DN : Ces thèmes sont à l'image de la cuisine que nous aimons, simple sans être simplette, gourmande et même quelques fois très gourmande, et surtout qui permet de prendre du plaisir et de s'amuser en cuisine ! Les thèmes de ces livres se sont finalement imposés à nous assez facilement.

Y! : Tu as co-écrit ces livres avec Birgit Dahl. Comment est née cette collaboration ?

DN : Cette collaboration est née un peu comme dans une série des années 70, les Envahisseurs... Sauf que nous c'était dans un parking et pas sur une route perdue, mais ce début doit beaucoup à cet instant-là. Il s'est décidé après une soirée au moment où nous allions chacun rejoindre notre voiture et que là nous avons dit en même temps, au fait tu as vu les Whoopies ces drôles de gâteaux, on pourrait peut-être en faire ensemble...

Y! : Et comment écrit-on un livre à deux ? Est-ce difficile ?

DN : Je ne sais pas comment on écrit un livre à deux, je sais seulement comment nous écrivons des livres avec Birgit, je ne suis pas sûr que ça serait pareil avec d'autres... C'est beaucoup d'échanges, de discussions, de coups de fil et de mails tôt le matin ou tard le soir, et surtout beaucoup de cuisine chacun de notre côté que nous échangeons ensuite... Au final, non ce n'est vraiment pas difficile d'écrire des livres avec Birgit ! La preuve nous avons déjà deux nouveaux projets sous le coude ! Et ce ne seront sûrement pas les derniers !





Cupcake Rocky road

120 g de beurre .
150 g de sucre roux .
4 œufs .
90 g de yaourt nature (type brassé) .
240 g de chocolat noir .
180 g farine avec levure incorporée .

Pour la garniture :
100 g de chocolat noir .
25 g de lait .
25 g de miel liquide neutre .
25 g de minis marshmallows .
25 g de caramel coupé en petits .
morceaux
25 g de noix de pécan hachées .
25 g de pistaches hachées .

Préchauffez le four à 160°.

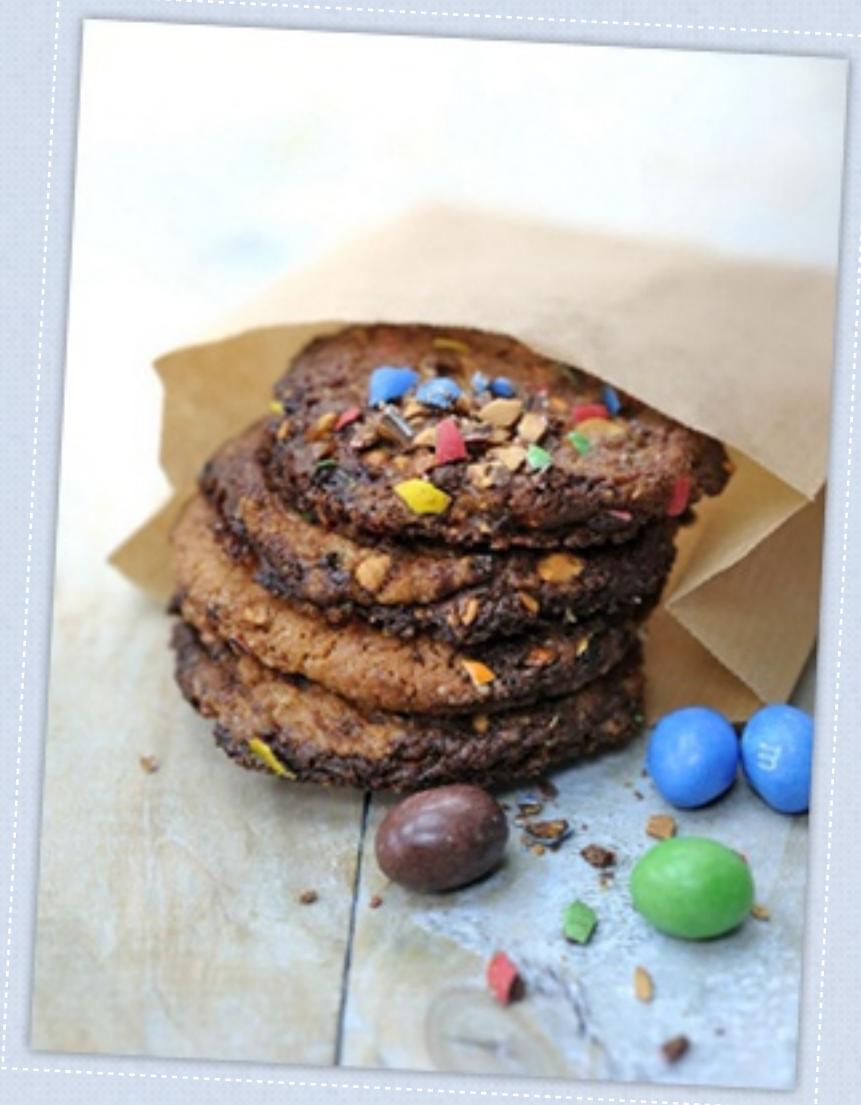
Faites fondre le chocolat noir au micro onde ou au bain marie, réserver.

Fouettez le beurre avec le sucre, ajoutez les œufs un à un en mélangeant bien. Ajoutez le yaourt et le chocolat fondu, puis la farine. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte bien lisse. Répartissez la préparation dans les moules à cupcake et faites cuire au four pendant environ 20 minutes. Après la cuisson, laissez refroidir avant d'ajouter le top.

Pendant que les cupcakes cuisent faites chauffer le chocolat avec le lait et le miel jusqu'à obtenir un mélange homogène.

Quand les cupcakes sont froids, versez le chocolat sur les cupcakes puis parsemez par-dessus avec les noix, les pistaches, les caramels et les minis marshmallows.

Crazy cookies



Pour 12 cookies environ :

150 g beurre .
220 g de sucre en poudre .
250 g farine .
140 g chocolat au lait .
1 œuf .
100 g de M&M's .
5 g levure .

Préchauffez le four à 160°.

Battez ensemble le beurre et le sucre jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Ajoutez l'œuf et battez de nouveau. Mélangez la farine avec la levure puis incorporez-les au mélange précédent.

Hachez le chocolat au lait, faites-le fondre au four à micro-ondes ou au bain-marie et ajoutez-le à la pâte sans insister : le mélange doit garder un aspect marbré.

Hachez les M&M's puis ajoutez-les à la préparation en mélangeant rapidement.

Si la pâte est trop molle pour être mise en boule, réservez-là au réfrigérateur pendant environ 15 minutes.

Détaillez la pâte en boules d'environ 50g et posez-les au fur et à mesure sur une plaque couverte de papier sulfurisé en les espaçant bien, les unes des autres.

Enfournez et faites cuire pendant 15 minutes, puis laissez refroidir avant de déguster.

L'auteur :

Pascale Weeks

Son livre :

Cookies, muffins & co

Y! : Raconte-nous un peu ta cuisine, tes influences culinaires ...

PW : C'est surtout ma gourmandise et ma curiosité qui me guident. Quand je découvre une nouvelle cuisine dans un autre pays, un plat coup de cœur dans un restaurant, un dessert chez une amie, une nouvelle technique de cuisine, je ne peux pas m'empêcher de les recréer à la maison. J'aime le changement. Le fait de piocher dans d'autres cuisines apporte de la couleur et des nouvelles saveurs dans ma cuisine quotidienne.

Y! : Ton livre "Cookies, muffins & co" est en librairie depuis début février. Que trouve-t-on au sommaire ?

PW : J'ai repris une partie des classiques sucrés des pays anglo-saxons avec des recettes de petit déjeuner comme les pancakes, des recettes de goûters avec les muffins ou les cookies, des recettes pour l'heure du thé avec le Lemon Drizzle Cake ou le Dundee cake, sans oublier les desserts comme la Pecan Pie, les puddings ou les desserts à base de fruits comme le Summer Pudding ou l'Eton Mess. Je n'ai pas « revisité » les recettes car je souhaite vraiment faire découvrir ces spécialités telles qu'elles sont faites dans leur pays d'origine. J'ai juste parfois diminué le beurre, l'huile ou le sucre car nos palais sont un peu différents.

Y! : Pourquoi avoir choisi ce thème ?

PW : Ce thème correspond à une partie de ma vie et j'y suis très attachée. Je suis tombée amoureuse du cheesecake et de l'Apple Pie quand j'avais 12 ans, lors de mon premier séjour linguistique en Grande Bretagne. Je me souviens également d'un « tea time » dans ma famille avec moult gourmandises joliment disposées sur une grande table basse. Plus tard, j'ai découvert le carrot cake, les muffins et bien d'autres choses lors d'un séjour prolongé aux US pour mon travail. Ma rencontre avec David a ensuite été déterminante car c'est grâce à lui et à sa famille que j'ai découvert les recettes traditionnelles des familles britanniques.

Y! : Ces dernières années, la cuisine britannique est devenue très "tendance" en France, comment expliques-tu cela ?

PW : Il est vrai que c'est amusant de voir d'un seul coup cet engouement pour des choses qui existent depuis fort longtemps en Grande-Bretagne comme les scones, l'Eton Mess, le cheesecake ou même les Fish&Chips parfois vendus à prix d'or dans certains restaurants à Paris. Je sais que ma belle-mère est toujours étonnée de voir mon engouement pour certaines spécialités britanniques alors qu'elle rêve plutôt devant les vitrines des pâtisseries françaises ou devant les étalages de nos marchés. Je ne sais pas trop l'expliquer. C'est peut être un désir de la part des français de faire des choses simples et authentiques à la maison. Certains britanniques comme Nigella Lawson, Jamie Oliver ou Nigel Slater ont beaucoup fait pour le rayonnement de la cuisine britannique en



France en montrant que l'on peut se faire plaisir en cuisinant de bons produits de manière simple, sans ustensiles coûteux, ni techniques culinaires qui ne sont pas à la portée de tout le monde.

Y! : Qu'est-ce qui différencie les pâtisseries anglo-saxonnes des pâtisseries françaises ?
PW : J'ai toujours du mal à les comparer parce qu'elles sont très différentes l'une de l'autre et parce que j'aime les deux. Je suis attirée par le côté sophistiqué et technique de la pâtisserie française que l'on trouve dans nos pâtisseries et par le côté très familial et très traditionnel de la pâtisserie anglo-saxonne. J'ai une attirance toute particulière pour les recettes britanniques que les familles continuent à préparer comme leurs mères et leurs grand mères et la richesse des recettes familiales qui diffèrent d'une région à l'autre ou d'une région à l'autre.



Muffins abricots & flocons d'avoine

- 150 g d'abricots secs bien moelleux .
50 g de flocons d'avoine .
+ 20 g pour le décor
200 g de farine .
3 c. à café rases de levure chimique .
100 g de cassonade .
2 pincées de sel .
20 cl de lait frais entier ou 1/2 écrémé .
2 oeufs .
75 g de beurre fondu .

Disposez les caissettes en papier dans le moule à muffins.
Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).

Versez le lait dans un bol, ajoutez les flocons d'avoine, mélangez et laissez reposer. Coupez les abricots secs en dés.

Dans l'autre bol, mélangez la farine, la levure, le sucre, le sel et les dés d'abricots. Versez le lait et les flocons d'avoine, les oeufs et le beurre fondu sur les éléments secs. Mélangez à l'aide d'une grande cuillère, juste assez pour incorporer la farine.

Remplissez les caissettes aux 3/4, en vous aidant d'une grande cuillère ou d'une cuillère à glace. Parsemez le dessus de chaque muffin avec les flocons d'avoine restants. Enfournez pour 20 minutes. Vérifiez la cuisson avec la lame d'un couteau, elle doit ressortir sèche. Sortez les caissettes du moule à muffins, puis faites-les refroidir sur la grille.

Recette extraite du livre Cookies, muffins & co
50 recettes - 6,95 euros - Editions First

L'auteur :

Edda Onorato

Son livre :

Un déjeuner de soleil en Italie

Y! : Raconte-nous un peu ta cuisine, tes influences culinaires ...

EO : Je suis née et ai grandi en Italie. Toujours entourée par des très bonnes cuisinières (mes grands-mères, ma mère), d'excellents produits, c'est tout naturellement que je me suis passionnée de cuisine.

Mes influences culinaires sont multiples, tout d'abord mes racines italiennes à travers mon vécu à Rome, les plats de ma grand-mère napolitaine, les plats de mes parents, mes voyages à travers l'Italie. Une cuisine simple, fraîche, joyeuse et riche en saveurs ! C'est ma cuisine la plus intime. Puis les influences françaises de ma mère, fine cuisinière et grande gourmande, qui m'a fait découvrir toute petite la magie du vrai beurre, des brioches, des crêpes, des sauces et de la pâtisserie raffinée. Enfin, il y a mes influences d'adulte, à travers les livres, les voyages à l'étranger, les rencontres, les découvertes de nouveaux plats ou de produits. Chaque jour et chaque endroit peuvent m'inspirer.

Y! : Ton premier livre "Un déjeuner de soleil en Italie" est paru en fin d'année 2011. Que trouve-t-on au sommaire ?

EO : Le livre est une initiation à la cuisine italienne, authentique et vécue, mais également une invitation au voyage. On y trouve des plats de famille, traditionnels ou des plats plus personnels, revisités. Il est divisé en plusieurs chapitres : Produits (frais, du placard, charcuterie...), Symboles de l'Italie , Recettes de l'antipasto au café (le cœur du livre), Suggestions de menus en fonction des moments. Chaque recette est présentée, mise dans son contexte, géographique, historique, ou personnel à travers des souvenirs. Je suggère aussi à chaque fois des variantes possibles.

Y! : Pourquoi avoir choisi ce thème ?

EO : J'avais plusieurs idées au début, puis finalement j'ai choisi l'Italie car c'est ma cuisine d'origine, intime, de coeur... J'avais envie de la faire redécouvrir avec le regard d'une italienne. Il y a sûrement aussi un brin de nostalgie dans tout ça.

Y! : Qu'est ce qui t'a donné envie d'écrire un livre ?

EO : Tout d'abord j'aime écrire. Ensuite, le livre est un beau support de communication surtout sur un thème aussi gourmand et unificateur que la cuisine. Il m'a permis aussi de transmettre mon enthousiasme et mon amour pour l'Italie.

Y! : Ce n'est pas un simple livre de recettes. Il y a des photos de ton pays natal, des récits et des anecdotes ... Pourquoi avoir choisi d'écrire un "livre à manger et à lire" ?

EO : Je souhaitais faire voyager le lecteur dans l'espace mais aussi à travers la mémoire.



J'avais envie de parler de l'univers autour de la cuisine, de lui raconter une histoire autour de la culture gourmande de mon Italie et, bien sûr, de le mettre en appétit. La cuisine est pour moi aussi une façon de parler de la vie, de la famille, des amis et des beaux moments passés ensemble.

Y! : Ça fait quoi d'avoir son livre en main, la première fois ?

EO : Ça fait très drôle. Alors qu'on a passé des mois plongés dedans de manière virtuelle, avec beaucoup de joie, des émotions mais aussi des craintes, tout à coup il est là, entier et vrai. Je pense que c'est à ce moment-là qu'on s'en détache, il vit sa vie et c'est un vrai plaisir de pouvoir enfin le consulter comme un autre livre de cuisine.



*Spaghetti aglio, olio, peperoncino & pomodori secchi **

Pour 4 personnes :

400 g de spaghetti ou spaghettini .
6 tomates séchées et marinées à .
l'huile d'olive
2 gousses d'ail .
3 piments d'oiseau .
huile d'olive vierge extra, sel .

Faites bouillir de l'eau dans un faitout.
Salez-la et ajoutez un piment.

Pendant ce temps, épluchez les gousses d'ail, coupez-les en deux et mettez-les dans un saladier. Versez 60 g d'huile d'olive, ajoutez 2 piments et salez. À l'aide d'une fourchette, écrasez l'ail sur le fond du saladier. Ajoutez les tomates coupées en petits morceaux.

Cuisez les spaghetti (al dente) dans l'eau bouillante salée en prenant soin de les tourner de temps à autre, pour éviter qu'ils n'attachent. Peu avant la fin de cuisson, prélevez une louche d'eau et ajoutez-la à la marinade. Mélanger pour émulsionner.

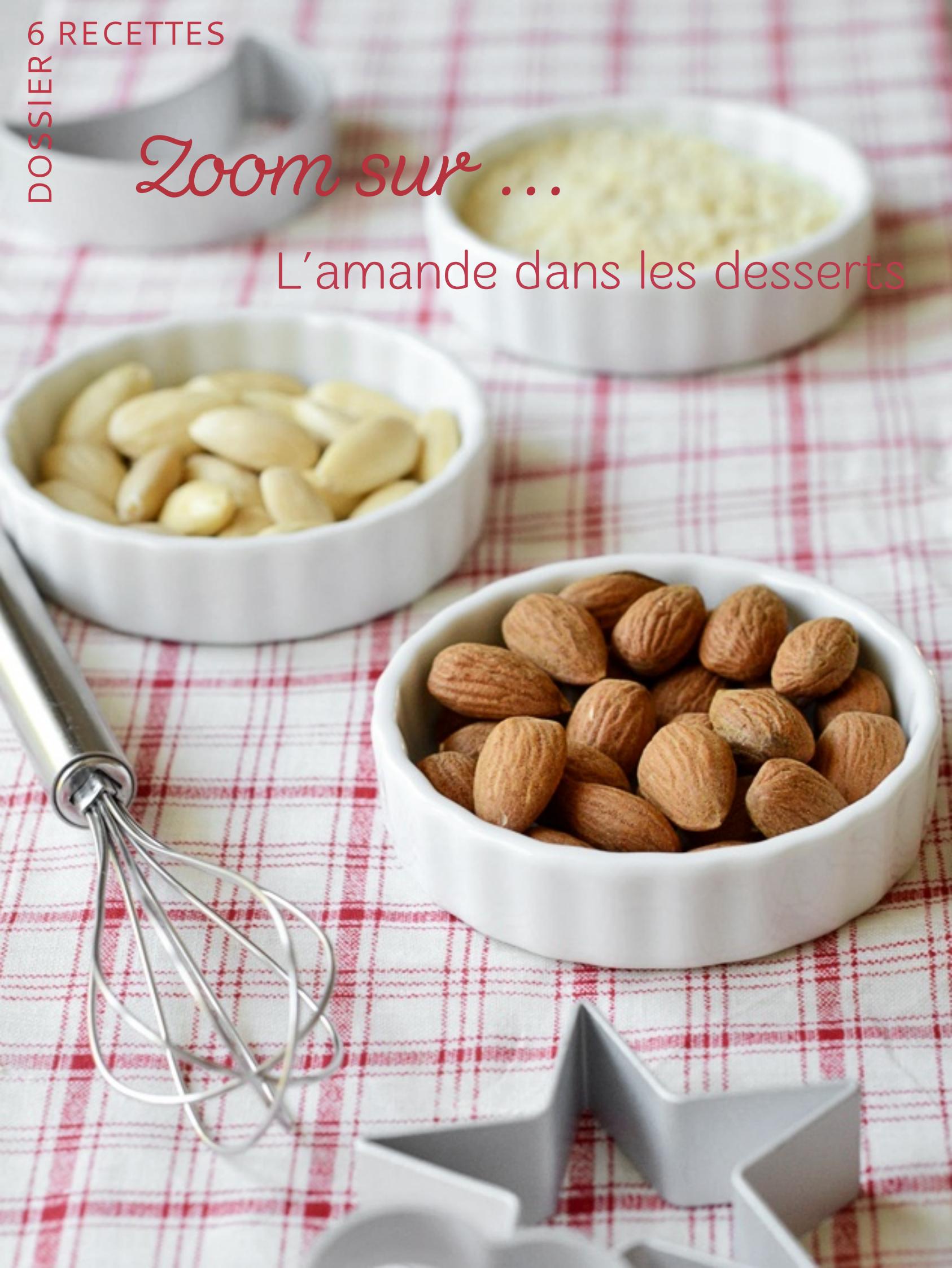
Égouttez les spaghetti (en gardant un peu d'eau) puis versez-les dans le saladier. Mélangez vigoureusement de manière à ce que les spaghetti soient assaisonnés et glissent. Servez de suite.

Spaghetti à l'ail, huile, piment et tomates séchées*

Recette extraite du livre Un déjeuner de soleil en Italie
15 euros - Altal Editions

Zoom sur ...

L'amande dans les desserts



L'amande dans les desserts

Gâteau moelleux
Amandes & ricotta
Par Des Cocottes Moelleuses

Muffins au granola
& fruits rouges
Par Petits repas entre amis

Cake moellissimo
A la mangue
Par CoCO la Cairotte

Madeleines
tièdes au miel
Par Stephatable

Gâteau au yaourt
Amande & basilic
Par Artichaut et Cerise noire

Biscotti
Par Mademoiselle Armelle



Gâteau moelleux

Amandes & ricotta

“ La ricotta donne à ce dessert un moelleux inimitable. La recette peut également être personnalisée en y ajoutant des morceaux de fruits de saison. ”

Ingrédients

4 oeufs
100 g de cassonade
5 c. à soupe d'huile
200 g d'amandes en poudre
100 g de farine
20 cl de lait
400 g de ricotta
1/2 sachet de levure chimique
beurre pour le moule



Préchauffer le four à 180°.

Dans un saladier, mélanger les oeufs et la cassonade.

Ajouter la ricotta, l'huile, le lait, la farine, les amandes en poudre et la levure. Mélanger bien le tout pour obtenir un appareil homogène.

Beurrer un moule à manqué, et verser la préparation dans celui-ci. Cuire 40 minutes environ.

Une fois la cuisson terminée, laisser refroidir et démouler le gâteau.

Servir le gâteau à température ambiante, recouvert de sucre glace.



Muffins au granola & fruits rouges

Ingrédients

Pour une douzaine de muffins :

40 g de farine de châtaigne

60 g de farine de blé complète

25 g de son d'avoine

25 g de son de blé

70 g de poudre d'amande

1 c. à soupe de bicarbonate de soude

1 pincée de sel

200 g de compote pomme

1 c. à soupe d'extrait de vanille liquide

10 cl de lait d'avoine à la vanille

1 pomme verte bio en petits dés

1 poignée de myrtilles (fraîches ou séchées)

1 c. à soupe de graines de lin

3 à 4 c. à soupe de granola aux fruits rouges

“ Des petits muffins subtilement parfumé tant à l'amande qu'à la châtaigne avec de délicieuses petites baies rouges croquantes et acidulées et un topping croquant-craquant au granola. ”

Préchauffer le four à 180°.

Dans un saladier, mélanger ensemble tous les ingrédients "secs".

Incorporer la compote de fruits, la vanille, le lait d'avoine et remuer énergiquement. Laver et couper la pomme en petits dés, les incorporer à l'appareil.

Ajouter les myrtilles, lavées et égouttées si elles sont fraîches. Mélanger.

Garnir les caissettes et saupoudrer de granola. Enfourner et cuire 25 minutes.

Ces muffins se conservent dans une boîte hermétique 4 jours.

Cake A la mangue

“ Un cake sans gluten : la farine est remplacée exclusivement par de la poudre d'amande. Cela lui donne un moelleux incomparable. Et la mangue apporte une note fruité et humide des plus gourmandes. ”

Ingrédients

1 banane bien mûre
1 mangue bien mûre
250 g d'amandes en poudre
3 oeufs
1 sachet de sucre vanillé
1/2 sachet de levure
50 g de beurre fondu
130 g de sucre de canne



Préchauffer le four à 200°.

Peler les fruits puis les mixer finement.

Fouetter les œufs avec le sucre jusqu'à ce que ce dernier soit dissout et ajouter aux fruits en purée.

Incorporer le reste des ingrédients et bien mélanger.

Verser la pâte dans un moule à cake beurré et fariné. Enfourner et cuire 10 minutes.

Passé ce temps, fendre le dessus du cake avec la pointe d'un couteau. Baisser le four à 180°. Enfourner à nouveau pour 60 minutes.

Le cake doit être doré et cuit. Si la surface dore trop vite, recouvrir avec une feuille de papier aluminium et poursuivre la cuisson.

Laisser refroidir et réserver quelques heures au réfrigérateur. Démouler.



Madeleines tièdes au miel

Ingrédients

Pour 6 personnes :

50 g de miel

185 g de sucre glace

185 g de beurre

100 g d'amandes en poudre

100 g de farine

125 g de blanc d'œuf

Glace au fromage blanc ou au yaourt

Miel

Préchauffer le four à 170°.

Dans une casserole, sur feu doux, chauffer le beurre et le miel jusqu'à ce que le mélange prenne une couleur noisette.

Dans un saladier, passer le sucre, la farine et la poudre d'amandes au tamis.

Incorporer les blancs d'œufs.

Ajouter le mélange miel-beurre, remuer et réserver au frais pendant 1 heure environ.

Sortir la préparation du réfrigérateur et remplir les moules à madeleine, beurrés si nécessaire, jusqu'au 3/4 de leur hauteur.

Cuire les madeleines environ 15 minutes.

Servir les madeleines encore tièdes accompagnées d'une boule de glace au fromage blanc ou au yaourt et nappée de miel.

Gâteau au yaourt

Amande & basilic

Ingrédients

- 1 pot de yaourt de lait de vache entier (125 g)
- 3 c. à soupe de purée d'amande blanche
- 4 gouttes d'huile essentielle de basilic
- 3 œufs
- 1 pot de sucre de canne blond
- 2 pots de farine T65
- 2 c. à café de poudre à lever
- 2 poignées d'amandes effilées

“ La saveur de l'huile essentielle de basilic, à la fois anisée, piquante et fraîche, est surprenante dans un gâteau. Associée à la douceur de l'amande, un équilibre se crée et n'attend plus qu'une salade de fraises printanière ! ”

Préchauffer le four à 180°.

Dans un bol, mélanger le yaourt, la purée d'amande et l'huile essentielle de basilic.

Dans un saladier, fouetter les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Ajouter le mélange yaourt-purée d'amande-huile essentielle.

Incorporer la farine et la poudre à lever et

mélanger afin d'obtenir une pâte lisse et homogène.

Verser dans un moule à cake beurré. Saupoudrer d'amandes effilées. Enfourner et cuire 40 minutes.

Vérifier la cuisson avec la pointe d'un couteau: elle doit ressortir sèche. Laisser refroidir une quinzaine de minutes et démouler.

Recette et photo de Artichaut et Cerise noire <http://artichautetcerisenoire.fr>



Biscotti

Un petit biscuit léger léger, sans beurre ! Pour profiter du gouter en légèreté!

Ingrédients

Pour une vingtaine de biscotti:

150 g de farine avec levure incorporée
110 g de sucre
80 g d'amandes entières non mondées
2 c. à soupe de farine de riz
3 gouttes d'arôme d'amande amère
2 c. à soupe de poudre d'amandes
2 poignées d'amandes effilées

Torréfier légèrement les amandes à la poêle.

Mettre tous les ingrédients dans une récipient et mélanger jusqu'à obtention d'une masse uniforme.

Entreposer la préparation au réfrigérateur pendant 1 heure.

Préchauffer le four à 180°.

Former un boudin avec la pâte.
Le disposer, pli sous le dessous, sur une

plaque. Enfourner et cuire 30 minutes.

A la sortie du four, laisser refroidir 20 minutes.

Préchauffer le four en mode grill (240°).

Détailler le boudin de pâte en tranches coupées en biais. Les disposer à plat sur une plaque. Cuire chaque face environ 1 minute sous le grill.

Laisser refroidir sur une grille.

Recette et photo de Mademoiselle Armelle <http://mellearmelle.blogspot.fr>





Dos de cabillaud croustillant aux épinards & aux tomates

Préparation

Préchauffer le four à 200°.

Chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive dans une sauteuse et faire tomber (cuire rapidement jusqu'à ce qu'ils commencent à flétrir) les épinards en les ajoutant progressivement au fur et à mesure. Saler et poivrer.

Éliminer l'eau de végétation des épinards et dans une grande poêle frottée avec une gousse d'ail non épluchée cuire les épinards et les tomates concassées à feu moyen pendant 5 minutes. Réserver.

Poêler les pignons de pin à sec jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.

Dans le bol du robot, verser les ingrédients du "croustillant": tomates séchées, pignons, parmesan, basilic, zeste du citron, chapelure, et les huiles.

Mixer pour obtenir une pâte épaisse. Vérifier l'assaisonnement (attention le parmesan est déjà salé).

Sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, déposer les dos de cabillaud, les recouvrir d'une couche de "croustillant", cuire 20 minutes.

Dresser les épinards sur une assiette à l'aide d'un cercle pour qu'ils aient une jolie forme. Déposer le poisson sur les épinards.

Note : remplacer la boîte de tomates concassées par 4 à 5 tomates fraîches lorsque c'est la saison.

Varier cette recette en utilisant d'autres filets de poisson blanc.

Ingrédients

Pour 4 personnes :
4 dos de cabillaud de 150 g

40 g de tomates séchées dans l'huile •
30 g de pignons de pin •
40 g de parmesan râpé •
15 feuilles de basilic •
3 c. à café de chapelure •
2 c. à café d'huile de tomates séchées •
1 c. à café d'huile d'olive •
le zeste d'un citron non traité •

1 kg d'épinards frais lavés essorés •
1 boîte de tomates concassées •
2 c. à soupe d'huile d'olive •
1 gousse d'ail •



Recette Express La Pasta

Salade de pâtes à l'asiatique

Proposée par : Le houerou

- 200 g de pâtes type tagliatelle • 300 g de crevettes roses cuites • 25 g de pignons • 1 citron vert • 6 feuilles de menthe • 1/2 bouquet de coriandre fraîche • 1 piment oiseau • 2 c. à soupe de sauce soja • 1 c. à soupe de sauce poisson • 3 c. à soupe d'huile de sésame • 5 g de sucre

Cuire les pâtes et les rafraîchir dans l'eau froide. Mélanger 3/4 du jus de citron, les sauces soja et poisson, le sucre, la menthe et coriandre hachées, le piment ciselé et l'huile de sésame. Réserver 30 minutes. Dans une poêle, à feu vif, faire griller les pignons à sec.

Décortiquer les crevettes et les couper en deux, dans la longueur.

Au moment de servir égoutter les pâtes, les mélanger avec la sauce et les pignons. Dresser dans les assiettes en disposant les crevettes au dessus.

Pâtes à la ricotta & roquette

Proposée par : Aboutfoood

- 200 g de ricotta • 2 c. à soupe d'huile d'olive • le jus d'un citron • 10 cl de crème fraîche • 500 g de tagliatelles fraîches • quelques tomates séchées • une bonne poignée de roquette • parmesan • vinaigre balsamique

Cuire les pâtes al dente.

Mélanger la ricotta, le jus de citron, la crème et l'huile d'olive. Couper les tomates séchées en petits morceaux et les ajouter. Mélanger aux

pâtes et servir avec la roquette arrosée d'un filet d'huile d'olive, de vinaigre balsamique et du parmesan.

Pennes au citron & basilic

Proposée par : Madame Gâteau

- 250 g de pâtes type penne • 2 citrons • quelques branches de basilic • 1 pincée de thym • 2 c. à soupe de tomates séchées • 1 c. à soupe d'huile d'olive

Cuire les pâtes al dente.

Verser l'huile d'olive sur les pâtes et les faire revenir dans une poêle à feu moyen-fort. Ajouter le jus des citrons, les tomates séchées, le thym et quelques feuilles de basilic. Faire griller les pâtes pendant 10 minutes en remuant régulièrement. Servir dans une assiette creuse ou un grand bol et décorer d'une branche de basilic.

Pâtes au pesto & thon

Proposée par : Miechambo

- Pâtes courtes type penne ou macaroni • 20 cl de crème semi-épaisse • 3 c. à soupe de pesto • 1 boite de thon au naturel • huile d'olive

Cuire les pâtes al dente.

Egoutter le thon et l'écraser à l'aide d'une fourchette. Le mélanger avec la crème. Ajouter le pesto. Saler et poivrer. Arroser d'un filet d'huile d'olive. Égoutter les pâtes et les mélanger immédiatement à la sauce. Servir aussitôt avec du parmesan râpé. Déguster chaud ou froid.

Les participant(e)s au N°8

- Marie Laforet
<http://100vegetal.blogspot.fr>
- Des Cocottes Moelleuses
www.lescocottesmoelleuses.com
- Miss Crumble
www.miss-crumble.fr
- Elen
www.commoncook.fr
- Recettes Mères Filles
<http://recettesmeresfilles.blogspot.fr>
- L@urence
<http://variations-gourmandes.blogspot.fr>
- Blandine
www.foodmoods.net
- La creaminelle
<http://heureducream.jimdo.com>
- Nathalie
www.lesrecettesdenathalie.com
- Aboutfoood
<http://aboutfoood.blogspot.fr>
- Petits repas entre amis
<http://petitsrepasentreamis.blogspot.fr>
- CoCO la Cairotte
<http://fleur2t.canalblog.com>
- Stephatable
<http://stephatable.blogspot.fr>
- Artichaut et Cerise noire
<http://artichautetcerisenoire.fr>
- Mademoiselle Armelle
<http://mellearmelle.blogspot.fr>
- Le houerou
<http://www.gwencook.com>
- Madame Gâteau
www.barbaragateau.com
- Miechambo
<http://miechambo.canalblog.com>

La Yummy team

- Trinidad <http://lespetitsplatsdetrinidad.blogspot.com>
- Stéphanie <http://unmetsdixvins.com>
- Talons Hauts & Cacao <http://talonhautetcacao.canalblog.com>
- Tiuscha <http://saveurpassion.over-blog.com>
- Carole www.altergusto.fr
- Mamina www.mamina.fr
- Edda www.undejeunerdesoleil.com
- Nanou <http://ondinecheznanou.blogspot.com>
- Liloue <http://dame-bio.fr>
- Dorian <http://doriannn.blogspot.com>
- Pascale Weeks <http://scally.typepad.com>

- Rédactrice en chef : Mamina www.mamina.fr
- Conception & maquette : Carole www.altergusto.fr
- Photographie : Marie Viennot <http://lespetitsplatsdetrinidad.blogspot.com>
Pg 1, 6, 7, 18, 19, 24, 25, 40, 41

Site Web : www.yummymagazine.fr
Nous contacter : contact@yummy-magazine.fr

Prochain numéro le 15 juin 2012

Proposez vos recettes sur www.yummymagazine.fr jusqu'au 31 mai



- ❖ Légume de saison : La tomate
- ❖ Fruit de saison : La pêche
- ❖ Zoom sur ... : Le cheesecake
- ❖ Recette Express : Les salades de fruits