

25 Juin 2025 Réinscriptions

Couscous frais au poulet et petits légumes croquants

(6 pers)

Ingrédients

300 g de semoule de couscous

2 blancs de poulet

2 côtes de céleri (du jardin pour moi)

12 radis (du jardin aussi)

2 carottes

2 gousses d'ail

le jus d'1/2 citron

1 bouquet d'herbes fraîches (persil, menthe, basilic..)

10 cl d'huile d'olive

Sel et poivre

Déroulement

Couper les blancs de poulet en dés. Les saler et les poivrer. Les faire sauter à la poêle pendant 8 minutes dans deux cuillères d'huile.

Préparer les graines à couscous selon les indications sur l'emballage (dans l'eau bouillante salée + un peu de beurre etc..)

Nettoyer les radis et éliminer les queues. Les émincer. Tailler le céleri et les carottes en dés (en brunoise pour moi).

Ciseler les herbes et les mélanger dans un saladier avec le reste de l'huile, le jus de citron, l'ail pressé, du sel et du poivre.

Ajouter les dés de poulet et bien mélanger. Incorporer les légumes et le couscous. Bien mélanger à nouveau.

Laisser reposer une heure au frigo. Servir frais.

Rillettes de lapin maison

Ingrédients

1 lapin coupé en morceaux (je prends les os de mon lapin pour la terrine)

500 g de graisse d'oie ou de saindoux

500g d'échine de porc

4 gousses d'ail

1 branche de thym

1 feuille de laurier

Sel et poivre du moulin

Faites fondre 1 ou 2 c. à s. de graisse d'oie dans une cocotte.

Ajoutez les morceaux de lapin et laissez-les dorer très légèrement, en les retournant plusieurs fois.

Glissez le thym, le laurier et les gousses d'ail entières entre les morceaux, puis ajoutez le reste de la graisse d'oie et chauffez doucement jusqu'à ce qu'elle soit complètement fondue.

Salez et poivrez, couvrez la cocotte et laissez cuire pendant environ 3 h, à feu aussi doux que possible, jusqu'à ce que la chair se sépare aisément des os.

Retirez du feu.

Égouttez les morceaux de lapin et le porc posez-les sur un plat.

Prenez-les l'un après l'autre, détachez la chair des os à la main et mettez-la dans un grand saladier.

Versez une louche de la graisse de cuisson encore chaude et travaillez vivement le mélange à la fourchette pour effiloche la chair et homogénéiser l'ensemble.

Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.

Mettez les rillettes dans une terrine en tassant bien.

Laissez refroidir puis recouvrez d'une couche de graisse fondue.

•

Terrine de lapin

Ingrédients

1 kilo de chair de lapin.

500 g d'échine de porc.

1 kilo de farce à petits gibiers.

3 cl de cognac.

20 g de farine.

2 œufs entiers battus.

1Coeur de lapin

1Foie de lapin

2cuil. à soupe Cognac

1Belle crépine de porc

200g Barde de lard(la couenne crue

4 oignons émincés

1 tête d'ail, pelée et dégermée

1 bouquet de persil (que les feuilles, ne surtout pas mettre les tiges)

200 ml de vin blanc sec ou du Calvados

Thym effeuillé

Feuilles de laurier

ASSAISONNEMENT par kilo de viande :

20 g de sel gris égrugé.

3 g de mixture – voir mixture.

2 g de poivre pulvérisé. 2 g d'épices fines.

Muscade râpée.

Déroulement

Désosser et dénervé le lapin, détailler les chairs de lapin et de porc en cubes de 2 centimètres carrés, les mélanger avec l'assaisonnement et le cognac, mettre en terrine en tassant légèrement, couvrir d'une barde, tenir au frais pendant 12 Faire revenir les oignons émincés dans un peu de beurre, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. Réserver.
Couper les viandes en lanières et réserver.

Dans le hache-viande, passer les viandes, les oignons, l'ail et le persil en les intercalant. Mettre le hachis dans un grand saladier.

Ajouter le sel, le poivre au goût, le thym et le vin blanc.

Mélanger bien avec les mains.

PROCÉDÉ. – Manier la farce – voir farce à petits gibiers – avec les œufs battus, puis avec la farine et enfin avec les chairs marinées.

EMBALLAGE. – Emballer l'appareil dans une terrine préalablement tapissée de bardes minces, en couches plus ou moins épaisses, alternées de tranches minces de gorges de porc, fermer et pater d'une barde un peu épaisse, mais non nerveuse. Couvrir la terrine de son couvercle.

Cuison. – Placer la terrine dans une plaque à four garnie d'eau chaude, cuire à four de chaleur moyenne à raison de 2 heures pour une terrine d'un kilo, partant de l'ébullition.

La cuisson à point, sortir le pater, le retourner sur plateau, laisser égoutter pendant 10 minutes, pendant ce temps, nettoyer la terrine, replacer le pater dans sa terrine et remplir de bon jus au fumet de lapin – voir fumet, remettre au four et cuire doucement pendant une demi-heure.

Sortir la terrine, laisser absorber pendant une demi-heure, charger d'une planchette et d'un léger poids, laisser refroidir. Après refroidissement, nettoyer la terrine, appuyer légèrement sur les bouffissures des bardes, garnir entièrement le pater d'une épaisseur de saindoux ou gelée assez chaud d'un centimètre environ, laisser prendre.

Pain de thon, sauce mayonnaise

(8 pers)

Ingrédients

Pour le pain de thon

500 g de thon au naturel en boîte

8 œufs

100 g de crème fraîche

80 g de farine
Ciboulette ciselée- sel, poivre
Pour la mayonnaise

4 jaunes d'oeufs
6 dl d'huile de colza
Sel, poivre, 1 filet de jus de citron éventuellement

Déroulement

Egoutter le thon, l'écraser à la fourchette et le malaxer avec les oeufs, la crème, la farine et la ciboulette (facultatif). Assaisonner le tout et verser dans un moule à cake bien beurré. Faire cuire à four th 180°, au bain-marie, pendant 1 heure. En cours de cuisson, vous pourrez protéger le dessus avec du papier aluminium.

Préparer la mayonnaise

Terminer par un filet de jus de citron éventuellement.

Servir cette sauce avec le pain de thon froid, avec une bonne salade verte par exemple.

Terrine de Légumes parmesane

(5 pers) (terrine de 500 ml)

Ingrédients

15 ml d'huile d'olive
200 g de Julienne de légumes surgelés
1/2 poivron rouge
25 ml d'eau
1 oeuf
25 ml de crème liquide
35 g de parmesan râpé
30 g de farine
5g de levure chimique
Sel et poivre, 1 pincée de piment d'Espelette

Déroulement

Faire préchauffer le four à 190°C sans la grille.

Faire chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse. Ajouter la julienne de légumes, le poivron épluché et coupé en petites dés, l'eau et faire cuire 15 minutes. Il ne faut plus qu'il y ait de liquide en fin de cuisson. Laisser en attente et laisser tiédir. Dans un saladier, verser les légumes tièdes, l'oeuf entier, la crème liquide, le parmesan râpé et mélanger à l'aide d'une spatule.

Ajouter la farine mêlée à la levure, le sel, le poivre, le piment d'Espelette et bien mélanger l'ensemble.

Poser la terrine sur la grille froide du four et le remplir de la préparation. Faire cuire 25 minutes et laisser reposer 10 minutes avant de démouler.

Vinaigrette
Salade de Tomates & carottes râpées
Roti de porc
Fromage-salade verte

Gâteau moelleux au chocolat

Ingrédients

200 g de chocolat noir 50% de cacao, détaillé en morceaux
180 g de sucre en poudre
180 g de beurre, détaillé en morceaux
50 g de farine
1 pincée de sel
3 œufs

Déroulement

Préchauffer le four à 190 °C (Th. 6-7). Beurrer un moule à manquer (Ø 20 cm) et réserver.

Version Thermomix

Mettre le chocolat, le sucre et beurre dans le bol, puis faire fondre 5 min/60°C/vitesse 2.

Ajouter la farine, le sel et les œufs, puis mixer 15 sec/vitesse 5. Transvaser la préparation dans le moule préparé, puis enfourner et cuire 35 minutes à 190 °C. Laisser tiédir avant de servir.

Version classique

Mettre au micro-ondes beurre et chocolat coupé en morceaux environ 1,30mn

Batteur électrique pour sucre, le mélange tiède, ajouter les œufs entiers, laisser blanchir au moins 3mn, ajouter la farine et le sel et batteur électrique.

La suite comme ci-dessus.

Crumble aux pommes et fruits rouges

Ingrédients

50 g d'amandes en poudre
175 g de farine
225 g de cassonade
125 g de beurre demi-sel en morceaux
125 g de framboises
125 g de myrtilles
300 g de pommes en cubes.

Déroulement

Préchauffer le four à 180 °C (Th. 6).
Dans le bol, placer les amandes, la farine, la cassonade, le beurre et mélanger 15 sec/vitesse 5.
Mélanger les fruits rouges rapidement dans un bol à part. Dans le plat à gratin, répartir les pommes et les fruits rouges. Ajouter le crumble par-dessus. Enfourner pour 30 min à 180 °C, puis servir tiède ou froid.

Moelleux Frangipane au Rhum

Ingrédients

Poudre d'Amande 200 g.
Beurre Fondu : 150 g.
Œufs Frais 3.
Sucre Blanc 160 g.
Rhum Ambré 4 cuillères à soupe

Déroulement

Préchauffer et Préparer le Moule
Préchauffez votre four à 180°C (thermostat 6) en chaleur tournante (si possible) ou convection naturelle.
Chemisez un moule à manqué ou un moule à cake avec du papier cuisson. Cela facilitera le démoulage et évitera que le gâteau ne colle. Vous pouvez également beurrer et fariner le moule si vous préférez.

Mélanger les Ingrédients Secs :

Dans un saladier, mélangez la poudre d'amande et le sucre blanc.

Ajouter Les Œufs

Ajoutez les œufs entiers un à un au mélange poudre d'amande-sucre.

Battez bien au fouet après chaque ajout, jusqu'à obtenir une préparation homogène et légèrement mousseuse.

Incorporer Le Beurre Fondu et Le Rhum

Faites fondre le beurre au micro-ondes ou dans une casserole à feu doux. Laissez-le tiédir légèrement avant de l'utiliser.

Versez le beurre fondu refroidi et le rhum ambré dans la préparation.

Mélangez délicatement à l'aide d'une spatule ou d'un fouet jusqu'à ce que les ingrédients soient bien incorporés.

Cuisson

Versez la pâte dans le moule préparé.

Lissez la surface avec une spatule pour une épaisseur uniforme.

Enfournez le moelleux dans le four préchauffé et faites-le cuire pendant 25 à 30 minutes.

Vérifiez la cuisson en insérant la pointe d'un couteau au centre du gâteau : elle doit ressortir propre ou avec quelques miettes humides (mais pas de pâte liquide).

Amaretti moelleux au citron

(30 pièces)

Ingrédients

180 g amandes en poudre ou bien des amandes émondées fraîchement mixées bien finement

150 g sucre semoule

70 g blancs d'œuf, les peser

1 zeste citron jaune non traité et parfumé

1-2 càs limoncello recette maison

Sucre glace pour la finition

1 càs amande amère (arôme) facultatif

Déroulement

Préparer la pâte quelques heures à l'avance. Dans un saladier, mélanger, du bout des doigts la poudre d'amandes avec la moitié du sucre et le zeste de citron. À part dans un autre saladier ou la cuve d'un robot très propre, fouetter les blancs en neige en ajoutant en deux fois le reste de sucre.

Incorporer délicatement la moitié des blancs dans le mélange amandes puis le limoncello et le reste des blancs toujours en faisant attention à garder l'air incorporé. Les blancs vont un

peu se démonter c'est normal. On doit obtenir une sorte de pâte d'amandes très souple. Couvrir de film alimentaire et garder au frais au moins trois heures

À l'aide de mains humides, prélever de la pâte de la taille d'une noix et la rouler pour former une boule. La poser sur une plaque recouverte de film papier cuisson en l'aplatissant légèrement. Procéder de même avec le reste de pâte.

Saupoudrer de sucre glace et laisser reposer pendant qu'on réchauffe le four.

Préchauffer le four à 140-150°C (chaleur tournante) puis enfourner les biscuits 15 minutes environ : il doit se former une croûte mais ils ne doivent pas colorer. Ils seront encore un peu moelleux chauds, ils se raffermiront.

Muffins irlandais au chocolat et à la bière

Ingrédients

250 g de farine.
200 g de sucre en poudre.
1 sachet de levure chimique.
50 g de cacao en poudre.
3-4 carrés de chocolat noir.
100 g de beurre.
4 oeufs.
40 cl de bière brune de type Guinness.

Déroulement

Préchauffez votre four à 170°C.

Dans une casserole, versez $\frac{1}{4}$ de votre bière et portez-la à ébullition. Incorporez le cacao en poudre et progressivement, versez le reste de votre bière, tout en remuant pendant quelques minutes jusqu'à ce que le mélange soit uniforme, puis retirez du feu et laissez refroidir.

Dans un saladier, battez les œufs avec le sucre en poudre jusqu'à blanchiment des œufs. Une fois cette étape faite, ajoutez le beurre préalablement fondu. Incorporez la bière au cacao, la farine, la levure et enfin le chocolat fondu dans votre préparation et mélangez jusqu'à ce que celle-ci soit homogène.

Vous pouvez verser la préparation dans vos moules à muffins

préalablement beurrés et les enfourner le tout pendant 40-50 minutes. Pensez à surveiller la cuisson de temps en temps.

Retirez vos muffins du four et laissez reposer avant de déguster.