

# Moulinex®

cuisine companion®



---

## 1 MILLION DE MENUS

---







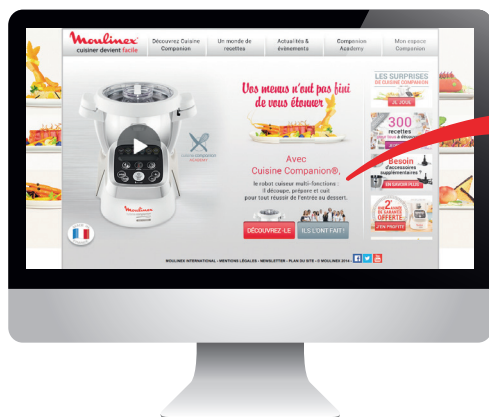
**Moulinex**<sup>®</sup>  
cuisine companion<sup>®</sup>

— 1 MILLION DE MENUS —

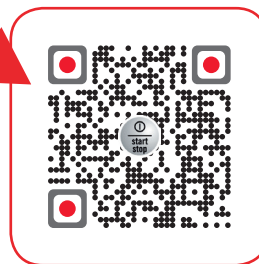


1

**WWW.CUISINECOMPANION.MOULINEX.FR**  
VISITEZ LE SITE DÉDIÉ À VOTRE NOUVEAU COMPAGN CULINAIRE



Flashez ce code  
pour accéder  
directement au site



2

**CRÉEZ GRATUITEMENT VOTRE COMPTE**  
POUR BÉNÉFICIER DE SERVICES PREMIUM

- Toutes les recettes de Cuisine Companion® consultables sur tablette ou Smartphone
- Des cours de cuisine pour devenir un pro de votre robot cuiseur
  - Des vidéos d'accompagnement



**ET TOUT AU LONG DE L'ANNÉE : DES SERVICES, DES ACTUALITÉS...**

# Moulinex®

cuisine companion<sub>robot cuiseur</sub>

GUIDE



découpe



prépare



et cuit



Sauce



Soup



Slowcook



Steam



Pastry



Dessert

6 PROGRAMMES AUTOMATIQUES



# PRISE EN MAIN RAPIDE

1

Marche - Arrêt



2

Choisir l'accessoire



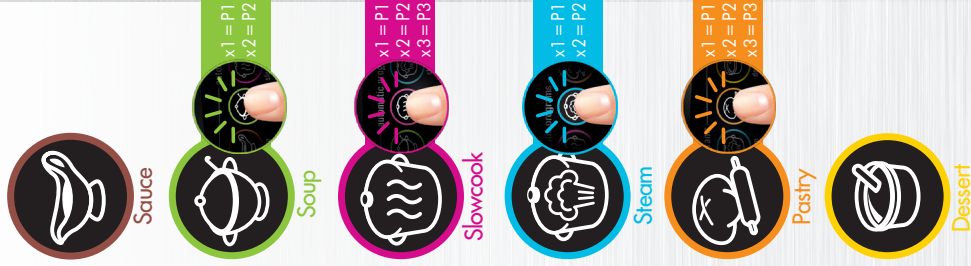
3

Verser les ingrédients



4

Sélectionner le programme



5

Démarrer le programme



6

Résultat



➤ Choisissez le mode manuel pour des réglages personnalisés de la vitesse, température et durée de cuisson

Une question ? Appelez MOULINEX SERVICE CONSOMMATEUR FRANCE au 0 974 50 10 14 prix d'un appel non surtaxé

Le tarif dépend de votre opérateur et des conditions de votre abonnement.

# Moulinex®

DEPUIS PRÈS DE 80 ANS, MOULINEX® CONÇOIT DES SOLUTIONS QUI FACILITENT LA VIE, TOUT EN GARANTISSANT UN RÉSULTAT DE QUALITÉ. EN VOUS PROPOSANT DES APPAREILS FACILES D'UTILISATION ET D'ENTRETIEN, MOULINEX® VOUS LIBÈRE DU TEMPS POUR PROFITER PLEINEMENT DE LA VIE !

CES APPAREILS VOUS PERMETTENT DE RÉALISER DES RECETTES SIMPLES ET RAPIDES POUR SIMPLIFIER LE QUOTIDIEN MAIS ILS VOUS DONNENT AUSSI L'OCCASION DE PRÉPARER DES RECETTES ORIGINALES POUR DES INSTANTS DE PLAISIR À PARTAGER AVEC VOS PROCHES.

## ÉDITORIAL

VOTRE ROBOT CUISEUR CUISINE COMPANION® A DÉSORMAIS TROUVÉ SA PLACE DANS VOTRE CUISINE ET IL S'APPRÊTE À DEVENIR VOTRE MEILLEUR ALLIÉ ! CE LIVRE VA VOUS PERMETTRE DE DÉCOUVRIR TOUTES LES POSSIBILITÉS QUE VOUS OFFRE VOTRE ROBOT ET DE COMPOSER JUSQU'À 1 MILLION DE MENUS DIFFÉRENTS ! FEUILLETEZ, CHOISISSEZ VOTRE ENTRÉE, VOTRE PLAT ET VOTRE DESSERT, PUIS LANCEZ-VOUS !

**BON APPÉTIT ET SURTOUT AMUSEZ-VOUS !**



# TOUTE LA **CRÉATIVITÉ** FRANÇAISE DANS VOTRE **CUISINE!**

---



## **DES SOLUTIONS AUDACIEUSES**

Cordons-bleus, gourmands inspirés, chefs en herbe, cuisiniers du dimanche... En France, la cuisine est l'affaire de tous et Moulinex® en est l'un des ingrédients-clés. Du moulin-légumes si malin de nos grands-mères aux robots d'aujourd'hui, les produits Moulinex® incarnent le savoir-faire culinaire français dans toute sa créativité. Comme en cuisine, le tour de main, la qualité des matières premières et une touche d'audace inspirée font la différence et signent les plus belles réalisations. Des chefs de projets aux ingénieurs, des équipes de production à celles de commercialisation, la cuisine est une passion partagée chez Moulinex®. Une passion qui ouvre l'appétit pour les bonnes choses et qui donne toujours envie de goûter à de nouvelles expériences culinaires.

## **QUI SIMPLIFIENT LA VIE...**



# COMMENT UTILISER CE LIVRE

## AUTOMATIQUE

**ŒUFS MIMOSA** N°01

**GOUGÈRES** N°02

**RISOTTO PETITS POIS ET JAMBON** N°101

**HACHIS PARMENTIER** N°102

**RIZ AU LAIT CRÈMEUX** N°201

**TARTE AU CHOCOLAT** N°202

**MANUEL**

**ENTRÉES** — N°01 - N°100

**PLATS** — N°101 - N°200

**DESSERTS** — N°201 - N°300

Avec l'aide de ce livre, composez vous-même jusqu'à 1 million de menus simples et gourmands à réaliser grâce à votre **Cuisine Companion®**. Grâce à ses astucieux bandeaux, ce livre interactif vous permet de sélectionner l'entrée, le plat et le dessert de votre choix afin de composer vos menus.

Des recettes les plus simples aux plus sophistiquées, des saveurs traditionnelles aux plats exotiques, vous trouverez le menu idéal pour chaque occasion et chaque envie! Repas de fêtes, plats légers, pour faire plaisir aux enfants...: les recettes spécifiques sont identifiées grâce à de petites étiquettes visibles en dessous des photos.

Les programmes utilisés – automatiques ou manuel – sont clairement indiqués pour chaque recette. Un coup d'œil suffit pour reconnaître le simple bouton sur lequel appuyer. Toutes les recettes sont accompa-

gnées de jolies photos qui vous guideront dans votre choix et réveilleront vos envies!

Pour vous aider dans la sélection des recettes qui composeront vos menus, un sommaire est consultable au début de ce livre (voir p. 20). Mais pour commencer, un guide pratique pour bien s'organiser en cuisine (voir p. 9) ainsi que des recettes de base (voir p. 10) et des propositions de menus thématiques (voir p. 12) qui vous permettront de briller en cuisine!

À travers ces 300 recettes, partez à la découverte des possibilités quasi infinies que vous offre votre robot **Cuisine Companion®**. Elles vous permettront d'utiliser toutes ses fonctionnalités de manière optimale et de faire de votre robot votre meilleur allié en cuisine. Une fois que la machine n'aura plus de secrets pour vous, vous pourrez vous aussi créer vos propres recettes! Cuisiner avec votre nouveau compagnon culinaire va devenir un jeu d'enfant!



## IL VOUS ACCOMPAGNE AU QUOTIDIEN POUR TOUT RÉUSSIR EN CUISINE

### POUR TOUT PRÉPARER,

de l'entrée au dessert : il cuit, mijote, cuit à la vapeur, rissole, mélange, pétrir, prépare, mixe, hache...

### 6 PROGRAMMES AUTOMATIQUES

pour vous aider dans vos premiers pas et pour vos recettes quotidiennes : sauce, mijotage, soupe, cuisson vapeur, pâtisserie et dessert.

### VOUS SOUHAITEZ POUVOIR RÉGLER

vous-même le temps ou la température de cuisson/le temps ou la vitesse de mixage ? Aucun problème, le mode manuel permet de vous approprier les recettes en les mettant à votre goût, ou même de créer vos propres recettes !

### POUR TOUTES LES CUISSONS,

des plus douces aux plus vives, et jusqu'au rissolage.

### 12 VITESSES

du mélange délicat jusqu'au mixage ultra-rapide. Fonctions Pulse et Turbo.

### UN GRAND BOL

d'une capacité totale de 4,5l (capacité utile : 2,5l) pour des recettes familiales.

### DES ACCESSOIRES ADAPTÉS

selon les préparations : un couteau pour hacher, un couteau pour pétrir et concasser, un mélangeur, un batteur et un panier vapeur.



COUTEAU HACHOIR  
ultrablade



BATTEUR



MÉLANGEUR



COUTEAU POUR  
PÉTRIR/CONCASSER



PANIER VAPEUR

# CONSEILS PRATIQUES D'ORGANISATION EN CUISINE

**LE SECRET DE LA RÉUSSITE EN CUISINE,**  
C'EST AVANT TOUT L'ORGANISATION ! QUE L'ON PRÉPARE UN REPAS RAPIDE UN JOUR DE SEMAINE OU UN MENU PLUS SOPHISTIQUE UN JOUR DE FÊTE, ON NE PEUT PAS SE PERMETTRE DE PERDRE DU TEMPS EN CUISINE. VOICI LES CLÉS D'UNE BONNE ORGANISATION.

## CHOISISSEZ VOS MENUS À L'AVANCE

Avec l'aide de votre livre 1 million de menus, prenez le temps de choisir vos recettes pour une semaine complète. Cela vous permettra de condenser vos courses en une fois par semaine et de ne pas perdre de temps lorsque vous serez pressés. Vérifiez bien ce dont vous disposez déjà dans votre cuisine et listez ce que vous devez acheter. Notez bien les quantités nécessaires pour ne rien gâcher. Prenez soin de consulter le temps de préparation et de cuisson, et de vérifier qu'il est adapté au temps dont vous disposerez le jour de la réalisation du menu.

## AVEZ DES PLACARDS BIEN GARNIS

Conservez dans vos placards des produits de base indispensables.

## FAITES VOS COURSES

Privilégiez les produits frais et de saison. Si vous avez le temps, allez au marché et chez les commerçants de votre quartier qui connaissent bien leurs produits. Si vous êtes pressés, courez au supermarché, vous y trouverez un grand nombre de produits en très peu de temps. Mais soyez attentifs à la qualité des produits que vous choisirez, la réussite de vos recettes en dépendra. Pensez également aux produits congelés, ils permettent de gagner du temps !

## PRÉPAREZ VOTRE MENU

Avant de commencer à cuisiner, lisez bien les recettes. Sortez tous les ingrédients et les ustensiles dont vous aurez besoin. Surtout soyez organisé, rangez et nettoyez au fur et à mesure pour éviter de vous laisser déborder. Heureusement, votre robot cuiseur **Cuisine Companion®** vous permet de réduire considérablement le nombre d'ustensiles à utiliser.



# LES INGRÉDIENTS DE BASE



**REMPLEZ BIEN VOS PLACARDS ET VOTRE FRIGO,**  
CES PRODUITS DE BASE VOUS PERMETTRONT DE RÉALISER LA PLUS GRANDE PARTIE DES RECETTES DE CE LIVRE. IL NE VOUS  
RESTERA PLUS QU'À COMPLÉTER AVEC LES PRODUITS FRAIS !



## HUILES ET VINAIGRES

Huile d'olive et huile neutre (colza, arachide), vinaigre blanc et un autre vinaigre (de vin, balsamique, Xérès).

## SAUCES

Sauce soja, Tabasco®, moutarde, lait de coco



## ASSAISONNEMENT, ÉPICES

Sel fin, fleur de sel, poivre, curry, cubes de bouillon (légumes, volaille), oignons, gousses d'ail

## CONSERVES

Pulpe, coulis et concentré de tomates, olives, thon

# LES INGRÉDIENTS DE BASE



## PÂTES, CÉRÉALES ET LÉGUMINEUSES

Riz basmati, riz à risotto, pâtes (selon vos goûts), semoule, lentilles, pois chiches, haricots blancs



## AU RÉFRIGÉRATEUR

Beurre, crème fraîche, crème liquide, œufs, parmesan, fromage râpé

## POUR LES DESSERTS

Farine de blé, sucre (blanc, roux, glace), miel, fruits secs (noix, amandes, noisettes), tablette de chocolat noir, poudre d'amande, cannelle, vanille

# QUELQUES IDÉES DE MENUS



## VOICI QUELQUES IDÉES DE MENUS POUR VOUS SIMPLIFIER LA VIE

### MENUS DU QUOTIDIEN POUR LE PRINTEMPS

---

Entrée N° 07 : Tzatziki  
Plat N° 101 : Risotto petits pois et jambon  
Dessert N° 249 : Banana bread

Entrée N° 26 : Salade de poulet l'asiatique  
Plat N° 176 : Tourte flamiche  
Dessert N° 229 : Crème au citron

### MENUS DU QUOTIDIEN POUR L'ÉTÉ

---

Entrée N° 29 : Caviar d'aubergines  
Plat N° 112 : Blancs de poulet mozzarella et pesto  
Dessert N° 227 : Frozen yogurt framboise

Entrée N° 73 : Gaspacho andalou  
Plat N° 114 : Tomates farcies  
Dessert N° 226 : Granité yaourt et pastèque

### MENUS DU QUOTIDIEN POUR L'AUTOMNE

---

Entrée N° 32 : Lentilles, haddock, curry  
Plat N° 156 : Curry d'agneau  
Dessert N° 270 : Muffins pommes et noisettes

Entrée N° 75 : Pissaladière  
Plat N° 119 : Purée de patate douce et jambon  
Dessert N° 218 : Mousse au chocolat

### MENUS DU QUOTIDIEN POUR L'HIVER

---

Entrée N° 49 : Cappuccino de butternut  
Plat N° 129 : Mijoté de légumes racines  
Dessert N° 201 : Riz au lait crémeux

Entrée N° 69 : Velouté de légumes d'hiver  
Plat N° 150 : Bœuf bourguignon  
Dessert N° 224 : Compote pomme cannelle





# QUELQUES IDÉES DE MENUS



## VOICI QUELQUES IDÉES DE MENUS POUR VOUS SIMPLIFIER LA VIE

### MENU DE NOËL

---

Entrée N° 21 : Foie gras vapeur  
Plat N° 123 : Ballottine de poulet & foie gras  
Dessert N° 236 : Entremets poire-chocolat

### MENU DE PÂQUES

---

Entrée N° 01 : Œufs mimosa  
Plat N° 148 : Agneau aux légumes de printemps  
Dessert N° 233 : Paris-Brest

### MENUS POUR LES ENFANTS

---

Entrée N° 18 : Muffins aux légumes  
Plat N° 116 : Nuggets de poulet aux céréales  
Dessert N° 213 : Crème dessert au chocolat

Entrée N° 20 : Blinis  
Plat N° 102 : Hachis parmentier  
Dessert N° 219 : Cookies au chocolat

Entrée N° 15 : Rillettes de thon  
Plat N° 115 : Boulettes de bœuf  
Dessert N° 276 : Gâteau marbré

### MENUS MINCEUR

---

Entrée N° 25 : Tartare de saumon  
Plat N° 125 : Pot au feu à l'asiatique  
Dessert N° 220 : Compote de pêche

Entrée N° 78 : Bouchées vapeur aux crevettes  
Plat N° 122 : Saint-Jacques aux poireaux  
Dessert N° 263 : Sorbet aux agrumes

### MENU SANS GLUTEN\*

---

Entrée N° 79 : Fèves au cumin  
Plat N° 184 : Papillotes lieu jaune et giroles  
Dessert N° 238 : Mousse de framboise

### MENU SANS LAIT\*

---

Entrée N° 45 : Houmous  
Plat N° 186 : Poulet, carottes et coriandre  
Dessert N° 274 : Gazpacho melon mangue

### MENU VÉGÉTARIEN

---

Entrée N° 65 : Velouté d'asperges  
Plat N° 132 : Quinoa à la tomate  
Dessert N° 255 : Cake châtaigne & amande

\* sous réserve de l'utilisation des ingrédients adéquats / des recettes spécifiques

# RECETTES DE BASE



---

## PÂTE À TARTE BRISÉE

Dans le bol du robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 240g de farine, 120g de beurre mou et 1 pincée de sel. Mélangez en vitesse 6. Après 30s, ajoutez 7cl d'eau et laissez tourner jusqu'à ce qu'une boule se forme (environ 2min30). Emballez dans du film alimentaire, puis laissez reposer 30min au réfrigérateur.

---

## PÂTE SABLÉE

Dans le bol du robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 300g de farine, 180g de beurre mou, 110g de sucre glace et 1 pincée de sel. Mélangez en vitesse 8 pendant 1min. Ajoutez 1 œuf, puis mélangez en vitesse 6 pendant 30s, une boule doit se former. Emballez dans du film alimentaire, puis laissez reposer 30min au réfrigérateur.

# RECETTES DE BASE



## PÂTE À PIZZA

Mettez 25 cl d'eau tiède et 20 g de levure de boulanger fraîche (ou 10 g de levure de boulanger sèche) dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser. Lancez le programme pâte **P1**. Après 30 s, ajoutez 400 g de farine, 1 pincée de sel et 2 c. à s. d'huile d'olive. À la fin du programme, étalez la pâte et garnissez-la selon vos goûts.



## PÂTE À CAKE SALÉ

Mettez 4 œufs, 170 g de farine, 1 paquet de levure chimique (11 g), 5 cl d'huile d'olive, 10 cl de vin blanc et 1 pincée de sel dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser. Lancez le programme pâte **P3**. Ajoutez ensuite la garniture souhaitée et mélangez en vitesse 4 pendant 1 min.

# RECETTES DE BASE



## PÂTE À CHOUX SALÉE

Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 25 cl d'eau, 80 g de beurre et 1 pincée de sel. Lancez le robot en vitesse 1 à 90°C pour 8 min. Ajoutez ensuite 150 g de farine et mixez en vitesse 4 pendant 2 min. Mettez la préparation dans un saladier et lavez le bol à l'eau froide afin de la faire refroidir. Remettez la préparation dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser et mixez en vitesse 5. Ajoutez 4 œufs un à un par le haut du robot et laissez tourner pendant 2 min. Utilisez aussitôt.

## BÉCHAMEL

Dans le bol du robot muni du batteur, mettez 50 g de farine avec 50 cl de lait, puis assaisonnez de sel, de poivre et de muscade. Mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Ajoutez ensuite 50 g de beurre coupé en morceaux, puis lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 8 min.

## FROMAGE RÂPÉ

Dans le robot muni du couteau hachoir **ultrablade**, mettez le fromage coupé en petits dés et mixez en vitesse 12 pendant 30 s.

## PÂTE À CHOUX SUCRÉE

Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 25 cl d'eau, 80 g de beurre, 40 g de sucre, 1 pincée de sel et mélangez en vitesse 1 à 90°C pendant 8 min. Ajoutez 150 g de farine et mélangez en vitesse 4 pendant 2 min. Mettez la pâte dans un saladier et lavez la cuve à l'eau froide pour la faire refroidir. Remettez la pâte dans le robot avec le couteau pour pétrir/concasser. Mixez en vitesse 5 et ajoutez 4 œufs un à un. Laissez tourner 2 min. Utilisez aussitôt.

## SAUCE HOLLANDAISE

Dans le robot muni du batteur, mettez 150 g de beurre coupé en petits morceaux, 4 cl de jus de citron, 4 jaunes d'œufs et 5 cl d'eau. Salez et poivrez, puis lancez le programme sauce en vitesse 6 à 70°C pour 8 min.

## BEURRE MAISON

Dans le robot muni du batteur, versez 40 cl de crème liquide à 35 % minimum de M.G., puis mixez en vitesse 7 pendant 7 min. Récupérez le beurre et donnez-lui la forme que vous souhaitez. Avec le liquide restant (le babeurre), vous pouvez réaliser des boissons ou des pâtisseries.

# RECETTES DE BASE



## SAUCE AU POIVRE

Dans le robot muni du batteur, mettez 1 c. à c. de poivre concassé, 1 cl de cognac, 10 cl de crème liquide, 1 c. à c. de fond de veau et 1 c. à c. de farine. Ajoutez 15 cl d'eau, mixez en vitesse 6 pendant 10 s, puis lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 12 min.

Servez avec des steaks.

## SAUCE MOUTARDE (POUR UN RÔTI DE PORC)

Dans le robot muni du couteau hachoir **ultrablade**, mettez 2 échalotes, puis mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Remplacez le couteau par le mélangeur, raclez les parois et ajoutez 2 cl d'huile. Lancez le programme mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Délayez 1 c. à s. de fond de veau déshydraté et 1 c. à c. de Maïzena® dans 25 cl d'eau, puis ajoutez dans le robot. Lancez le programme sauce en vitesse 4 pendant 8 min à 90°C. Ajoutez ensuite 125 g de crème épaisse et 1 c. à s. de moutarde, puis relancez le programme sauce en vitesse 6 pendant 8 min à 90°C.

## SAUCE BÉARNAISE

Dans le robot muni du couteau hachoir **ultrablade**, mettez 2 échalotes épluchées et 30 feuilles d'estragon, puis mixez en Turbo pendant 10 s. Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez 6 cl de vin blanc et 4 cl de vinaigre, puis lancez le robot en vitesse 3 à 95°C pour 15 min. Quand les échalotes sont cuites, remplacez le mélangeur par le batteur et ajoutez 6 cl d'eau, 4 jaunes d'œufs et 170 g de beurre coupé en morceaux. Salez et poivrez, puis lancez le programme sauce en vitesse 6 à 70°C pour 8 min avec le bouchon.

## SAUCE TOMATE

Épluchez 1 oignon et 2 gousses d'ail puis coupez-les en quatre. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir **ultrablade**. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Remplacez le couteau par le mélangeur, raclez les bords et ajoutez 5 cl d'huile. Lancez le programme mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Remplacez le racleur par le couteau hachoir **ultrablade**, puis ajoutez 700 g de tomates fraîches coupées en quartier, 1 c. à c. d'origan, 20 g de sucre, 1 c. à s. de concentré de tomate, 10 cl d'eau, salez et poivrez. Lancez le programme mijoté P3 à 100°C pour 20 min. En fin de cuisson, mixez en vitesse 12 pendant 1 min.





---

## LES RECETTES

---





**ENTRÉES**



**PLATS**



**DESSERTS**





## ENTRÉES

Accras de morue .....	N°34	Bouillon de poulet .....	N°24	Crème de fenouil & saumon .....	N°52
Arancini croquettes de risotto .....	N°82	Bretzels .....	N°55	Crème de lentilles au lard ...	N°08
Asperges à la flamande .....	N°83	Bricks au poulet épicé .....	N°35	Crème de poivrons au chorizo .....	N°61
Aubergines à la parmesane .....	N°54	Cake figues, jambon, noix ...	N°43	Crème de roquefort et poire .....	N°51
Bisque de crevettes .....	N°59	Cake potiron, comté, bacon .....	N°42	Crème de topinambours aux cèpes .....	N°62
Blinis .....	N°20	Cake tomates séchées, olives, feta .....	N°04	Crèmes royales au foie gras .....	N°23
Bortsch .....	N°60	Caldo verde .....	N°84	Crevettes sauce cocktail ...	N°85
Bouchées vapeur aux crevettes .....	N°78	Cappuccino de butternut ...	N°49	Croquettes .....	N°36
		Caviar d'aubergines .....	N°29		
		Champignons à la grecque ..	N°14		

## PLATS

Agneau aux légumes de printemps .....	N°148	Bœuf strogonoff .....	N°151	Chicons au gratin .....	N°187
Ballottines de poulet & foie gras .....	N°123	Bolognaise .....	N°118	Chili classique .....	N°154
Blancs de poulet, mozzarella et pesto .....	N°112	Bouchées à la reine .....	N°135	Chou farci .....	N°177
Blanquette de lotte .....	N°143	Bouillon de bœuf .....	N°124	Chou farci à la russe .....	N°153
Blanquette de veau .....	N°106	Boulettes allemandes .....	N°193	Colombo de poisson .....	N°144
Blé comme un risotto .....	N°131	Boulettes de bœuf .....	N°115	Couscous de légumes .....	N°127
Bœuf au saté .....	N°149	Bucatini all'amatriciana .....	N°170	Couscous de poulet express .....	N°107
Bœuf bourguignon .....	N°150	Buns pour burger .....	N°169	Croquettes Pojarski .....	N°155
		Canard à l'orange .....	N°152	Curry d'agneau .....	N°156
		Cannellonis .....	N°136	Curry de crevettes .....	N°145
		Carbonade flamande .....	N°194	Curry de lentilles corail ...	N°138

## DESSERTS

Amarettis .....	N°267	Cake au caramel beurre demi-sel .....	N°217	Chutney de mangue .....	N°295
Banana Bread .....	N°249	Cake châtaigne & amande .....	N°255	Clafoutis rhubarbe .....	N°278
Blondie au chocolat blanc et fruits rouges .....	N°258	Cake poires & noisettes .....	N°257	Compote de pêche .....	N°220
Brioche .....	N°207	Carrot Cake .....	N°251	Compote pomme cannelle .....	N°224
Brioche de Pâques .....	N°265	Charlotte aux fraises .....	N°252	Confiture de fruits rouges .....	N°300
Brioche de Pâques russe ..	N°246	Cheesecake .....	N°204	Cookies au chocolat .....	N°219
Brioche roulée au chocolat .....	N°264	Chocolat chaud .....	N°210	Coulis de fruits rouges .....	N°297
Brownie aux noix de pécan .....	N°203	Chouquettes .....	N°211	Cramique .....	N°280
		Churros sauce chocolat ...	N°279	Crème anglaise .....	N°215
				Crème au citron .....	N°229

Croquettes de crevettes grises .....	N°86	Foie gras vapeur .....	N°21	Millefeuille d'épinards à la grecque.....	N°28
Croquettes de morue portugaises.....	N°90	Fougasse.....	N°10	Minestrone.....	N°72
Croquettes riz & mozzarella .....	N°40	Frittata aux courgettes .....	N°37	Mouliné de légumes au gruyère .....	N°17
Empanadas.....	N°87	Gaspacho andalou .....	N°73	Mousse de foies de volaille au porto.....	N°06
Falafels .....	N°41	Gougères .....	N°02	Mousse de saumon en verrine .....	N°09
Feuilletés au fromage.....	N°12	Guacamole .....	N°05	Muffins aux légumes .....	N°18
Fèves au cumin.....	N°79	Houmous.....	N°45	Naans au fromage.....	N°56
Flan aux légumes .....	N°27	Lentilles, haddock et curry .....	N°32	Œufs Mimosa.....	N°01
Flan de carottes au cumin ...	N°53	Mayonnaise.....	N°44		
		Mayonnaise allégée .....	N°58		
Dinde au chorizo.....	N°178	Haddock à la julienne de carotte.....	N°180	Mijoté espagnol au chorizo .....	N°196
Encornets à l'américaine....	N°161	Jardinière de légumes .....	N°128	Morue au pil pil.....	N°190
Épinards à la crème.....	N°140	Joue de bœuf au vin rouge et légumes d'hiver .....	N°157	Nuggets de poulet aux céréales.....	N°116
Farce de Noël .....	N°121	Lapin à la bière.....	N°198	Osso bucco.....	N°160
Filets de sole à l'ostendaise. N°197		Lapin aux pruneaux.....	N°158	Pain de viande.....	N°172
Galettes de pomme de terre .....	N°179	Lasagnes.....	N°103	Papillotes de cabillaud, miel et citron confit.....	N°183
Goulash .....	N°139	Maca'cheese .....	N°117	Papillotes lieu jaune et girolles .....	N°184
Gratin de blettes à la béchamel.....	N°137	Mijoté de lapin à la citronnelle.....	N°159	Patatas bravas.....	N°141
Gratin de morue .....	N°191	Mijoté de légumes racines .....	N°129	Pâtes carbonara.....	N°108
Hachis parmentier .....	N°102				
Crème brûlée à la vanille ...	N°235	Financiers .....	N°239	Gâteau au yaourt et aux fruits secs.....	N°254
Crème catalane .....	N°234	Flan coco .....	N°240	Gâteau aux pommes.....	N°248
Crème dessert au chocolat .....	N°213	Flan pâtissier.....	N°241	Gâteau brioché de Noël .....	N°289
Crêpes.....	N°214	Fondant au chocolat .....	N°259	Gâteau de semoule .....	N°290
Crumble aux pommes .....	N°228	Fondant aux noix.....	N°244	Gâteau marbré .....	N°276
Éclairs vanille .....	N°282	Fondant ricotta & abricots.....	N°253	Gaufres.....	N°205
Entremets poire-chocolat... N°236		Frozen yogurt framboise ...	N°227	Gaufres de Liège.....	N°284
Entremets vanille fruits rouges.....	N°250	Galette des rois pomme-noisettes.....	N°221	Gaspacho melon mangue ..	N°274
Far breton.....	N°230	Gâteau à l'orange.....	N°277	Gelée de poire .....	N°294
Fiadone .....	N°243	Gâteau au fromage blanc ..	N°247	Glace à la ricotta .....	N°260

Olive ascolane.....	N°38	Pissaladière.....	N°75	Salade de poulet asiatique...	N°26
Pain à la châtaigne.....	N°97	Poireaux vinaigrette.....	N°30	Salade de poulpe.....	N°92
Pain aux céréales.....	N°98	Poivrons farcis.....	N°33	Samossas à la viande.....	N°39
Pain aux lardons et au comté.....	N°03	Pommes de terres sauce piquante.....	N°89	Scones cheddar & ciboulette.....	N°13
Pain blanc et beurre de paprika.....	N°99	Quenelles autrichiennes.....	N°96	Sopa Juliana.....	N°94
Pain sans gluten.....	N°100	Quiche au fromage de Maredsous.....	N°91	Soufflés au fromage.....	N°31
Palourdes au citron.....	N°81	Rillettes de thon.....	N°15	Soupe de poulet aux vermicelles.....	N°95
Pâté marmite.....	N°80	Sablés apéritif.....	N°16	Soupe froide tomate & piquillos.....	N°77
Pesto.....	N°57	Salade de fruits de mer.....	N°93	Soupe géorgienne.....	N°63
Pesto rouge.....	N°48	Salade de pommes de terre.....	N°11		
Pâtes fraîches.....	N°171	Poulet comme un tajine, citron confit et coriandre... N°164		Quenelles de pomme de terre.....	N°134
Paupiettes express.....	N°104	Poulet, carottes et coriandre.....	N°186	Quiche lorraine.....	N°111
Pavé de saumon au pesto.....	N°185	Poulet, tomates et champignons.....	N°165	Quinoa à la tomate.....	N°132
Petit salé aux lentilles.....	N°110	Purée de carottes à l'orange.....	N°174	Ratatouille.....	N°105
Piperade.....	N°142	Purée de pomme de terre.....	N°109	Risotto classique.....	N°181
Pizza Regina.....	N°120	Purée patate douce et jambon.....	N°119	Risotto d'été.....	N°133
Polenta.....	N°113	Quenelles courgettes et saumon.....	N°146	Risotto petits pois et jambon.....	N°101
Pot au feu à l'asiatique.....	N°125			Rougail saucisses.....	N°192
Pot-au-feu portugais.....	N°195			Roulade de poisson blanc au citron.....	N°126
Poulet aux noix de cajou....	N°162			Roulade de poulet farci.....	N°188
Poulet basquaise.....	N°163				
Granité yaourt et pastèque.....	N°226	Muesli aux fruits secs.....	N°231	Paris-Brest.....	N°233
Îles flottantes.....	N°237	Muffins pommes & noisettes.....	N°270	Pâte à tartiner à la noisette.....	N°296
Kouglof.....	N°266	Natillas.....	N°285	Pâte à tartiner au chocolat.....	N°299
Langues de chat.....	N°206	Œufs à la neige portugais.....	N°283	Perles du Japon choco-coco.....	N°261
Macarons.....	N°268	Pain d'épices.....	N°222	Porridge.....	N°232
Madeleines.....	N°269	Pain de gênes.....	N°281	Profiteroles.....	N°212
Meringues.....	N°209	Pain Viennois.....	N°298	Pudding.....	N°287
Milk-shake banane & vanille.....	N°216	Pancakes.....	N°291	Riz au lait crémeux.....	N°201
Mousse au chocolat.....	N°218	Panellets.....	N°286	Rochers à la noix de coco.....	N°271
Mousse de framboise.....	N°238	Panna Cotta.....	N°242		



Soupe glacée à la betterave .....	N°74	Velouté de champignons .....	N°67
Soupe russe .....	N°64	Velouté de châtaignes au foie gras .....	N°22
Tapenade d'artichauts .....	N°46	Velouté de chou-fleur .....	N°68
Tarama .....	N°47	Velouté de courgette au Kiri® .....	N°19
Tartare de saumon .....	N°25	Velouté de légumes d'hiver .....	N°69
Terrine de campagne .....	N°76	Velouté de pois cassés au chorizo .....	N°70
Truite saumonée au vert .....	N°88	Velouté de potiron .....	N°71
Tzatziki .....	N°07	Verrines pêche et magret fumé .....	N°50
Velouté d'asperges .....	N°65		
Velouté de brocoli au bleu .....	N°66		



Saint-Jacques aux poireaux .....	N°122	Velouté de pois .....	N°199
Saltimbocca .....	N°166	Vitello tonnato .....	N°168
Sauce aux 4 fromages .....	N°175	Waterzooï de poulet .....	N°200
Soupe de légumes .....	N°182		
Tagliatelles de légumes .....	N°189		
Tajine d'agneau .....	N°167		
Tajine de légumes .....	N°130		
Tajine de lotte .....	N°147		
Tartare de bœuf .....	N°173		
Tomates farcies .....	N°114		
Tourte flamiche .....	N°176		



Rosquillas – beignets espagnols .....	N°288	Tarte au chocolat .....	N°202
Sablés de Noël .....	N°223	Tarte aux mirabelles .....	N°275
Sablés sans gluten .....	N°272	Tiramisu .....	N°208
Smoothie à la mangue .....	N°256	Truffes chocolat-marron .....	N°245
Smoothie banane lait de coco .....	N°292	Truffes faciles .....	N°293
Sorbet aux agrumes .....	N°263		
Sorbet aux fruits rouges .....	N°225		
Soufflé au Grand Marnier® .....	N°262		
Spéculoos .....	N°273		





## ŒUFS MIMOSA

N° 01



6 GROS ŒUFS • 1 JAUNE D'ŒUF • 1 C. À C. DE MOUTARDE • 1 C. À C. DE VINAIGRE BLANC • 15cl HUILE NEUTRE • 5 BRINS DE CIBOULETTE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Versez de l'eau dans la cuve du robot jusqu'au niveau 0,7L, mettez les œufs dans le panier et lancez le programme vapeur pour 20min. À la fin de la cuisson, faites refroidir les œufs et la cuve.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez le jaune d'œuf, la moutarde et le vinaigre. Salez et poivrez. Réglez le robot en vitesse 7 et versez progressivement l'huile. Une fois que la mayonnaise est montée, arrêtez le robot.
- 3 Écalez puis coupez les œufs en deux. Mettez les jaunes dans un saladier et les blancs sur une assiette. Écrasez les jaunes à l'aide d'une fourchette et ajoutez la mayonnaise. Mélangez, puis garnissez les blancs de cette préparation. Au moment de servir, décorez avec des brins de ciboulette.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 1 c. à s. de thon au naturel ou encore de jambon.



## RISOTTO PETITS POIS ET JAMBON

N° 101



300 g RIZ ARBORIO • 1 ÉCHALOTE • 5 cl HUILE D'OLIVE • 8 cl VIN BLANC • 90cl BOUILLON DE VOLAILLE • 170g PETITS POIS SURGELÉS • 30g PARMESAN RÂPÉ • 80g JAMBON DE PARME

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez l'échalote et coupez-la grossièrement. Mettez-la dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Remplacez le couteau par le mélangeur. Versez l'huile d'olive dans le robot et lancez le programme Mijoté P1 sans le bouchon à 130°C pendant 7 min.
- 2 Lorsque le minuteur indique qu'il reste 4 min, ajoutez le riz. Lorsqu'il ne reste qu'1 min, ajoutez le vin blanc.
- 3 À la fin du programme, versez le bouillon de volaille et lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pendant 22 min, puis mettez le bouchon. 10 min avant la fin de la cuisson, ajoutez les petits pois.
- 4 À la fin de la cuisson, ajoutez le parmesan et le jambon coupé en morceaux et mélangez délicatement. Rectifiez l'assaisonnement et servez sans attendre.



## RIZ AU LAIT CRÉMEUX

N° 201



160g RIZ ROND (À DESSERT) • 1L LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 50g CRÈME FLEURETTE • 70g SUCRE • 1 C. À S. D'ARÔME VANILLE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN – REPOS 2 h 30

- 1 Dans le robot muni du mélangeur, mettez le lait, la crème fleurette, le sucre et l'arôme vanille. Faites cuire en vitesse 3 à 95°C pendant 8 min sans le bouchon.
- 2 Ajoutez ensuite le riz et faites cuire en vitesse 3 à 95°C pendant 30 min toujours sans le bouchon.
- 3 À la fin de la cuisson, laissez reposer le riz pendant 30 min environ.
- 4 Transvasez dans un saladier, couvrez de film alimentaire, puis entreposez au réfrigérateur au moins 2 h avant de servir.

**CONSEIL** - Ajoutez un peu d'eau de fleur d'oranger ou un zeste d'agrumes.





## GOUGÈRES

N° 02



80 g BEURRE • 150 g FARINE • 4 ŒUFS • 150 g COMTÉ RÂPÉ • 1 PINCÉE DE NOIX DE MUSCADE RÂPÉE • SEL • 25 cl EAU

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 25 cl d'eau, le beurre et le sel, puis faites fonctionner en vitesse 3 à 90°C pendant 8 min. Ajoutez la farine et mixez en vitesse 6 pendant 2 min. Transvasez la préparation dans un saladier et lavez le bol à l'eau froide pour le refroidir.
- 2 Remettez la préparation dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser et faites fonctionner en vitesse 7. Ajoutez les œufs un à un et laissez tourner 2 min. Ajoutez 120 g de comté râpé et la muscade, puis laissez tourner 1 min supplémentaire.
- 3 Mettez une feuille de papier cuisson sur la plaque du four. À l'aide d'une cuillère, déposez des petits tas de pâte sur la plaque. Saupoudrez du reste de comté. Enfourez pour 18 à 20 min. Dégustez tiède ou froid.

**CONSEIL** - En variant les fromages vous variez les goûts !



## HACHIS PARMENTIER

N° 102



1 OIGNON • 350 g VIANDE CUITE (RESTES) • 10 cl COULIS DE TOMATE • 10 BRANCHES DE PERSIL PLAT • 800 g POMMES DE TERRE • 150 g BEURRE SALÉ + UN PEU POUR LE PLAT • 50 g FROMAGE RÂPÉ (FACULTATIF) • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Préchauffez le four à 220°C (th.7). Épluchez l'oignon et mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en Turbo pendant 10 s. Ajoutez la viande, le coulis de tomate et le persil, puis mixez en Turbo pendant 20 s. Ramenez la préparation vers le centre à l'aide d'une spatule et mixez 10 s.
- 2 Beurrez un plat à gratin et versez-y la préparation. Nettoyez le robot.
- 3 Épluchez les pommes de terre et coupez-les en gros dés. Versez 0,7 L d'eau dans le robot et mettez les pommes de terre dans le panier vapeur. Lancez le programme vapeur pour 30 min.
- 4 Videz l'eau, dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les pommes de terre cuites et le beurre, puis mixez en vitesse 6 pendant 1 min 30. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement selon vos goûts.
- 5 Répartissez la purée sur la viande et recouvrez de fromage râpé. Enfourez pour 15 min. Servez chaud.



## TARTE AU CHOCOLAT

N° 202



1 PÂTE SABLÉE (VOIR P. 14) • 250 g CHOCOLAT NOIR • 20 cl CRÈME LIQUIDE BIEN FROIDE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN – REPOS 2 H

- 1 Préchauffez le four à 210°C (th. 6-7). Étalez la pâte, mettez-la dans un moule à tarte beurré et couvrez d'une feuille de papier cuisson. Recouvrez de légumes secs et enfourez pour 15 min. Enlevez ensuite le papier, faites cuire à nouveau 10 min, puis laissez refroidir la pâte.
- 2 Mettez la crème liquide dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser et faites chauffer à 70°C en vitesse 4 pendant 5 min.
- 3 Au bout de 2 min 30, ajoutez le chocolat en morceaux. Quand le temps est écoulé, mixez en vitesse 5 pendant 30 s. Versez le mélange sur la pâte et réservez au frais pendant 2 h.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des oranges confites ou des framboises fraîches sur la tarte au moment de servir.



## PAIN AUX LARDONS ET AU COMTÉ — N° 03



5g LEVURE DE BOULANGER SÈCHE • 20cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 350g FARINE • 6g SEL • 45g BEURRE À TEMPÉRATURE AMBIANTE • 180g COMTÉ • 100g LARDONS

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 30 MIN – REPOS 2 H

- 1 Dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser, mettez la levure et le lait. Faites tiédir à 40°C en vitesse 5 pendant 3 min. Ajoutez ensuite la farine, le sel et le beurre. Lancez le programme Pâte P1.
- 2 Pendant ce temps, coupez le comté en lamelles. Quand la pâte est prête, sortez-la du robot et déposez-la sur une plaque recouverte de papier cuisson.
- 3 Étalez-la de façon à former un rectangle. Ajoutez au centre un tiers du comté et des lardons et refermez la pâte. Recommencez l'opération 2 fois, très délicatement. Couvrez d'un torchon et laissez la pâte pousser à l'abri des courants d'airs pendant 2h. Au bout de 1h45, préchauffez le four à 200°C (th.6-7).
- 4 Enfourez pour 20 à 30 min environ.



## LASAGNES — N° 103



300g VIANDE DE BŒUF HACHÉE • 1 GOUSSE D'AIL • 1 OIGNON • 5cl HUILE D'OLIVE • 500g TOMATES PELÉES ET ÉGOUTTÉES (EN CONSERVE) • 10g ORIGAN • 50g FARINE • 50g BEURRE • 50cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 PINCÉE DE MUSCADE • 1 BOITE DE LASAGNES PRÉCUITES • 100g GRUYÈRE RÂPÉ

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 1 H 20

- 1 Épluchez l'oignon et l'ail, mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, puis mixez-les en vitesse 11 pendant 10s. Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez l'huile et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Ajoutez la viande, les tomates et l'origan. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 90°C pour 35 min. Réservez la sauce et lavez le robot.
- 2 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Dans le robot muni du batteur, mettez la farine, le lait et la muscade. Salez et poivrez. Mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Ajoutez le beurre et lancez le programme sauce à 90°C en vitesse 4 pendant 8 min.
- 3 Huilez un plat à gratin et versez un peu de sauce tomate. Couvrez de lasagnes, ajoutez de la sauce tomate, de la béchamel et du gruyère. Renouvelez l'opération jusqu'à épuisement, en finissant par le gruyère. Enfourez pour 25 à 30 min.



## BROWNIE AUX NOIX DE PÉCAN — N° 203



200g CHOCOLAT NOIR • 200g BEURRE DEMI-SEL • 160g SUCRE • 80g FARINE • 4 ŒUFS • 1 C. À C. DE LEVURE CHIMIQUE • 100g NOIX DE PÉCAN

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Mettez le beurre en cubes et le chocolat en morceaux dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser. Faites fonctionner en vitesse 3 à 45°C pendant 10 min.
- 2 Raclez les bords du bol et ajoutez le sucre, la farine, les œufs, la levure et les noix de pécan. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Tapissez un moule carré de papier cuisson. Versez-y la pâte et enfourez. Faites cuire pendant 20 à 30 min environ.
- 4 À la fin de la cuisson, laissez refroidir, puis démoulez.

**CONSEIL** - Pistaches, noisettes, amandes... ou même un mélange des trois vous permettent de varier les goûts de ce dessert. Si vous souhaitez retrouver de gros morceaux de noix dans le brownie, ajoutez-les à la fin du programme et mélangez rapidement à la spatule.





## CAKE TOMATES SÉCHÉES OLIVES, — N° 04 FETA



150g TOMATES SÉCHÉES • 4 ŒUFS • 200g FARINE • 1 PAQUET DE LEVURE CHIMIQUE (11g) • 5cl HUILE D'OLIVE • 10cl VIN BLANC • 2 C. À S. D'OLIVES VERTES OU NOIRES • 100g FETA • 3 PINCÉES DE FLEUR DE SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser, mettez les œufs, la farine, l'huile d'olive, la levure, le vin blanc et le sel. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Tapissez un moule à cake de papier cuisson.
- 4 À la fin du programme, ajoutez les tomates séchées, les olives et la feta, puis mélangez en vitesse 6 pendant 1 min.
- 5 Versez la pâte dans le moule et enfournez pour 45 min environ. Si le cake se colore trop en fin de cuisson, baissez le four à 160°C (th. 5). Laissez refroidir et servez.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la feta par du fromage de chèvre ou de l'emmental et les tomates séchées par des dés de jambon.



## PAUPIETTES EXPRESS — N° 104



4 PAUPIETTES DE VEAU • 1 OIGNON • 5cl HUILE D'OLIVE • 30cl COULIS DE TOMATE • 5 BRINS D'ESTRAGON • 1 PINCÉE DE PIMENT DE CAYENNE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Épluchez l'oignon, coupez-le en quatre, puis mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez l'huile et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Ajoutez ensuite les paupiettes, le coulis de tomate, l'estragon et le piment. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 20 min.
- 4 Servez chaud.

**CONSEIL** - Pour des paupiettes à la Normande, remplacez le coulis de tomate par du bouillon et un peu de vin blanc et ajoutez 250 g de champignons et 10 cl de crème.



## CHEESECAKE — N° 204



125g BEURRE • 160g BISCUITS (DE TYPE BASTOGNE) • 600g FROMAGE FRAIS (PHILADELPHIA®, ST MÔRET) • 130g SUCRE • 2 BLANCS D'ŒUFS • 5cl JUS DE CITRON

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 35 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le beurre et faites-le fondre en vitesse 5 à 80°C pendant 3 min. Ajoutez les biscuits émiettés et mixez en vitesse 11 pendant 30 s.
- 2 Tapissez le fond d'un moule (23 cm) de ce mélange. Utilisez le dos d'une cuillère pour tasser et réservez au frais.
- 3 Rincez le robot et mettez le couteau pour pétrir/concasser. Mettez le fromage frais, le sucre, les blancs d'œufs légèrement battus et le jus de citron. Mixez en vitesse 12 pendant 40 s à 1 min. Versez cette préparation dans le moule.
- 4 Enfournez pour 30 à 35 min, la crème doit être prise. Servez froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le citron par de la vanille et servir ce dessert avec des framboises fraîches.



## GUACAMOLE

N° 05



3 AVOCATS BIEN MÛRS • 1 OIGNON ROUGE • 1 GOUSSE D'AIL • 1 C. À S. DE PULPE DE TOMATE (EN CONSERVE) • 1 C. À C. DE TABASCO® • LE JUS DE 1 CITRON VERT • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Épluchez l'oignon rouge et la gousse d'ail, puis coupez-les en quatre.
- 2 Ôtez la peau des avocats et retirez le noyau.
- 3 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon et l'ail. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 4 Ajoutez les avocats, la pulpe de tomate, le Tabasco® et le jus de citron vert, puis salez et poivrez.
- 5 Mixez en vitesse 7 pendant 30 s. Raclez les parois et mixez encore une fois si vous souhaitez une consistance plus onctueuse.
- 6 Servez frais.

**CONSEIL** - Parfait à l'apéritif, vous pouvez l'agrémenter d'herbes fraîches (ciboulette ou coriandre). Pour une version moins épicée, remplacez le Tabasco® par 1 c. à c. de piment doux.



## RATATOUILLE

N° 105



150g OIGNONS • 100g POIVRON ROUGE • 2 GOUSSES D'AIL • 5cl HUILE D'OLIVE • 250g COURGETTES • 250g AUBERGINES • 300g TOMATES • 20cl BOUILLON DE LÉGUMES • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez les oignons et coupez-les grossièrement. Lavez le poivron, épépinez-le, puis coupez-le en morceaux. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les oignons et le poivron, puis mixez en vitesse 11 pendant 15 s.
- 2 Remplacez le couteau hachoir ultrablade par le mélangeur. Écrasez les gousses d'ail avec la lame d'un couteau, puis mettez-les dans le robot avec l'huile d'olive. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 8 min sans le bouchon.
- 3 Coupez les courgettes, l'aubergine et les tomates en morceaux.
- 4 À la fin du programme, ajoutez le bouillon et les légumes. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 30 min.
- 5 Servez chaud ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez moduler les quantités de légumes à votre goût.



## GAUFRES

N° 205



100g BEURRE • 125g LAIT ENTIER • 25g SUCRE • 110g FARINE • 3 BLANCS D'ŒUFS • 1 C. À C. D'ARÔME VANILLE • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez le beurre et faites-le fondre à 90°C en vitesse 5 pendant 3 min.
- 2 Ajoutez le lait et le sucre et mélangez en vitesse 10. Ajoutez progressivement la farine par l'ouverture. Lorsque la farine est incorporée, ajoutez l'arôme vanille et laissez tourner encore 2 min. Versez la préparation dans un saladier, lavez et essuyez le robot.
- 3 Mettez les blancs d'œufs et 1 pincée de sel dans le robot muni du batteur. Lancez le robot en vitesse 6 pendant 5 min sans le bouchon.
- 4 À l'aide d'une spatule, incorporez délicatement les blancs en neige à la préparation.
- 5 Faites chauffer le gaufrier et beurrez-le légèrement. Quand il est chaud, versez-y une louche de pâte. Laissez cuire quelques minutes en surveillant. Débarrassez la gaufre sur une assiette et renouvelez l'opération jusqu'à épuisement de la pâte.





## MOUSSE DE FOIES DE VOLAILLE — N° 06 AU PORTO



300g FOIES DE VOLAILLES • 50g ÉCHALOTES • 160g BEURRE MOU • 5cl PORTO • 10cl CRÈME FRAÎCHE ÉPAISSE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 2 H

- 1 Épluchez les échalotes et mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 12 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez 20 g de beurre, le porto et les foies de volailles. Lancez le programme Mijoté P1 pour 12 min.
- 3 À la fin du programme, égouttez les foies et rincez le bol à l'eau froide.
- 4 Remplacez le mélangeur par le couteau hachoir ultrablade, remettez les foies dans le robot, ajoutez le reste du beurre et la crème fraîche. Salez, poivrez et mixez en vitesse 12 pendant 30 s. À l'aide d'une spatule, raclez les bords du robot et ramenez la préparation vers le centre. Mixez à nouveau 10 s (si vous souhaitez une texture très lisse, mixez à nouveau).
- 5 Versez la préparation dans une petite terrine et mettez-la au réfrigérateur au moins 2 h avant de déguster.



## BLANQUETTE DE VEAU — N° 106



800g VEAU (ÉPAULE) • 100g CHAMPIGNONS • 200g CAROTTES • 30g CÉLERI BRANCHE • 50g OIGNON • 5cl HUILE D'OLIVE • 1 BOUQUET GARNI • 20g FARINE • 60cl BOUILLON DE VOLAILLE • 30cl CRÈME FRAÎCHE ÉPAISSE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 1h15 MIN

- 1 Coupez la viande en morceaux. Épluchez les légumes. Coupez les carottes en rondelles, les champignons et l'oignon en quatre.
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez l'oignon et l'huile, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 3 min.
- 3 Ajoutez ensuite la viande mélangée à la farine, le bouquet garni, les carottes, le céleri branche et le bouillon. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 30 min. À la fin du programme, ajoutez les champignons, puis relancez le programme Mijoté P2 pour 45 min.
- 4 À la fin de la cuisson, prélevez la moitié du bouillon et mélangez-le à la crème. Mettez la viande et les légumes dans un plat et recouvrez de sauce. Servez immédiatement.

**CONSEIL** - Pour une sauce plus épaisse, ajoutez 1 jaune d'œuf.



## LANGUES DE CHAT — N° 206



125g BEURRE • 125g SUCRE • 3 ŒUFS • 150g FARINE • 1 POINTE DE COUTEAU DE VANILLE EN POUDRE • SEL

60 LANGUES DE CHAT – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Préchauffez le four à 200°C (th. 6-7).
- 2 Dans le bol du robot muni du couteau pétrir/concasser, mettez le beurre. Faites-le fondre à 80°C en vitesse 4 pendant 3 min.
- 3 Ajoutez le sucre, la vanille et 1 pincée de sel, puis mixez en vitesse 9. Après 30 s, ajoutez les œufs un à un. Lorsqu'ils sont bien incorporés, ajoutez la farine cuillère par cuillère par le couvercle. Raclez les parois du bol et mixez de nouveau 30 s.
- 4 Sur une plaque recouverte de papier cuisson, déposez des petits tas de pâte et donnez leur une forme allongée. Enfourez pour 10 min, jusqu'à ce que les bords commencent à colorer. Décollez et laissez refroidir.

**CONSEIL** - Réalisez des tuiles aux amandes : saupoudrez d'amandes effilées avant la cuisson et à la sortie du four, placez les tuiles sur un rouleau à pâtisserie.



250 g FROMAGE BLANC • 125 g CONCOMBRE • 1 C. À S. DE CIBOULETTE • 1 C. À S. DE PERSIL PLAT • 2 PINCÉES DE SEL • LE JUS DE ½ CITRON

### PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Coupez le concombre en deux dans le sens de la longueur et retirez les graines à l'aide d'une cuillère. Taillez-le en petits dés. Puis mettez le à dégorger dans une passoire avec une 1 c. à s. de gros sel pendant 30 min. Rincez et séchez sur un papier absorbant.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez tous les ingrédients. Mixez en vitesse 8 pendant 20 s.
- 3 Servez frais avec des crudités ou sur des tartines de pain grillé.

**CONSEIL** - Si vous souhaitez une texture plus lisse, mixez 30 s supplémentaires.



# COUSCOUS DE POULET EXPRESS



650 g BLANCS DE POULET • 2 GOUSSES D'AIL • 1 OIGNON • 1 POIVRON ROUGE • 5 cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE CUMIN EN POUDRE • 1 C. À C. DE CORIANDRE EN POUDRE • 25 cl BOUILLON DE POULE • SEL

### PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez l'ail et l'oignon, coupez le poivron en morceaux. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez ces légumes, puis hachez-les en vitesse 11 pendant 20 s. Remplacez le couteau par le mélangeur.
- 2 À l'aide de la spatule, ramenez les légumes hachés vers le centre de la cuve, puis ajoutez l'huile et les épices. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 8 min.
- 3 Coupez le poulet en dés. À la fin du programme, ajoutez les dés de poulet et le bouillon, puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 30 min.
- 4 À la fin de la cuisson, servez immédiatement avec de la semoule.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter du citron confit et de la coriandre fraîche au moment de servir.



# BRIOCHE



3 C. À S. DE LAIT • DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 SACHET DE LEVURE DE BOULANGER SÈCHE (14 g) • 2 ŒUFS • 250 g FARINE • 50 g SUCRE • 1 C. À C. DE SEL • 80 g BEURRE MOU • 100 g PRALINES ROSES

### PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 30 MIN – REPOS 4 h

- 1 Diluez la levure dans le lait. Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, versez ce mélange. Ajoutez les œufs, la farine, le sucre, le sel et le beurre. Lancez le programme Pâte P2 en laissant le bouchon.
- 2 À la fin du programme, mettez la pâte dans un saladier et couvrez de film alimentaire. Mettez au réfrigérateur pendant 2 h.
- 3 Couvrez une plaque de papier cuisson. Sortez la pâte et incorporez-y les pralines. Formez une boule, déposez-la sur la plaque et recouvrez d'un torchon. Laissez pousser pendant 2 h à température ambiante, à l'abri des courants d'air.
- 4 Préchauffez le four à 160°C (th. 5-6). Quand le four est chaud, enfournez et faites cuire pendant 30 min.

**CONSEIL** - Avant de l'enfourner, vous pouvez la dorer au jaune d'œuf.





## CRÈME DE LENTILLES AU LARD N° 08



160g LENTILLES DU PUY CRUES • 50g CAROTTE • 50g BLANC DE POIREAU • 1 OIGNON • 80g LARD FUMÉ OU BACON • 15cl CRÈME LIQUIDE • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez la carotte, le blanc de poireau et l'oignon, puis coupez-les en petits morceaux. Détaillez le lard en petits dés.
- 2 Dans la cuve du robot munie du couteau hachoir ultrablade, mettez les dés de légumes, les lentilles, le lard, 1 L d'eau et le sel. Lancez le programme Soupe P1.
- 3 Une fois le programme achevé, ajoutez la crème liquide et mixez en vitesse 12 pendant 30s.
- 4 Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 1 c. à s. de curry et remplacer la crème liquide par du lait de coco. Dans ce cas là, ne mettez pas de lard.



## PÂTES CARBONARA N° 108



400g PENNE • 200g PANCETTA • 2cl HUILE D'OLIVE • 30cl CRÈME LIQUIDE • 120g PARMESAN RÂPÉ • 1 JAUNE D'ŒUF • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 14 MIN

- 1 Faites cuire les penne dans une grande casserole d'eau comme indiqué sur l'emballage.
- 2 Coupez la pancetta en petits morceaux et mettez-la dans le robot muni du mélangeur. Ajoutez l'huile et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 6 min sans le bouchon.
- 3 À la fin du programme, ajoutez la crème et le jaune d'œuf, puis lancez le programme sauce en vitesse 5 à 85°C pour 8 min.
- 4 Versez la sauce sur les pâtes égouttées, ajoutez le parmesan et poivrez généreusement. Mélangez et servez.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la pancetta par du lard fumé.



## TIRAMISU N° 208



16 BISCUITS À LA CUILLÈRE • 3 ŒUFS • 50g SUCRE • 250g MASCARPONE • 25cl CAFÉ FORT • 50g CACAO EN POUDRE NON SUCRÉ

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 15 MIN

- 1 Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes et 25g de sucre. Mixez en vitesse 7 pendant 1 min 30. Ajoutez le mascarpone et mixez en vitesse 7 pendant 3 min. Débarrassez dans un saladier, lavez et essuyez le robot.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les blancs d'œufs et faites tourner en vitesse 7 pendant 2 min. Ajoutez 25g de sucre et faites tourner en vitesse 7 pendant 4 min sans le bouchon. À l'aide d'une spatule, incorporez délicatement les blancs au mélange mascarpone.
- 3 Trempez les biscuits à la cuillère dans le café et déposez-les dans un plat. Recouvrez-les de crème et saupoudrez de cacao. Réservez au frais jusqu'à la dégustation.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter de l'amaretto dans le café et utiliser des copeaux de chocolat à la place du cacao.



## MOUSSE DE SAUMON EN VERRINE — N° 09



250 g SAUMON FUMÉ • 180 g MASCARPONE • 25 cl CRÈME LIQUIDE (30% DE MG) • LE JUS DE 1 CITRON VERT • 10 BRINS DE CIBOULETTE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Mettez la cuve du robot dans le congélateur pendant 5 min. Dans le robot bien froid muni du batteur, versez la crème liquide. Faites fonctionner en vitesse 7 pendant 2 min 30. Versez la crème fouettée dans un saladier.
- 2 Remplacez le batteur par le couteau hachoir ultrablade. Mettez le saumon fumé, le mascarpone et le jus de citron vert dans le robot. Mixez en vitesse 12 pendant 30 s. À l'aide d'une spatule, rabattez la mousse vers le centre et mixez à nouveau en vitesse 12 pendant 30 s.
- 3 Retirez l'accessoire et ajoutez délicatement la crème fouettée. Mélangez à l'aide d'une spatule. Répartissez la préparation dans des verrines et conservez-les au réfrigérateur. Servez frais parsemé de ciboulette ciselée.

**CONSEIL** - Remplacez le saumon par de la truite fumée ou du haddock.



## PURÉE DE POMME DE TERRE — N° 109



800 g POMMES DE TERRE • 15 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 50 g BEURRE • SEL • MUSCADE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez les pommes de terre et coupez-les en cubes de 2 cm.
- 2 Versez 0,7 L d'eau dans la cuve du robot et mettez les pommes de terre dans le panier vapeur. Lancez le programme vapeur pour 30 min.
- 3 Quand les pommes de terre sont cuites, videz l'eau du bol, puis placez le batteur. Ajoutez les pommes de terre et mixez en vitesse 6 pendant 30 s. Ajoutez le lait, le beurre, le sel et la muscade, puis mixez en vitesse 6 pendant 30 s.
- 4 Servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter du fromage dans la purée. Il est possible de réchauffer la purée en vitesse 3 à 80°C pendant 5 min.



## MERINGUES — N° 209



3 BLANCS D'ŒUFS • 125 g SUCRE SEMOULE • 1 PINCÉE DE SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 1 h 40

- 1 Préchauffez le four à 110°C (th. 3-4).
- 2 Dans la cuve du robot munie du batteur, mettez les blancs d'œufs, le sucre et 1 pincée de sel. Lancez le robot en vitesse 8 pendant 10 min à 40°C sans le bouchon.
- 3 Déposez une feuille de papier cuisson sur la plaque de four. À l'aide d'une cuillère, déposez délicatement la pâte à meringue en petits tas. Enfourez la plaque et faites cuire pendant 1 h 30.
- 4 À la fin de la cuisson, sortez la plaque du four et laissez les meringues refroidir.

**CONSEIL** - Les meringues se conservent pendant quelques jours. Juste avant la cuisson, saupoudrez-les d'éclats de pistaches ou de pralines pour les rendre plus festives.



## FOUGASSE

N° 10



20 g LEVURE DE BOULANGER FRAÎCHE (OU 10 g DE LEVURE SÈCHE) • 400 g FARINE • 5 cl HUILE D'OLIVE • SEL • 10 OLIVES DÉNOYAUTÉES • 1 C. À S. DE THYM

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 25 MIN – REPOS 1 H 30

- 1 Préchauffez le four à 200°C (th. 6-7).
- 2 Dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser, mettez la levure et 18 cl d'eau, puis faites chauffer en vitesse 3 à 35°C pendant 2 min.
- 3 Ajoutez la farine, l'huile d'olive, le sel, les olives et le thym. Lancez le programme Pâte P1.
- 4 Lorsque les 40 min de pousse du programme sont écoulées, retirez le couteau et rabattez la pâte dans le bol. Relancez le robot à 30°C pour 40 min.
- 5 Quand la pâte est prête, sortez-la du robot et déposez-la sur une plaque recouverte de papier cuisson. Étalez-la et faites des entailles avec un couteau. Enfouez pour 25 min environ.

**CONSEIL** - Garnissez-la de tapenade, de pesto, de lardons, de dés de fromage...



## PETIT SALÉ AUX LENTILLES

N° 110



250 g LENTILLES CRUES • 100 g CAROTTES • 50 g OIGNON • 5 cl HUILE D'OLIVE • 500 g POITRINE DEMI-SEL • 200 g SAUCISSES FUMÉES • 1 C. À S. DE FOND DE VEAU • 1 C. À S. DE MAÏZENA® • 1 FEUILLE DE LAURIER

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez les carottes et l'oignon, coupez-les en morceaux. Taillez la poitrine en 4 longues tranches. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez les carottes, l'huile et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pendant 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez les lentilles, la poitrine, les saucisses, le fond de veau, la Maïzena®, le laurier et 1 L d'eau. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pendant 45 min. Dégustez chaud.

**CONSEIL** - Pour une version express, faites rissoler 1 oignon dans le robot, ajoutez 250 g de lentilles en conserve, 4 saucisses et lancez la cuisson en vitesse 1 à 95°C pendant 15 min.



## CHOCOLAT CHAUD

N° 210



165 g CHOCOLAT NOIR • 50 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 C. À C. D'ARÔME VANILLE

PERSONNES 2/4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 8 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 40 g de chocolat. Mixez en vitesse 12 pendant 30 s. Retirez le chocolat obtenu et réservez-le dans un bol.
- 2 Mettez le chocolat restant, la vanille et le lait dans le robot. Lancez le robot en vitesse 5 à 90°C pendant 8 min.
- 3 À la fin de la cuisson, mixez en vitesse 11 pendant 20 s.
- 4 Servez immédiatement en saupoudrant de chocolat.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le lait par du lait végétal (lait de riz ou d'amande) et ajouter des épices comme de la cannelle ou une pointe de piment.





## SALADE DE POMMES DE TERRE — N° 11



300 g POMMES DE TERRE • 150 g YAOURT BULGARE • 10 BRINS D'ANETH • 10 cl HUILE D'OLIVE • 100 g SAUMON FUMÉ • LE ZESTE DE ½ CITRON • SEL • POIVRE 5 BAIES

PERSONNES 3/4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Épluchez les pommes de terre et coupez-les en petits dés. Versez 0,7 L d'eau dans le bol du robot. Déposez les pommes de terre dans le panier vapeur, puis placez-le dans le robot. Lancez le programme vapeur pour 20 min. Quand les pommes de terre sont cuites, mettez-les dans un saladier et rincez la cuve à l'eau froide.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez le yaourt, l'aneth et l'huile d'olive. Salez, poivrez et mixez en vitesse 11 pendant 30 s. Coupez le saumon fumé en lanières.
- 3 Versez la sauce sur les pommes de terre, mélangez et râpez le zeste de citron. Déposez les lanières de saumon sur le dessus. Dégustez la salade bien froide.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le saumon par du jambon fumé. Vous pouvez préparer la salade la veille afin que les pommes de terre prennent bien toutes les saveurs.



## QUICHE LORRAINE — N° 111



1 PÂTE BRISÉE (VOIR P. 14) • 300 g LARDONS • 4 ŒUFS • 200 g CRÈME FRAÎCHE ÉPAISSE • 1 C. À C. DE NOIX DE MUSCADE RÂPÉE • 100 g GRUYÈRE RÂPÉ • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Étalez la pâte dans un moule à tarte et recouvrez d'une feuille de papier cuisson contenant des légumes secs. Enfourez pour 10 min. Laissez refroidir.
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez les lardons et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Débarrassez les lardons sur du papier absorbant et lavez le robot.
- 3 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les œufs battus, la crème et la noix de muscade. Salez et poivrez, puis mixez en vitesse 7 pendant 45 s.
- 4 Déposez les lardons sur le fond de tarte, ajoutez le mélange crème/œufs et saupoudrez de gruyère râpé. Enfourez pour 30 min environ. Servir tiède ou froid.

**CONSEIL** - Remplacez les lardons par des blancs de poireaux.



## CHOUQUETTES — N° 211



80 g BEURRE • 150 g FARINE • 4 ŒUFS • 100 g SUCRE PERLÉ • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 35 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th 6). Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 25 cl d'eau, le beurre en morceaux et le sel. Faites fonctionner le robot en vitesse 3 à 90°C pendant 8 min.
- 2 Une fois le programme achevé, ajoutez la farine et mélangez en vitesse 6 pendant 2 min.
- 3 Mettez la pâte dans un saladier et lavez le bol à l'eau froide afin de le faire refroidir. Remettez la pâte dans le robot avec le couteau pour pétrir/concasser. Réglez le robot en vitesse 6 et ajoutez les œufs un à un par le haut du robot. Laissez tourner pendant 2 min.
- 4 Recouvrez une plaque de papier cuisson. À l'aide d'une cuillère faites de petits tas de pâte, puis saupoudrez-les de sucre perlé. Enfourez et faites cuire pendant 25 à 30 min.

**CONSEIL** - Décorez d'éclats de pistaches, de pralines, de noisettes.





## FEUILLETÉS AU FROMAGE — N° 12



40 g FARINE • 40 g BEURRE MOU • 40 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ •  
1 PINCÉE DE MUSCADE • 2 ROULEAUX DE PÂTE FEUILLETÉE •  
1 JAUNE D'ŒUF • 120 g COMTÉ RÂPÉ • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Dans le robot muni du batteur, mettez la farine, le lait et la muscade. Salez et poivrez, puis mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Ajoutez le beurre en morceaux et lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 8 min.
- 2 Étalez la pâte et découpez des ronds à l'emporte-pièce. Recouvrez une plaque de papier cuisson. Délayez le jaune d'œuf avec 1 c. à c. d'eau.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le fromage râpé et mixez en vitesse 6 pendant 40 s. Si le mélange n'est pas homogène mixez 30 s supplémentaires.
- 4 Versez 1 c. à s. de préparation sur la moitié d'un rond de pâte et pliez-le en deux pour obtenir un chausson. Pincez les bords pour les sceller, badigeonnez de jaune d'œuf et déposez le chausson sur la plaque. Renouvelez l'opération jusqu'à épuisement.
- 5 Enfournez pour 15 à 20 min. Dégustez tièdes.



## BLANCS DE POULET, MOZZARELLA — N° 112 ET PESTO



2 BLANCS DE POULET • 100 g MOZZARELLA • 35 g PESTO • SEL •  
POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Coupez la mozzarella en petits dés. Placez chacun des blancs de poulet sur une feuille de film alimentaire. À l'aide d'un couteau, faites une incision dans la longueur de chaque escalope sans les percer. Garnissez les entailles de mozzarella. Salez et poivrez, puis badigeonnez généreusement de pesto. À l'aide du film alimentaire, roulez chaque escalope afin d'obtenir un boudin très serré.
- 2 Versez 0,7 L d'eau dans la cuve du robot. Déposez les boudins obtenus dans le panier vapeur. Mettez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 3 À la fin de la cuisson, dégustez aussitôt avec une ratatouille par exemple.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le pesto par de la tapenade.



## PROFITEROLES — N° 212



80 g BEURRE • 150 g FARINE • 4 ŒUFS • 0,5 L GLACE VANILLE •  
200 g CHOCOLAT NOIR • 20 cl CRÈME LIQUIDE • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 240°C (th. 7-8). Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 25 cl d'eau, le beurre en morceaux et le sel. Lancez le robot à 90°C en vitesse 3 pendant 8 min. À la fin du programme, ajoutez la farine et mélangez en vitesse 6 pendant 2 min. Mettez la pâte dans un saladier et lavez le bol. Remettez la pâte dans le robot avec le couteau pour pétrir/concasser. Mélangez en vitesse 6 en ajoutant les œufs un à un. Laissez tourner 2 min.
- 2 À l'aide d'une poche, déposez de petits tas de pâte sur une plaque couverte de papier cuisson. Enfourez pour 20 à 25 min sans ouvrir la porte du four.
- 3 Mettez le chocolat en morceaux et la crème dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser et faites fondre à 60°C en vitesse 4 pendant 5 min. Raclez les bords, puis mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Entaillez légèrement les choux et garnissez-les de glace vanille. Servez immédiatement avec le chocolat chaud.



## SCONES CHEDDAR & CIBOULETTE — N° 13



450 g FARINE • 3 C. À C. DE LEVURE CHIMIQUE • 1 C. À C. DE GRAINES DE MOUTARDE • 1 C. À C. DE PIMENT D'ESPELETTE • 50 g CHEDDAR RÂPÉ • 50 g PARMESAN RÂPÉ • 2 C. À S. DE CIBOULETTE CISELÉE • 50 g BEURRE • 22 cl LAIT • 1 GROS CŒUF • 1 C. À C. DE SEL • 1 JAUNE D'ŒUF

PIÈCES 12 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, la levure, les épices, les fromages, la ciboulette, le beurre, le lait, l'œuf entier et le sel. Mixez en vitesse 8 pendant 1 min. Laissez reposer la boule de pâte pendant 30 min au réfrigérateur.
- 3 Détaillez la pâte en 12 morceaux, puis formez des palets de 2 cm d'épaisseur. Placez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson, badigeonnez-les de jaune d'œuf et enfournez pour 15 min. Laissez tiédir avant de servir.

**CONSEIL** - Servez ces scones en apéritif ou bien garnissez-les de jambon fumé ou d'œuf mimosa.



## POLENTA — N° 113



150 g POLENTA PRÉCUITE • 1 CUBE DE BOUILLON DE POULE • 30 g BEURRE • 30 g PARMESAN

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 16 MIN

- 1 Dans le robot muni du batteur, mettez 0,7 L d'eau, la polenta et le cube de bouillon de poulet émietté. Lancez la cuisson en vitesse 4 à 90°C pendant 16 min.
- 2 À la fin de la cuisson, ajoutez le beurre et le parmesan, puis mélangez en vitesse 5 pendant 1 min.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des herbes et du concentré de tomate. La polenta peut être consommée comme une purée, ou bien refroidie, taillée en cubes et sautée à la poêle.



## CRÈME DESSERT AU CHOCOLAT — N° 213



90 g CHOCOLAT NOIR • 2 CŒUFS • 15 g CACAO AMER EN POUDRE • 70 g SUCRE • 50 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 C. À C. DE MAÏZENA®

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 10 MIN – REPOS 3-4 H

- 1 Coupez le chocolat en morceaux. Dans le bol du robot muni du batteur, mettez tous les ingrédients. Lancez le programme crème dessert à 90°C en vitesse 6 pendant 10 min.
- 2 À la fin du programme, répartissez la crème dans des ramequins. Couvrez de film alimentaire, puis mettez-les au réfrigérateur pour 3-4 h. Dégustez bien froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez réaliser une crème au caramel, remplacez alors le chocolat par du salidou.





## CHAMPIGNONS À LA GRECQUE N° 14



800 g CHAMPIGNONS DE PARIS • 1 OIGNON • 1 C. À S. DE GRAINES DE CORIANDRE • 1 C. À S. DE THYM • 4 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 10 cl VIN BLANC • 6 cl JUS DE CITRON • 140 g PULPE DE TOMATES • 3 C. À S. DE SUCRE EN POUDRE • SEL

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 35 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement, mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 20 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur, raclez les bords du bol et ajoutez l'huile et la coriandre. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Pendant ce temps, lavez et taillez les champignons en quatre. Après les 5 min de cuisson, ajoutez les champignons, le thym, le vin blanc, le jus de citron, la pulpe de tomates, le sucre et salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 30 min.
- 4 Laissez refroidir, placez au réfrigérateur et servez bien frais.

**CONSEIL** - Ce plat est meilleur le lendemain.



## TOMATES FARCIES N° 114



4 GROSSES TOMATES • 250 g CHAMPIGNONS DE PARIS • 1 GOUSSE D'AIL • 250 g CHAIR À SAUCISSE • 30 g CHAPELURE • HUILE D'OLIVE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Préchauffez le four à 200°C (th. 6-7).
- 2 Coupez le chapeau des tomates et évidez-les. Nettoyez les champignons et coupez les pieds. Épluchez la gousse d'ail. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les champignons et l'ail et mixez en vitesse 12 pendant 30 s. Remplacez le couteau par le mélangeur et ajoutez un filet d'huile d'olive. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 10 min.
- 3 À la fin du programme, ôtez le mélangeur. Ajoutez la chair à saucisse et la chapelure, salez et poivrez. Mélangez la farce avec la spatule.
- 4 Placez les tomates dans un plat allant au four et garnissez-les de farce. Ajoutez les chapeaux et enfournez pour 40 min.

**CONSEIL** - Remplacez la chair à saucisse par un reste de pot-au-feu.



## CRÊPES N° 214



100 g BEURRE • 75 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 4 ŒUFS • 50 g SUCRE • 375 g FARINE • 1 C. À S. D'EAU DE FLEUR D'ORANGER

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 5/10 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le beurre et lancez en vitesse 5 à 80°C pendant 3 min.
- 2 Ajoutez le lait, les œufs et le sucre, puis mélangez en vitesse 10.
- 3 Ajoutez progressivement la farine. Lorsqu'elle est incorporée, ajoutez la fleur d'oranger et laissez tourner encore 2 min.
- 4 Faites chauffer une poêle antiadhésive à feu vif et beurrez-la légèrement. Quand elle est chaude, déposez une louche de pâte. Au bout de quelques minutes retournez la crêpe et faites-la cuire 1 à 2 min. Débarrassez sur une assiette et renouvelez l'opération jusqu'à épuisement de la pâte.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le lait par du lait végétal (lait de riz ou d'amande).





## RILLETES DE THON

N° 15



350 g THON EN BOÎTE AU NATUREL (POIDS NET ÉGOUTTÉ) • LE JUS DE 1 CITRON VERT • 80 g FROMAGE FRAIS • 1 C. À C. DE CURRY • 3 C. À S. DE CIBOULETTE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez le thon, le jus de citron vert, le fromage frais et le curry.
- 2 Mixez en vitesse 10 pendant 15 à 30 s, tout dépend si vous souhaitez une consistance plus ou moins lisse.
- 3 Lavez et ciselez la ciboulette. Servez froid en décorant de ciboulette.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le thon par du saumon fumé ou du haddock. Pour une texture très crémeuse, utilisez du mascarpone à la place du fromage frais.



## BOULETTES DE BŒUF

N° 115



500 g VIANDE DE BŒUF • 1 JAUNE D'ŒUF • 10 g PAPIKA • 20 g PERSIL PLAT • SEL • POIVRE • HUILE D'OLIVE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez la viande et mixez en vitesse 12 pendant 30 s. Mélangez le contenu à l'aide de la spatule, ajoutez le jaune battu, le persil et le paprika. Salez, poivrez et mixez à nouveau 10 s (vous pouvez mixer 20 s supplémentaires si vous souhaitez une farce très fine).
- 2 Ôtez le couteau et mélangez une dernière fois la farce avec vos mains. Formez des boulettes.
- 3 Faites chauffer une poêle à feu vif et ajoutez un peu d'huile d'olive. Faites cuire les boulettes une dizaine de minutes.
- 4 Dégustez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez également les cuire au four, ajoutez alors un peu de coulis de tomate dans le plat. Ces boulettes peuvent être réalisées avec du veau ou du porc.



## CRÈME ANGLAISE

N° 215



6 JAUNES D'ŒUFS • 80 g SUCRE • 50 cl LAIT • 1 C. À C. DE VANILLE LIQUIDE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 12 MIN

- 1 Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes d'œufs et le sucre. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min. Au bout de 30 s, ajoutez la vanille liquide et le lait par l'ouverture du couvercle.
- 2 Lancez le programme crème dessert en vitesse 4 à 85°C pendant 12 min.
- 3 À la fin de la cuisson, laissez refroidir, puis servez.



POUR ENFANT

## SABLÉS APÉRITIF

N° 16



175 g FARINE • 100 g MIMOLETTE • 90 g BEURRE MOU • 1 ŒUF  
• 1 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE PAPRIKA • 1 C À C DE  
GRAINES DE CUMIN

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN – REPOS 1 H

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la mimolette en morceaux et mixez en vitesse 12 pendant 30 s. Ajoutez tous les autres ingrédients et mixez en vitesse 10 pendant 50 s. Enveloppez la pâte dans du film alimentaire en formant un boudin.
- 2 Laissez reposer au réfrigérateur pendant 1 h.
- 3 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 4 Couvrez une plaque de papier cuisson. Coupez le boudin en tranches de 5 mm d'épaisseur afin d'obtenir des sablés. Déposez-les sur la plaque.
- 5 Enfourez pour 20 min. Dégustez-les tièdes ou froids à l'apéritif.

**CONSEIL** - Ils se conservent très bien plusieurs jours dans une boîte hermétique.



POUR ENFANT

## NUGGETS DE POULET AUX CÉRÉALES

N° 116



500 g BLANCS DE POULET • 50 g FARINE • 10 g PAPRIKA •  
3 BLANCS D'ŒUFS • 150 g FLOCONS D'AVOINE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les blancs de poulet, le sel et le poivre. Mixez en vitesse 12 pendant 30 s. Mélangez à l'aide de la spatule et mixez à nouveau 10 s (vous pouvez mixer 20 s si vous souhaitez une farce très fine).
- 3 Mettez la farine et le paprika dans une assiette, les blancs d'œufs battus dans une autre et les flocons d'avoine dans une troisième. Formez des petites galettes de poulet entre vos mains et passez-les dans la farine, les blancs d'œufs, puis les céréales.
- 4 Mettez les nuggets dans un plat et enfourez pour 20 à 25 min.

**CONSEIL** - Vous pouvez les faire dorer à la poêle avec un peu d'huile. Mouillez-vous les mains avant de les confectionner, sinon ça colle!



POUR ENFANT

## MILK-SHAKE BANANE & VANILLE

N° 216



1 BANANE • 35 cl GLACE VANILLE • 35 cl LAIT ÉCRÉMÉ

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Épluchez la banane et coupez-la en rondelles.
- 2 Mettez-les dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser. Ajoutez la glace vanille et le lait, puis mixez en Pulse pendant 1 min.
- 3 Pour émulsionner le milk-shake, mixez en vitesse 12 pendant 1 min.
- 4 Servez frais.

**CONSEIL** - Pour un milk-shake très frais, vous pouvez ajouter 2 glaçons en même temps que le lait. Cette boisson est également réalisable avec du lait de riz ou d'avoine.



POUR ENFANT

## MOULINÉ DE LÉGUMES AU GRUYÈRE

N° 17

250 g POIREAUX • 250 g POMMES DE TERRE • 250 g CAROTTES •  
½ CUBE DE BOUILLON DE VOLAILLE • 80 g GRUYÈRE RÂPÉ

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez les légumes et coupez-les en cubes.
- 2 Dans la cuve du robot munie du couteau hachoir ultrablade, mettez tous les légumes. Ajoutez le ½ cube de bouillon de volaille et 1 L d'eau. Lancez le programme Soupe P2.
- 3 Une fois le programme achevé, ajoutez le gruyère et donnez un à deux coups de Pulse.
- 4 Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les pommes de terre par des topinambours ou des patates douces.

POUR ENFANT

## MACA'CHEESE

N° 117

300 g MACARONIS • 40 g FARINE • 40 g BEURRE MOU • 50 cl LAIT  
DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 PINCÉE DE MUSCADE • 250 g TOMATES • 120 g  
PARMESAN RÂPÉ • 40 g CHAPELURE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 12 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 220°C (th. 7). Faites cuire les macaronis comme indiqué sur l'emballage.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez la farine, le lait et la muscade. Salez et poivrez. Mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Ajoutez le beurre et lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 8 min.
- 3 Coupez les tomates en dés. À la fin du programme, ajoutez le parmesan et mixez 45s en vitesse 6. Ajoutez ensuite les dés de tomates et mixez 30s supplémentaires.
- 4 Mélangez les macaronis et la sauce. Mettez cette préparation dans un plat à gratin et saupoudrez de chapelure. Enfourez pour 25 à 30 min. Dégustez tiède.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le parmesan par un autre fromage et les tomates fraîches par 60 g de sauce tomate.

POUR ENFANT

## CAKE AU CARMEL BEURRE DEMI-SEL

N° 217

150 g CRÈME LIQUIDE • 100 g SUCRE • 100 g MIEL • 100 g BEURRE  
DEMI-SEL • 120 g FARINE • 140 g PÂTE D'AMANDE • 3 ŒUFS •  
1 SACHET DE LEVURE CHIMIQUE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 40 MIN – CUISSON 1 h 05

- 1 Réalisez le caramel. Dans le bol du robot muni du mélangeur, mettez 100 g de crème, le sucre, le miel et 50 g de beurre. Faites cuire à 125°C en vitesse 4 pendant 25 min, sans le bouchon.
- 2 Lorsque le caramel est cuit, ajoutez la crème et le beurre restants, puis mixez en vitesse 5 pendant 1 min. Débarrassez le caramel avec précaution pour ne pas vous brûler, laissez refroidir et lavez le bol du robot.
- 3 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 4 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, la pâte d'amande coupée en morceaux, le caramel refroidi, les œufs et la levure. Lancez le programme Pâte P3 pour 3 min 40.
- 5 Versez la pâte dans un moule à cake beurré et fariné. Enfourez pour 40 min, puis laissez refroidir avant de démouler.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des morceaux de pommes dans le cake.





POUR ENFANT

## MUFFINS AUX LÉGUMES

N° 18



120 g COURGETTE • 60 g CAROTTE • 3 ŒUFS • 150 g FARINE • ½ SACHET DE LEVURE (5-6 g) • 12 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 10 cl HUILE • 70 g FROMAGE RÂPÉ • ½ C. À C. DE CUMIN EN POUDRE • 1 C. À C. DE SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Coupez la courgette et la carotte en tout petits dés.
- 3 Dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser, mettez les œufs, la farine, la levure, le lait, l'huile, le cumin, le sel et le poivre. Lancez le programme Pâte P3.
- 4 À la fin du programme, ajoutez les dés de légumes et le fromage râpé, puis mélangez en vitesse 4 pendant 30 s.
- 5 Versez la pâte dans des moules à muffins et enfournez pour 20 min environ. Laissez refroidir et servez.

**CONSEIL** - Vous pouvez cuire cette préparation dans un moule à cake, dans ce cas-là, doublez le temps de cuisson.



POUR ENFANT

## BOLOGNAISE

N° 118



300 g VIANDE DE BŒUF • 1 OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 15 g HUILE D'OLIVE • 500 g PULPE DE TOMATES • 30 g CONCENTRÉ DE TOMATE • 1 C. À S. D'ORIGAN • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Coupez la viande de bœuf en dés et mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 12 pendant 10 s. Réservez-la dans un saladier.
- 2 Épluchez l'oignon et l'ail et coupez-les grossièrement. Mettez-les dans le robot et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pendant 5 min.
- 4 À la fin du programme, ajoutez la viande, la pulpe et le concentré de tomate, l'origan, salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 90°C pendant 35 min.
- 5 À la fin de la cuisson, servez avec des pâtes.

**CONSEIL** - Cette sauce se congèle très bien. Si vous désirez une sauce très liquide, ajoutez 20 cl de bouillon de bœuf lors de la cuisson.



POUR ENFANT

## MOUSSE AU CHOCOLAT

N° 218



250 g CHOCOLAT NOIR • 50 g BEURRE • 6 BLANCS D'ŒUFS • 1 PINCÉE DE SEL • 30 g SUCRE • 3 JAUNES D'ŒUFS

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN – REPOS 2 H

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le chocolat et le beurre en morceaux. Faites fondre à 45°C en vitesse 3 pendant 10 min. Après 5 min, raclez les bords du bol et relancez le robot en appuyant sur la touche Start. Réservez dans un saladier, lavez le bol et séchez-le bien.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les blancs d'œufs et ajoutez le sel. Lancez en vitesse 7 pendant 8 min sans le bouchon. Au bout de 4 min, ajoutez le sucre.
- 3 Ajoutez les jaunes d'œufs battus au chocolat et mélangez. Incorporez ensuite délicatement les blancs d'œufs à ce mélange.
- 4 Couvrez de film alimentaire, puis réservez au frais pendant au moins 2 h.

**CONSEIL** - Cette préparation contient des œufs crus, elle ne se conserve pas longtemps. Répartissez la mousse dans des verres avant de la mettre au frais.



POUR ENFANT

## VELOUTÉ DE COURGETTE AU KIRI®

N° 19

4 COURGETTES (800 g) • ½ CUBE DE BOUILLON DE POULE •  
4 KIRI® • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Lavez les courgettes et coupez-les en tronçons. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Ajoutez le ½ cube de bouillon de poule et couvrez de 1 L d'eau.
- 2 Lancez le programme Soupe P1 pour 25 min.
- 3 À la fin de la cuisson, ajoutez le Kiri® par l'ouverture du couvercle. Salez et poivrez.
- 4 Mixez en vitesse 12 pendant 1 min. Servez chaud.

**CONSEIL** - Ce velouté est idéal pour les enfants. Pour les plus grands, ajoutez 1 c. à c. de curry et un peu de coriandre. Vous pouvez remplacer le Kiri® par du fromage frais.



POUR ENFANT

## PURÉE PATATE DOUCE ET JAMBON

N° 119

600 g PATATES DOUCES • 100 g JAMBON BLANC • 100 g BEURRE •  
SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez les patates douces, coupez-les grossièrement et mettez-les dans le panier vapeur. Versez 0,7 L d'eau dans la cuve du robot et lancez le programme vapeur pour 30 min.
- 2 À la fin de la cuisson, videz l'eau de la cuve.
- 3 Dans le robot muni de couteau hachoir ultrablade, mettez les patates douces, ajoutez le jambon et le beurre, puis salez et poivrez. Mixez en vitesse 11 pendant 1 min. Mixez davantage pour une purée plus lisse.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 5 cl de bouillon pour une purée plus liquide.



POUR ENFANT

## COOKIES AU CHOCOLAT

N° 219

350 g FARINE • 180 g SUCRE CASSONADE • 250 g BEURRE DEMI-  
SEL MOU • 2 C. À C. DE LEVURE CHIMIQUE • 2 ŒUFS • 200 g  
PÉPITES DE CHOCOLAT • NOIR

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, le sucre, le beurre, la levure, les œufs et les pépites de chocolat. Lancez le robot en vitesse 8 pendant 2 min.
- 3 Pendant ce temps, couvrez la plaque du four de papier cuisson.
- 4 À l'aide d'une cuillère, disposez des petits tas de pâte sur la plaque en les espaçant régulièrement.
- 5 Enfournez pour 20 min. Les cookies doivent être dorés et souples en fin de cuisson, ils durciront en refroidissant.

**CONSEIL** - Utilisez du chocolat blanc ou au lait, ajoutez des fruits secs comme des noisettes ou encore des bananes séchées.



2 OEUFS • 30cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 5g SUCRE • 175g FARINE • 5g LEVURE CHIMIQUE • SEL • HUILE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les jaunes, le lait, et le sucre, puis mélangez en vitesse 11. Ajoutez progressivement la farine et la levure en laissant tourner. Laissez le robot tourner encore 2 min. Mettez la préparation dans un saladier et lavez le robot.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les blancs d'œufs et 1 pincée de sel, puis lancez le robot en vitesse 6 pendant 5 min sans le bouchon. Incorporez délicatement les blancs d'œufs à la pâte.
- 3 Faites chauffer une poêle légèrement huilée et déposez de petits tas de pâte bien espacés. Au bout de quelques minutes, vérifiez la cuisson et retournez les blinis. Débarrassez sur une assiette et renouvelez l'opération jusqu'à épuisement de la pâte.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la moitié de la farine par de la farine de sarrasin.



20 g LEVURE DE BOULANGER FRAÎCHE (10g DE LEVURE DE BOULANGER SÈCHE) • 400g FARINE • 1 C. À C. DE SEL • 3 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 4 TRANCHES DE JAMBON • 6/8 CHAMPIGNONS DE PARIS • 250g MOZZARELLA • 20cl COULIS DE TOMATE • 1 C. À C. D'ORIGAN • 1 FILET D'HUILE D'OLIVE • 10 FEUILLES DE BASILIC

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Préchauffez le four à 240°C (th. 8). Recouvrez une plaque de papier cuisson.
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 25 cl d'eau tiède et la levure. Lancez le programme Pâte P1. Après 30 s, ajoutez la farine, le sel et 2 c. à s. d'huile d'olive.
- 3 Coupez les tranches de jambons en quatre. Émincez finement les champignons et coupez la mozzarella en dés.
- 4 À la fin du programme, étalez la pâte sur une plaque recouverte de papier cuisson. Étalez le coulis de tomate sur la pâte et saupoudrez d'origan. Déposez la mozzarella, le jambon et les champignons. Arrosez d'un filet d'huile. Enfournez pour 15 min environ. Déposez les feuilles de basilic sur la pizza et servez.

**CONSEIL** - Variez la garniture en fonction de vos envies !



1 kg PÊCHES • 150g MIEL LIQUIDE • 1 C. À C. D'ARÔME VANILLE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Épluchez les pêches, puis coupez-les en quatre.
- 2 Mettez-les dans la cuve du robot munie du couteau hachoir ultrablade. Ajoutez le miel, 10 cl d'eau et l'arôme de vanille.
- 3 Faites cuire en vitesse 3, à 100°C pendant 15 min.
- 4 À la fin de la cuisson, mixez pendant 30 s en vitesse 10.

**CONSEIL** - Vous pouvez réaliser cette recette avec des abricots, des figues, des mangues... Si vous préférez une consistance plus lisse, mixez 30 s supplémentaires.





MENUS DE FÊTE

## FOIE GRAS VAPEUR

N° 21



1 LOBE DE FOIE GRAS FRAIS DÉNERVÉ (400 g) • 20 cl PORTO • 7 g SEL • 1 C. À S. DE MÉLANGE 4 ÉPICES • POIVRE

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 9 MIN – REPOS 1 À 12 H

- 1 Coupez le foie gras en 4 morceaux. Arrosez-le de porto, saupoudrez de sel et d'épices. Mélangez, filmez et mettez au réfrigérateur de 1 à 12 h.
- 2 Étalez du film alimentaire sur le plan de travail et déposez 2 morceaux de foie gras dessus. Refermez le film et roulez-le afin d'obtenir un boudin. Filmez à nouveau afin que ce soit bien hermétique. Enroulez-le de papier aluminium. Faites de même pour le foie gras restant.
- 3 Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7 L dans la cuve du robot. Déposez les boudins dans le panier vapeur. Lancez le programme vapeur pour 9 min. Plongez le boudin dans une eau très froide pour arrêter la cuisson, puis mettez-les au réfrigérateur 2 ou 3 jours avant de déguster.

**CONSEIL** - Si vous souhaitez un foie gras plus cuit, faites cuire 12 min. Coupez le foie gras en laissant le film alimentaire pour réaliser de belles tranches. Le foie gras se conserve 1 semaine dans son emballage au réfrigérateur.



MENUS DE FÊTE

## FARCE DE NOËL

N° 121



5 ÉCHALOTES • 200 g POITRINE DE PORC FUMÉE • 100 g FOIES DE VOLAILLES • 300 g ÉCHINE DE PORC • 25 g BEURRE • 450 g MARRONS SOUS VIDE OU EN BOÎTE • 15 g PERSIL • 50 g POMME • ¼ C. À C. RASE DE MÉLANGE 4 ÉPICES • SEL • POIVRE

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 4 MIN

- 1 Épluchez les échalotes et coupez la poitrine, les foies et l'échine en dés. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les échalotes et mixez en vitesse 12 pendant 20 s. Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez la poitrine, les foies et le beurre, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 4 min.
- 2 Remplacez le mélangeur par le couteau hachoir ultrablade. Ajoutez les marrons, l'échine, le persil et la pomme. Salez, poivrez et ajoutez les épices, puis mixez en vitesse 12 pendant 10 s. Ramenez la préparation vers le centre du robot à l'aide de la spatule et mixez à nouveau 10 s. Si vous aimez la farce très fine, mixez à nouveau.
- 3 La farce est prête pour garnir une dinde, un rôti ou un chapon.

**CONSEIL** - Vous pouvez congeler cette farce pour l'utiliser ultérieurement.



MENUS DE FÊTE

## GALETTE DES ROIS POMME-NOISETTES

N° 221



2 DISQUES DE PÂTE FEUILLETÉE • 160 g POMMES À CUIRE • 140 g BEURRE • 125 g POUDRE DE NOISETTE • 125 g SUCRE GLACE • 2 ŒUFS • 1 JAUNE D'ŒUF

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Épluchez les pommes, coupez-les en dés et faites-les revenir à la poêle avec 15 g de beurre pendant 5 min à feu vif.
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le reste de beurre, la poudre de noisette, le sucre glace et les œufs battus. Mixez en vitesse 9 pendant 30 s. À l'aide de la spatule, ramenez la préparation vers le centre et mixez 30 s. Renouvelez l'opération, le mélange doit être lisse.
- 3 Étalez un disque de pâte feuilletée sur une plaque recouverte de papier cuisson. Étalez la crème de noisette dessus en laissant 2 cm de bords nus. Répartissez les dés de pommes, ajoutez une fève, puis recouvrez du second disque de pâte. Soudez bien les bords en pinçant les deux épaisseurs de pâte.
- 4 Badigeonnez la galette de jaune d'œuf et enfournez pour 35 min environ.



MENUS DE FÊTE

## VELOUTÉ DE CHÂTAIGNES AU FOIE GRAS

N° 22



600g CHÂTAIGNES SURGELÉES • 40g CÉLERI RAVE • 40g BLANC DE POIREAU • 2 ÉCHALOTES • 1 GOUSSE D'AIL • 1 CUBE DE BOUILLON DE POULE • 120g FOIE GRAS MI-CUIT

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez les légumes et coupez-les grossièrement.
- 2 Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Ajoutez le cube de bouillon, les marrons et 85 cl d'eau. Lancez le programme Soupe P1.
- 3 Coupez le foie gras en cubes.
- 4 À la fin du programme, ajoutez le foie gras et mixez en vitesse 12 pendant 1 min.
- 5 Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 1 c. à c. d'huile de truffe au moment de servir.



MENUS DE FÊTE

## SAINT-JACQUES AUX POIREAUX

N° 122



250g NOIX DE SAINT-JACQUES • 200g BLANCS DE POIREAUX • 5cl VERMOUTH (NOILLY PRAT®) • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Coupez très finement les blancs de poireaux. Versez 0,7L d'eau dans la cuve du robot. Mettez le panier dans le robot, déposez-y les poireaux puis déposez dessus les Saint-Jacques. Arrosez de vermouth et lancez le programme vapeur pour 15 min.
- 2 À la fin de la cuisson, salez et poivrez, puis dégustez aussitôt.

**CONSEIL** - Gardez le corail des Saint-Jacques pour en faire une sauce. Remplacez le vermouth par de la crème légère accompagnée d'une pointe de curry.



MENUS DE FÊTE

## PAIN D'ÉPICES

N° 222



250g MIEL LIQUIDE • 200g FARINE • 1 SACHET DE LEVURE CHIMIQUE • 50g CASSONADE • 1 ŒUF • 1 PINCÉE DE SEL • 1 C. À C. DE CANNELLE • 1 C. À C. DE GINGEMBRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 2 c. à s. d'eau et le miel. Mélangez en vitesse 6 pendant 1 min.
- 3 Ajoutez la farine, la levure, la cassonade, l'œuf, le sel et les épices, puis lancez le programme Pâte P3.
- 4 Chemisez un moule à cake de papier cuisson. Versez la préparation dans le moule et enfournez pour 30 à 40 min environ.
- 5 À la fin de la cuisson, laissez refroidir, puis démoulez.

**CONSEIL** - Pour un goût plus prononcé, remplacez la moitié de la farine par de la farine de châtaigne. Vous pouvez ajouter des fruits confits. Emballé dans du film alimentaire, il se conserve plusieurs jours.





## CRÈMES ROYALES AU FOIE GRAS — N° 23



200g FOIE GRAS CRU DÉNERVÉ • 200g CRÈME ENTIÈRE LIQUIDE • 1 C. À S. DE PORTO • 3 JAUNES D'ŒUFS • SEL

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN – REPOS 3 H

- 1 30 min avant de réaliser cette recette, sortez tous les ingrédients du réfrigérateur. Préchauffez le four à 90°C (th. 3)
- 2 Coupez le foie gras en petits dés. Dans le robot muni du couteau ultrablade, mettez le foie gras avec la crème et le porto. Mixez en vitesse 10 pendant 30s.
- 3 Ajoutez les jaunes d'œufs et mixez en vitesse 10 pendant 30s. Vérifiez que la préparation est homogène. Si ce n'est pas le cas, remixez pendant 30s.
- 4 Répartissez la crème obtenue dans 6 ramequins et enfournez pour 20 min. Le dessus de la crème doit être tremblotant.
- 5 Laissez refroidir puis réservez les crèmes au réfrigérateur pendant 3 h.

**CONSEIL** - Vous pouvez servir ces crèmes avec des tranches de pain d'épices toastées.



## BALLOTTINES DE POULET & FOIE GRAS — N° 123



2 BLANCS DE POULET • 80g FOIE GRAS FRAIS • 80g CHAMPIGNONS DE PARIS • 2g MÉLANGE 4 ÉPICES • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Coupez les champignons et le foie gras en petits dés. Placez chacun des blancs de poulet sur une feuille de film alimentaire. Garnissez chaque blanc de foie gras et de champignons. Salez, poivrez et saupoudrez de mélange 4 épices. À l'aide du film alimentaire, roulez chaque escalope afin d'obtenir un boudin.
- 2 Versez 0,7 L d'eau dans la cuve du robot. Déposez les boudins obtenus dans le panier vapeur. Mettez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 3 À la fin de la cuisson, dégustez aussitôt avec du riz.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le foie gras par du comté. Avec des morilles, cette recette est un vrai plat de fête.



## SABLÉS DE NOËL — N° 223



300g FARINE • 100g POUDRE D'AMANDE • 100g SUCRE • 2 ŒUFS • 150g BEURRE MOU • 2 C. À C. DE LEVURE CHIMIQUE • 1 SACHET SUCRE VANILLÉ • 1 C. À S. DE CANNELLE EN POUDRE • 1 C. À S. DE GINGEMBRE EN POUDRE • SUCRE GLACE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN – REPOS 1 H

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, la poudre d'amande, le sucre, les œufs, le beurre en morceaux, la levure, le sucre vanillé et les épices. Mixez en vitesse 8 pendant 1 min.
- 2 Rassemblez la pâte et formez une boule, puis enveloppez-la de film alimentaire. Laissez-la reposer au réfrigérateur pendant 1 h.
- 3 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 4 Couvrez une plaque de papier cuisson. Étalez la pâte au rouleau à pâtisserie, puis découpez-la à l'aide d'un emporte pièce ou d'un verre. Déposez les sablés sur la plaque.
- 5 Enfournez pour 10 min. À la fin de la cuisson, les sablés sont souples, ils durciront en refroidissant. Saupoudrez de sucre glace avant de les servir.

**CONSEIL** - Conservez-les plusieurs jours dans une boîte hermétique.





MENUS LIGHT

## BOUILLON DE POULET

N° 24



1 CARCASSE DE POULET • 1 OIGNON • 1 CAROTTE • 1 POIREAU •  
1 PINCÉE DE SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez l'oignon, la carotte et le poireau, puis coupez-les grossièrement. Concassez la carcasse de poulet.
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez les légumes, la carcasse de poulet et 1,5L d'eau. Salez et lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 50 min.
- 3 À la fin de la cuisson, écumez et filtrez le bouillon.
- 4 Servez chaud ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez moduler les quantités de légumes à votre goût. Utilisez ce bouillon pour réaliser un risotto (n° 101, 133 ou 181), une polenta (n° 113) ou des plats en sauce.



MENUS LIGHT

## BOUILLON DE BŒUF

N° 124



1 OIGNON • 15g GINGEMBRE FRAIS • 300g VIANDE DE BŒUF (JOUÉ OU QUEUE) • QUELQUES GOUTTES DE SAUCE NUOC-MÂM • 1 ÉTOILE DE BADIANE • 3 CLOUS DE GIROFLE • 1 PINCÉE DE GRAINES DE FENOUIL • 1 BÂTONNET DE CANNELLE • 1 POIGNÉE DE POUSSÉS DE SOJA • MENTHE FRAÎCHE, CORIANDRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 1 H 30

- 1 Épluchez l'oignon et le gingembre, puis coupez-les grossièrement. Coupez le bœuf en morceaux.
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez l'oignon, le gingembre, le bœuf, la sauce nuoc-mâm, la badiane, les clous de girofle, les graines de fenouil et la cannelle. Ajoutez 1,5L d'eau, puis lancez le programme Mijoté P2 à 90°C pour 1 h 30.
- 3 À la fin de la cuisson, écumez et filtrez le bouillon.
- 4 Servez chaud ou froid avec des pousses de soja, des herbes fraîches et des quartiers de citron vert.

**CONSEIL** - Ajoutez un petit piment rouge si vous voulez un bouillon plus relevé ! Vous pouvez congeler ce bouillon et vous en servir comme base d'une soupe.



MENUS LIGHT

## COMPOTE POMME CANNELLE

N° 224



1 kg POMMES • 80g CASSONADE • 10 cl JUS DE CITRON •  
1 C. À C. DE CANNELLE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Épluchez les pommes et coupez-les en quartiers.
- 2 Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Ajoutez la cassonade, le jus de citron et la cannelle. Lancez la cuisson en vitesse 3 à 105°C pour 25 min.
- 3 À la fin de la cuisson, mixez en vitesse 12 pendant 40 s.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la cannelle par de la vanille. Si vous souhaitez une compote plus lisse mixez 20s supplémentaires. Remplacez la moitié des pommes par des poires.



## TARTARE DE SAUMON

N° 25



300g SAUMON FRAIS • 120g SAUMON FUMÉ • ½ OIGNON ROUGE  
• 1 POINTE DE COUTEAU DE GINGEMBRE EN POUDRE • 15 BRINS DE CIBOULETTE • 3 GOUTTES DE TABASCO® • 2 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • LE JUS DE 1 CITRON VERT • SEL • POIVRE 5 BAIES

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Épluchez le ½ oignon, coupez-le en deux et mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 12 pendant 20 s.
- 2 Ciselez la ciboulette et mettez-la avec tous les autres ingrédients dans le robot, puis mixez en vitesse 6 pendant 30 s.
- 3 Servez frais.

**CONSEIL** - Attention, cette entrée contient du poisson frais, à consommer rapidement



## POT AU FEU À L'ASIATIQUE

N° 125



1 OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 200g CAROTTES • 2 CUBES DE BOUILLON DE BŒUF • 15g GINGEMBRE FRAIS • 1 TIGE DE CITRONNELLE • 8 BRANCHES DE CORIANDRE • 200g CREVETTES CRUES OU SURGELÉES

PERSONNES 4/5 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez l'oignon, l'ail et les carottes, puis coupez-les grossièrement. Écrasez la tige de citronnelle avec un couteau.
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez 1,5 L d'eau, les cubes de bouillon, les carottes, le gingembre, l'ail, la citronnelle et la moitié du bouquet de coriandre. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 20 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez les crevettes et relancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 10 min.
- 4 Servez dans des bols en ajoutant le reste de coriandre.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les crevettes par du poulet, ajoutez-le 15 min avant la fin de la cuisson.



## SORBET AUX FRUITS ROUGES

N° 225



300g FRUITS ROUGES • 2 C. À S. DE SUCRE GLACE • 1 BLANC D'ŒUF

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – REPOS 6 H

- 1 Lavez et coupez les fruits, puis mettez-les dans un plat allant au congélateur. Stockez-les au congélateur pendant 6 h.
- 2 Quand les fruits sont durs, mettez-les dans le bol du robot bien froid muni du couteau pour pétrir/concasser.
- 3 Mixez en Pulse, pendant 1 min 30. Raclez les parois du bol et du couvercle, ajoutez le sucre glace et le blanc d'œuf, puis mixez en vitesse 12 pendant 30 s.
- 4 Consommez la glace immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter de la menthe ou du basilic. Une fois mixé, le sorbet doit être consommé tout de suite, vous ne pouvez pas le recongeler.



MENUS LIGHT

## SALADE DE POULET ASIATIQUE — N° 26



350 g BLANCS DE POULET • 100 g CONCOMBRE • 100 g CAROTTES • 100 g SALADE (TYPE ICEBERG) • 100 g POUSSÉS DE SOJA • 20 g CORIANDRE • 10 cl JUS DE CITRON VERT • 10 cl SAUCE SOJA • 20 cl HUILE NEUTRE • 5 cl HUILE DE SÉSAME • 1 C. À C. DE TABASCO® (FACULTATIF) • SEL • POIVRE

PERSONNES 2/4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Coupez le poulet en lanières. Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7L dans le robot. Placez les lanières de poulet dans le panier vapeur. Salez et poivrez. Mettez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 2 Épluchez le concombre et les carottes, puis détaillez-les en lanières à l'aide d'un économe. Coupez la salade en lanières. Dans un saladier, rassemblez les carottes, le concombre, la salade, les pousses de soja et la coriandre.
- 3 À la fin de la cuisson, videz l'eau contenue dans le robot. Placez le couteau hachoir ultrablade et mettez le jus de citron, la sauce soja, les huiles et le Tabasco® dans le robot, puis mixez en vitesse 11 pendant 45 s. Ajoutez les lanières de poulet et la moitié de la sauce dans le saladier. Mélangez et servez.



MENUS LIGHT

## ROULADE DE POISSON BLANC AU CITRON — N° 126



4 PETITS FILETS DE POISSON BLANC (120 À 140 g PIÈCE) • LE JUS DE 1 CITRON • 1 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 5 g ANETH • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Mettez les filets de poisson dans un plat. Arrosez-les de jus de citron, d'huile d'olive et parsemez-les d'aneth. Salez et poivrez.
- 2 Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7L dans la cuve du robot. Recouvrez le fond du panier vapeur de papier cuisson.
- 3 Roulez les filets sur eux-mêmes, puis déposez-les dans le panier. Mettez le panier dans le robot. Lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 4 À la fin de la cuisson, dégustez aussitôt avec du riz.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter du curry ou encore des dés de tomates fraîches à la marinade.



MENUS LIGHT

## GRANITÉ YAOURT ET PASTÈQUE — N° 226



400 g PASTÈQUE • 100 g YAOURT GREC • 40 g SUCRE GLACE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – REPOS 6 H

- 1 La veille, coupez la pastèque en cube de 1 cm en retirant la peau. Placez-les sur du papier cuisson et mettez-les au congélateur.
- 2 Lorsque les cubes sont bien congelés, déposez-les dans le bol du robot bien froid muni du couteau pour pétrir/concasser. Mixez en Pulse pendant 1 min.
- 3 Raclez les parois du bol et du couvercle à l'aide de la spatule, ajoutez le sucre glace et le yaourt, puis mixez en Turbo pendant 20 s.
- 4 Servez immédiatement en verrine ou placez le mélange au congélateur 30 min supplémentaires pour former des boules

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le yaourt par du fromage blanc à 20 % de M.G. Attention, ne recongelez pas un produit décongelé.





MENUS VEGGIE

## FLAN AUX LÉGUMES

N° 27



150g COURGETTES • 150g TOMATES • 100g POIVRONS • 20g FEUILLES DE BASILIC • 20cl CRÈME FRAÎCHE LIQUIDE • 4 ŒUFS • 50g FROMAGE (GRUYÈRE, PARMESAN, CHÈVRE) • HUILE D'OLIVE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Coupez les légumes en morceaux.
- 2 Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7L dans le robot. Placez les légumes dans le panier vapeur. Salez et poivrez. Vous pouvez ajouter un filet d'huile d'olive. Mettez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 15 min.
- 3 À la fin de la cuisson, attendez qu'ils refroidissent et videz l'eau contenue dans le robot.
- 4 Placez le couteau hachoir ultrablade dans la cuve et mettez-y les légumes et tous les autres ingrédients. Mixez en vitesse 11 pendant 1min. Versez la préparation dans un plat à gratin et enfournez pour 30 min.

**CONSEIL** - Si vous souhaitez un flan contenant des morceaux, ne mettez que la moitié des légumes lors du mixage et ajoutez le reste dans le plat.



MENUS VEGGIE

## COUSCOUS DE LÉGUMES

N° 127



300g SEMOULE • 100g OIGNON ROUGE • 1 GOUSSE D'AIL • 15cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À S. DE RAS-EL-HANOUT • 300g CAROTTES • 300g NAVETS • 50g CÉLERI BRANCHE • 60cl BOUILLON DE POULE • 1 FEUILLE DE LAURIER • 1 C. À C. DE CONCENTRÉ DE TOMATE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Préparez la semoule comme indiqué sur l'emballage. Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement. Mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10s. Si nécessaire, ramenez l'oignon au milieu avec l'aide d'une spatule et mixez à nouveau 10s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Écrasez la gousse d'ail avec la lame d'un couteau. Mettez-la dans le robot avec l'huile d'olive, le ras-el-hanout et le laurier. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 4 min.
- 3 Épluchez les légumes et coupez-les en morceaux. À la fin du programme, ajoutez le bouillon, le concentré de tomate et les légumes. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 40 min.
- 4 Servez chaud avec la semoule.

**CONSEIL** - Ajoutez des pois chiches en boîte 8min avant la fin de la cuisson.



MENUS VEGGIE

## FROZEN YOGURT FRAMBOISE

N° 227



300g FRAMBOISES SURGELÉES • 450g YAOURT GREC • 2 C. À S. DE MIEL LIQUIDE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 2 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les framboises congelées. Ajoutez le yaourt grec et le miel.
- 2 Mixez en vitesse 12 pendant 1 min.
- 3 Retirez l'accessoire et servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez réaliser cette recette avec d'autres fruits congelés. Attention, ça ne se conserve pas, à déguster immédiatement!



MENUS VEGGIE

## MILLEFEUILLE D'ÉPINARDS À LA GRECQUE

N° 28



300 g ÉPINARDS FRAIS • 1 ŒUF • 200 g FETA • 10 FEUILLES DE PÂTE FILO • 20 g BEURRE FONDU • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 200°C (th. 6-7). Versez 0,7 L d'eau dans le robot. Lavez les épinards et coupez-les grossièrement. Mettez-les dans le panier vapeur. Disposez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 15 min. Sortez les épinards, placez-les dans une passoire et videz le robot.
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez l'œuf battu et la feta émiettée. Salez et poivrez. Mixez en vitesse 6 pendant 30 s, ajoutez les épinards et mixez 30 s.
- 3 Coupez les feuilles de pâte filo en deux, puis badigeonnez-les de beurre fondu. Huilez un plat carré. Placez la moitié des feuilles dans le plat, déposez la farce aux épinards et recouvrez du reste des feuilles.
- 4 Coupez en rectangles, puis enfournez pour 25 min environ. La surface doit être bien dorée.



MENUS VEGGIE

## JARDINIÈRE DE LÉGUMES

N° 128



250 g POMMES DE TERRE • 250 g CAROTTES • 250 g PETITS POIS • 15 g BEURRE • 2 BRINS D'ESTRAGON • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez les pommes de terre et les carottes, puis coupez-les en dés.
- 2 Versez 0,7 L d'eau dans le bol du robot. Déposez tous les légumes dans le panier vapeur. Mettez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 30 min.
- 3 Servez aussitôt avec une noix de beurre, de l'estragon et un peu de sel.

**CONSEIL** - Vous pouvez utiliser des petits pois surgelés. Vous pouvez remplacer le beurre par une vinaigrette à la sauce soja : 4 cl d'huile d'olive, 1 c. à s. de sauce soja, 2 brins d'estragon. Dans ce cas, n'ajoutez pas de sel.



MENUS VEGGIE

## CRUMBLE AUX POMMES

N° 228



150 g FARINE • 125 g POUDRE D'AMANDE • 150 g SUCRE • 200 g BEURRE DEMI-SEL • 850 g POMMES

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, la poudre d'amande, le sucre et le beurre, puis mixez en vitesse 8 jusqu'à ce que la pâte forme des boulettes (environ 1 min 30). La pâte ne doit pas forcément former une boule.
- 3 Épluchez les pommes, coupez-les en dés, puis mettez-les dans un plat. Recouvrez-les de la pâte obtenue en l'émiettant.
- 4 Enfournez pour 40 min. Dégustez tiède ou froid.

**CONSEIL** - Les pommes peuvent être remplacées par des poires ou être mélangées avec des fruits rouges.





MENUS VEGGIE

## CAVIAR D'AUBERGINES

N° 29



600g AUBERGINES • 3 GOUSSES D'AIL • 15cl HUILE D'OLIVE • LE JUS DE 1 CITRON • 1 C. À C. DE CUMIN EN POUDRE • 1 C. À C. DE PAPRIKA • SEL • POIVRE

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Coupez les aubergines en morceaux et réservez-les. Épluchez les gousses d'ail et mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 20s. Ajoutez l'huile d'olive et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 3 min.
- 2 À la fin de la cuisson, ajoutez les aubergines, le jus de citron, 10 cl d'eau, le cumin et le paprika. Salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 35 min.
- 3 À la fin du programme, ramenez la préparation au centre de la cuve avec une spatule, puis mixez en vitesse 6 pendant 2 min.
- 4 Servez froid.

**CONSEIL** - Cette préparation se conserve très bien au réfrigérateur recouverte d'une fine pellicule d'huile d'olive.



MENUS VEGGIE

## MIJOTÉ DE LÉGUMES RACINES

N° 129



100g OIGNON ROUGE • 1 GOUSSE D'AIL • 10cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE PAPRIKA • 250g POTIRON • 250g PANAIS • 300g CAROTTES • 20cl BOUILLON DE POULE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement. Mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Écrasez la gousse d'ail avec la lame d'un couteau et mettez-la dans le robot avec l'huile d'olive et le paprika. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 4 min.
- 3 Épluchez le potiron, les panais et les carottes, puis coupez-les en morceaux. Une fois les 4 min achevées, ajoutez le bouillon et les légumes. Salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 40 min. Servez chaud.

**CONSEIL** - Pommes de terre, patates douce, topinambours, le choix est vaste ! N'hésitez pas à varier les légumes.



MENUS VEGGIE

## CRÈME AU CITRON

N° 229



3 ŒUFS • 150g SUCRE • 20g MAÏZENA® • 50cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 18cl JUS DE CITRON

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 12 MIN – REPOS 3-4 H

- 1 Dans le bol du robot muni du batteur, mettez les œufs et le sucre. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min.
- 2 Ajoutez la Maïzena®, le lait et le jus de citron, puis lancez le programme crème dessert à 90°C en vitesse 5 pour 12min sans le bouchon.
- 3 Répartissez la crème dans des ramequins. Couvrez de film alimentaire, puis mettez-les au réfrigérateur pour 3-4 h. Dégustez bien froid.

**CONSEIL** - Variez les agrumes et ajoutez des zestes confits sur les crèmes !





MENUS VEGGIE

## POIREAUX VINAIGRETTE

N° 30



350 g BLANCS DE POIREAU • 1 ÉCHALOTE • 10 g MOUTARDE FORTE • 30 cl HUILE • 15 cl VINAIGRE DE XÉRÈS • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Coupez les blancs de poireaux en morceaux. Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7L dans le robot. Placez les poireaux dans le panier vapeur, salez et poivrez. Mettez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 25 min.
- 2 À la fin de la cuisson, attendez que les poireaux refroidissent. Videz l'eau contenue dans le robot et mettez le couteau hachoir ultrablade.
- 3 Épluchez l'échalote. Mettez-la dans la cuve avec la moutarde, l'huile, le vinaigre, le sel et le poivre. Mixez en vitesse 11 pendant 1min. Servez les poireaux accompagnés de la vinaigrette.

**CONSEIL** - La vinaigrette se conserve très bien au réfrigérateur. Faites-en une plus grande quantité, elle sera prête dès que vous en aurez besoin.



MENUS VEGGIE

## TAJINE DE LÉGUMES

N° 130



80 g OIGNON ROUGE • 100 g POIVRON ROUGE • 2 GOUSSES D'AIL • 5 cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE CANNELLE • 1 C. À C. DE GINGEMBRE • 1 C. À C. DE CUMIN • 250 g COURGETTES • 250 g FENOUIL • 300 g TOMATES • 20 cl BOUILLON DE LÉGUMES • ½ BOUQUET DE CORIANDRE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez l'oignon rouge et coupez-le grossièrement. Lavez le poivron, épépinez-le, puis coupez-le en morceaux. Dans le bol du robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon et le poivron, puis mixez en vitesse 11 pendant 15 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Écrasez les gousses d'ail avec la lame d'un couteau. Mettez-les dans le robot avec l'huile d'olive et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 4 min.
- 3 Coupez les courgettes, le fenouil et les tomates en morceaux. Ajoutez le bouillon, les épices et les légumes dans le robot, salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 40 min.
- 4 Servez chaud ou froid parsemé de coriandre ciselée.

**CONSEIL** - Remplacez le fenouil et les courgettes par des panais, des carottes et du potiron.



MENUS VEGGIE

## FAR BRETON

N° 230



300 g PRUNEAUX DÉNOYAUTÉS • 20 g BEURRE DEMI-SEL FONDU • 75 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 5 ŒUFS • 140 g SUCRE • 1 SACHET DE SUCRE • VANILLÉ • 220 g FARINE • 5 cl COINTREAU®

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 1 h 05

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Beurrez un moule à gratin et déposez-y les pruneaux.
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le beurre et lancez en vitesse 5 à 80°C pendant 3 min.
- 3 Ajoutez le lait, les œufs, le sucre et le sucre vanillé, puis mélangez en vitesse 8.
- 4 Ajoutez progressivement la farine. Lorsqu'elle est incorporée, ajoutez le Cointreau® et laissez tourner encore 2 min.
- 5 Versez la pâte sur les pruneaux et enfournez pour 1 h. Laissez refroidir et dégustez.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les pruneaux par des figues ou des cerises.



## SOUFFLÉS AU FROMAGE

N° 31



40 g FARINE • 40 g BEURRE • 50 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 PINCÉE DE MUSCADE • 150 g GRUYÈRE RÂPÉ • 5 ŒUFS • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 25 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Dans le robot muni du batteur, mettez la farine, le lait et la muscade. Salez, poivrez et mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Ajoutez le beurre et lancez le programme sauce pour 8 min en vitesse 4 à 90°C.
- 2 Séparez les blancs des jaunes d'œufs. À la fin du programme, ajoutez le gruyère et mixez 50 s en vitesse 8. Si besoin, mixez 30 s supplémentaires. Ajoutez les jaunes d'œufs et mixez 50 s. Versez la préparation dans un grand saladier et lavez le robot.
- 3 Dans le bol muni du batteur, mettez les blancs d'œufs et 1 pincée de sel. Lancez le robot en vitesse 7 pendant 7 min 30 sans le bouchon.
- 4 Beurrez un moule à soufflé. Mélangez délicatement les blancs montés à la préparation précédente. Versez dans le moule et enfournez pour 30 à 35 min sans ouvrir la porte du four. Dégustez aussitôt.



## BLÉ COMME UN RISOTTO

N° 131



250 g BLÉ • 1 OIGNON • 10 cl HUILE D'OLIVE • 8 cl VIN BLANC • 70 cl BOUILLON DE VOLAILLE • 80 g TOMATES • 80 g COURGETTES • 30 g PARMESAN • 10 FEUILLES DE BASILIC • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement. Mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur et versez l'huile d'olive dans le robot. Lancez le programme Mijoté P1 sans le bouchon pour 7 min.
- 3 Lorsque le minuteur indique qu'il reste 4 min, ajoutez le blé. Quand il ne reste que 1 min, ajoutez le vin blanc.
- 4 À la fin du programme, ajoutez le bouillon de volaille, salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 20 min en mettant le bouchon.
- 5 Coupez les tomates et les courgettes en petits dés. À la fin de la cuisson, ajoutez le parmesan, les tomates et les courgettes. Mélangez délicatement avec la spatule. Servez sans attendre en ajoutant les feuilles de basilic.



## MUESLI AUX FRUITS SECS

N° 231



250 g FLOCONS D'AVOINE • 40 g BEURRE DEMI-SEL • 100 g MIEL LIQUIDE • 50 g SUCRE BRUN • 80 g NOISETTES CONCASSÉES • 80 g AMANDES EFFILÉES • 40 g NOIX CONCASSÉES • 100 g RAISINS SECS • 1 C. À C. DE GINGEMBRE EN POUDRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez le beurre et faites-le fondre à 100°C en vitesse 5 pendant 1 min 30.
- 3 Ajoutez le reste des ingrédients dans le robot. Mélangez à froid en vitesse 3 pendant 2 min.
- 4 Répartissez la préparation sur une plaque recouverte de papier cuisson et enfournez pour 10 à 15 min. Le mélange doit être doré. Laissez refroidir. Ce mélange se conserve plusieurs jours dans une boîte hermétique.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des abricots secs, des pruneaux... en fonction de vos goûts.





## LENTILLES, HADDOCK ET CURRY — N° 32



250 g LENTILLES VERTES DU PUY • 1 OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 5 g CURRY (1 C. À C.) • 2 cl HUILE • 1 FEUILLE DE LAURIER • 1 FILET DE HADDOCK (250g)

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et l'ail puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 15 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur et ajoutez le curry, les lentilles, l'huile, le laurier et 65 cl d'eau. Lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 20 min.
- 3 À la fin du programme, coupez le haddock en petits morceaux. Relancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 10 min. Servez chaud ou froid.

**CONSEIL** - Si vous aimez les lentilles un peu plus cuites, prolongez la cuisson de quelques minutes.



## QUINOA À LA TOMATE — N° 132



150 g QUINOA • 1 OIGNON • 5 cl HUILE D'OLIVE • 10 cl COULIS DE TOMATE • 200 g TOMATES • 10 FEUILLES DE BASILIC • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement. Mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive, le quinoa, le coulis de tomate et 2 fois le volume du quinoa en eau. Salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 20 min en mettant le bouchon.
- 3 Coupez les tomates en petits dés.
- 4 À la fin de la cuisson, ajoutez les tomates, puis mélangez délicatement avec une spatule. Servez sans attendre en ajoutant les feuilles de basilic.

**CONSEIL** - Vous pouvez faire cuire le quinoa au naturel et lui ajouter des herbes fraîches et des épices au moment de servir. Froid, il est délicieux en salade.



## PORRIDGE — N° 232



200 g FLOCONS D'AVOINE • 50 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 50 g MIEL LIQUIDE • 1 C. À C. DE CANNELLE • 80 g ABRICOTS SECS • 40 g NOISETTES

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du mélangeur, mettez le lait, 40 cl d'eau et les flocons d'avoine. Faites cuire à 80°C en vitesse 4 pendant 10 min.
- 2 Ajoutez le miel, la cannelle, les abricots coupés en petits morceaux et les noisettes concassées. Mélangez en vitesse 6 pendant 1 min.
- 3 Servez dans des bols.

**CONSEIL** - Ce plat se déguste tiède au petit-déjeuner.





4 POIVRONS • 1 GOUSSE D'AIL • 1 OIGNON • 500g VIANDE DE BŒUF • 10 BRINS DE MENTHE • 50g PIGNONS DE PIN • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 200°C (th. 6-7). Épluchez l'ail et l'oignon et coupez-les grossièrement. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade avec la viande et la menthe. Salez et poivrez. Mixez vitesse 12 pendant 30s.
- 2 Mélangez le contenu du robot à l'aide de la spatule et mixez à nouveau 10s (mixez 20s supplémentaires si vous souhaitez une farce très fine).
- 3 Ôtez le couteau, ajoutez les pignons, puis mélangez la farce avec vos mains.
- 4 Coupez le haut des poivrons, ôtez les parties blanches et les pépins. Mettez-les dans un plat allant au four et garnissez-les de farce. Recouvrez des chapeaux et enfournez pour 30 à 35 min. Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le bœuf par du veau.



300g RIZ ARBORIO • 1 ÉCHALOTE • 5cl HUILE D'OLIVE • 8cl VIN BLANC • 90cl BOUILLON DE VOLAILLE • 50g PARMESAN • 50g TOMATES SÉCHÉES • 10 FEUILLES DE BASILIC • 50g BEURRE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez l'échalote et coupez-la grossièrement. Mettez-la dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez 15s en vitesse 11.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive et lancez le programme Mijoté P1 sans le bouchon pour 7 min.
- 3 Lorsque le minuteur indique qu'il reste 4 min, ajoutez le riz. Lorsqu'il ne reste que 1 min, ajoutez le vin blanc. À la fin du programme, versez le bouillon de volaille et lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 20 min, puis mettez le bouchon.
- 4 À la fin de la cuisson, ajoutez le parmesan, le beurre et les tomates séchées coupées en morceaux, puis mélangez délicatement avec la spatule. Rectifiez l'assaisonnement. Servez sans attendre en ajoutant les feuilles de basilic.

**CONSEIL** - Ne soyez pas surpris s'il reste du liquide, le parmesan donnera une consistance crémeuse au risotto.



80g BEURRE • 150g FARINE • 4 ŒUFS • SEL • GARNITURE • 2 ŒUFS • 3 JAUNES D'ŒUFS • 100g SUCRE • 40g FARINE • 30g MAÏZENA® • 70cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 50g BEURRE • 125g PRALINÉ • 100g SUCRE GLACE • 50g AMANDES EFFILÉES

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 1 H

- 1 Préchauffez le four à 190°C (th. 6). Réalisez une pâte à choux sucrée (p. 24). Couvrez une plaque de papier cuisson, mettez la pâte à choux dans une poche à douille et couchez-la sur la plaque de façon à former une couronne. Enfourez pour 25 min, puis baissez la température du four à 160°C et prolongez la cuisson 20 min.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les œufs et les jaunes, le sucre, la farine et la Maïzena®. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min en ajoutant le lait. Mettez le bouchon et lancez le programme crème dessert vitesse 4 à 90°C pour 12 min. En fin de cuisson, ajoutez le beurre et le praliné, puis mixez en vitesse 7 pendant 1 min pour lisser la crème.
- 3 Laissez refroidir la crème et mettez la dans une poche à douille. Coupez la couronne en deux dans l'épaisseur et garnissez l'intérieur de crème. Reposez l'autre moitié sur le dessus puis saupoudrez de sucre glace et d'amandes effilées. Dégustez immédiatement.



## ACCRAS DE MORUE

N° 34



300 g MORUE DESSALÉE • 300 g POMMES DE TERRE • 1 GOUSSE D'AIL • 1 OIGNON • 70 g FARINE • 2 ŒUFS • 1 C. À C. DE POUDRE DE PIMENT • 1 PETIT BOUQUET DE PERSIL PLAT • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Verser 0,7 L d'eau dans la cuve. Épluchez les pommes de terre coupez-les en morceaux de 2 cm et mettez-les dans le panier vapeur. Lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 2 À la fin du programme, videz le robot. Épluchez l'ail et l'oignon, mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Ajoutez la morue bien sèche et mixez de nouveau 10 s. Salez légèrement, poivrez et ajoutez les pommes de terre cuites, la farine, les œufs, le piment et les feuilles de persil plat. Mixez 1 min en vitesse 7.
- 3 Faites chauffer une friteuse à 170°C et formez de petites boules à l'aide d'une cuillère. Plongez-les dans l'huile brûlante et faites-les cuire 5 à 10 min. Placez-les sur du papier absorbant pour retirer l'excès de gras et servez immédiatement.



## QUENELLES DE POMME DE TERRE — N° 134



300 g POMME DE TERRE • 1 ŒUF • 20 g CHAPELURE • 75 g FARINE • 20 cl CRÈME FRAÎCHE LIQUIDE • 1 C. À C. DE CIBOULETTE • 1 C. À C. DE NOIX DE MUSCADE EN POUDRE • 50 g FROMAGE RÂPÉ • SEL • POIVRE 5 BAIES

PERSONNES 2/4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez les pommes de terre, coupez-les en dés et mettez-les dans le panier vapeur. Versez 0,7 L d'eau dans la cuve et mettez le panier dans le robot. Lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 2 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). À la fin de la cuisson, mettez les pommes de terre dans un saladier et écrasez-les. Salez, poivrez, ajoutez l'œuf, la chapelure et la farine. Mélangez bien.
- 3 Formez de petites quenelles et faites-les cuire 8 min dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez les quenelles sur du papier absorbant et déposez-les au fur et à mesure dans un plat à gratin beurré.
- 4 Dans un saladier, mélangez la crème fraîche, la ciboulette ciselée, la noix de muscade, salez, poivrez, puis versez ce mélange sur les quenelles. Saupoudrez de fromage râpé et enfournez pour 20 min.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter du lard fumé à la préparation.



## CRÈME CATALANE

N° 234



1 ORANGE NON TRAITÉE • 1 CITRON NON TRAITÉ • 70 cl LAIT • 120 g SUCRE • 1 BÂTON DE CANNELLE • 2 ŒUFS • 3 JAUNES D'ŒUF • 20 g FARINE • 20 g MAÏZENA® • CASSONADE POUR CARAMÉLISER

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 30 MIN – REPOS 1 H

- 1 Lavez l'orange et le citron, puis prélevez le zeste à l'aide d'un économe.
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez le lait, 60 g de sucre, la cannelle et le zeste. Faites chauffer en vitesse 3 à 90°C pendant 15 min. Passez le mélange au chinois.
- 3 Rincez le bol et placez le batteur. Mettez les œufs, les jaunes, la farine, la Maïzena® et le sucre restant dans le bol. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min. Au bout de 30 s, ajoutez le lait infusé par le couvercle.
- 4 Lancez le programme dessert en vitesse 5 à 90°C pour 15 min. En fin de cuisson, mixez 30 s en vitesse 7 pour homogénéiser la crème.
- 5 Remplissez 6 ramequins et placez-les au réfrigérateur pendant 1 h. Au moment de servir, nappez les crèmes de cassonade et faites caraméliser à l'aide d'un chalumeau.





## BRICKS AU POULET ÉPICÉ

N° 35



250g FILET DE POULET • 1 OIGNON • 5cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE CURRY • 1 POINTE DE COUTEAU DE GINGEMBRE MOULU • 10cl PULPE DE TOMATE • 10 BRINS DE CORIANDRE • 5 FEUILLES DE BRICKS • SEL • POIVRE • 2 BLANCS D'ŒUFS

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 20 MIN OU 30 MIN

- 1 Épluchez l'oignon, coupez-le en quatre et mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile et les épices, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 2 Coupez le poulet en petits dés et ajoutez-le dans le robot avec la pulpe de tomate, puis lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 10 min.
- 3 À la fin de la cuisson, ajoutez la coriandre, salez, poivrez. Divisez chaque feuille de brick en 4 bandes. Posez un petit tas de farce à une des extrémités. Pliez afin d'obtenir un triangle, puis repliez jusqu'au bout de la bande, et collez la pâte avec un peu de blanc d'œuf. Faites de même avec toutes les bandes.
- 4 Faites-les cuire 5 min à feu vif dans une poêle avec un peu d'huile, ou au four à 150°C (th. 5) sur une plaque recouverte de papier cuisson pendant 15 min. Servez.



## BOUCHÉES À LA REINE

N° 135



6 BOUCHÉES DE PÂTE FEUILLETÉE • 40g FARINE • 60g BEURRE • 50cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 PINCÉE DE MUSCADE • 180g BLANCS DE POULET • 100g VEAU • 2 QUENELLES NATURE (200g) • 60g ÉCHALOTE • 2 C. À S. D'HUILE • 10cl BOUILLON • 180g CHAMPIGNONS DE PARIS ENTIERS EN CONSERVE • SEL ET POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Dans le robot muni du batteur, mettez la farine, le lait et la muscade. Salez et poivrez. Mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Ajoutez 40g de beurre et lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 8 min. Réservez et lavez le robot.
- 2 Coupez le poulet, le veau et les quenelles en morceaux. Épluchez l'échalote, mettez-la dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur et ajoutez les 20g de beurre restants et l'huile. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Ajoutez le poulet, le veau et le bouillon, puis lancez le programme Mijoté P2 à 90°C pour 25 min. Après 15 min, ajoutez les champignons et les quenelles.
- 4 Videz le bouillon puis mélangez la préparation avec la béchamel, garnissez-en les bouchées et enfournez pour 20 min.



## CRÈME BRÛLÉE À LA VANILLE

N° 235



4 JAUNES D'ŒUFS • 50g SUCRE • 40cl CRÈME LIQUIDE ENTIÈRE • 1 C. À C. DE VANILLE (EN POUDRE OU ARÔME) • 100g SUCRE ROUX

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 35 MIN

- 1 Préchauffez le four à 120°C (th. 4).
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes d'œufs, le sucre et la vanille, puis mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Au bout de 30 s, ajoutez la crème liquide par le couvercle.
- 3 Répartissez la préparation dans des plats à œufs individuels.
- 4 Faites-les cuire dans un bain-marie au four pendant 35 min. Laissez refroidir et placez-les au réfrigérateur.
- 5 Répartissez le sucre roux sur les crèmes, puis passez-les au chalumeau ou sous le grill du four pendant 2 min.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des pistaches concassées avant de servir.





## CROQUETTES

N° 36



40g FARINE • 40g BEURRE • 30cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 PINCÉE DE MUSCADE • 120g COMTÉ RÂPÉ • 120g JAMBON BLANC OU FUMÉ • 2 ŒUFS • FARINE • CHAPELURE • HUILE DE FRITURE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du batteur, mettez la farine, le lait et la muscade. Salez et poivrez, puis mixez en vitesse 7 pendant 30 s. Ajoutez le beurre et lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 5 min.
- 2 Remplacez le batteur par le couteau pour pétrir/concasser, ajoutez le comté et le jambon coupés en lamelles, puis mixez en vitesse 9 pendant 45 s. Si besoin, mixez 30 s. Laissez refroidir.
- 3 Farinez votre plan de travail et formez délicatement un boudin avec la préparation. Coupez-le de façon à obtenir des croquettes. Paniez-les dans l'œuf battu puis dans la chapelure. Paniez-les une seconde fois pour avoir une croûte qui se tienne à la cuisson.
- 4 Faites chauffer de l'huile de friture dans une casserole ou dans une friteuse. Plongez les croquettes dans l'huile très chaude (150°C) et faites cuire 1 à 2 min. Elles doivent être bien dorées. Servez.



## CANNELLONIS

N° 136



12 CANNELLONIS • 50g OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 10cl HUILE D'OLIVE • 250g ÉPINARDS SURGELÉS EN BRANCHES • 400g RICOTTA • 1 ŒUF • 125g PARMESAN RÂPÉ • 25cl CRÈME FRAÎCHE • HUILE • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four 200°C (th. 6-7). Ébouillantez les cannellonis dans une casserole quelques instants. Épluchez l'oignon et l'ail, coupez-les grossièrement et mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Ajoutez l'huile et les épinards, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez la ricotta, l'œuf battu, du sel et la moitié du parmesan râpé, puis mixez en vitesse 9 pendant 30 s. Ramenez la préparation vers le centre à l'aide de la spatule et mixez 30 s.
- 4 Garnissez les cannellonis de cette préparation et déposez-les dans un plat à gratin. Couvrez de crème fraîche et saupoudrez du parmesan restant. Enfourez pour 35 min. Servez chaud.

**CONSEIL** - Remplacez la farce par de la bolognaise.



## ENTREMETS POIRE-CHOCOLAT

N° 236



200g SPÉCULOOS • 40g BEURRE FONDU • 3 FEUILLES DE GÉLATINE (6g) • 350g POIRES AU SIROP (POIDS ÉGOUTTÉ) • 20cl CRÈME FLEURETTE 30% MG • 60g SUCRE • 120g MASCARPONE • 100g CHOCOLAT NOIR • 8cl LAIT

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 20 MIN – REPOS 3 H

- 1 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mixez les spéculoos en vitesse 10 pendant 30 s. Ajoutez le beurre fondu, mélangez à la spatule, puis tassez-les au fond d'un moule.
- 2 Faites tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide. Mettez les poires égouttées avec 2 c. à s. de leur sirop dans le robot et mixez en vitesse 10 pendant 1 min. Réservez dans un bol.
- 3 Dans une casserole, faites chauffer 2 c. à s. du sirop des poires, puis ajoutez les feuilles de gélatine. Lavez le robot et mettez le batteur. Versez-y la crème et mixez en vitesse 7 pendant 3 min. Ajoutez le sucre, les poires mixées, le mascarpone et la gélatine. Mixez en vitesse 4 pendant 1 min 30. Versez dans le moule et placez au réfrigérateur.
- 4 Mettez le chocolat et le lait dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser. Faites fondre à 70°C en vitesse 5 pendant 8 min. Versez le chocolat fondu sur la crème de poires. Mettez au frais pour au moins 3 h.



## FRITTATA AUX COURGETTES N° 37



100g COURGETTES • 20 FEUILLES DE BASILIC • 4 ŒUFS • 40g PARMESAN • 10g CHAPELURE • SEL • POIVRE

**PERSONNES 2/4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN**

- 1 Coupez les courgettes en dés et ciselez le basilic.
- 2 Mettez tous les ingrédients dans un bol et mélangez. Salez et poivrez.
- 3 Versez 0,7L d'eau dans le robot et tapissez le panier vapeur de papier cuisson. Versez la préparation dans le panier et déposez-le dans le robot.
- 4 Lancez le programme vapeur pour 15 min. Servez chaud ou froid.

**CONSEIL** - Ajoutez des tomates séchées, de la feta, des olives...



## GRATIN DE BLETTES N° 137 À LA BÉCHAMEL



600g CÔTES DE BLETTES • 40g FARINE • 40g BEURRE MOU • 50cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 PINCÉE DE MUSCADE • 120g COMTÉ RÂPÉ • SEL • POIVRE

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 12 MIN – CUISSON 1 H**

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Coupez les côtes de blettes en tronçons. Mettez les blettes et 50 cl d'eau dans le robot muni du mélangeur. Lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 15 min. À la fin de la cuisson, laissez-les s'égoutter dans une passoire. Lavez la cuve.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez la farine, le lait et la muscade. Salez et poivrez. Mixez en vitesse 6 pendant 30s. Ajoutez le beurre et lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 8min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le fromage râpé et mixez en vitesse 6 pendant 45s. Si le mélange n'est pas homogène, mixez 30s.
- 4 Mélangez les blettes à la béchamel. Versez la préparation dans un plat à gratin. Enfourez pour 30min. Dégustez tiède.



## ÎLES FLOTTANTES N° 237



6 ŒUFS • 160g SUCRE • 50cl LAIT • 1 C. À C. DE VANILLE LIQUIDE

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN**

- 1 Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes et 80g de sucre. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min. Au bout de 30s, ajoutez le lait et la vanille.
- 2 Lancez le programme crème dessert à 85°C en vitesse 4 pour 12 min. Réservez la crème anglaise et lavez le robot.
- 3 Dans le robot bien sec muni du batteur, mettez les blancs d'œufs et le reste de sucre. Faites tourner le robot en vitesse 7 à 70°C pendant 6 min 30 sans le bouchon. Dès la sonnerie, donnez la forme à vos blancs et égouttez-les sur du papier absorbant.
- 4 Répartissez la crème dans des coupes et ajoutez les blancs en neige cuits. Servez frais.

**CONSEIL** - Vous pouvez saupoudrer les blancs en neige de cacao, de poudre de fruits secs ou de caramel (recette du cake caramel n° 217).





## OLIVE ASCOLANE

N° 38



50 GROSSES OLIVES VERTES • 150g VIANDE DE BŒUF • 80g VIANDE DE PORC • 70g FOIES DE VOLAILLE • 50g LARD • 5cl HUILE D'OLIVE • 25cl BOUILLON DE LÉGUMES • 2 ŒUFS • 50g PARMESAN RÂPÉ • 100g CHAPELURE • 50g FARINE • HUILE DE FRITURE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Coupez la viande, les foies et le lard en dés, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 12 pendant 10 s.
- 2 Ajoutez l'huile d'olive et le bouillon, salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 15 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez 1 œuf et le parmesan, puis mixez la préparation en vitesse 6 pendant 30 s. Vous pouvez mixer à nouveau si vous désirez une farce plus fine.
- 4 Garnissez les olives avec cette farce. Faites chauffer une friteuse. Passez les olives dans la farine, dans l'œuf restant battu, puis dans la chapelure.
- 5 Plongez-les dans la friteuse pour quelques minutes. Dégustez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des oignons à la farce ou préférer le veau au porc.



## CURRY DE LENTILLES CORAIL

N° 138



250g LENTILLES CORAIL • 80g OIGNON ROUGE • 2 GOUSSES D'AIL • 10cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE CURRY • 1 C. À C. DE GINGEMBRE EN POUDRE • 1 C. À C. DE CORIANDRE EN POUDRE • 25cl LAIT DE COCO • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement. Mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Écrasez les gousses d'ail avec la lame d'un couteau. Mettez-les dans le robot avec l'huile d'olive et les épices. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 4 min.
- 3 Ajoutez ensuite les lentilles, 0,7 L d'eau et le lait de coco. Salez et poivrez puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 40 min.
- 4 Servez chaud ou froid.

**CONSEIL** - Ce curry appelé « dhal » par les Indiens ressemble à une purée. Il est délicieux servi avec du riz et saupoudré de coriandre fraîche.



## MOUSSE DE FRAMBOISE

N° 238



300g FRAMBOISES • 30cl CRÈME FLEURETTE À 30% DE MG • 6g GÉLATINE • 25g SUCRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – REPOS 4 H

- 1 Faites tremper la gélatine dans un bol d'eau froide.
- 2 Dans le bol du robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les framboises. Mixez en vitesse 9 à 50°C pendant 5 min. Lorsqu'il ne reste plus que 1 min, ajoutez la gélatine égouttée. Réservez dans un bol.
- 3 Lavez le robot à l'eau très froide et essuyez-le bien. Placez le batteur dans le robot et ajoutez la crème fleurette. Mélangez en vitesse 6 pendant 5 min sans le bouchon. Lorsqu'il ne reste plus que 2 min, ajoutez le sucre.
- 4 Lorsque la crème est montée, ajoutez le coulis de framboise refroidi, raclez les bords du robot et mixez en vitesse 5 pendant 5 s.
- 5 Versez dans des verres et laissez prendre au réfrigérateur pendant 4 h.

**CONSEIL** - Vous pouvez garnir ces mousses de fruits frais.





## SAMOSSAS À LA VIANDE

N° 39



250 g VIANDE DE BŒUF • 250 g CAROTTES • 1 GOUSSE D'AIL • 1 OIGNON • 5 cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE PIMENT EN POUDRE • 1 C. À C. DE CUMIN • 1 C. À C. CORIANDRE EN POUDRE • 10 cl BOUILLON • 6 FEUILLES DE BRICK • SEL • POIVRE • 2 BLANCS D'ŒUFS

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 OU 30 MIN

- 1 Coupez la viande en cubes, mettez-la dans le bol muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 12 pendant 10 s. Réservez.
- 2 Épluchez les carottes, l'ail et l'oignon, puis coupez-les en dés. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 30 s. Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez l'huile et les épices, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min sans le bouchon. Ajoutez ensuite la viande et le bouillon, salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 12 min.
- 3 Divisez chaque feuille de brick en 4 bandes. Posez un petit tas de farce à une des extrémités. Pliez afin d'obtenir un triangle, puis repliez jusqu'au bout de la bande. Collez avec un peu de blanc d'œuf. Renouvelez l'opération.
- 4 Faites-les cuire 5 min à feu vif dans une poêle avec un peu d'huile, ou au four à 150°C (th. 5) pendant 15 min. Servez.



## GOULASH

N° 139



1 kg PALERON DE BŒUF • 200 g OIGNONS • 2 GOUSSES D'AIL • 300 g POMMES DE TERRE • 100 g POIVRON ROUGE • 50 g FARINE • 2 C. À S. D'HUILE • 1 C. À S. DE PAPRIKA • 250 g PULPE DE TOMATES (EN CONSERVE) • 60 cl BOUILLON DE BŒUF • 10 cl VIN ROUGE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 1 h 25

- 1 Épluchez les oignons, l'ail et les pommes de terre, puis coupez-les en quatre. Coupez le poivron en dés. Coupez la viande en morceaux et passez-les dans la farine. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon et l'ail, puis mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur et ramenez les ingrédients vers le centre de la cuve. Ajoutez l'huile, le poivron et le paprika, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le bœuf, les pommes de terre, la pulpe de tomate, le bouillon et le vin rouge. Salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 1 h 20. Servez bien chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter un peu de crème avant de servir. Choisissez des morceaux de viande plutôt gras et coupez-les en cubes de 2 cm.



## FINANCIERS

N° 239



125 g POUDRE D'AMANDE • 125 g FARINE • 180 g SUCRE GLACE • 150 g BEURRE • 5 BLANCS D'ŒUFS • 1 C. À C. RASE DE LEVURE CHIMIQUE • 1 C. À C. DE VANILLE EN POUDRE • 1 PINCÉE DE SEL

PIÈCES 12 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 30 MIN – REPOS 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 200°C (th. 6/7).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le beurre et faites le fondre à 130°C en vitesse 3 pendant 10 min.
- 3 Ajoutez ensuite les autres ingrédients, puis lancez le programme Pâte P3. Mettez la pâte pendant 30 min au réfrigérateur.
- 4 Beurrez des moules à financiers, puis remplissez-les aux deux tiers de pâte. Enfourez pour 15 à 20 min.
- 5 Laissez refroidir avant de démouler et de déguster.

**CONSEIL** - Remplacez la poudre d'amande par de la poudre de noisette ou de pistache.



## CROQUETTES RIZ & MOZZARELLA — N° 40



300 g RIZ ARBORIO • 1 ÉCHALOTE • 10 cl HUILE D'OLIVE • 8 cl VIN BLANC • 10 cl PURÉE DE TOMATE • 90 cl BOUILLON DE VOLAILLE • 1 ŒUF + 2 ŒUFS • 30 g PARMESAN • 125 g MOZZARELLA • 100 g CHAPELURE • 100 g FARINE • SEL • POIVRE

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez l'échalote et coupez-la grossièrement. Mettez-la dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive et lancez le programme Mijoté P1 pour 7 min (sans le bouchon). Lorsque le minuteur indique qu'il reste 4 min, ajoutez le riz. Quand il indique 1 min, ajoutez le vin blanc et la purée de tomate.
- 2 À la fin du programme, ajoutez le bouillon de volaille, salez et lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 25 min, sans le bouchon. Mettez le riz dans un saladier afin qu'il refroidisse.
- 3 Ajoutez 1 œuf et le parmesan, mélangez. Coupez la mozzarella en dés de 1 cm. Formez des boules de riz en plaçant un dé de mozzarella au centre. Roulez chaque boule dans la farine, les 2 œufs battus et la chapelure. Faites frire dans une friteuse à 180°C pendant 5 min, les croquettes doivent être bien colorées. Servez.



## ÉPINARDS À LA CRÈME — N° 140



800 g ÉPINARDS FRAIS • ½ CUBE DE BOUILLON DE LÉGUMES • 15 cl CRÈME LIQUIDE • NOIX DE MUSCADE • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Lavez les épinards et coupez-les en fines lamelles. Mettez-les dans le robot muni du mélangeur en tassant si besoin. Ajoutez le cube de bouillon délayé dans la crème. Saupoudrez d'un peu de noix de muscade et salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 90°C pour 15 min.
- 2 Après 5 min de cuisson, ouvrez le couvercle et ramenez la préparation vers le centre de la cuve. Après 10 min de cuisson, répétez cette opération.
- 3 Servez chaud.

**CONSEIL** - Fenouil, chou, vous pouvez facilement varier les légumes.



## FLAN COCO — N° 240



80 g NOIX DE COCO RÂPÉE • 250 g LAIT CONCENTRÉ NON SUCRÉ • 25 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 2 ŒUFS • 40 g SUCRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez tous les ingrédients et mixez en vitesse 11 pendant 1 min. Si besoin, ramenez la préparation vers le centre à l'aide d'une spatule et mixez 30 s supplémentaires.
- 3 Versez la préparation dans 4 à 6 ramequins, puis enfournez pour 30 min. Dégustez tiède et froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le lait par du lait végétal (de riz ou d'amande) ou encore du lait de coco, supprimez alors le sucre de la préparation.





500 g POIS CHICHES SECS • 1 OIGNON • 3 GOUSSES D'AIL • 1 C. À S. DE GRAINES DE SÉSAME • ½ BOUQUET DE CORIANDRE • 1 C. À C. DE CUMIN EN POWDRE • 1 C. À C. DE BICARBONATE DE SOUDE • 1 C. À S. DE FARINE • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN – REPOS 24 H

- 1 Faites tremper les pois chiches dans un grand volume d'eau froide 24 h avant de réaliser la recette. Le jour même, égouttez-les et essuyez-les.
- 2 Épluchez l'oignon et l'ail, coupez-les en quatre. Lavez la coriandre et équeutez-la. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez tous les ingrédients. Salez, puis mixez en vitesse 12 pendant 30 s. Ramenez la préparation au centre de la cuve à l'aide de la spatule.
- 3 Mixez pendant 30 s. Ramenez encore une fois la préparation vers le centre et mixez à nouveau 30 s. La pâte ne doit pas être complètement homogène, il doit rester des petits morceaux. Mouillez vos mains et formez de petites boules. Pressez-les très fort afin qu'elles ne se défassent pas à la cuisson. Faites-les cuire dans une friteuse pendant 2 min de chaque côté. Servez chaud.

**CONSEIL** - Pour une version express, utilisez des pois chiches en boîte (500 g).



350 g POMMES DE TERRE • 5 cl + 2 C. À S. HUILE D'OLIVE • 3 GOUSSES D'AIL • 400 g TOMATES PELÉES EN CONSERVE • 4 C. À C. DE PIMENTON DOUX • 12 GOUTTES DE TABASCO® • 2 C. À C. DE VINAIGRE • 1 C. À C. DE SUCRE • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez les pommes de terre, coupez-les en dés et mettez-les dans le panier vapeur. Versez 0,7 L d'eau dans la cuve du robot et placez le panier dans le robot. Lancez le programme vapeur pour 25 min. À la fin de la cuisson, videz le robot. Faites sauter les pommes de terre dans une poêle avec 2 c. à s. d'huile d'olive.
- 2 Épluchez les gousses d'ail, puis coupez-les grossièrement. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Ajoutez l'huile d'olive et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 3 min.
- 3 Ajoutez les tomates, le pimenton, le Tabasco®, le vinaigre et le sucre, salez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 20 min avec le bouchon.
- 4 Couvrez les pommes de terre de sauce et servez.



1 PÂTE SABLÉE (VOIR P. 14) • 5 ŒUFS • 180 g SUCRE • 100 g DE MAÏZENA® • 2 SACHETS DE SUCRE VANILLÉ • 1 L LAIT ÉCRÉMÉ

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les œufs, le sucre, la Maïzena® et le sucre vanillé, puis mixez en vitesse 6 pendant 1 min. Après 30 s, ajoutez le lait.
- 3 Lancez le programme crème dessert à 90°C en vitesse 5 pour 15 min.
- 4 Étalez la pâte à tarte et mettez-la dans un moule à bords hauts. Versez la crème dessus et enfournez pour 30 à 35 min. Laissez refroidir le flan avant de le déguster.

**CONSEIL** - L'idéal est de réaliser cette recette la veille.





## CAKE POTIRON, COMTÉ, BACON — N° 42



200 g CHAIR DE POTIRON • 80 g BACON • 70 g COMTÉ RÂPÉ • 3 ŒUFS • 60 g BEURRE • 100 g FARINE • 1 SACHET DE LEVURE CHIMIQUE (11 g)

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Coupez la chair de potiron en dés. Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les dés de potiron, le bacon et le comté. Mixez en vitesse 11 pendant 30 s. À l'aide d'une spatule, rabattez les ingrédients vers le centre de la cuve.
- 2 Ajoutez les œufs, le beurre, la farine et la levure. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Tapissez un moule à cake de papier cuisson. Versez la pâte dans le moule et enfournez pour 45 min environ. S'il se colore trop en fin de cuisson, baissez le four à 160°C (th. 6).

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le comté par du chèvre et le potiron par de la courgette.



## PIPERADE — N° 142



300 g TOMATES • 150 g POIVRON ROUGE • 50 g JAMBON DE BAYONNE • 150 g OIGNONS DOUX • 1 GOUSSE D'AIL • 5 cl HUILE D'OLIVE • 10 cl BOUILLON DE LÉGUMES • 3 ŒUFS • 1 C. À C. DE PIMENT D'ESPELETTE • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 35 MIN

- 1 Coupez le poivron en morceaux. Épluchez les oignons et l'ail, puis coupez-les grossièrement. Mettez ces éléments dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Coupez les tomates et le jambon en dés. Une fois les 5 min écoulées, ajoutez-les avec le bouillon. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 20 min.
- 4 Ajoutez les œufs battus et le piment, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 10 min. Servez chaud ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le jambon par du chorizo. Ajoutez ce dernier en même temps que les œufs.



## PANNA COTTA — N° 242



15 cl LAIT ENTIER • 60 cl CRÈME LIQUIDE ENTIÈRE • 50 g SUCRE • 1 GOUSSE DE VANILLE • 3 FEUILLES DE GÉLATINE (6 g)

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 5 MIN – REPOS 12 H

- 1 Plongez les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide. Ouvrez la gousse de vanille et grattez les graines.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez le lait, la crème, le sucre et les graines de vanille, puis lancez le programme crème dessert en vitesse 4 à 95°C pour 5 min.
- 3 À la fin de la cuisson, ajoutez la gélatine essorée et mixez en vitesse 6 pendant 1 min.
- 4 Versez la crème dans des ramequins, couvrez de film alimentaire et laissez prendre au moins 12 h au réfrigérateur.

**CONSEIL** - Servez avec un coulis de fruits (voir recette n° 297).



## CAKE FIGUES, JAMBON, NOIX — N° 43



100 g FIGUES SÉCHÉES • 120 g JAMBON CRU • 4 ŒUFS • 170 g FARINE • 1 PAQUET DE LEVURE CHIMIQUE (11 g) • 5 cl HUILE D'OLIVE • 10 cl VIN BLANC • 2 C. À S. DE CERNEAUX DE NOIX • 80 g FROMAGE DE CHÈVRE (FRAIS OU SEC) • 3 PINCÉES DE FLEUR DE SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Coupez les figues et le jambon en petits morceaux.
- 2 Dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser, mettez les œufs, la farine, la levure, l'huile d'olive, le vin blanc et le sel. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Tapissez un moule à cake de papier cuisson. À la fin du programme, ajoutez les figues, le jambon cru, les noix et le chèvre, puis mélangez en vitesse 6 pendant 30 s.
- 4 Versez la pâte dans le moule et enfournez pour 40 min environ. Si le cake se colore trop en fin de cuisson, couvrez-le d'une feuille d'aluminium ou de papier cuisson. Laissez refroidir et servez.

**CONSEIL** - Remplacez les figues par des olives et le chèvre par du comté.



## BLANQUETTE DE LOTTE — N° 143



500 g LOTTE • 100 g CAROTTES • 100 g FENOUIL • 30 g CÉLERI BRANCHE • 50 g ÉCHALOTE • 10 cl HUILE D'OLIVE • 10 cl VIN BLANC • 20 cl BOUILLON DE VOLAILLE • 2 g SAFRAN EN POUDRE • 40 cl CRÈME FRAÎCHE ÉPAISSE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Coupez la lotte en morceaux. Épluchez les légumes. Coupez le fenouil en lamelles, le céleri, les carottes et l'échalote en rondelles.
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez l'échalote et l'huile, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Au bout de 2 min, ajoutez le vin blanc.
- 3 À la fin du programme, ajoutez la lotte, les légumes et le bouillon. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 20 min.
- 4 À la fin de la cuisson, prélevez la moitié du bouillon et mélangez-le à la crème et au safran. Mettez le poisson et les légumes dans un plat et recouvrez de sauce. Servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le vin blanc par du cognac et les légumes par des tomates pour une lotte à l'armoricaine.



## FIADONE — N° 243



250 g RICOTTA • 120 g SUCRE SEMOULE • 3 ŒUFS • LE JUS DE 1 CITRON

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez la ricotta, les œufs, le sucre et le jus de citron. Mixez en vitesse 12 pendant 1 min.
- 3 Versez la préparation dans un moule à manqué (26 à 28 cm de diamètre) et recouvrez de papier cuisson. Enfouez pour 40 min environ.
- 4 Laissez refroidir avant de démouler, puis placez au frais.

**CONSEIL** - Ce gâteau corse se réalise traditionnellement avec du brocciu. Vous pouvez remplacer ce dernier par de la brousse ou encore comme ici, par de la ricotta.



1 JAUNE D'ŒUF • 1 C. À S. DE MOUTARDE • 1 C. À C. DE VINAIGRE BLANC • 25 cl HUILE NEUTRE • SEL • POIVRE

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN**

- 1 Dans le robot muni du batteur, mettez le jaune d'œuf, la moutarde et le vinaigre. Salez et poivrez.
- 2 Réglez le robot en vitesse 6 et versez progressivement l'huile. Une fois que la mayonnaise est montée, arrêtez le robot.

**CONSEIL** - Comme cette préparation contient un jaune d'œuf cru, elle doit se consommer rapidement. Pour réaliser du céleri rémoulade, mélangez 80 g de mayonnaise à 400 g de céleri-rave râpé et ajoutez un peu de ciboulette.



600 g POISSON BLANC • 2 GOUSSES D'AIL • 3 ÉCHALOTES • 3 C. À S. RASES DE POUDRE DE COLOMBO • 300 g POMMES DE TERRE • 200 g COURGETTES • 20 cl BOUILLON DE POULE • 20 cl LAIT DE COCO • 2 FEUILLES DE LAURIER • LE JUS DE 1 CITRON VERT • SEL

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN**

- 1 Épluchez les gousses d'ail et les échalotes, puis coupez-les en deux. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Épluchez les pommes de terre et coupez-les avec les courgettes en dés. Coupez le poisson en grands morceaux.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez les légumes, le bouillon, le lait de coco, le colombo, les feuilles de laurier et le jus de citron vert, puis salez. Placez les morceaux de poisson dans le panier vapeur et placez-le dans le robot. Lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 20 min avec le bouchon.
- 4 Ôtez le panier vapeur avec précaution, déposez le poisson sur des assiettes et nappez avec la sauce et les légumes.

**CONSEIL** - Remplacez le poisson par des crevettes.



125 g BEURRE MOU • 250 g NOIX • 300 g SUCRE ROUX • 80 g FARINE • 5 ŒUFS • 2 C. À S. DE RHUM BRUN • 1 SACHET DE LEVURE

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN**

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les noix. Mixez en vitesse 12 pendant 45 s. Ajoutez tous les autres ingrédients et lancez le programme Pâte P3.
- 3 Beurrez et farinez un moule carré. À la fin du programme, versez la pâte dans le moule. Enfouez pour 40 min environ.
- 4 Laissez refroidir avant de démouler. Déguster tiède ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les noix par des noisettes, des amandes ou tout autre fruit oléagineux.





550 g POIS CHICHES EN CONSERVES • 2 GOUSSES D'AIL • LE JUS DE 1 CITRON • 10 cl HUILE D'OLIVE • 1 POINTE DE COUTEAU DE CUMIN EN POUDRE • 1 C. À C. DE TAHIN (FACULTATIF) • SEL

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN**

- 1 Égouttez les pois chiches. Épluchez les gousses d'ail.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les pois chiches, l'ail, le jus de citron, l'huile d'olive, le cumin et le tahin. Salez, puis mixez en vitesse 12 pendant 3 min.
- 3 Servez frais.

**CONSEIL** - Au moment de servir, ajoutez un filet d'huile d'olive. Vous pouvez remplacer le cumin par du paprika. Le tahin est une purée de sésame, il se trouve en magasin bio.



500 g CREVETTES CRUES DÉCONGELÉES • 1 GOUSSE D'AIL • 1 GROS OIGNON • 1 C. À S. D'HUILE • 1 C. À S. DE CURRY RASE • 1 C. À S. DE CONCENTRÉ DE TOMATE • 25 cl LAIT DE COCO • 1 C. À S. DE CORIANDRE HACHÉE • SEL • POIVRE

**PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN**

- 1 Épluchez l'ail et l'oignon, puis coupez l'oignon en quatre. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Raclez les bords de la cuve avec la spatule. Ajoutez l'huile, 1 pincée de sel et le curry. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin de la cuisson, ajoutez les crevettes sans les antennes, le concentré de tomate et le lait de coco. Salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 15 min.
- 4 À la fin de la cuisson, parsemez de coriandre et servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous trouverez facilement des bouquets de coriandre dans les épiceries asiatiques ou en petites boîtes au rayon surgelé.



200 g CHOCOLAT NOIR • 100 g BEURRE DEMI-SEL • 300 g CRÈME DE MARRON • 40 g POUDRE DE CACAO

**TRUFFES 50 – PRÉPARATION 10 MIN – REPOS 2 H – CUISSON 10 MIN**

- 1 Cassez le chocolat en morceaux, mettez-le dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser avec le beurre. Faites fonctionner le robot en vitesse 3 à 45°C pendant 10 min.
- 2 Ajoutez la crème de marron et mixez en vitesse 10 pendant 30 s.
- 3 Versez la préparation obtenue dans un moule à cake en silicone et laissez reposer au moins 2 h au réfrigérateur.
- 4 Faites tomber des petites cuillères de cette préparation dans la poudre de cacao et roulez-les entre la paume de vos mains. Conservez au réfrigérateur.

**CONSEIL** - Remplacez le cacao par de la noix de coco râpée ou de la chapelure de biscuit.



## TAPENADE D'ARTICHAUTS N° 46



300g CŒURS D'ARTICHAUTS À L'HUILE • 5cl HUILE • 1 GOUSSE D'AIL • 40g OLIVES NOIRES

**PERSONNES 6 – PRÉPARATION 5 MIN**

- 1 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez tous les ingrédients.
- 2 Mixez en vitesse 12 pendant 30s. Si besoin, mixez 30s supplémentaires.
- 3 Laissez reposer au réfrigérateur. Servez froid avec de petites tranches de pain.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter de petits filets d'anchois ou encore du basilic frais. Servez-le avec du poisson blanc, c'est délicieux.



## QUENELLES COURGETTES ET SAUMON N° 146



500g COURGETTES • 150g SAUMON FRAIS • 1 PETIT OIGNON BLANC • 1 ŒUF • SEL • POIVRE • 10cl SAUCE SOJA • 5cl VINAIGRE DE RIZ • 1 C. À C. D'HUILE DE SÉSAME • 1 C. À C. DE SAUCE NUOC MÂM • 1 C. À C. DE GRAINES DE SÉSAME • 1 PINCÉE DE PIMENT D'ESPELETTE

**PERSONNES 30 PETITES QUENELLES – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 40 MIN**

- 1 Préparez 30 carrés de film alimentaire : 15 x 15 cm. Coupez les courgettes, le saumon et l'oignon en dés. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Ajoutez l'œuf, salez et poivrez. Mixez en vitesse 10 pendant 10s.
- 2 Formez une trentaine de petites quenelles avec la préparation, puis emballez-les individuellement dans du film alimentaire.
- 3 Versez 0,7L d'eau dans la cuve du robot et mettez une première partie des quenelles emballées dans le panier vapeur. Lancez le programme vapeur pour 20min. Répétez cette opération pour faire cuire la totalité des quenelles.
- 4 Laissez les quenelles refroidir avant de les déballer. Mélangez tous les ingrédients de la sauce et servez avec les quenelles.



## BRIOCHE DE PÂQUES RUSSE N° 246



13cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 12g LEVURE DE BOULANGER • 2 JAUNES D'ŒUFS • 300g FARINE • 5g SEL • 240g SUCRE • 5g EXTRAIT DE VANILLE • 40g BEURRE • 75g FRUITS CONFITS HACHÉS • 75g AMANDES HACHÉES • LE ZESTE DE 1 ORANGE • 1 BLANC D'ŒUF • LE JUS DE 1/2 CITRON

**PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN – REPOS 2h**

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le lait et la levure. Faites tiédir en vitesse 5 à 35°C pendant 3min.
- 2 Ajoutez les jaunes d'œufs, la farine, le sel, 40 g de sucre, la vanille et le beurre mou coupé en morceaux. Lancez le programme Pâte P2.
- 3 Après les 40min de pousse, étalez la pâte sur un plan de travail fariné. Ajoutez les fruits confits, les amandes et le zeste d'orange, puis roulez la pâte sur elle-même. Taillez des tranches de 5 cm et posez-les côte à côte dans un moule à cake beurré et fariné.
- 4 Couvrez d'un linge et laissez reposer 2h.
- 5 Préchauffez le four à 180°C (th. 6), puis enfournez pour 40min.
- 6 Battez le blanc d'œuf et ajoutez petit à petit le reste de sucre en poudre et le jus de citron. À l'aide d'un pinceau, recouvrez la brioche de ce nappage. Laissez refroidir avant de déguster.





70g MIE DE PAIN • 10cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 POCHE D'ŒUFS DE CABILLAUD FUMÉS (150g) OU DES ŒUFS DE SAUMON • 20cl HUILE DE TOURNESOL

**PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 10 MIN**

- 1 Mettez la mie de pain à tremper dans le lait pendant quelques minutes, puis essorez-la.
- 2 Enlevez la peau de la poche d'œufs, puis coupez-les en morceaux.
- 3 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez la mie de pain, le lait et les œufs. Mixez en vitesse 10 pendant 2 à 3 min. Ajoutez ensuite petit à petit l'huile de tournesol. Arrêtez le robot après 2-3 min, le tarama doit être monté comme une mayonnaise.
- 4 Laissez reposer au réfrigérateur. Servez froid et dégustez avec des blinis.

**CONSEIL** - Ajoutez du jus de citron ou du wasabi pour relever le goût du tarama. Les œufs de cabillaud se trouvent chez le poissonnier ou en épicerie fine.



1 kg FILETS DE QUEUE DE LOTTE • 3 GOUSSES D'AIL • 3 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 2 C. À C. DE PAPRIKA • 2 C. À C. DE CUMIN • LE JUS DE ½ CITRON VERT • 15cl BOUILLON DE LÉGUMES • 12g CORIANDRE FRAÎCHE • 12g PERSIL PLAT • 1 C. À C. DE MAÏZENA® • SEL

**PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 25 MIN**

- 1 Épluchez les gousses d'ail, puis coupez-les en deux. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et hachez en vitesse 11 pendant 30s. À l'aide d'une spatule rabattez l'ail vers le centre.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive, 1 pincée de sel, le paprika, le cumin et le jus de citron vert. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 3 min.
- 3 Pendant ce temps, coupez le poisson en cubes. À la fin du programme, ajoutez le poisson, la Maïzena® diluée dans le bouillon et les herbes. Lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 20 min.
- 4 À la fin de la cuisson, servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la lotte par des crevettes ou du poulet.



1 kg FROMAGE BLANC (40% DE MG) • 200g SUCRE EN POUDRE • 3 JAUNES D'ŒUFS • 15g SUCRE VANILLÉ • 10cl CRÈME FRAÎCHE ÉPAISSE • 100g BEURRE MOU • 50g RAISINS SECS • 50g FRUITS CONFITS

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 5 MIN – REPOS 1 NUIT + 4 H**

- 1 Égouttez bien le fromage blanc dans une passoire fine. Dans le robot muni du batteur, mettez le sucre et les jaunes d'œufs, puis mélangez en vitesse 6 pendant 2 min. Ajoutez le sucre vanillé, la crème fraîche et lancez le robot en vitesse 3 à 100°C pendant 4 min.
- 2 Ajoutez le beurre coupé en fines lamelles, le fromage blanc, les raisins et les fruits confits (gardez-en quelques-uns de côté pour la décoration finale). Mélangez en vitesse 6 pendant 1 min. À l'aide de la spatule, ramenez la préparation au centre et mélangez 1 min supplémentaire.
- 3 Versez la préparation dans un torchon et placez-le dans une passoire. Laissez égoutter pendant une nuit.
- 4 Le lendemain, mettez la préparation dans un moule. Placez-le au réfrigérateur pendant 3 à 4 h avant de servir.





200g TOMATES SÉCHÉES • 2 GOUSSES D'AIL • 30g PIGNONS DE PIN • 25cl HUILE D'OLIVE • 40g BASILIC • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN

- 1 Épluchez les gousses d'ail. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez tous les ingrédients. Mixez en vitesse 12 pendant 10 s.
- 2 À l'aide de la spatule, raclez les bords du robot et ramenez la préparation vers le centre. Mixez à nouveau 10 s (si vous souhaitez une texture très lisse, mixez à nouveau).
- 3 Placez la préparation dans un bocal et conservez-le au réfrigérateur. Servez sur une tartine de pain ou dans des pâtes.

**CONSEIL** - Couvrez la surface d'huile d'olive et conservez cette préparation au réfrigérateur pendant 3 semaines au moins.



## AGNEAU AUX LÉGUMES DE PRINTEMPS



800g AGNEAU • 60g OIGNONS GRELOTS • 3 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 40cl FOND DE VEAU • 250g CAROTTES • 100g FÈVES OU PETITS POIS FRAIS • 50g CÉLERI BRANCHE • 1 C. À C. DE FARINE • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 1 h 35

- 1 Coupez la viande en morceaux. Dans le robot muni du mélangeur, mettez la viande, l'huile et le sel, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Épluchez les carottes et le céleri, puis coupez-les en rondelles.
- 2 À la fin du programme, saupoudrez l'agneau de farine, ajoutez les oignons, les carottes, le céleri et le fond de veau. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 1 h 10.
- 3 Ajoutez ensuite les fèves ou les petits pois, puis relancez le programme Mijoté P2 pour 20 min.
- 4 À la fin de la cuisson, servez immédiatement.

**CONSEIL** - Variez les légumes selon les saisons!



## GÂTEAU AUX POMMES



4 POMMES (GRANNY SMITH) • 3 ŒUFS • 180g CASSONADE • 125g FARINE • 1 C. À C. D'EXTRAIT DE VANILLE • CANNELLE • RHUM

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Beurrez un moule à manqué de taille standard.
- 2 Épluchez les pommes, coupez-les en lamelles et répartissez-les dans le moule.
- 3 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les œufs, la cassonade, la farine, la vanille, la cannelle et le rhum. Lancez le programme Pâte P3.
- 4 À la fin du programme, répartissez la pâte dans le moule. Enfourez pour 40 min environ. Laissez refroidir et servez.

**CONSEIL** - Un moule amovible sera un plus pour cette recette!



## CAPPUCCINO DE BUTTERNUT N° 49



500 g COURGE BUTTERNUT • 20 g ÉCHALOTE • ½ CUBE DE BOUILLON DE POULET • 50 g BACON • 20 cl CRÈME LIQUIDE

**PERSONNES 2/4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN**

- 1 Détaillez la courge et coupez-la en troncçons. Coupez l'échalote en quatre.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les légumes. Ajoutez le cube de bouillon et le bacon, puis versez 60 cl d'eau. Lancez le programme Soupe P1. À la fin du programme, ajoutez la crème et mixez en vitesse 11 pendant 40 s. Servez chaud.

**CONSEIL** - Pour une version chic, remplacez le bacon par du foie gras, ajoutez-le alors en même temps que la crème.



## BŒUF AU SATÉ N° 149



500 g BŒUF (RUMSTEAK) • 1 GOUSSE D'AIL • 150 g OIGNONS • 5 cl HUILE D'ARACHIDE • 40 g SATÉ • 250 g TOMATES PELÉES (EN CONSERVE) • 10 cl SAUCE SOJA • 10 cl BOUILLON DE POULE (FACULTATIF) • 1 C. À C. DE MAÏZENA® • POIVRE

**PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 1 H**

- 1 Épluchez l'ail et les oignons, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Coupez le bœuf en fines lanières.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le bœuf, le saté, les tomates, la sauce soja et la Maïzena® diluée dans le bouillon, puis poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 55 min.
- 4 À la fin de la cuisson, servez avec du riz blanc.

**CONSEIL** - Si vous aimez les mets relevés, n'hésitez pas à augmenter la quantité de saté.



## BANANA BREAD N° 249



100 g BEURRE DEMI-SEL MOU • 100 g SUCRE CASSONADE • 2 ŒUFS • 5 cl CRÈME LIQUIDE • 120 g PÉPITES DE CHOCOLAT • 220 g FARINE • 2 C. À C. RASES DE LEVURE CHIMIQUE • 2 BANANES (250 g ENVIRON)

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN**

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le beurre en morceaux, le sucre, les œufs, la crème liquide, la farine et la levure. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Épluchez les bananes et coupez-les grossièrement. À la fin du programme, ajoutez-les avec les pépites de chocolat, puis mixez en vitesse 6 pendant 40 s.
- 4 Versez la préparation dans un moule à cake tapissé de papier cuisson et enfournez pour 45 min environ. Si le cake se colore trop en fin de cuisson, baissez le four à 160°C (th. 5).
- 5 Laissez refroidir, puis démoulez.

**CONSEIL** - Réalisez cette recette avec des bananes bien mûres. Vous pouvez le réaliser avec des éclats de caramel.



## VERRINES PÊCHE ET MAGRET N° 50

**FUMÉ**



600g PÊCHES FRAÎCHES • 120g MIEL LIQUIDE • 10cl VINAIGRE DE XÉRÈS • 10 BRINS DE MENTHE • 1 C. À C. DE TABASCO® • 150g MAGRET DE CANARD FUMÉ

**PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN**

- 1 Épluchez les pêches, coupez-les en quatre, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Ajoutez le miel, 10 cl d'eau et le vinaigre, puis faites cuire en vitesse 1 à 100°C pendant 15 min.
- 2 À la fin de la cuisson, ajoutez la menthe et le Tabasco®, puis mixez en vitesse 10 pendant 30 s. Si vous préférez une consistance plus lisse, mixez 30 s supplémentaires.
- 3 Laissez refroidir. Répartissez la compote dans des verrines, déposez de fines lanières de magret et servez.

**CONSEIL** - Vous pouvez réaliser cette recette avec des abricots, des figues, des mangues et remplacer le magret par du jambon ou du saumon fumé.



## BŒUF BOURGUIGNON N° 150



1 kg BŒUF (PALERON) • 50 cl VIN ROUGE • 1 OIGNON • 250 g CAROTTES • 2 GOUSSES D'AIL • 50 g LARDONS • 5 cl HUILE • 25 g FARINE • 40 cl FOND DE VEAU • 1 BOUQUET GARNI

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 2 H 10 – REPOS 12 H**

- 1 La veille, coupez la viande en cubes, mettez-la dans un saladier et ajoutez le vin rouge. Couvrez et placez au frais une nuit.
- 2 Le jour même, épluchez l'oignon, mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 12 pendant 15 s.
- 3 Épluchez les carottes et coupez-les en dés. Épluchez l'ail. Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez les carottes, l'ail, les lardons et l'huile. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 8 min.
- 4 Pendant ce temps, passez la viande dans la farine. Quand la cuisson est achevée, ajoutez le fond de veau, la viande avec le vin rouge et le bouquet garni. Lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pendant 2 h.
- 5 Dégustez chaud avec des pommes vapeur ou des tagliatelles.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des olives noires et quelques tomates, ce plat ressemblera à une daube.



## ENTREMETS VANILLE FRUITS N° 250

**ROUGES**



6 JAUNES D'ŒUFS • 60g SUCRE • 50cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 C. À C. D'EXTRAIT DE VANILLE LIQUIDE • 12g GÉLATINE (5 À 6 FEUILLES) • 200g FRUITS ROUGES

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 12 MIN – RÉFRIGÉRATION 3 H**

- 1 Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes d'œufs et le sucre. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min. Ajoutez le lait et la vanille, puis lancez le programme dessert à 85°C pour 12 min sans le bouchon.
- 2 Pendant ce temps, tapissez un moule rond de film alimentaire. Mettez les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide et laissez tremper 5 min.
- 3 À la fin du programme, essorez la gélatine et ajoutez-la dans le robot. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min. Versez l'entremets dans le moule et mettez au réfrigérateur au moins 3 h.
- 4 Démoulez dans un plat et déposez les fruits rouges sur l'entremets.

**CONSEIL** - Si vous souhaitez parfumer votre entremets, ajoutez du coulis de fruits rouges ou du cacao en même temps que la gélatine.





## CRÈME DE ROQUEFORT ET POIRE — N° 51



300 g POIRES • 120 g ROQUEFORT • 150 g RICOTTA • 20 cl CRÈME LÉGÈRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Épluchez les poires et coupez-les en dés. Répartissez-les au fond de verrines.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez le roquefort, la ricotta et la crème. Mixez en vitesse 12 pendant 30 s. À l'aide de la spatule, rabattez la crème vers le centre et mixez à nouveau en vitesse 12 pendant 30 s.
- 3 Répartissez le mélange obtenu dans des verrines et conservez-les au réfrigérateur. Servez frais.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le roquefort par du chèvre frais.



## BŒUF STROGONOFF — N° 151



500 g BŒUF (STEAK) • 250 g CHAMPIGNONS DE PARIS • 60 g OIGNON • 2 cl HUILE D'OLIVE • 90 g CONCENTRÉ DE TOMATE • 7 g PAPRIKA • 15 cl CRÈME FRAÎCHE ÉPAISSE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Coupez les champignons et la viande en fines lamelles. Épluchez l'oignon, coupez-le en morceaux et mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez l'huile et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Ajoutez la viande, le concentré de tomate et 2 c. à s. d'eau. Lancez le programme Mijoté P3 à 100°C pour 10 min.
- 3 Ajoutez ensuite les champignons et le paprika. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P3 à 100°C pour 10 min. Au bout de 5 min, ajoutez la crème. Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez cuire un peu plus longtemps si vous aimez la viande très cuite. Vous pouvez utiliser des champignons en conserve.



## CARROT CAKE — N° 251



250 g CAROTTES • 4 OEUFS • 130 g DE CASSONADE • 240 g DE FARINE • ½ C. À C. DE CANNELLE • ½ C. À C. DE NOIX DE MUSCADE • 1 C. À C. D'EXTRAIT DE VANILLE • 1 PAQUET DE LEVURE CHIMIQUE (11 g) • 12 cl D'HUILE DE TOURNESOL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 1 H

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Épluchez les carottes, coupez-les en dés et mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 12 pendant 20 s. Réservez dans un saladier.
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez tous les autres ingrédients, puis lancez le programme Pâte P3 pour 3 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez les carottes et mélangez en vitesse 6 pendant 20 s. (avec les carottes, il est aussi possible d'ajouter 50 g de raisins secs ou 50 g de noix concassées selon vos goûts). Tapissez un moule à cake de papier cuisson et versez-y la pâte. Enfouez pour 1 h environ. Pour vérifier la cuisson, plantez-y un couteau, la lame doit être propre en ressortant.

**CONSEIL** - Laissez refroidir avant de démouler. Pour un goût plus prononcé de cannelle, doublez la quantité.



## CRÈME DE FENOUIL & SAUMON — N° 52



200 g FENOUIL • 150 SAUMON FUMÉ • 120 g MASCARPONE • 30 g ANETH • SEL • POIVRE

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Coupez le fenouil en fines lamelles. Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7 L dans le robot. Mettez le fenouil dans le panier vapeur. Mettez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 15 min.
- 2 À la fin de la cuisson, attendez que le fenouil refroidisse et videz l'eau contenue dans le robot. Placez le couteau hachoir ultrablade. Mettez tous les ingrédients dans le robot et mixez en vitesse 11 pendant 30s. À l'aide de la spatule, ramenez la préparation vers le centre de la cuve. Mixez à nouveau 10s.
- 3 Mettez la crème dans des verrines et placez-les au frais avant de les déguster.

**CONSEIL** - Conservez 10g de saumon et quelques lamelles de fenouil pour décorer. Servez avec de fins gressins ou tartinez cette crème sur des toasts pour l'apéritif.



## CANARD À L'ORANGE — N° 152



1 kg CANARD (1 CUISSE COUPÉE EN 2 + 2 FILETS) • 1 ÉCHALOTE • 1 OIGNON • 1 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 15 cl JUS D'ORANGE • 5 cl PORTO • 20 g MIEL LIQUIDE • 10 cl BOUILLON DE VOLAILLE • 10 g MAÏZENA® • LE ZESTE DE 1 ORANGE • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Enlevez la peau des filets de canard et coupez-les en 6 morceaux.
- 2 Épluchez l'échalote et l'oignon, puis coupez-les grossièrement. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 10s.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez huile d'olive et les morceaux de canard, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 4 À la fin du programme, ramenez la préparation vers le centre. Ajoutez le jus d'orange, le porto, le miel et la Maïzena® mélangée au bouillon de volaille et le zeste d'orange. Salez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 40 min.
- 5 À la fin de cuisson servez avec une purée de céleri ou du riz 3 couleurs.



## CHARLOTTE AUX FRAISES — N° 252



400 g FRAISES • 8 g GÉLATINE • 18 BISCUITS À LA CUILLÈRE • 15 cl SIROP DE FRAISE • 200 g FROMAGE BLANC À 40% DE MG • 100 g MASCARPONE • 60 g SUCRE • LE JUS D'UN CITRON

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 25 MIN – REPOS 4 H

- 1 Mettez la gélatine à tremper dans un bol d'eau froide pendant 20 min. Essorez-la et mettez-la dans le jus de citron. Passez le tout au four à micro-ondes pendant 30s pour la faire fondre. Trempez les biscuits dans le sirop de fraise et tapissez-en un moule à charlotte.
- 2 Équeutez les fraises et coupez-les en quatre. Réservez-en 100 g dans un bol.
- 3 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le fromage blanc, la mascarpone, les 300 g de fraises, le sucre et le jus de citron. Mixez en vitesse 5 pendant 1 min. Si besoin, ramenez la préparation au centre du robot à l'aide de la spatule et mixez 30s supplémentaires.
- 4 Versez la préparation dans le moule à charlotte et laissez prendre au frais pendant au moins 4 h.
- 5 Servez en garnissant les parts de fraises fraîches.





## FLAN DE CAROTTES AU CUMIN — N° 53



350 g CAROTTES • 1 PETIT OIGNON • 4 ŒUFS • 20 cl CRÈME FRAÎCHE ÉPAISSE • 30 g MAÏZENA® • 1 C. À S. DE CUMIN • 80 g GRUYÈRE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 160°C (th. 5). Beurrez 6 petits ramequins allant au four.
- 2 Épluchez les carottes et l'oignon puis coupez-les en dés. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 12 pendant 30 s.
- 3 Ajoutez les œufs battus, la crème fraîche et la Maïzena®. Salez et poivrez, puis mixez en vitesse 7 pendant 45 s. Ajoutez le cumin et le gruyère râpé, puis mixez en vitesse 6 pendant 10 s.
- 4 Répartissez la préparation dans les ramequins, puis enfournez au bain-marie pour 30 min environ. Servir tiède ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez mixer le gruyère dans le robot en vitesse 12 pendant 30 s avec le couteau hachoir ultrablade.



## CHOU FARCI À LA RUSSE — N° 153



30 FEUILLES DE CHOU BLANC • 60 g OIGNON • 3 GOUSSES D'AIL • 300 g PORC (ÉPAULE, ÉCHINE) • 100 g POITRINE DE PORC • 100 g RIZ BLANC CUIT • 1 BOUQUET DE PERSIL PLAT • 10 GRAINES DE CORIANDRE • 500 g TOMATES CONCASSÉES EN CONSERVE • 30 cl BOUILLON • HUILE • BEURRE • SEL

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 1 h 15

- 1 Faites blanchir les feuilles de chou quelques minutes dans une grande casserole d'eau.
- 2 Épluchez l'oignon et l'ail, coupez la viande en dés. Mettez le porc dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mixez en vitesse 12 pendant 20 s. Débarrassez dans un saladier. Mettez les oignons et l'ail dans le robot et mixez en vitesse 12 pendant 10 s. Ajoutez la poitrine et mixez 10 s. Ajoutez le porc mixé, le riz, le persil et les graines de coriandre, puis mixez 10 à 20 s. Ramenez la préparation vers le centre du robot à l'aide de la spatule entre chaque opération.
- 3 Garnissez les feuilles de chou de cette farce et roulez-les.
- 4 Dans une cocotte, faites dorer les rouleaux de tous les côtés dans un peu d'huile et de beurre. Réservez. Dans la cocotte, versez les tomates avec leur jus et le bouillon. Portez à ébullition, puis diminuez le feu, ajoutez-y les rouleaux. Faites cuire 1 h à couvert.



## FONDANT RICOTTA & ABRICOTS — N° 253



3 ŒUFS • 90 g SUCRE ROUX • 200 g POUDRE D'AMANDE • 30 g MAÏZENA® • ½ C. À C. DE BICARBONATE DE SOUDE • 1 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 250 g RICOTTA • 150 g ABRICOTS FRAIS

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Tapissez un moule à manqué de papier cuisson.
- 2 Dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser, mettez les œufs, le sucre roux, la poudre d'amande, la Maïzena®, le bicarbonate de soude, l'huile d'olive et la ricotta. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Lavez les abricots et coupez-les en quatre. À la fin du programme, ajoutez-les par le haut de l'appareil et mélangez en vitesse 6 pendant 1 min.
- 4 Versez la pâte dans le moule et enfournez pour 50 min environ. Si le gâteau se colore trop en fin de cuisson, couvrez-le d'aluminium.
- 5 À la fin de la cuisson, laissez refroidir puis démoulez.

**CONSEIL** - Remplacez les abricots par des framboises surgelées, des mirabelles ou tout autre fruit.





## AUBERGINES À LA PARMESANE N° 54



1 OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 15g HUILE D'OLIVE • 500g PULPE DE TOMATES • 30g CONCENTRÉ DE TOMATE • 1 C. À S. D'ORIGAN • 600g AUBERGINES • 50g PARMESAN • 120g MOZZARELLA • 100g CHAPELURE • SEL • POIVRE

**PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 35 MIN**

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Épluchez l'oignon et l'ail, coupez-les grossièrement puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 11 pendant 30 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez l'huile et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Ajoutez ensuite la pulpe et le concentré de tomate, l'origan, salez et poivrez, puis mélangez à l'aide de la spatule.
- 3 Coupez les aubergines en tranches fines dans la longueur. Faites-les frire quelques minutes à la poêle, puis déposez-les sur du papier absorbant. Huilez un plat à gratin, déposez-y une couche d'aubergines et recouvrez de sauce tomate. Répétez l'opération jusqu'à épuisement. Ajoutez le parmesan et la mozzarella en tranches, puis recouvrez de chapelure. Enfournez pour 30 min.

**CONSEIL** - Vous pouvez réaliser cette recette avec des courgettes.



## CHILI CLASSIQUE N° 154



500g VIANDE DE BŒUF HACHÉE • 2 GOUSSES D'AIL • 1 POIVRON ROUGE • 1 PETIT PIMENT ROUGE • 5cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE CUMIN EN POUDRE • 2 OIGNONS • 600g PULPE DE TOMATES • 20g CONCENTRÉ DE TOMATE • 500g HARICOTS ROUGES EN BOÎTE • SEL

**PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN**

- 1 Épluchez l'ail, coupez le poivron en deux, enlevez les graines et les parties blanches. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez le poivron, l'ail et le piment entier. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile et le cumin, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 8 min.
- 3 Épluchez les oignons et émincez-les. Après ces 8 min, ajoutez la pulpe de tomates, les oignons, la viande hachée, le concentré de tomate, les haricots rouges et salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pendant 30 min.
- 4 À la fin de la cuisson, servez immédiatement.

**CONSEIL** - Si vous souhaitez une sauce plus liquide, ajoutez 20 cl de bouillon pendant la cuisson.



## GÂTEAU AU YAOURT ET AUX FRUITS SECS N° 254



1 YAOURT NATURE (125g) • 2 POTS DE FARINE • 2 POTS DE SUCRE • ½ POT D'HUILE • 3 ŒUFS • 1 POT DE FRUITS SECS (RAISIN, FIGES, DATTES) • 1 SACHET DE LEVURE CHIMIQUE (11g) • 1 C. À C. D'ARÔME VANILLE

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 30 MIN**

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le yaourt, la farine, le sucre, l'huile, les œufs, les fruits secs, la levure et l'arôme. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Tapissez un moule à manqué de papier cuisson.
- 4 À la fin du programme, versez la pâte dans le moule et enfournez pour 30 min environ.
- 5 Laissez refroidir et servez.

**CONSEIL** - Si vous voulez que les fruits secs restent entiers, ajoutez-les à la fin du programme et mixez en vitesse 6 pendant 30 s.



## BRETZELS

N° 55



8g LEVURE SÈCHE INSTANTANÉE • 20cl LAIT ÉCRÉMÉ • 650g FARINE T65 • 10g SUCRE • 5g SEL FIN • 60g BEURRE MOU • 50g BICARBONATE DE SODIUM • 1 JAUNE D'ŒUF

**BRETZELS 10 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 25 MIN – REPOS 45 MIN**

- 1 Dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser, mettez la levure, 18 cl d'eau et le lait. Faites tiédir en vitesse 3 à 35°C pendant 3 min.
- 2 Ajoutez ensuite la farine, le sucre, le sel et le beurre en morceaux. Placez le bouchon et lancez le programme Pâte P1 pour 2 min 30.
- 3 À la fin du programme, roulez de longs boudins, formez les bretzels et déposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson. Laissez pousser dans un endroit sans courant d'air pendant 45 min.
- 4 Préchauffez le four à 200°C (th. 6-7). Faites bouillir 1 L d'eau avec le bicarbonate et plongez les boudins 5s dans l'eau bouillante, l'un après l'autre. Badigeonnez les bretzels de jaune d'œuf, puis enfournez pour 15 à 20 min environ.

**CONSEIL** - Saupoudrez-les de sésame et de gros sel.



## CROQUETTES POJARSKI

N° 155



600g BLANC DE POULET • 100g MIE DE PAIN • 50g CRÈME LIQUIDE • 1 C. À C. DE PAPRIKA • 1 ŒUF • 100g CHAPELURE • 100g FARINE • HUILE • SEL

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 1 H**

- 1 Mettez la mie de pain dans un bol et ajoutez la crème.
- 2 Coupez le poulet en dés, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 9 pendant 30s. Ajoutez la mie de pain imbibée (jetez le reste de crème), le paprika et salez. Mélangez à l'aide de la spatule et mixez 10s ou 20s pour une farce très fine. Mettez la préparation au frais pendant au moins 1 h.
- 3 Formez des quenelles de poulet entre vos mains, roulez-les dans la farine, puis l'œuf battu et enfin dans la chapelure.
- 4 Faites-les revenir doucement à la poêle avec un peu d'huile pendant 15min environ.

**CONSEIL** - Vous pouvez les aromatiser en y ajoutant des herbes fraîches ou des épices.



## CAKE CHÂTAIGNE & AMANDE

N° 255



70g FARINE DE RIZ • 70g FARINE DE CHÂTAIGNE • 80g PURÉE D'AMANDE • 8cl LAIT D'AMANDE • 60g SUCRE ROUX • 2 ŒUFS • 8g POUDRE À LEVER OU 5g DE LEVURE CHIMIQUE • 50g FRUITS SÉCHÉS (FIGUES, ABRICOTS)

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 35 MIN**

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez tous les ingrédients. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Tapissez un moule à cake de papier cuisson. À la fin du programme, versez la pâte dans le moule.
- 4 Enfournez pour 35 min environ. Laissez refroidir et servez.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des pépites de chocolat ou remplacer la purée d'amande par du miel de châtaignier.





## NAANS AU FROMAGE

N° 56



300 g FARINE • 1 SACHET DE LEVURE CHIMIQUE (11 g) • 1 PINCÉE DE SEL • 1 C. À S. D'HUILE NEUTRE • 1 YAOURT NATURE (125 g) • 6 PORTIONS DE FROMAGES TYPE KIRI® (120 g)

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 5 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, la levure, le sel, 10 cl d'eau, l'huile et le yaourt. Lancez le programme Pâte P1 pour 1 min.
- 2 Préchauffez votre four à 260°C. Divisez la pâte en 6 boules, étalez-les. Mettez le fromage au milieu et fermez la pâte en triangle ou en rond. Roulez de nouveau les naans avec un rouleau à pâtisserie.
- 3 Mettez les naans sur une plaque et enfournez pendant environ 5 min. Dégustez chaud.

**CONSEIL** - Ces pains indiens accompagneront parfaitement un curry ou un apéritif. Vous pouvez les saupoudrer de curry au moment de les servir.



## CURRY D'AGNEAU

N° 156



800 g AGNEAU (ÉPAULE DÉSOSSÉE) • 1 OIGNON • 2 GOUSSES D'AIL • 6 cl HUILE D'OLIVE (50 g) • 2 C. À S. DE CURRY • 25 cl LAIT DE COCO • 200 g PULPE DE TOMATES • 30 cl BOUILLON DE VOLAILLE • 50 g POMME GRANNY SMITH • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez l'ail et l'oignon, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile et le curry dans la cuve, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Coupez l'agneau en gros cubes. Après ces 5 min, ajoutez l'agneau, le lait de coco, la pulpe de tomates et le bouillon, puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min.
- 4 Épluchez la pomme, puis coupez-la en dés. À la fin de la cuisson, servez immédiatement avec des dés de pommes.

**CONSEIL** - Servez ce plat avec du riz basmati.



## SMOOTHIE À LA MANGUE

N° 256



250 g MANGUE BIEN MÛRE • 40 cl LAIT DE COCO

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Épluchez la mangue et retirez le noyau.
- 2 Mettez-la dans la cuve du robot munie du couteau hachoir ultrablade. Ajoutez le lait de coco et mixez pendant 1 min en vitesse 12.
- 3 Servez frais.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 1 glaçon en même temps que le lait de coco pour un smoothie très frais. Cette boisson est également réalisable avec du lait d'amande.





80g FEUILLES DE BASILIC • 3 GOUSSES D'AIL • 50g PARMESAN • 50g PIGNONS DE PIN • 20cl HUILE D'OLIVE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Épluchez les gousses d'ail. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez-les avec tous les autres ingrédients.
- 2 Mixez en vitesse 12 pendant 10s. À l'aide d'une spatule, raclez les bords du robot et ramenez la préparation vers le centre. Mixez à nouveau 10s (si vous souhaitez une texture très lisse, mixez à nouveau).
- 3 Placez la préparation dans un bocal et mettez-le au réfrigérateur.

**CONSEIL** - Remplacez la moitié du basilic par des pistaches ou par de la roquette pour avoir un pesto plus original.



## JOUE DE BŒUF AU VIN ROUGE ET LÉGUMES D'HIVER

N° 157



800g JOUE DE BŒUF • 50cl VIN ROUGE • 1 OIGNON • 200g CAROTTES • 200g POMMES DE TERRE (AGATA, CHARLOTTE) • 2 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 1 GOUSSE D'AIL • 50g LARDONS • 1 C. À S. DE MAÏZENA® • 50cl FOND DE VEAU • 1 BOUQUET GARNI • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 2 H – REPOS 12 H

- 1 La veille, mettez la joue de bœuf et le vin rouge dans un plat. Recouvrez de film alimentaire et laissez mariner 1 nuit au réfrigérateur.
- 2 Le jour même, coupez la viande en morceaux. Filtrez le vin et réservez-le. Épluchez l'oignon, l'ail, les pommes de terre et les carottes puis coupez-les en dés. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon et mixez en vitesse 11 pendant 10s.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive, l'ail, les lardons et les légumes. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 4 Diluez la Maïzena® dans le fond de veau. À la fin du programme, ajoutez le bœuf, la Maïzena® diluée, le bouquet garni et le vin rouge. Salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 2h. Servez chaud.



## CAKE POIRES & NOISETTES

N° 257



250g FARINE • 1 SACHET DE LEVURE (11g) • 175g BEURRE DEMI-SEL MOU • 3 ŒUFS • 100g SUCRE CASSONADE • 120g POWDRE DE NOISETTE • 6 DEMI-POIRES AU SIROP

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, la levure, le beurre en morceaux, les œufs, le sucre et la poudre de noisette. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Tapissez un moule à cake de papier cuisson.
- 4 Coupez les poires en dés. À la fin du programme, ajoutez les poires dans le robot et mixez en vitesse 6 pendant 15s.
- 5 Versez la pâte dans le moule et enfournez pour 40 à 45 min.
- 6 Laissez refroidir, démoulez et servez en tranches.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des pépites de chocolat ou encore réaliser cette recette avec un mélange pommes et noix ou abricots et amandes.



## MAYONNAISE ALLÉGÉE

N° 58



1 JAUNE D'ŒUF • 1 C. À C. DE MOUTARDE • 1 C. À C. DE VINAIGRE • 10 cl HUILE DE COLZA • 200 g FROMAGE BLANC À 0% • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du batteur, mettez le jaune d'œuf, la moutarde et le vinaigre. Salez et poivrez. Réglez le robot en vitesse 7 et versez progressivement l'huile. Une fois que la mayonnaise est montée, arrêtez le robot.
- 2 Ajoutez le fromage blanc et mélangez en vitesse 7 pendant 30 s à 1 min.
- 3 Conservez-la au frais jusqu'à son utilisation.

**CONSEIL** - Cette préparation contient un jaune d'œuf cru, elle doit donc être consommée rapidement. Vous pouvez y ajouter des épices (paprika, curry) ou des herbes fraîches (aneth, cerfeuil...).



## LAPIN AUX PRUNEAUX

N° 158



750 g LAPIN EN MORCEAUX • 50 g OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 5 cl HUILE D'OLIVE • 100 g POITRINE FUMÉE • 180 g PRUNEAUX • 25 cl FOND DE VEAU • 25 cl VIN BLANC • 1 C. À S. DE MAÏZENA® • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et l'ail, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive et la poitrine fumée, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le lapin, les prunes, le fond de veau, le vin blanc et la Maïzena®, puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min. Pendant les premières 5 min ne mettez pas le bouchon afin de laisser l'alcool s'évaporer.
- 4 À la fin de la cuisson, servez immédiatement avec des pâtes ou un gratin.



## BLONDIE AU CHOCOLAT BLANC ET FRUITS ROUGES

N° 258



200 g BEURRE DEMI-SEL • 300 g CHOCOLAT BLANC • 200 g FARINE • 200 g SUCRE • 6 ŒUFS • 150 g FRUITS ROUGES • 150 g NOIX

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 55 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Dans le robot muni du mélangeur, mettez le beurre et le chocolat en morceaux. Lancez en vitesse 3 à 45°C pour 7 min. Vérifiez que le chocolat est bien fondu, sinon continuez pendant 2 min.
- 2 Remplacez le mélangeur par le couteau pour pétrir/concasser. Ajoutez la farine, le sucre et les œufs, puis lancez le programme Pâte P3.
- 3 Tapissez un moule carré de papier cuisson. Quand la pâte est prête, ajoutez les fruits rouges et les noix. Mélangez en vitesse 6 pendant 30 s.
- 4 Versez la pâte dans le moule enfournez pour 45 min environ. Si le gâteau se colore trop en fin de cuisson, couvrez-le d'une feuille d'aluminium. Laissez refroidir, puis démoulez.

**CONSEIL** - Vous pouvez déposer les fruits rouges sur la pâte.





## BISQUE DE CREVETTES

N° 59



400 g CREVETTES CRUES ENTIÈRES • 50 g POMME DE TERRE • 1 OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 5 cl HUILE D'OLIVE • 60 g FENOUIL • 50 g BLANC DE POIREAU • 400 g PULPE DE TOMATES • 5 cl VIN BLANC • 20 cl FUMET DE POISSON • 5 cl CRÈME LIQUIDE • PIMENT D'ESPELETTE • CIBOULETTE • CROÛTONS DE PAIN • SEL

PERSONNES 4/6 - PRÉPARATION 5 MIN - CUISSON 25 MIN

- 1 Épluchez la pomme de terre et coupez-la en quatre. Épluchez l'oignon et l'ail, puis coupez-les grossièrement.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon, l'ail, l'huile et les crevettes. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min sans le bouchon.
- 3 Ajoutez le fenouil, les pommes de terre, le poireau, la pulpe de tomates, le vin blanc, le fumet de poisson, le piment et salez. Lancez le programme Mijoté P3 pour 20 min avec le bouchon.
- 4 En fin de cuisson, ajoutez la crème et mixez en Pulse pendant 1 min.
- 5 Passez-la préparation au chinois en appuyant bien pour récupérer le maximum de jus. Servez chaud ou froid avec des croûtons de pain et saupoudrez de ciboulette.

**CONSEIL** - Réalisez cette soupe avec du poisson blanc.



## MIJOTÉ DE LAPIN À LA CITRONNELLE

N° 159



1 kg RÂBLE DE LAPIN • 4 ÉCHALOTES MOYENNES • 20 g CITRONNELLE FRAÎCHE (2 BÂTONS) • 15 g GINGEMBRE FRAIS • 5 cl HUILE D'OLIVE • 10 cl JUS DE CITRON VERT • 40 cl FOND DE VEAU • 1 C. À S. DE MAÏZENA® • SEL

PERSONNES 4 - PRÉPARATION 5 MIN - CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez les échalotes et le gingembre, puis coupez la citronnelle en rondelles bien fines. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez-les avec le gingembre. Mixez en vitesse 11 pendant 1 min.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive et lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le lapin, le jus de citron, le fond de veau et la Maïzena®, puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min.
- 4 À la fin de la cuisson, servez immédiatement avec du riz.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le lapin par du poulet. Si vous ne trouvez pas de gingembre frais, mettez 1 c. à c. de gingembre en poudre.



## FONDANT AU CHOCOLAT

N° 259



200 g CHOCOLAT NOIR • 100 g BEURE DEMI-SEL MOU • 3 ŒUFS • 120 g SUCRE DE CANNE ROUX • 150 g POUDRE D'AMANDE • 6 g LEVURE CHIMIQUE

PERSONNES 4/6 - PRÉPARATION 25 MIN - CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le beurre et le chocolat en morceaux. Faites fonctionner le robot en vitesse 3 à 45°C pour 10 min.
- 3 Ajoutez les œufs, le sucre, la poudre d'amande et la levure, puis lancez le programme Pâte P3.
- 4 Tapissez un moule à manqué de papier cuisson. À la fin du programme, versez la préparation dans le moule et enfournez pour 20 à 30 min.
- 5 Laissez refroidir avant de déguster le gâteau.

**CONSEIL** - Remplacez la poudre d'amande par de la poudre de noisette. Adaptez le temps de cuisson selon vos goûts : à 15 min, il sera très très fondant !





## BORTSCH

N° 60



500g BŒUF • 250g BETTERAVE CRUE • 200g CHOU BLANC • 50g OIGNON • 120g CAROTTES • 4 GOUSSES D'AIL • 5cl HUILE • 1L BOUILLON DE BŒUF • 300g TOMATES CONCASSÉES EN CONSERVE • 3 FEUILLES DE LAURIER • POIVRE • SEL • CRÈME FRAÎCHE • 5 BRINS D'ANETH

PERSONNES 4/6 - PRÉPARATION 10 MIN - CUISSON 1 H 40

- 1 Coupez le bœuf et tous les légumes épluchés en dés. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon. Mixez en vitesse 12 pendant 30s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez les carottes, le chou, l'ail et l'huile. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 10min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le bœuf, le bouillon, les betteraves, les tomates et le laurier. Salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 1h30.
- 4 Au moment de servir, ajoutez la crème et l'aneth, puis mélangez.

**CONSEIL** - Vous pouvez également ajouter des poivrons crus au moment de servir. Cette soupe se conserve très bien et peut se congeler, elle est délicieuse réchauffée.



## OSSO BUCCO

N° 160



1 kg JARRET DE VEAU • 80g OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 250g CAROTTES • 50g CÉLERI-BRANCHE • 5cl HUILE D'OLIVE • 10cl VIN BLANC • 400g TOMATES PELÉES (EN BOÎTE) • 40cl BOUILLON • LE ZESTE DE 1 CITRON • 2 FEUILLES DE LAURIER • 20g FARINE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 - PRÉPARATION 10 MIN - CUISSON 2 H 05

- 1 Épluchez les oignons et l'ail, puis coupez-les grossièrement. Épluchez les carottes et coupez-les en rondelles. Détaillez le céleri-branche en tronçons.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon et l'ail, puis mixez en vitesse 11 pendant 10s.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile et le céleri-branche, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5min. Après 2min de cuisson, ajoutez le vin blanc.
- 4 À la fin du programme, ajoutez le veau roulé dans la farine, les carottes, les tomates, le bouillon, la moitié du zeste de citron et le laurier. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 2h.
- 5 À la fin de la cuisson, servez en parsemant du zeste de citron restant. Servez avec des tagliatelles.



## GLACE À LA RICOTTA

N° 260



400g RICOTTA • 10cl JUS DE CITRON • 25cl CRÈME FLEURETTE • 75g SUCRE GLACE • 1 BLANC D'ŒUF

PERSONNES 6/8 - PRÉPARATION 15 MIN - REPOS 6 H

- 1 Dans le robot muni du batteur, mettez la ricotta, le jus de citron, la crème et le sucre glace, puis mixez en vitesse 6 pendant 1min. Versez la préparation dans des bacs à glaçons et laissez prendre au congélateur pendant 6h.
- 2 Lorsque les glaçons sont bien durs, démoulez-en 300g et mettez-les dans le bol du robot bien froid muni du couteau pour pétrir/concasser. Mixez en Pulse pendant 1min30. Raclez les parois du bol et du couvercle, ajoutez le blanc d'œuf et mixez en vitesse 12 pendant 30s.
- 3 Consommez la glace immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez servir cette glace avec des framboises fraîches.



## CRÈME DE POIVRONS AU CHORIZO

N° 61



850g POIVRONS ROUGE • 1 OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 80g CHORIZO • 1 C. À C. DE PAPRIKA FUMÉ • 10cl CRÈME LIQUIDE • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Lavez les poivrons, épépinez-les et coupez-les en quatre. Épluchez l'oignon et l'ail, puis coupez-les grossièrement. Coupez le chorizo en petits dés.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les poivrons, l'oignon, l'ail, le chorizo, le paprika fumé et le sel. Ajoutez 50 cl d'eau et lancez le programme Soupe P1.
- 3 À la fin du programme, ajoutez la crème et mixez en vitesse 12 pendant 30 s. Servez chaud ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la moitié des poivrons par des tomates.



## ENCORNETS À L'AMÉRICAINNE

N° 161



1 kg ANNEAUX D'ENCORNETS • 1 OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 2cl HUILE • 2cl COGNAC • 400g PULPE DE TOMATE • 15cl FUMET DE POISSON • PIMENT D'ESPELETTE • SEL • POIVRE • 1 C. À C. DE MAÏZENA® • 20cl CRÈME LIQUIDE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et l'ail, puis coupez-les en quatre. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur, raclez les parois du bol avec la spatule, puis ajoutez l'huile et le cognac. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Ajoutez les encornets, la pulpe de tomate, le fumet de poisson, 1 pointe de piment d'Espelette, salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 30 min.
- 4 Délayez la Maïzena® dans la crème liquide et, à la fin du programme, ajoutez ce mélange dans le robot. Relancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 10 min.
- 5 Servez chaud accompagné d'un riz aux 3 parfums.



## PERLES DU JAPON CHOCO-COCO

N° 261



40cl LAIT DE COCO • 40cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 50g SUCRE • 50g CHOCOLAT NOIR • 60g PERLES DU JAPON (BILLES DE TAPIOCA)

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 35 MIN – REPOS 2 H

- 1 Dans le robot muni du mélangeur, mettez le lait de coco, le lait demi-écrémé, le sucre et le chocolat coupé en morceaux. Faites cuire en vitesse 3 à 90°C pendant 5 min sans le bouchon.
- 2 Après ces 5 min, ajoutez les perles du Japon et lancez le programme dessert en vitesse 3 à 95°C pour 30 min, sans le bouchon.
- 3 À la fin de la cuisson, versez le mélange dans 6 verrines, puis placez-les au réfrigérateur pendant 2 h.

**CONSEIL** - Vous pouvez servir ce dessert avec des cerises.



## CRÈME DE TOPINAMBOURS — N° 62 AUX CÈPES

PERSONNES 2/3 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN



100 g BLANC DE POIREAU • 400 g TOPINAMBOURS • 20 g CÉLÉRI BRANCHE • ½ CUBE DE BOUILLON DE LÉGUMES • 10 cl CRÈME LIQUIDE • 1 C. À S. DE POUDRE DE CÈPES SÉCHÉS • SEL

- 1 Épluchez les topinambours et coupez-les grossièrement. Coupez le blanc de poireau et le céleri en tronçons.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les topinambours, le poireau, le céleri et le cube de bouillon. Ajoutez 85 cl d'eau. Lancez le programme Soupe P1.
- 3 À la fin du programme, ajoutez la crème liquide et la poudre de cèpe, puis mixez en vitesse 12 pendant 30 s. Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la moitié des topinambours par du céleri rave et accompagner cette crème de dés de foie gras.



## POULET AUX NOIX DE CAJOU — N° 162

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 50 MIN



750 g HAUTS DE CUISSÉS DE POULET • 100 g NOIX DE CAJOU GRILLÉES SALÉES • 2 GOUSSES D'AIL • 1 OIGNON • 300 g POIVRONS ROUGES • 5 cl HUILE D'OLIVE • 5 cl SAUCE SOJA • 20 g CONCENTRÉ DE TOMATE • 25 cl BOUILLON DE POULE • 12 g CORIANDRE FRAÎCHE • LE JUS DE ½ CITRON • POIVRE

- 1 Épluchez l'ail et l'oignon. Épépinez les poivrons et coupez-les en lanières.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'ail et l'oignon. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 4 À la fin du programme, ajoutez le poulet, les poivrons, la sauce soja, le concentré de tomate, les noix de cajou et le bouillon. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min.
- 5 Lavez la coriandre et hachez-la. À la fin de la cuisson, servez immédiatement en parsemant de coriandre et de jus de citron

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 1 c. à c. de pâte de piment.



## SOUFFLÉ AU GRAND MARNIER® — N° 262

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 8 MIN



4 OEUFS • 5 cl GRAND MARNIER® • 1 C. À S. FARINE (15g) • 120 g SUCRE • 20 g BEURRE

- 1 Préchauffez le four à 200°C (th. 6-7). Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes d'œufs, le Grand Marnier® et la farine. Mixez en vitesse 7 pendant 3 min. Débarrassez dans un grand saladier. Rincez le bol.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les blancs d'œufs et 80 g de sucre. Mixez en vitesse 7 pendant 6 min. Beurrez 6 ramequins individuels avec le beurre mou, puis saupoudrez-les du sucre restant.
- 3 Incorporez un tiers des blancs en neige aux jaunes d'œufs en fouettant énergiquement, puis ajoutez les blancs restants en mélangeant délicatement à la spatule. Remplissez jusqu'à ras bord chaque ramequin. Lissez la surface et nettoyez les bords des ramequins. Enfourez pour 8 min. Servez immédiatement.





## SOUPE GÉORGIENNE

N° 63



500 g AGNEAU • 100 g OIGNONS • 5 GOUSSES D'AIL • 5 cl HUILE • 1 L BOUILLON DE POULE • 250 g TOMATES (PULPE OU CONCASSÉ) • 15 g CONCENTRÉ DE TOMATE • 25 g PERSIL PLAT • 200 g RIZ CUIT • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 1 H 05

- 1 Coupez l'agneau. Épluchez les oignons et l'ail, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 12 pendant 20 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le bouillon, l'agneau, les tomates, le concentré, le persil et le riz cuit. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 1 h. Servez chaud.

**CONSEIL** - Cette soupe très épaisse constitue un plat très nourrissant. Pour un résultat plus liquide augmentez la quantité de bouillon, sans jamais dépasser le niveau MAX.



## POULET BASQUAISE

N° 163



750 g HAUTS DE CUISSSES DE POULET • 1 OIGNON • 2 GOUSSES D'AIL • 1 POIVRON ROUGE • 5 cl HUILE D'OLIVE • 5 cl VIN BLANC • 200 g TOMATES CONCASSÉES EN BOÎTE • 25 cl BOUILLON DE POULE • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 55 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et les gousses d'ail. Lavez le poivron, épépinez-le, puis coupez-le en morceaux.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'ail, l'oignon et le poivron. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive et le vin blanc, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 8 min.
- 4 Une fois la cuisson achevée, ajoutez le poulet, les tomates et le bouillon, puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min.
- 5 À la fin de la cuisson, servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des olives noires.



## SORBET AUX AGRUMES

N° 263



50 g SUCRE EN POUDRE • 20 cl JUS D'ORANGE • 20 cl JUS DE PAMPLEMOUSSE • 5 cl JUS DE CITRON • 1 BLANC D'ŒUF • 1 C. À S. DE SUCRE GLACE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 3 MIN – REPOS 6 H

- 1 Dans le bol muni du mélangeur, mettez le sucre et 400 g d'eau. Lancez le robot en vitesse 4 à 100°C pour 3 min.
- 2 Ajoutez les jus d'agrumes et mixez en vitesse 7 pendant 30 s. Remplissez des bacs à glaçons avec ce mélange, et placez-les au congélateur pendant au moins 6 h.
- 3 Lorsque les glaçons sont durs, placez-en 400 g dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser. Mixez en Pulse pendant 30 s. Raclez les parois du bol avec la spatule, ajoutez le blanc d'œuf et le sucre glace. Mixez en vitesse 10 pendant 15 s.
- 4 Consommez immédiatement ou placez le sorbet au congélateur quelques minutes si vous souhaitez réaliser des boules.

**CONSEIL** - Si le sorbet devient trop liquide, ne le recongelez pas.



## SOUPE RUSSE

N° 64



300 g BŒUF • 60 g OIGNON • 5 cl HUILE • 80 g ORGE • 200 g POMMES DE TERRE • 100 g CAROTTES • 1 CORNICHON • 10 g POIVRE EN GRAIN • 20 g PERSIL PLAT • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Coupez le bœuf en morceaux. Épluchez l'oignon, puis mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 12 pendant 30 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur et ajoutez l'huile. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Épluchez les pommes de terre, les carottes et le sel, puis coupez-les en morceaux de 2 cm. À la fin du programme, ajoutez tous les ingrédients avec 1 L d'eau. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min. Servez chaud.

**CONSEIL** - Pour un résultat plus liquide augmentez la quantité de bouillon. Cette soupe se sert accompagnée de pickles et de concombre.



## POULET COMME UN TAJINE CITRON CONFIT ET CORIANDRE

N° 164



750 g HAUTS DE CUISSES DE POULET • 2 GOUSSES D'AIL • 1 OIGNON DOUX • 1 CITRON CONFIT • 5 cl HUILE D'OLIVE • 400 g POMMES DE TERRE • 100 g OLIVES VERTES DÉNOYAUTÉES • 40 cl BOUILLON DE POULE • 12 g CORIANDRE FRAÎCHE • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez l'ail et l'oignon. Coupez grossièrement le citron confit. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'ail, l'oignon et le citron confit. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Épluchez les pommes de terre, puis coupez-les en dés.
- 4 À la fin du programme, ajoutez le poulet, les dés de pommes de terre, les olives et le bouillon, puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min. Lavez la coriandre et hachez-la. Servez immédiatement en parsemant de coriandre.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la moitié des pommes de terre par des courgettes.



## BRIOCHE ROULÉE AU CHOCOLAT

N° 264



200 g PÂTE À TARTINER AU CHOCOLAT (VOIR N° 299) • 13 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 SACHET DE LEVURE DE BOULANGER DÉSHYDRATÉE • 3 JAUNES D'ŒUFS • 300 g FARINE BLANCHE • 40 g SUCRE • 40 g BEURRE MOU EN DÉS • 50 g PÉPITES DE CHOCOLAT (FACULTATIF) • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN + 45 MIN – CUISSON 25 MIN – REPOS 1 H 30

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le lait et la levure et faites chauffer à 35°C en vitesse 5 pendant 3 min. Ajoutez la farine, 2 jaunes d'œufs, le sel, le sucre et le beurre. Lancez le programme Pâte P2.
- 2 Travaillez la pâte à la main pendant 1 min puis étalez-la à l'aide d'un rouleau pour former un rectangle. Coupez huit bandes et badigeonnez-les de pâte à tartiner. Roulez chaque bande sur elle-même et mettez-les dans un moule à cake en les serrant. Laissez reposer 1 h 30 à l'abri des courants d'air.
- 3 Préchauffez le four à 165°C (th. 5/6). Badigeonnez la brioche de jaune d'œuf restant et saupoudrez de pépites de chocolat. Enfourez pour 25 min.

**CONSEIL** - Remplacez la pâte à tartiner par de la crème d'amande, de la confiture...





## VELOUTÉ D'ASPERGES

N° 65



800 g ASPERGES VERTES • 2 ÉCHALOTES • 40 g BRANCHE DE CÉLÉRI • 1 CUBE DE BOUILLON DE VOLAILLE • 20 cl CRÈME LIQUIDE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez les échalotes et coupez-les grossièrement. Coupez les asperges et le céleri en tronçons.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les asperges, les échalotes, le céleri et le cube de bouillon de volaille. Ajoutez 0,7 L d'eau. Lancez le programme Soupe P1.
- 3 À la fin du programme, ajoutez la crème liquide et mixez en vitesse 12 pendant 1 min.
- 4 Mettez la préparation au frais. Servez chaud ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez servir cette crème avec des lanières de saumon fumé.



## POULET, TOMATES ET CHAMPIGNONS

N° 165



750 g HAUTS DE CUISSÉS DE POULET • 2 ÉCHALOTES • 250 g CHAMPIGNONS DE PARIS • 5 cl HUILE D'OLIVE • 15 cl VIN BLANC • 200 g TOMATES PELÉES (EN BOÎTE) • 1 BRANCHE DE THYM • 1 FEUILLE DE LAURIER • 15 cl BOUILLON DE POULE • 1 C. À C. DE MAÏZENA® • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 55 MIN

- 1 Épluchez les échalotes. Coupez les champignons en quatre. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les échalotes. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive et le vin blanc, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le poulet, les tomates, le thym, le laurier et la Maïzena® diluée dans le bouillon, puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 50 min. Au bout de 20 min, ajoutez les champignons. À la fin de la cuisson, servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les champignons par des pommes de terre. Si c'est le cas, ajoutez-les au début de la cuisson. Le bouillon n'est pas nécessaire si les tomates sont bien juteuses.



## BRIOCHE DE PÂQUES

N° 265



250 g FRUITS CONFITS • 13 cl LAIT ÉCRÉMÉ • 12 g LEVURE FRAÎCHE DE BOULANGERIE • 300 g FARINE BLANCHE • 2 JAUNES D'ŒUFS • 3 g SEL FIN • 40 g SUCRE • 40 g BEURRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 25 MIN – REPOS 2 À 3 H

- 1 Coupez les fruits confits en petits morceaux et réservez-les.
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le lait et la levure et faites chauffer à 35°C en vitesse 5 pendant 3 min. Ajoutez la farine, 2 jaunes d'œufs, le sel, le sucre et le beurre. Lancez le programme Pâte P2.
- 3 À la fin du programme, mettez la pâte dans un saladier et laissez reposer 1 h à 2 h à l'abri des courants d'air.
- 4 Incorporez les fruits confits à la pâte. Formez 3 boules et mettez-les dans un moule à cake les unes contre les autres. Couvrez d'un torchon, puis laissez pousser 1 h 30 à température ambiante.
- 5 Préchauffez le four à 170°C (th. 5/6). Enfourez pour 25 min.

**CONSEIL** - Avant de l'enfourner, vous pouvez dorer la brioche au jaune d'œuf.





## VELOUTÉ DE BROCOLI AU BLEU — N° 66



350 g BROCOLI • 80 g BLANC DE POIREAU • ½ CUBE DE BOUILLON DE LÉGUMES (FACULTATIF) • 80 g BLEU TYPE ROQUEFORT • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Coupez le brocoli afin de prélever les fleurettes. Coupez le poireau en tronçons.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les fleurettes et le cube de bouillon. Ajoutez 45 cl d'eau et lancez le programme Soupe P1.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le bleu et mixez en vitesse 10 pendant 1 min.
- 4 Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le brocoli par du chou-fleur.



## SALTIMBOCCA — N° 166



4 ESCALOPES DE VEAU TRÈS FINES • 4 TRANCHES DE JAMBON DE PARME • 8 FEUILLES DE SAUGE • 60 g OIGNON • 5 cl HUILE • 5 cl VIN BLANC • 25 cl COULIS DE TOMATE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Placez les tranches de jambon et les feuilles de sauge sur les escalopes de veau, puis roulez-les sur elles-mêmes. Faites les tenir à l'aide d'un pic.
- 2 Épluchez l'oignon, coupez-le en quatre, puis mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez l'huile et le vin blanc, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 4 Ajoutez ensuite les escalopes, le coulis de tomate et 2 c. à s. d'eau. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 20 min. Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le coulis de tomate par du bouillon et un peu de vin blanc et garnir les escalopes d'une tranche de mozzarella.



## KOUGLOF — N° 266



300 g FARINE BLANCHE • 100 g RAISINS SECS • 5 cl KIRSCH OU RHUM • 13 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 SACHET DE LEVURE DÉSHYDRATÉE • 2 JAUNES D'ŒUFS • 40 g SUCRE • 40 g BEURRE MOU EN DÉS • 12 AMANDES ÉMONDÉES • 1 PINCÉE DE SEL • SUCRE GLACE

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 1 H – CUISSON 25 MIN – REPOS 2 H 40 MIN

- 1 La veille faites tremper les raisins dans le kirsch ou le rhum avec 20 cl d'eau chaude.
- 2 Le jour même, dans le bol muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le lait et la levure et faites chauffer à 35°C en vitesse 5 pendant 3 min. Ajoutez la farine, les jaunes d'œuf, le sel, le sucre et le beurre. Lancez le programme Pâte P2.
- 3 Préchauffez le four à 170°C. Beurrez un moule à Kouglof de 24 cm de diamètre et placez les amandes au fond. Incorporez les raisins égouttés à la pâte. Retravaillez-la légèrement à la main. Mettez-la dans le moule, couvrez d'un linge et laissez reposer 2 h.
- 4 Enfournez pour 35 min. Laissez refroidir, démoulez puis saupoudrez de sucre glace avant de déguster.



## VELOUTÉ DE CHAMPIGNONS N° 67



400 g CHAMPIGNONS DE PARIS • 1 OIGNON • 80 g BLANC DE POIREAU • 15 cl CRÈME FRAÎCHE • SEL • POIVRE

**PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 25 MIN**

- 1 Lavez les champignons et coupez-les grossièrement. Épluchez l'oignon et le blanc de poireau puis coupez-les en quatre.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les champignons, l'oignon, le blanc de poireau. Ajoutez 60 cl d'eau, salez et poivrez.
- 3 Lancez le programme Soupe P1 pour 25 min.
- 4 À la fin du programme, ajoutez la crème et mixez en vitesse 11 pendant 30s. Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 150 g de lard, de bacon ou de chorizo lors de la cuisson pour un velouté plus rustique.



## TAJINE D'AGNEAU N° 167



800 g AGNEAU • 3 GOUSSES D'AIL • 3 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE CORIANDRE EN POUDRE • 1 C. À C. DE CANNELLE EN POUDRE • 1 C. À C. DE CUMIN EN POUDRE • LE JUS DE 1 CITRON VERT • 20 cl BOUILLON DE LÉGUMES • 12 g CORIANDRE FRAÎCHE • 12 g PERSIL PLAT • SEL

**PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 50 MIN**

- 1 Épluchez les gousses d'ail, mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, puis hachez-les en vitesse 12 pendant 10s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive, 1 pincée de sel, les épices et le jus de citron vert. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 3 min.
- 3 Pendant ce temps, coupez l'agneau en cubes. Hachez les herbes. Une fois la cuisson de l'ail achevée, ajoutez l'agneau, le bouillon et les herbes, puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min.
- 4 À la fin de la cuisson, servez immédiatement avec de la semoule.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer l'agneau par des cuisses de poulet.



## AMARETTIS N° 267



3 BLANCS D'ŒUFS • 150 g SUCRE • 250 g POUDRE D'AMANDE • 2 GOUTTES D'EXTRAIT D'AMANDE AMÈRE • SUCRE GLACE

**PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN**

- 1 Préchauffez le four à 160°C (th. 5).
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les blancs d'œufs. Mélangez en vitesse 7 pendant 6 min sans le bouchon.
- 3 Ajoutez le sucre, puis mixez 2 min en vitesse 6.
- 4 Raclez les bords du bol, ajoutez la poudre d'amande et l'extrait d'amande amère, puis mixez en vitesse 6 pendant 20s.
- 5 Recouvrez une plaque de papier cuisson. À l'aide d'une cuillère, déposez des petits tas de préparation sur la plaque.
- 6 Enfournez pour 20 min. Laissez refroidir, saupoudrez-les de sucre glace et dégustez.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 1 c. à s. d'amaretto ou de limoncello dans la préparation ou remplacer la poudre d'amande par de la poudre de noisette.



## VELOUTÉ DE CHOU-FLEUR

N° 68



500 g CHOU-FLEUR • 50 g BLANC DE POIREAU • ½ CUBE DE BOUILLON DE POULET

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Détaillez le chou-fleur et coupez-le en tronçons. Coupez le blanc de poireau en quatre.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez le chou-fleur et le blanc de poireau. Ajoutez le ½ cube de bouillon de poule et 85 cl d'eau. Lancez le programme Soupe P1.
- 3 Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 50 g de roquefort ou 1 c. à s. de crème fraîche avant de mixer ce velouté.



## VITELLO TONNATO

N° 168



600 g RÔTI DE VEAU CUIT • 10 cl HUILE D'OLIVE • 100 g THON AU NATUREL • 10 FILETS D'ANCHOIS • 4 C. À C. DE CÂPRES • 3 ŒUFS • 5 cl BOUILLON DE LA CUISSON DU VEAU • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Placez les œufs dans le panier vapeur. Versez 0,7 L d'eau dans le bol du robot et positionnez le panier. Lancez le programme vapeur à 100°C pour 20 min. Lorsque les œufs sont cuits, laissez-les refroidir et écalez-les.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez le thon, les anchois, les câpres, les œufs durs et 5 cl de bouillon. Salez et poivrez. Mixez en vitesse 8 et versez progressivement l'huile.
- 3 Coupez les tranches de veau aussi finement que possible et déposez-les sur un plat. Servez avec la sauce au thon et des câpres entiers.

**CONSEIL** - Vous pouvez accompagner ce plat d'asperges, la sauce s'accorde parfaitement à ce légume.



## MACARONS

N° 268



110 g POUDRE D'AMANDE • 200 g SUCRE GLACE • 100 g BLANCS D'ŒUFS • 40 g SUCRE SEMOULE

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 30 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez la poudre d'amande et le sucre glace, puis mixez en vitesse 10 pendant 30 s. Débarrassez et lavez le robot.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les blancs d'œufs et faites fonctionner en vitesse 7 pendant 6 min sans le bouchon. Au bout de 2 min ajoutez le sucre semoule par le haut de l'appareil.
- 3 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). À l'aide de la spatule, mélangez délicatement les deux préparations. L'appareil doit être lisse et brillant. Mettez-le dans une poche à douille, puis déposez de petits ronds de pâte réguliers sur une plaque recouverte de papier cuisson. Laissez sécher pendant 30 min à l'air libre.
- 4 Enfournez pour 12 à 15 min. Laissez les coques refroidir et garnissez-les de confiture (n° 300) ou de pâte à tartiner au chocolat (n° 299).





## VELOUTÉ DE LÉGUMES D'HIVER — N° 69



250 g POTIRON • 200 g PANAIS • 200 g TOPINAMBOURS • 80 g BLANC DE POIREAU • 30 g CÉLERI BRANCHE • ½ CUBE DE BOUILLON DE VOLAILLE

**PERSONNES 2/4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 40 MIN**

- 1 Épluchez les légumes et coupez-les en cubes. Taillez finement le céleri.
- 2 Dans la cuve du robot munie du couteau hachoir ultrablade, mettez les légumes. Ajoutez le ½ cube de bouillon de volaille et 1 L d'eau. Lancez le programme Soupe P1.
- 3 Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter une pointe de couteau de curry et 1 c. à s. de crème avant de mixer ce velouté.



## BUNS POUR BURGER — N° 169



7 cl LAIT • 5 g LEVURE BOULANGÈRE SÈCHE • 1 ŒUF BATTU • 300 g FARINE • 5 g SEL • 15 g SUCRE • 20 g BEURRE • 1 JAUNE D'ŒUF • 40 g GRAINES DE SÉSAME

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 2 H 15**

- 1 Mettez 6 cl d'eau tiède dans un bol et délayez la levure. Ajoutez le lait et l'œuf battu. Dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, le sel, le sucre et le beurre. Lancez le programme Pâte P1 pour 2 min 30. Au bout de 30 s, ajoutez le liquide avec la levure. Après le pétrissage, laissez la pâte pousser pendant les 40 min du programme.
- 2 À l'aide de la spatule, retirez la pâte de l'accessoire, et séparez-la en 4 à 6 morceaux égaux. Formez des boules, déposez-les sur une plaque couverte de papier cuisson et aplatissez-les avec la paume de la main. Laissez pousser 1 h 30.
- 3 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Badigeonnez les pains de jaune d'œuf et saupoudrez-les de sésame. Enfourez pour 15 à 20 min. Faites refroidir sur une grille.

**CONSEIL** - Ils sont parfaits pour réaliser des hamburgers maison.



## MADELEINES — N° 269



130 g BEURRE DEMI-SEL • 3 ŒUFS • 10 g MIEL LIQUIDE • 125 g SUCRE • 130 g FARINE • 4 g LEVURE CHIMIQUE

**PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 2 H**

- 1 Mettez le beurre dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser et faites-le fondre 130°C en vitesse 5 pendant 3 min.
- 2 Ajoutez tous les autres ingrédients et lancez le programme Pâte P3 pour 2 min. Laissez reposer la pâte au moins 2 h au frais.
- 3 Préchauffez le four 180°C (th. 6). Beurrez une plaque à madeleines et remplissez les empreintes aux trois quarts (les madeleines vont gonfler lors de la cuisson).
- 4 Enfourez pour 15 min. Laissez refroidir avant de démouler.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter de la vanille, du citron ou encore de l'extrait de rose dans la pâte.



## VELOUTÉ DE POIS CASSÉS — N° 70 AU CHORIZO



180 g POIS CASSÉS • 50 g BLANC DE POIREAU • 1 OIGNON • 50 g CAROTTE • 80 g CHORIZO • 15 cl CRÈME LIQUIDE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez le blanc de poireau, l'oignon, la carotte et le chorizo, puis coupez chaque élément en quatre.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez-les avec les pois cassés, versez 1,5 L d'eau et salez. Lancez le programme Soupe P1 à 100°C pour 40 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez la crème liquide et mixez en vitesse 12 pendant 30 s. Poivrez et servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 1 c. à c. de paprika fumé.



## BUCATINI ALL'AMATRICIANA — N° 170



400 g BUCATINI • 3 GOUSSES D'AIL • ½ PEPPERONCINO (OU PIMENT) • 5 cl HUILE D'OLIVE • 200 g PANCETTA (OU GUANCIALE) • 800 g TOMATES CONCASSÉES EN CONSERVE • 100 g PECORINO RÂPÉ • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Faites cuire les bucatini dans une grande casserole d'eau comme indiqué sur l'emballage.
- 2 Épluchez les gousses d'ail et mettez-les avec le piment dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 3 Remplacez le couteau par le mélangeur, puis ajoutez l'huile et la pancetta. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 4 À la fin du programme, ajoutez les tomates concassées, salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 35 min.
- 5 Versez la sauce sur les pâtes et ajoutez le pecorino. Mélangez et servez.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la pancetta par des dés d'aubergines et le pecorino par de la mozzarella.



## MUFFINS POMMES & NOISETTES — N° 270



200 g FARINE • 50 g POUDRE DE NOISETTE • 9 g LEVURE CHIMIQUE • 80 g SUCRE ROUX • 25 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 ŒUF • 25 g BEURRE DEMI-SEL MOU • 1 C. À C. DE CANNELLE EN POUDRE • 1 PINCÉE DE SEL • 180 g POMMES

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, la poudre de noisette, la levure, le sucre, le lait, l'œuf, le beurre en morceaux, la cannelle et le sel. Lancez le programme Pâte P3 pour 3 min.
- 3 Coupez les pommes en dés sans les éplucher.
- 4 À la fin du programme, ajoutez les dés de pomme dans le robot et mixez en vitesse 6 pendant 50 s.
- 5 Répartissez la préparation dans une plaque de 6 moules à muffins.
- 6 Enfournez pour 25 min. À la fin de la cuisson, dégustez tiède ou froid.



## VELOUTÉ DE POTIRON

N° 71



800 g POTIRON • 100 g POMMES DE TERRE • 50 g OIGNON • 50 g CÉLÉRI BRANCHE • ½ CUBE DE BOUILLON DE VOLAILLE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 35 MIN

- 1 Épluchez les légumes et coupez-les en cubes.
- 2 Dans la cuve du robot munie du couteau hachoir ultrablade, mettez les légumes. Ajoutez le ½ cube de bouillon de volaille et 80 cl d'eau. Lancez le programme Soupe P1 à 100°C pour 35 min.
- 3 Salez, poivrez et servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le potiron par de la courge butternut ou faire moitié potiron moitié carotte.



## PÂTES FRAÎCHES

N° 171



500 g FARINE BLANCHE • 5 ŒUFS • 6 g SEL • 10 cl HUILE D'OLIVE (80 g)

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 1 H

- 1 Mettez tous les ingrédients dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, puis mélangez en vitesse 5 pendant 3 min.
- 2 Sortez la pâte et formez une boule. Mettez-la dans un saladier et couvrez d'un linge. Laissez reposer pendant 1 h.
- 3 Étalez très finement la pâte à l'aide d'un rouleau sur un plan de travail fariné ou d'une machine à pâtes. Coupez-les selon la forme désirée.
- 4 Faites-les cuire quelques minutes dans une grande casserole d'eau bouillante et servez-les avec une sauce bolognaise (n° 118) ou 4 fromages (n° 175).



## ROCHERS À LA NOIX DE COCO

N° 271



200 g NOIX DE COCO RÂPÉE • 4 BLANCS D'ŒUFS • 120 g SUCRE EN POUDRE • ½ C. À C. D'EXTRAIT • DE VANILLE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 5 À 10 MIN

- 1 Préchauffez le four à 210°C (th. 7).
- 2 Dans le bol muni du batteur, mettez les blancs d'œufs et mixez en vitesse 6 pendant 5 min, sans le bouchon.
- 3 Ajoutez le sucre, la noix de coco et l'extrait de vanille, puis mixez en vitesse 4 pendant 30 s. Si le mélange n'est pas homogène, ramenez les ingrédients au centre de la cuve avec la spatule, puis mixez à nouveau.
- 4 Couvrez une plaque de papier cuisson. Façonnez de petites boules de pâte et déposez-les sur la plaque. Enfouez pour 5 à 10 min. Les rochers sont souples en fin de cuisson, ils durciront en refroidissant.

**CONSEIL** - Ils se conservent très bien plusieurs jours dans une boîte hermétique.





## MINISTRONE

N° 72



120g HARICOTS BLANCS • 50g OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 100g POMMES DE TERRE • 100g CAROTTES • 50g BLANCS DE POIREAU • 50g COURGETTES • 20g CÉLERI BRANCHE • 80g LARD FUMÉ • 40g BEURRE • 1 FEUILLE DE LAURIER • 1,5L BOUILLON DE VOLAILLE • 250g TOMATES PELÉES EN CONSERVE • 80g PETITES PÂTES • SEL ET POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 1 H 15

- 1 La veille, mettez les haricots blancs à tremper dans l'eau.
- 2 Le jour même, épluchez l'oignon et l'ail, puis coupez-les grossièrement. Taillez les autres légumes et le lard en petits dés.
- 3 Mettez l'oignon et l'ail dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez le beurre, le laurier et le lard, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 4 min.
- 4 Ajoutez ensuite le bouillon, les dés de légumes, les haricots et les tomates pelées. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 1 h.
- 5 Ajoutez les pâtes et relancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 10 min. Servez chaud avec des feuilles de basilic ciselées.



## PAIN DE VIANDE

N° 172



400g BŒUF • 200g PORC (ÉCHINE) • 1 OIGNON • 1 ŒUF • 25cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 100g CHAPELURE • 1 C. À S. DE SAUCE WORCESTERSHIRE\* • 1 C. À S. DE MOUTARDE • 3 C. À S. DE KETCHUP • 2 C. À S. DE CASSONADE • SEL • POIVRE

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 1 H

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Épluchez l'oignon, coupez-le en dés ainsi que les viandes.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'échine de porc et mixez en vitesse 12 pendant 20 s. Débarrassez.
- 3 Mettez l'oignon dans le robot et mixez en vitesse 12 pendant 10 s. Ajoutez le bœuf et mixez 10 s. Ajoutez l'échine mixée, l'œuf, le lait, la chapelure, la sauce Worcestershire, le sel et le poivre, puis mixez en vitesse 12 pendant 10 à 20 s. Si besoin, ramenez la préparation vers le centre à l'aide de la spatule.
- 4 Mettez la préparation dans un moule à cake. Dans un bol, mélangez la moutarde, le ketchup et la cassonade. Répartissez ce mélange sur la viande. Enfourez pour 1 h. Dégustez tiède ou froid.

**CONSEIL** - Si votre pain de viande a rendu du jus, videz-le avant la dégustation !



## SABLÉS SANS GLUTEN

N° 272



200g FARINE DE RIZ • 120g SUCRE ROUX • 125g BEURRE DEMI-SEL MOU • 3 JAUNES D'ŒUFS • LE ZESTE DE 1 ORANGE • SUCRE GLACE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 1 H

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine de riz, le sucre, le beurre en morceaux, les jaunes d'œufs et le zeste d'orange. Mixez en vitesse 8 pendant 3 min. À l'aide de la spatule, rabattez la préparation vers le centre et mixez à nouveau 30 s.
- 2 Rassemblez la pâte afin d'en faire une boule et enveloppez-la dans du film alimentaire. Laissez reposer au réfrigérateur pendant 1 h.
- 3 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 4 Couvrez une plaque de papier cuisson. Étalez la pâte au rouleau à pâtisserie, puis découpez-la à l'aide d'un emporte-pièce ou d'un verre. Déposez les sablés sur la plaque.
- 5 Enfourez pour 15 min. À la fin de la cuisson, les sablés sont souples, ils durciront en refroidissant. Saupoudrez de sucre glace avant de les servir.



## GASPACHO ANDALOU

N° 73



500g TOMATES • 1 GOUSSE D'AIL • 1 OIGNON • 80g CONCOMBRE • 100g POIVRON ROUGE • 200g POIVRON VERT • 70g MIE DE PAIN • 2 C. À S. DE VINAIGRE DE XÉRÈS • 15cl HUILE D'OLIVE • 10 FEUILLES DE BASILIC • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN

- 1 Épluchez l'ail, l'oignon et le concombre puis coupez-les grossièrement. Lavez les poivrons, épépinez-les puis coupez-les en morceaux. Coupez les tomates grossièrement.
- 2 Mettez les légumes, la mie de pain, l'huile, le vinaigre de Xérès et 60 cl d'eau bien froide dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Ajoutez les feuilles de basilic, puis mixez en vitesse 12 pendant 3 min.
- 3 Salez et mixez une dernière fois en vitesse 12 pendant 30 s. Servez frais.

**CONSEIL** - Si vous souhaitez que le gazpacho ait une saveur plus douce, mettez les légumes coupés dans un saladier avec l'huile, le vinaigre de Xérès et 1 pincée de sel et faites-les macérer 1 nuit au réfrigérateur. Le lendemain ajoutez le reste des ingrédients et mixez.



## TARTARE DE BŒUF

N° 173



600g BŒUF • 2 ÉCHALOTES • 30g CÂPRES • 40g CORNICHONS • 1 PETIT BOUQUET DE PERSIL • 1 C. À S. DE MOUTARDE FORTE • 3 GOUTTES DE TABASCO® • 2 C. À S. WORCESTERSHIRE SAUCE • 2 JAUNES D'ŒUFS • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN

- 1 Épluchez les échalotes, coupez-les en dés et mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade avec les câpres et les cornichons. Mixez en vitesse 12 pendant 10 s, puis débarrassez dans un saladier.
- 2 Coupez le bœuf en dés, mettez-les dans la cuve et mixez en vitesse 12 pendant 10 à 20 s. Effeuillez le persil et hachez-le au couteau.
- 3 Ajoutez la viande aux condiments et mélangez. Ajoutez la moutarde, le persil, le Tabasco®, la sauce Worcestershire et les jaunes d'œufs. Salez et poivrez, puis mélangez.
- 4 Répartissez le tartare dans quatre assiettes. Servez avec des frites.

**CONSEIL** - Le tartare ne se conserve pas, dégustez-le immédiatement. Vous pouvez mixer plus ou moins la viande en fonction de vos goûts.



## SPÉCULOOS

N° 273



250g FARINE • 175g BEURRE MOU • 175g VERGEOISE BRUNE • 1 ŒUF • 1 C. À C. DE LEVURE CHIMIQUE • 1 C. À S. DE CANNELLE • ½ C. À S. DE GINGEMBRE MOULU • SEL

BISCUITS 40 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 2 H

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez tous les ingrédients et mixez en vitesse 8 pendant 2 min 30. Rassemblez la pâte afin d'en faire un boudin et enveloppez-la dans du film alimentaire. Laissez reposer au réfrigérateur pendant 2 h.
- 2 Préchauffez le four à 160°C (th. 5). Couvrez une plaque de papier cuisson. Étalez la moitié de la pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie et découpez-la en petits carrés. Déposez les biscuits sur la plaque, en les espaçant bien, car ils vont s'étaler durant la cuisson.
- 3 Enfourez pour 15 min. Les speculoos sont souples en fin de cuisson, ils durciront en refroidissant. Recommencez l'opération avec le reste de pâte.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la moitié de la cannelle par du mélange quatre-épices.





## SOUPE GLACÉE À LA BETTERAVE — N° 74



350 g BETTERAVES CUITES • 80 g POMME GRANNY SMITH • 1 C. À C. DE GINGEMBRE EN POUDRE • 40 cl CRÈME LIQUIDE (5% DE MG) • 20 cl BOUILLON DE LÉGUMES • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN

- 1 Épluchez la pomme et coupez-la en morceaux. Coupez également les betteraves en morceaux.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les dés de pomme et de betterave, le gingembre, la crème liquide, le bouillon et le sel.
- 3 Mixez en vitesse 12 pendant 3 min.
- 4 Servez froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la moitié ou la totalité de la crème par du bouillon de légumes ou par des yaourts de type Fjord®.



## PURÉE DE CAROTTES À L'ORANGE — N° 174



800 g CAROTTES • 5 cl JUS D'ORANGE • 15 g BEURRE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez les carottes et coupez-les en rondelles. Mettez-les dans le panier vapeur, versez 0,7 L d'eau dans le bol et lancez le programme vapeur pour 30 min.
- 2 À la fin de la cuisson, videz l'eau de la cuve. Dans le bol muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les carottes, ajoutez le jus d'orange et le beurre, puis mixez en vitesse 12 pendant 3 min.

**CONSEIL** - Il est possible de réchauffer la purée en chauffant 5 min en vitesse 7 à 85°C. Vous pouvez remplacer le jus d'orange et le beurre par de la crème légère.



## GAZPACHO MELON MANGUE — N° 274



300 g MELON (POIDS NET) • 300 g MANGUE (POIDS NET) • 5 cl JUS DE CITRON VERT • 10 cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE GINGEMBRE EN POUDRE • 10 FEUILLES DE MENTHE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez la chair de melon et de mangue, le jus de citron vert, l'huile d'olive et le gingembre.
- 2 Mixez en vitesse 12 pendant 4 min.
- 3 Servez froid avec des feuilles de menthe.





## PISSALADIÈRE

N° 75



20g LEVURE DE BOULANGER FRAÎCHE (10g DE LEVURE SÈCHE) • 400g FARINE • 1 C. À C. DE SEL • 4 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 1kg OIGNONS • 100g OLIVES NOIRES • 10 FILETS D'ANCHOIS

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 240°C (th. 8). Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la levure et 25 cl d'eau, puis lancez le programme Pâte P1. Après 30 s, ajoutez la farine, le sel et 2 c. à s l'huile d'olive.
- 2 Épluchez les oignons et émincez-les finement. Mettez-les dans un saladier.
- 3 Quand la pâte est prête, déposez-la sur une plaque recouverte de papier cuisson. Recouvrez d'un linge. Lavez le robot et mettez-y le mélangeur. Ajoutez 2 c. à s l'huile d'olive, les oignons et 1 pincée de sel. Lancez le programme Mijoté P1 pour 10 min.
- 4 Étalez la pâte sur la plaque, puis répartissez dessus les oignons cuits. Enfourez pour 10 min. Ajoutez les olives et les filets d'anchois, baissez la température du four à 200°C (th. 6-7) et faites cuire 10 min supplémentaires. Dégustez tiède ou froid.

**CONSEIL** - Ne salez pas trop car les anchois sont très salés.



## SAUCE AUX 4 FROMAGES

N° 175



50g PARMESAN • 50g PECORINO • 50g COMTÉ • 50g GORGONZOLA • 2 JAUNES D'ŒUFS • 30cl CRÈME LIQUIDE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 6 MIN

- 1 Ôtez la croûte des fromages. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez le parmesan, le pecorino et le comté, puis mixez pendant 1 min en appuyant sur la touche Pulse. Coupez le gorgonzola en petits morceaux et ajoutez-le.
- 2 Remplacez le couteau par le batteur, puis ajoutez les jaunes d'œufs battus et la crème. Salez et poivrez, puis lancez le programme sauce à 90°C pour 6 min.
- 3 Une fois la cuisson achevée, versez la sauce sur des pâtes. Mélangez et servez.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le gorgonzola par n'importe quel fromage bleu.



## TARTE AUX MIRABELLES

N° 275



1 PÂTE SABLÉE (VOIR P. 14) • 3 ŒUFS ENTIERS • 125g POUDRE D'AMANDE • 70g CASSONADE • 125g BEURRE MOU • 500g MIRABELLES DÉNOYAUTÉES

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Étalez la pâte, puis mettez-la dans un moule à tarte beurré.
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les œufs battus, la poudre d'amande, la cassonade et le beurre en morceaux. Lancez le programme Pâte P3 pour 1 min 40.
- 3 Étalez la crème d'amande sur le fond de tarte et déposez les mirabelles à la verticale en les serrant bien.
- 4 Enfourez pour 25 min environ. Servez tiède ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les mirabelles par des poires.



## TERRINE DE CAMPAGNE

N° 76



1 OIGNON • 250 g ÉCHINE DE PORC • 10 BRINS DE PERSIL PLAT • 100 g LARDONS • 100 g ÉPAULE DE VEAU • 2 ŒUFS • 10 cl MARTINI ROUGE® • 80 g NOISETTES • 1 FEUILLE DE LAURIER • 1 BRANCHE DE THYM • SEL • POIVRE

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 1 h 30 – REPOS 24 à 48 h

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Épluchez l'oignon et coupez les viandes en dés. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'échine et mixez en vitesse 12 pendant 20 s. Débarrassez dans un saladier.
- 2 Mettez l'oignon et le persil dans le robot et mixez en vitesse 12 pendant 10 s. Ajoutez les lardons et le veau, puis mixez en vitesse 12 pendant 10 s. Ajoutez l'échine mixée, les œufs et le Martini, puis mixez 10 à 20 s en vitesse 12. Ramenez la préparation vers le centre à l'aide de la spatule entre chaque opération. Salez et poivrez.
- 3 Remplissez une terrine munie d'un couvercle de cette préparation et parsemez de noisette. Déposez le thym et le laurier, puis fermez.
- 4 Enfournez pour 1 h 30. Réservez entre 24 et 48 h au réfrigérateur en déposant un poids sur la terrine, puis dégustez.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter à cette terrine des foies de volailles.



## TOURTE FLAMICHE

N° 176



2 PÂTES BRISÉES (VOIR P. 14) • 750 g BLANCS DE POIREAUX • 5 cl HUILE • 40 g BEURRE • 12 cl CRÈME LIQUIDE • 3 JAUNES D'ŒUFS • SEL • POIVRE

PERSONNES 8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 1 h

- 1 Lavez les poireaux et taillez-les en rondelles. Dans le robot muni du mélangeur, mettez le poireau, l'huile, le beurre, salez et poivrez. Faites cuire en vitesse 3 à 130°C pendant 20 min.
- 2 Préchauffez le four à 200°C (th. 6-7).
- 3 Ajoutez ensuite la crème et 2 jaunes d'œufs, puis lancez le robot en vitesse 3 à 85°C pendant 5 min.
- 4 Pendant ce temps étalez les 2 cercles de pâte brisée. Placez le premier dans un moule à tarte beurré et fariné. Répartissez la garniture de poireaux et recouvrez de la deuxième pâte. Soudez bien les bords et badigeonnez du jaune d'œuf restant.
- 5 Enfournez pour 35 min. Servez chaud.



## GÂTEAU MARBRÉ

N° 276



175 g FARINE • 1 SACHET DE LEVURE CHIMIQUE (11 g) • 200 g SUCRE EN POUDRE • 3 ŒUFS • 175 g BEURRE DEMI-SEL MOU • 25 g CACAO EN POUDRE NON SUCRÉ

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 55 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, la levure, le sucre, les œufs et le beurre. Lancez le programme Pâte P3.
- 3 Tapissez un moule à cake de papier cuisson. À la fin du programme, versez la moitié de la pâte dans le moule.
- 4 Ajoutez le cacao dans la pâte restante et mixez en vitesse 6 pendant 40 s. Versez le reste de pâte dans le moule. Avec une cuillère, mélangez rapidement pour que les 2 pâtes se mélangent.
- 5 Enfournez pour 55 min environ. Laissez refroidir et servez.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le cacao par de la pâte de pistache ou parfumer une partie de la pâte avec du citron.





## SOUPE FROIDE TOMATE & PIQUILLOS

N° 77



350 g TOMATES PELÉES (EN BOÎTE) • 150 g PIQUILLOS (POIDS NET) • 15 cl BOUILLON DE POULE • 5 cl HUILE D'OLIVE • 1 C. À C. DE PAPRIKA • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les tomates, les piquillos, le bouillon, l'huile d'olive, le paprika et le sel.
- 2 Mixez en vitesse 12 pendant 3 min.
- 3 Servez froid.

**CONSEIL** - Pour une soupe plus relevée, vous pouvez remplacer le paprika par du piment.



## CHOU FARCI

N° 177



8 FEUILLES DE CHOU VERT • 80 g OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 280 g POULET • 100 g LARD • 1 BOUQUET DE PERSIL PLAT • SEL

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 35 MIN

- 1 Faites blanchir les feuilles de chou quelques minutes dans une grande casserole d'eau.
- 2 Épluchez l'oignon et l'ail, puis coupez-les en quatre. Coupez le poulet et le lard en dés. Mettez le lard, l'ail et les oignons dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 12 pendant 20 s. Ajoutez le poulet et mixez 10 s. Ajoutez le persil et mixez encore 10 à 20 s. Ramenez la préparation vers le centre du robot à l'aide de la spatule entre chaque opération.
- 3 Garnissez les feuilles de chou de cette farce et repliez les feuilles sur elles-mêmes de façon à obtenir un petit paquet. Faites-les tenir avec de la ficelle alimentaire.
- 4 Faites cuire dans une poêle à l'étuvée pendant 30 min. Servez chaud avec de la sauce tomate.



## GÂTEAU À L'ORANGE

N° 277



1 ORANGE BIO • 200 g SUCRE • 10 cl HUILE D'OLIVE • 3 ŒUFS • 10 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 250 g FARINE • 15 g LEVURE CHIMIQUE

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Coupez l'orange en quartiers sans l'éplucher. Enlevez les pépins et les filaments du milieu ainsi que le pédoncule. Placez le reste, c'est à dire les quartiers avec la peau dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade.
- 3 Ajoutez le sucre, l'huile, les œufs et le lait. Mixez en vitesse 11 pendant 3 min. Lancez le programme Pâte P3 et ajoutez petit à petit la farine et la levure.
- 4 Tapissez un moule à manqué de beurre et versez-y la pâte. Enfouez pour 35 à 40 min environ. Laissez refroidir, puis servez.

**CONSEIL** - Vous pouvez l'accompagner d'une sauce au chocolat amer.





## BOUCHÉES VAPEUR AUX CREVETTES

N° 78



20 FEUILLES DE PÂTE WONTON • 200 g CHAIR DE CREVETTES CRUES • 1 PETIT OIGNON • 1 BLANC D'ŒUF • 20 g CIBOULE • 5 cl HUILE DE SÉSAME

PERSONNES 2/4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez l'oignon. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les crevettes, l'oignon, le blanc d'œuf, la ciboule et l'huile, puis mixez en vitesse 12 pendant 30 s.
- 2 Garnissez le centre de chaque feuille de pâte wonton d'un peu de farce et repliez les 4 coins vers le centre. Pincez afin de sceller les raviolis.
- 3 Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7L dans le robot. Placez la moitié des raviolis dans le panier tapissé de papier cuisson, ils ne doivent pas être entassés les uns sur les autres. Mettez le panier vapeur dans le robot et lancez le programme vapeur pour 15 min.
- 4 À la fin de la cuisson, sortez les raviolis et faites cuire les autres. Dégustez-les au fur et à mesure accompagnés de sauce soja.

**CONSEIL** - La pâte wonton se trouve en épicerie asiatique.



## DINDE AU CHORIZO

N° 178



800 g DINDE (MORCEAUX À SAUTER) • 100 g CHORIZO • 2 OIGNONS • 1 GOUSSE D'AIL • 5 cl HUILE D'OLIVE • 15 cl VIN BLANC • 250 g TOMATES PELÉES (EN CONSERVE) • 1 BRANCHE DE THYM • 1 FEUILLE DE LAURIER • 1 C. À C. DE MAÏZENA® • 20 cl BOUILLON DE POULE • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez les oignons et l'ail. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 20 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive et le vin blanc, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez les morceaux de dinde, les tomates, le thym, le laurier, le chorizo coupé en dés et la Maïzena® diluée dans le bouillon, puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min. À la fin de la cuisson, servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des pommes de terre au début de la cuisson. Le bouillon n'est pas nécessaire si les tomates sont bien juteuses.



## CLAFOUTIS RHUBARBE

N° 278



600 g RHUBARBE • 300 g SUCRE • 4 ŒUFS • 10 cl LAIT • 15 cl CRÈME LIQUIDE • 1 C. À S. D'EXTRAIT DE VANILLE • 90 g FARINE

PERSONNES 8 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 50 MIN – REPOS 40 MIN

- 1 Épluchez la rhubarbe et taillez-la en petits tronçons de 2 cm. Mettez-la dans un plat et saupoudrez de 150 g de sucre, puis laissez reposer 40 min.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les œufs, le lait, la crème, les 150 g de sucre restants et la vanille. Mixez en vitesse 10 pendant 2 min. Au bout de 30 s, ajoutez la farine par le haut du couvercle.
- 3 Versez la préparation dans un moule à manqué beurré et fariné, puis laissez reposer. Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 4 Égouttez la rhubarbe et mettez-la dans le panier vapeur. Versez de l'eau dans le bol jusqu'au niveau 0,7L et placez le panier. Lancez le programme vapeur pour 12 min à 100°C.
- 5 Quand la rhubarbe est cuite, répartissez-la sur la pâte et enfournez pour 35 min. Laissez refroidir avant de démouler.



## FÈVES AU CUMIN

N° 79



600 g FÈVES FRAÎCHES • 2 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 5 cl JUS DE CITRON • 1 C. À S. DE GRAINE DE CUMIN • 1 C. À S. DE MOUTARDE • SEL • POIVRE

PERSONNES 2/3 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7L dans la cuve du robot. Déposez les fèves dans le panier vapeur. Mettez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 2 À la fin de la cuisson, retirez la pellicule qui enveloppe les fèves.
- 3 Mettez les fèves épluchées dans un saladier et ajoutez l'huile d'olive, le citron, la moutarde et le cumin. Salez et poivrez. Mélangez, servez tiède ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les fèves par des petits pois, le jus de citron par du chèvrefris et le cumin par de la menthe. Pour une version express, utilisez des fèves pelées surgelées.



## GALETTES DE POMME DE TERRE

N° 179



500 g POMMES DE TERRE • 50 g OIGNON • 1 ŒUF + 1 JAUNE • 60 g FARINE • SEL • POIVRE • HUILE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Épluchez les pommes de terre et coupez-les en dés.
- 2 Épluchez l'oignon, coupez-le grossièrement et mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s. Réservez.
- 3 Mettez les dés de pommes de terre et 25 cl d'eau dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Lancez le programme Mijoté P1 pour 10 min.
- 4 À la fin du programme, ajoutez la farine, l'œuf, le jaune et les oignons. Salez et poivrez, puis mixez en vitesse 6 pendant 20 s. Ramenez la préparation vers le centre à l'aide de la spatule et mixez à nouveau 20 s.
- 5 Formez de petites galettes et faites-les cuire à la poêle dans un peu d'huile pendant 15 min environ en les retournant à mi-cuisson.



## CHURROS SAUCE CHOCOLAT

N° 279



30 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 200 g FARINE • 10 g LEVURE CHIMIQUE • 1 PINCÉE 3g SEL • 1 BLANC D'ŒUF • 165 g CHOCOLAT NOIR • 1 C. À C. D'ARÔME VANILLE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 25 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 15 cl de lait et 15 cl d'eau. Lancez le robot en vitesse 6 à 100°C pour 4 min. Ajoutez la farine, le blanc d'œuf, la levure et le sel, mixez en vitesse 4 pendant 30 s.
- 2 Formez des boudins en les roulant sur le plan de travail fariné, puis faites-les cuire à la friteuse. Déposez-les sur du papier absorbant.
- 3 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le chocolat en morceaux, le reste de lait et la vanille. Lancez le programme sauce à 80°C en vitesse 5 pendant 8 min. Mixez ensuite en vitesse 10 pendant 20 s. Versez dans un bol. Trempez les churros dans la sauce au chocolat et dégustez.

**CONSEIL** - L'idéal pour cette recette est d'avoir un appareil à churros qui vous permettra d'avoir des boudins de forme régulière.





## PÂTÉ MARMITE

N° 80



1 kg POITRINE DE PORC (DÉCOUENNÉE ET DÉSOSSÉE) •  
 1 OIGNON • 2 GOUSSES D'AIL • 3 cl HUILE • 10 cl VIN BLANC •  
 5 cl ARMAGNAC • 1 C. À C. D'ÉPICES RABELAIS\* (OU MÉLANGE  
 5 ÉPICES) • 17 g SEL • 3 g POIVRE

PERSONNES 12 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 2 H

- 1 Épluchez l'ail et l'oignon, puis coupez-les en quatre. Coupez la poitrine de porc en gros cubes.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon et l'ail. Mixez en Turbo pendant 15 s. Débarrassez dans un bol.
- 3 Mettez l'huile et la poitrine de porc dans le robot et mixez en vitesse 12 à 100°C pendant 30 s. Débarrassez la viande et remplacez le couteau par le mélangeur. Mettez tous les ingrédients dans le bol. Lancez le programme Mijoté P3 à 100°C pour 2 h. Au bout de 30 min de cuisson, cassez les gros morceaux de viande à l'aide de la spatule.
- 4 En fin de cuisson, placez la viande cuite dans une terrine, puis retirez une partie du gras en surface.

**CONSEIL** - Laissez suffisamment de gras pour que la terrine se tienne.



## HADDOCK À LA JULIENNE DE CAROTTE

N° 180



1 FILET DE HADDOCK (250g) • 350g CAROTTES • 3 C. À S. D'HUILE  
 D'OLIVE • 1 PINCÉE DE CURRY • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Épluchez les carottes, puis taillez-les en julienne ou en rondelles. Coupez le filet de haddock en deux.
- 2 Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7L dans la cuve du robot. Recouvrez le fond du panier vapeur de papier cuisson. Déposez-y les carottes, arrosez d'huile d'olive, de sel et de curry. Ajoutez les filets de haddock, puis déposez le panier dans le robot.
- 3 Lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 4 Saupoudrez de poivre et servez chaud.

**CONSEIL** - Le haddock va donner un goût légèrement fumé aux carottes. Vous pouvez les remplacer par du chou blanc. N'hésitez pas à goûter le haddock à cru, s'il est très salé plongez-le dans du lait pendant 2 h.



## CRAMIQUE

N° 280



13cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 10g LEVURE DE BOULANGER FRAÎCHE •  
 350g FARINE • 5g SEL • 2 ŒUFS • 60g SUCRE • 7,5g SUCRE  
 VANILLÉ • 70g BEURRE • 120g RAISINS SECS • 60g SUCRE  
 PERLÉ (FACULTATIF)

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 40 MIN – REPOS 13 H 30

- 1 La veille, dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le lait et la levure, puis faites tiédir en vitesse 5 à 35°C pendant 3 min. Ajoutez la farine, le sel, 1 œuf, le sucre, le sucre vanillé et le beurre, puis lancez le programme Pâte P2.
- 2 Après les 40 min de pousse du programme, sortez la pâte, ajoutez les raisins secs et formez une boule. Mettez-la dans un saladier, recouvrez de film alimentaire, puis laissez reposer 12 h au réfrigérateur.
- 3 Le jour même, formez 8 boules de pâte et mettez-les dans un moule à cake, elles doivent être bien serrées. Laissez reposer 1 h 30 à l'abri des courants d'air.
- 4 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Badigeonnez la brioche d'œuf battu et couvrez de sucre perlé. Enfouez pour 40 min. Laissez refroidir avant de déguster.





## PALOURDES AU CITRON N° 81



350g PALOURDES • 2 GOUSSES D'AIL • 4 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 2 C. À S. DE VIN BLANC • 1 CITRON • 5 BRINS DE CORIANDRE • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 5 MIN

- 1 Rincez les palourdes en les frottant. Épluchez les gousses d'ail, mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, puis hachez-les pendant 10s en mode Turbo.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur, puis ajoutez l'huile d'olive. Faites cuire en vitesse 3 à 130°C pendant 5min.
- 3 Au bout de 2min30, ajoutez le vin blanc. À la fin des 5 min, mettez de l'eau chaude jusqu'au niveau 0,7L. Positionnez le panier vapeur, déposez les palourdes et lancez la cuisson vapeur pour 15 min.
- 4 Au moment de servir, arrosez les palourdes de jus de citron, ajoutez la coriandre hachée et poivrez.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les palourdes par des moules, l'ail par des échalotes et la coriandre par de la ciboulette.



## RISOTTO CLASSIQUE N° 181



300g RIZ ARBORIO • 50g OIGNON BLANC • 5cl HUILE D'OLIVE • 8cl VIN BLANC • 90cl BOUILLON DE VOLAILLE • 30g PARMESAN • 15g BEURRE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement. Mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10s. Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez l'huile d'olive et lancez le programme Mijoté P1 sans le bouchon pour 7 min.
- 2 Lorsque le minuteur indique qu'il reste 4 min, ajoutez le riz. Lorsqu'il ne reste qu'1 min, ajoutez le vin blanc.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le bouillon de volaille et lancez le programme Mijoté P3 à 95°C pour 22 min avec le bouchon en petite vapeur
- 4 À la fin de la cuisson, ajoutez le parmesan et le beurre et mélangez délicatement. Rectifiez l'assaisonnement et servez sans attendre.

**CONSEIL** - Garnissez ce risotto selon vos goûts, légumes, épices, herbes...



## PAIN DE GÊNES N° 281



6 ŒUFS • 250g SUCRE • 80g BEURRE • 1 SACHET DE SUCRE VANILLÉ • 125g POUDRE D'AMANDE • 60g FARINE • 60g MAÏZENA®

PERSONNES 8 – RÉALISATION 10 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le bol du robot muni du batteur, mettez les œufs, le sucre, le beurre et le sucre vanillé. Mixez en vitesse 5 à 60°C pendant 10 min.
- 3 Après ces 10 min, ajoutez la poudre d'amande, la farine et la Maïzena®. Mixez en vitesse 5 pendant 15 s.
- 4 Versez ce mélange dans un moule à manqué beurré et fariné. Enfourez pour 40 min.
- 5 Laissez refroidir avant de démouler.

**CONSEIL** - Ce gâteau qui se déguste au moment du café peut servir de biscuit pour réaliser des entremets.



## ARANCINI CROQUETTES DE RISOTTO

N° 82



300 g RISOTTO CLASSIQUE FROID (VOIR N° 181) • 300 g VIANDE DE BŒUF • 1 OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 15 g HUILE D'OLIVE • 500 g PULPE DE TOMATES • 30 g CONCENTRÉ DE TOMATE • 1 C. À S. D'ORIGAN • 250 g MOZZARELLA • 3 ŒUFS • 100 g CHAPELURE • 100 g FARINE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 - PRÉPARATION 20 MIN - CUISSON 45 MIN

- 1 Coupez la viande en dés, mettez-la dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 12 pendant 10 s. Réservez.
- 2 Épluchez l'oignon et l'ail, coupez-les grossièrement et mettez-les dans le robot. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s. Remplacez le couteau par le mélangeur et ajoutez l'huile. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Ajoutez la viande, la pulpe, le concentré de tomate et l'origan. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 35 min. Laissez refroidir.
- 4 Coupez la mozzarella en dés de 2 cm. Mélangez 1 œuf au risotto froid et formez des boules en mettant au centre un peu de sauce et un dé de mozzarella.
- 5 Roulez chaque boule dans la farine, les œufs battus, puis dans la chapelure. Faites-les cuire à la friteuse pendant 5 min.



## SOUPE DE LÉGUMES

N° 182



2 GOUSSES D'AIL • 1 OIGNON • 250 g POMMES DE TERRE • 150 g BLANC DE POIREAU • 50 g CÉLERI BRANCHE • 250 g CAROTTES • 250 g NAVETS • 150 g LARD • 5 cl HUILE D'OLIVE • SEL

PERSONNES 4 - PRÉPARATION 5 MIN - CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez les oignons, les gousses d'ail et les pommes de terre, puis coupez-les en quatre. Lavez le blanc de poireau et le céleri, puis coupez-les en tronçons. Épluchez les carottes et les navets, puis coupez-les en cubes. Coupez le lard en lanières en dégraissant un peu.
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez l'huile d'olive. Ajoutez les oignons, l'ail, le lard et le céleri. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, remplacez le mélangeur par le couteau hachoir ultrablade. Ajoutez 80 cl d'eau, les pommes de terre, les navets, les carottes et le poireau, puis salez légèrement. Lancez le programme Soupe P2. Servez chaud.

**CONSEIL** - Pour une soupe moins épaisse, ajoutez 20 cl d'eau.



## ÉCLAIRS VANILLE

N° 282



CRÈME PÂTISSIÈRE • 2 ŒUFS • 3 JAUNES D'ŒUFS • 100 g SUCRE • 40 g FARINE • 30 g MAÏZENA® • 70 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 C. À C. DE VANILLE EN POUDRE • PÂTE À CHOU • 80 g BEURRE • 150 g FARINE • 4 ŒUFS • SEL

PERSONNES 4/6 - PRÉPARATION 15 MIN - CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Dans le robot muni du batteur, mettez les œufs et les jaunes, le sucre, la farine et la Maïzena®. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min en ajoutant le lait. Mettez le bouchon et lancez le programme crème dessert vitesse 4 à 90°C pour 12 min. Ajoutez la vanille et mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Mettez la crème dans une poche à douille. Lavez le robot.
- 2 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 25 cl d'eau, le beurre et le sel et lancez en vitesse 3 à 90°C pendant 8 min. Ajoutez la farine et mélangez en vitesse 6 pendant 2 min. Mettez la pâte dans un saladier et lavez la cuve à l'eau froide. Remettez la pâte dans le robot. Lancez en vitesse 7 et ajoutez les œufs un à un. Laissez tourner 2 min.
- 3 Couvrez une plaque de papier cuisson, mettez la pâte dans une poche à douille et formez des boudins de 12 cm. Enfourez pour 20 à 25 min.
- 4 Incisez légèrement le dessous des éclairs et garnissez-les de crème.



## ASPERGES À LA FLAMANDE

N° 83



300 g ASPERGES BLANCHES • 2 ŒUFS • 60 g BEURRE FONDU • 10 BRINS DE PERSIL PLAT • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Épluchez les asperges et coupez-les en deux.
- 2 Versez 0,7L d'eau dans la cuve du robot. Déposez les asperges et les œufs dans le panier vapeur, puis lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 3 À la fin de la cuisson, déposez les asperges sur 2 assiettes. Écalez les œufs.
- 4 Lavez la cuve, puis mettez les œufs durs, le beurre fondu et le persil dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Salez, poivrez, puis mixez en vitesse 12 pendant 10 s.
- 5 Répartissez ce mélange sur les asperges et dégustez sans attendre.

**CONSEIL** - Les asperges vertes sont plus faciles à éplucher que les asperges blanches.



## PAPILLOTES DE CABILLAUD MIEL ET CITRON CONFIT

N° 183



2 PAVÉS DE CABILLAUD (120 À 140g PIÈCE) • ¼ CITRON CONFIT • 1 C. À S. DE MIEL D'ACACIA • 1 C. À S. DE SAUCE SOJA • 1 C. À S. D'HUILE DE TOURNESOL

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Coupez le citron confit en petits dés. Mettez-les dans un bol avec le miel, la sauce soja et l'huile.
- 2 Déposez les pavés de cabillaud au milieu de 2 feuilles de papier cuisson.
- 3 Arrosez-les de marinade et fermez les papillotes.
- 4 Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7L dans la cuve du robot. Déposez les papillotes dans le panier vapeur. Mettez le panier dans le robot, lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 5 À la fin de la cuisson, dégustez aussitôt avec du riz.

**CONSEIL** - Ne salez pas votre poisson, les citrons qui sont confits dans le sel le sont déjà.



## ŒUFS À LA NEIGE PORTUGAIS

N° 283



6 ŒUFS • 130 g SUCRE • 50 cl LAIT • 1 C. À C. DE VANILLE LIQUIDE • 2 C. À C. DE CANNELLE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes et 80 g de sucre, puis mixez en vitesse 6 pendant 1 min. Après 30 s, ajoutez le lait, 1 c. à c. de cannelle et la vanille.
- 2 Lancez le programme crème dessert à 85°C en vitesse 4 pour 12 min.
- 3 À la fin de la cuisson, laissez refroidir la crème dans un bol.
- 4 Lavez la cuve du robot. Dans le robot muni du batteur, mettez les blancs d'œufs avec les 50 g de sucre restants et faites-les monter en vitesse 7 à 70°C pendant 6 min 30. Dès la sonnerie, formez des boules de blancs d'œufs à l'aide d'une cuillère et laissez-les s'égoutter 10 min sur du papier absorbant.
- 5 Mettez les blancs en neige dans un plat et recouvrez-les de crème. Saupoudrez de cannelle et servez froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la vanille par du citron.





## CALDO VERDE

N° 84



400 g POMMES DE TERRE • 2 GOUSSES D'AIL • 80 g CHORIZO DOUX • 180 g CHOU VERT • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez les pommes de terre et les gousses d'ail, puis coupez-les en dés. Coupez le chorizo en petits morceaux. Lavez le chou, ôtez les feuilles extérieures et coupez le reste en lanières.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les ingrédients, ajoutez 80 cl d'eau et salez légèrement. Lancez le programme Soupe P2.
- 3 Servez chaud.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le chorizo par du lard ou de la pancetta.



## PAPILLOTES LIEU JAUNE ET GIROLLES

N° 184



2 PAVÉS DE LIEU JAUNE (120 À 140 g PIÈCE) • 250 g GIROLLES • 10 g MOUTARDE • 5 BRINS D'ESTRAGON • 1 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Nettoyez les champignons, puis taillez-les en lamelles. Déposez-les au milieu de 2 feuilles de papier cuisson. Enduisez les filets de poisson de moutarde, puis déposez-les sur les champignons. Ajoutez les brins d'estragon et l'huile d'olive. Salez et poivrez. Refermez les papillotes.
- 2 Versez de l'eau jusqu'au niveau 0,7L dans la cuve du robot. Déposez les papillotes dans le panier vapeur, puis mettez-le dans le robot. Lancez le programme vapeur pour 15 min.
- 3 À la fin de la cuisson, dégustez aussitôt avec du riz.

**CONSEIL** - Les girolles peuvent rendre de l'eau pendant la cuisson, ne vous en inquiétez pas. Vous pouvez remplacer les girolles par des tomates.



## GAUFRES DE LIÈGE

N° 284



13,5 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 35 g LEVURE FRAÎCHE DE BOULANGER • 2 CEUFS • 375 g FARINE • 5 g SEL • 250 g SUCRE • 15 g SUCRE VANILLÉ • 200 g BEURRE COUPÉ MOU • 250 g SUCRE PERLÉ

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN – REPOS 30 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le lait et la levure. Faites tiédir en vitesse 3 à 35°C pendant 3 min. Ajoutez les œufs, la farine, le sel, le sucre, le sucre vanillé et le beurre, puis lancez le programme Pâte P2 pour 3 min.
- 2 À la fin du programme, sortez la pâte et incorporez le sucre perlé. Laissez reposer 30 min dans un saladier recouvert d'un torchon.
- 3 Préchauffez le gaufrier. Prélevez une boule de pâte et placez-la dans le gaufrier, faites cuire pendant 7 min environ. Recommencez jusqu'à épuisement de la pâte.

**CONSEIL** - La pâte des gaufres de Liège est très compacte, ne soyez pas étonnés.



## CREVETTES SAUCE COCKTAIL — N° 85



350 g CREVETTES ROSES (CUITES) DÉCORTIQUÉES • 1 JAUNE D'ŒUF • 1 C. À C. DE MOUTARDE • 1 C. À C. DE VINAIGRE BLANC • 1 C. À S. DE KETCHUP • 1 C. À S. DE COGNAC • QUELQUES GOUTTES DE TABASCO® • 25 cl HUILE NEUTRE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du batteur, mettez le jaune d'œuf, la moutarde et le vinaigre. Salez et poivrez. Lancez le robot en vitesse 6 et versez progressivement l'huile.
- 2 Une fois que la mayonnaise est montée, ajoutez le ketchup et le Tabasco®, puis faites encore tourner 1 min.
- 3 Servez la sauce avec les crevettes.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le ketchup par du concentré de tomate.



## PAVÉ DE SAUMON AU PESTO — N° 185



2 PAVÉS SAUMON DE 125 g CHACUN • 50 g PESTO (VOIR N° 57)

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Tartinez chaque pavé de saumon de pesto.
- 2 Versez 0,7 L d'eau dans la cuve du robot. Recouvrez le fond du panier vapeur de papier cuisson et déposez-y le poisson. Mettez le panier dans le robot.
- 3 Lancez le programme vapeur pour 15 min.
- 4 À la fin de la cuisson, dégustez aussitôt.

**CONSEIL** - Vous pouvez également les faire cuire avec un peu de jus de citron et quelques brins d'aneth.



## NATILLAS — N° 285



6 JAUNES D'ŒUFS • 80 g SUCRE • 50 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 C. À C. DE VANILLE LIQUIDE • 1 C. À C. DE CANNELLE EN POUDRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes d'œufs et le sucre. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min. Au bout de 30 s, ajoutez le lait et la vanille. Lancez le programme crème dessert à 70°C en vitesse 6 pour 5 min.
- 3 À la fin de la cuisson, versez la crème dans des ramequins, déposez-les dans un bain-marie et enfournez pour 25 min. Saupoudrez de cannelle et servez.

**CONSEIL** - Servez cette crème avec du caramel ou un coulis de fruits.



## CROQUETTES DE CREVETTES GRISES

N° 86



200 g CREVETTES GRISES DÉCORTIQUÉES • 30 g FARINE • 30 g BEURRE • 20 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 3 ŒUFS • CHAPELURE • HUILE DE FRITURE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 20 MIN – REPOS 2 H

- 1 Dans le robot muni du batteur, mettez la farine et le lait. Salez et poivrez, puis mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Ajoutez le beurre et lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 8 min.
- 2 À la fin du programme, remplacez le batteur par le couteau hachoir ultrablade, ajoutez 1 œuf battu et les crevettes, puis mixez en vitesse 9 pendant 30 s. Si le mélange n'est pas homogène mixez 30 s. Laissez reposer la pâte au moins 2 h au frais.
- 3 Farinez votre plan de travail et formez des quenelles avec la préparation. Trempez-les dans les œufs battus restants, puis dans la chapelure. Recommencez cette opération une seconde fois.
- 4 Faites chauffer une friteuse. Plongez les croquettes dans l'huile brûlante et faites cuire chaque croquette 1 à 2 min. Placez les sur du papier absorbant pour retirer l'excédent de gras. Servez immédiatement.



## POULET, CAROTTES ET CORIANDRE

N° 186



2 BLANCS DE POULET • 280 g CAROTTES • LE ZESTE DE 1/2 ORANGE • 10 BRINS DE CORIANDRE • 2 PINCÉES DE SEL • 1 FILET D'HUILE D'OLIVE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Épluchez les carottes et coupez-les en lanières à l'aide d'un économe. Coupez les escalopes de poulet en lanières. Lavez la coriandre et hachez-la.
- 2 Mettez les carottes, le poulet, le zeste d'orange et la moitié du bouquet de coriandre dans un saladier.
- 3 Versez 0,7 L d'eau dans la cuve du robot. Déposez le mélange poulet/carottes dans le panier vapeur. Mettez le panier dans le robot et lancez le programme vapeur pour 20 min.
- 4 À la fin de la cuisson, saupoudrez de la coriandre restante, salez, arrosez d'huile d'olive et servez avec du riz.

**CONSEIL** - Le zeste d'orange peut être remplacé par du citron. Vous pouvez alors ajouter quelques olives vertes.



## PANELLETS

N° 286



350 g AMANDES • 3 ŒUFS • 350 g SUCRE • 200 g PIGNONS DE PIN

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th 6). Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les amandes, puis mixez en vitesse 12 pendant 40 s. Réservez.
- 2 Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Mettez les blancs dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser. Mixez en vitesse 6 pendant 40 s.
- 3 Ajoutez la poudre d'amande et le sucre, puis mixez en vitesse 8 pendant 30 s. Ramenez la préparation au centre du robot avec une spatule et mixez à nouveau 20 à 30 s.
- 4 Mélangez les jaunes d'œufs aux pignons. Formez de petites boules de pâtes et roulez-les dans le mélange jaune et pignons. Déposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson. Enfournez pour 10 à 15 min. Dégustez froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les blancs d'œufs par 100 g de purée de patate douce.





## EMPANADAS

N° 87



2 PÂTES BRISÉES (VOIR P. 14) • 50 g COURGETTE • 100 g POIVRON ROUGE • 40 g OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 5 cl HUILE D'OLIVE • 10 g CONCENTRÉ DE TOMATE • 15 cl BOUILLON DE LÉGUMES • 150 g THON • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 55 MIN

- 1 Préchauffez le four 180°C (th. 6). Coupez la courgette et le poivron en dés. Épluchez l'oignon et l'ail, coupez-les grossièrement, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s, puis ajoutez l'huile d'olive. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 2 Ajoutez les dés de courgette et de poivron, le concentré de tomate et le bouillon. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 95°C pour 20 min. À la fin de la cuisson, ajoutez le thon et mixez en vitesse 4 pendant 30 s.
- 3 Étalez la pâte et détaillez des disques à l'aide d'un large verre. Garnissez la moitié de la surface de farce, pliez la pâte pour former un chausson, puis pincez les bords. Déposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson, puis enfournez pour 30 min. Servez chaud ou froid.

**CONSEIL** - Dorez les chaussons au jaune d'œuf.



## CHICONS AU GRATIN

N° 187



3 ENDIVES • 40 g FARINE • 40 g BEURRE MOU • 40 cl LAIT • 200 g FROMAGE RÂPÉ • 3 TRANCHES DE JAMBON BLANC

PERSONNES 3 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 1 H

- 1 Préchauffez le four à 210°C (th. 7). Dans le robot muni du batteur, mettez la farine et le lait, salez et poivrez. Mixez en vitesse 7 pendant 1 min. Ajoutez le beurre et lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 8 min. Ajoutez 50 g de fromage râpé et mélangez en vitesse 5 pendant 30 s. Réservez et nettoyez le robot.
- 2 Versez 0,7 L d'eau dans la cuve du robot, mettez les endives dans le panier vapeur, puis lancez le programme vapeur pour 30 min.
- 3 Enroulez chaque endive dans une tranche de jambon et déposez-les dans un plat à gratin. Recouvrez de la sauce béchamel et répartissez le fromage restant sur les endives. Poivrez.
- 4 Enfourez pour 15 min environ. Servez chaud.

**CONSEIL** - Pour une recette plus chic, remplacez le jambon blanc par du jambon cru et saupoudrez de 30 g de noix.



## PUDDING

N° 287



300 g PAIN RASSIS (BAGUETTE) • 5 JAUNES D'ŒUFS • 80 g SUCRE • 50 cl LAIT • 1 C. À C. DE VANILLE LIQUIDE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 30 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Coupez le pain en petits morceaux.
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes d'œufs et le sucre. Mixez en vitesse 6 pendant 1 min en ajoutant le lait et la vanille.
- 3 Ajoutez ensuite le pain et mélangez à l'aide d'une spatule, il doit être bien imprégné.
- 4 Versez la préparation dans un plat à gratin, tassez bien, puis enfournez pour 30 min. Dégustez tiède.

**CONSEIL** - Ajoutez des fruits de saison : des fruits rouges au printemps, des abricots en été, des pommes ou des figues en automne, des fruits secs en hiver... Voilà une jolie façon de recycler le pain rassis.



## TRUITE SAUMONÉE AU VERT — N° 88



1 kg FILET DE TRUITE SAUMONÉE • 100 g ÉPINARDS • 100 g OSEILLE • 20 g PERSIL • 20 g ESTRAGON • 10 g SAUGE • 10 g MENTHE • 10 cl BOUILLON DE LÉGUMES • 25 g BEURRE • 10 cl CRÈME FRAÎCHE ÉPAISSE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 16 MIN

- 1 Faites cuire le filet de truite saumonée à la vapeur ou dans un court-bouillon.
- 2 Lavez et hachez grossièrement les épinards, l'oseille et les herbes. Mettez-les avec le bouillon de légumes dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Lancez le programme sauce en vitesse 4 à 90°C pour 8 min.
- 3 Lorsque les herbes sont cuites, ajoutez la crème, le beurre et salez. Relancez le programme sauce en vitesse 8 à 95°C pour 8 min.
- 4 Servez chaud sur la truite.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter plus d'épinards à la place de l'oseille si vous n'aimez pas son goût âcre. Et remplacer la truite saumonée par du saumon.



## ROULADE DE POULET FARCI — N° 188



2 BLANCS DE POULET • 80 g MOZZARELLA • 4 TOMATES SÉCHÉES • 8 FEUILLES DE BASILIC

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Coupez la mozzarella et les tomates séchées en petits dés. Ciselez les feuilles de basilic. Déposez chacune des escalopes de poulet sur une feuille de film alimentaire. Garnissez chaque escalope avec des dés de mozzarella et de tomates séchées, puis ajoutez du basilic. Salez et poivrez, puis roulez chaque escalope dans le film alimentaire afin d'obtenir un boudin.
- 2 Versez 0,7 L d'eau dans le robot. Mettez le panier vapeur sur le robot, puis déposez-y les boudins enroulés de film alimentaire. Lancez le programme vapeur pendant 20 min.
- 3 À la fin de la cuisson, dégustez aussitôt avec des pâtes.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer les tomates séchées par des champignons et la mozzarella par du fromage frais.



## ROSQUILLAS BEIGNETS ESPAGNOLS — N° 288



5 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 11 g LEVURE CHIMIQUE • 350 g FARINE • 80 g SUCRE • 1 ŒUF • 5 cl HUILE OLIVE • 5 cl LIQUEUR D'ANIS • SUCRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Mettez tous les ingrédients dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, puis lancez le programme Pâte P2.
- 2 Formez de fins cercles de pâte et soudez-les afin d'obtenir des anneaux de 5 cm de diamètre.
- 3 Faites-les cuire quelques minutes à la friteuse, les beignets doivent être bien dorés. Saupoudrez-les de sucre avant de servir.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter le zeste de 1 citron à cette recette.





## POMMES DE TERRES SAUCE PIQUANTE N° 89



2 GOUSSES D'AIL • 200g POIVRON ROUGE • 15g HUILE D'OLIVE • 1 C. À S. DE VINAIGRE DE VIN • 1 C. À C. DE CUMIN • 2 C. À S. DE PIMENT D'ESPELETTE • 700g PETITES POMMES DE TERRE • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez les gousses d'ail et le poivron, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Ajoutez l'huile, le vinaigre et 1 pincée de sel. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le cumin et le piment d'Espelette, puis mixez en vitesse 10 pendant 1 min. Réservez dans un récipient et nettoyez le robot.
- 4 Lavez les pommes de terre, puis mettez-les dans le robot sans accessoire avec 1 pincée de sel et couvrez d'eau à hauteur. Faites cuire à 100°C pendant 30 min. Retirez l'eau et relancez pour 2 min à 100°C.
- 5 Servez les pommes de terre recouvertes de sauce.

**CONSEIL** - Cette sauce se déguste aussi froide.



## TAGLIATELLES DE LÉGUMES N° 189



200g CAROTTES • 100g PANAIS • 50g JAMBON FUMÉ • 20g PARMESAN RÂPÉ • 5cl CRÈME LÉGÈRE • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Épluchez les carottes et les panais, puis coupez-les en lanières à l'aide d'un économe.
- 2 Versez 0,7L d'eau dans le robot. Déposez les légumes dans le panier, puis mettez-le dans le robot. Lancez le programme vapeur pour 15 min.
- 3 Coupez le jambon en allumettes. Mettez le jambon, le parmesan et la crème dans un saladier, poivrez et mélangez bien.
- 4 À la fin de la cuisson, déposez les tagliatelles de légumes dans le saladier et mélangez. Servez immédiatement.

**CONSEIL** - Le panais est un légume d'hiver, remplacez-le à la belle saison par de la courgette et remplacez la sauce par du pesto (n°57).



## GÂTEAU BRIOCHÉ DE NOËL N° 289



15cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 25g LEVURE DE BOULANGER FRAÎCHE • 2 ŒUFS • 350g FARINE BLANCHE • 100g POUDRE D'AMANDE • 5g SEL • 50g SUCRE • 100g BEURRE MOU EN MORCEAUX • 120g FRUITS SECS (ÉCORCES D'ORANGE, RAISINS SECS) • SUCRE GLACE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 45 MIN – REPOS 2h30

- 1 Mettez le lait et la levure dans le robot muni du couteau pour pétrir/ concasser et faites tiédir en vitesse 5 à 35°C pendant 3 min. Ajoutez 1 œuf, la farine, la poudre d'amande, le sel, le sucre et le beurre, puis lancez le programme Pâte P2.
- 2 Après les 40 min de pousse du programme, sortez la pâte, ajoutez les fruits secs et formez un boudin. Mettez-le sur une plaque couverte de papier cuisson et laissez reposer 1 h 30 à l'abri des courants d'air.
- 3 Formez 8 boules de pâte et mettez-les dans un moule à cake, elles doivent être bien serrées. Laissez reposer 1 h à l'abri des courants d'air.
- 4 Préchauffez le four à 180°C (th. 6). Badigeonnez la brioche d'œuf battu et couvrez de sucre perlé. Enfourez pour 45 min. Laissez refroidir. Saupoudrez de sucre glace avant de déguster.





## CROQUETTES DE MORUE PORTUGAISES

N° 90



300g POMMES DE TERRE • 250g MORUE DESSALÉE • ½ BOUQUET DE PERSIL PLAT • 1 GOUSSE D'AIL • 2 ŒUFS • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez les pommes de terre et coupez-les en dés. Versez 0,7L d'eau dans la cuve et mettez les pommes de terre dans le panier vapeur. Lancez le programme vapeur pour 30 min. À la fin de la cuisson, mettez les pommes de terre dans un saladier et videz le robot.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez la morue et mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Épluchez la gousse d'ail et effeuillez le persil, puis ajoutez-les dans la cuve. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Ajoutez les œufs et mixez 10 s.
- 3 Versez ce mélange sur les pommes de terre et écrasez à la fourchette. Poivrez, mélangez, puis laissez reposer 2 h au frais.
- 4 Formez des petites boules à l'aide d'une cuillère et faites-les cuire dans une friteuse pendant 5 à 10 min. Servez immédiatement.

**CONSEIL** - Si besoin, vous pouvez détendre la pâte avec 5 cl de lait.



## MORUE AU PIL PIL

N° 190



4 PAVÉS DE MORUE DESSALÉS DE 150g CHACUN • 8 GOUSSES D'AIL • 20 cl HUILE D'OLIVE • 2 PIMENTS OISEAU

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Épluchez les gousses d'ail, mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile, la morue et les piments. Lancez le programme Mijoté P2 à 90°C pour 20 min.
- 3 Servez chaud.

**CONSEIL** - Laissez les piments entiers, ils seront plus faciles à retirer lors de la dégustation.



## GÂTEAU DE SEMOULE

N° 290



75 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 150g SEMOULE FINE • 125g SUCRE • 1 PINCÉE DE SEL • 3 ŒUFS • 15 cl CRÈME FRAÎCHE • 125g RAISINS SECS

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez le lait, la semoule, le sucre et le sel. Lancez le programme dessert en vitesse 4 à 90°C pour 10 min. Versez la préparation dans un saladier pour qu'elle refroidisse. Lavez le bol du robot.
- 3 Mettez les œufs battus et la crème fraîche dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser. Mixez en vitesse 6 pendant 30 à 40 s.
- 4 Versez cette préparation sur la semoule, ajoutez les raisins secs et mélangez à l'aide d'une spatule. Versez dans un moule à manqué de taille standard et enfournez pour 30 à 35 min. Dégustez tiède ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 5 cl de rhum et du zeste d'orange confit.



## QUICHE AU FROMAGE DE MAREDSOUS

N° 91



200 g FROMAGE DE MAREDSOUS EN TRANCHES • 1 PÂTE BRISÉE (VOIR P. 14) • 200 g POITRINE DE PORC FUMÉE • 3 ŒUFS • 2 JAUNES D'ŒUFS • 25 cl CRÈME FRAÎCHE ÉPAISSE • NOIX DE MUSCADE MOULUE • SEL • POIVRE NOIR

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 35 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Coupez la poitrine fumée en lanières et mettez-la dans le robot muni du mélangeur. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min. Débarrassez la poitrine sur du papier absorbant et lavez le robot.
- 3 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les œufs et les jaunes battus, la crème fraîche et la noix de muscade. Salez et poivrez, puis mixez en vitesse 7 pendant 1 min.
- 4 Répartissez la poitrine sur le fond de tarte, versez le mélange crème/œufs et couvrez avec les tranches de fromage. Enfournez pour 30 min environ. Servez tiède ou froid.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le Maredsous par du Maroilles.



## GRATIN DE MORUE

N° 191



400 g MORUE CUITE • 1 OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 30 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 10 BRANCHES DE PERSIL PLAT • 800 g POMME DE TERRE • 30 g BEURRE • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Préchauffez le four à 220°C (th. 7). Épluchez et coupez grossièrement l'oignon et l'ail. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 12 pendant 10 s.
- 2 Ajoutez la morue, 10 cl de lait et le persil, puis mixez en vitesse 12 pendant 20 s. Ramenez la préparation vers le centre et mixez 10 s. Beurrez un plat à gratin et versez-y la préparation.
- 3 Nettoyez le robot. Épluchez les pommes de terre, coupez-les en gros dés et mettez-les dans le panier vapeur. Versez 0,7 L d'eau dans le robot, puis lancez le programme vapeur pour 30 min.
- 4 Videz l'eau. Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez les pommes de terre cuites, le beurre et le lait restant puis mixez en vitesse 6 pendant 1 min 30. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement selon vos goûts. Versez cette purée sur la morue, puis enfournez pour 15 à 20 min.



## PANCAKES

N° 291



250 g FARINE • 30 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 3 ŒUFS • 30 g SUCRE • 1 SACHET DE LEVURE CHIMIQUE • SEL

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le lait, les œufs, le sucre et le sel. Mélangez en vitesse 10 pendant 30 s. Ajoutez la levure et la farine petit à petit par l'orifice du couvercle, toujours en vitesse 10.
- 2 Faites chauffer une poêle légèrement huilée à feu vif, versez des petits tas de pâte et faites cuire les pancakes 5 min en les retournant à mi-cuisson.
- 3 Renouvelez l'opération jusqu'à épuisement de la pâte.

**CONSEIL** - Vous pouvez servir ces pancakes au petit-déjeuner avec des fruits frais.



## SALADE DE POULPE

N° 92



500 g POULPE • 150 g OIGNONS • 120 g POIVRON VERT • 100 g TOMATES • 10 cl HUILE D'OLIVE • 10 cl CITRON VERT • 20 g PERSIL • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 30 MIN – REPOS 2 H

- 1 Faites cuire le poulpe pendant 30 min dans une casserole de 2 L d'eau bouillante.
- 2 Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement ainsi que le poivron et la tomate. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez-les avec l'huile d'olive, le citron vert et le persil. Salez et poivrez, puis mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Vous pouvez mixer à nouveau si besoin.
- 3 Coupez le poulpe en dés et mettez-le dans un plat. Versez la sauce et mélangez bien. Réservez au frais au moins 2 h, puis dégustez.

**CONSEIL** - Plus vous ferez mariner votre poulpe, plus il s'imprénera de la sauce.



## ROUGAIL SAUCISSES

N° 192



4 SAUCISSES DE 150 g • 1 OIGNON • 70 g GINGEMBRE • 2 GOUSSES D'AIL • 5 cl HUILE • 400 g PULPE DE TOMATES • 20 cl BOUILLON DE VOLAILLE • 2 PIMENTS SÉCHÉS • 150 g RIZ THAÏ

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Épluchez l'oignon, le gingembre et les gousses d'ail. Coupez-les grossièrement et mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 20 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur et ajoutez l'huile. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Coupez les saucisses en six. À la fin du programme, ajoutez les saucisses, la pulpe de tomates, le bouillon de volaille, les piments, salez et poivrez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 20 min.
- 4 À la fin du programme, ajoutez le riz et 50 cl d'eau, puis relancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 15 min. Servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 1 c. à c. de curry.



## SMOOTHIE BANANE LAIT DE COCO

N° 292



250 g BANANE • 25 cl LAIT DE COCO • 1 YAOURT BRASSÉ (TYPE BULGARE)

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN

- 1 Épluchez la banane et coupez-la en rondelles.
- 2 Mettez-les dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser. Ajoutez le lait de coco et le yaourt, puis mixez en vitesse 12 pendant 1 min. Si besoin rabattez la préparation avec une spatule et mixez à nouveau pendant 30 s.
- 3 Servez frais.

**CONSEIL** - Pour un milk shake très frais, vous pouvez ajouter 2 glaçons en même temps que le lait. Cette boisson est également réalisable avec du lait et un yaourt au soja.





## SALADE DE FRUITS DE MER N° 93



150g CREVETTES CRUES • 400g MOULES • 50g OIGNON • 50g POIVRON ROUGE • 50g TOMATE • 10cl HUILE D'OLIVE • 2cl VINAIGRE DE XÉRÈS • SEL • POIVRE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Versez 0,7L d'eau dans la cuve du robot. Mettez les crevettes et les moules dans le panier vapeur, puis déposez-le dans le robot. Lancez le programme vapeur pour 15 min. À la fin de la cuisson, videz le robot.
- 2 Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement avec le poivron et la tomate. Mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Ajoutez l'huile d'olive et le vinaigre, salez et poivrez, puis mixez en vitesse 11 pendant 10s. Vous pouvez mixer à nouveau si vous souhaitez une consistance plus compacte.
- 3 Déposez les crevettes dans un plat, décortiquez les moules et ajoutez-les. Recouvrez de sauce et servez frais.

**CONSEIL** - Vous pouvez varier les fruits de mer en fonction de l'arrivage du marché : langoustines, palourdes, praires...



## BOULETTES ALLEMANDES N° 193



100g PAIN • 10cl LAIT • 70g OIGNON • 250g VEAU (ÉPAULE) • 250g PORC (ÉCHINE) • 1 JAUNE D'ŒUF • 5g ORIGAN • 30g FARINE • 30g BEURRE • 10cl VIN BLANC • 20cl BOUILLON • 10cl CRÈME FRAÎCHE • SEL • POIVRE

PERSONNES 6/8 – PRÉPARATION 20 MIN – CUISSON 20 MIN – REPOS 30 MIN

- 1 Faites tremper le pain dans le lait. Épluchez l'oignon et coupez les viandes en dés. Dans le robot muni du couteau ultrablade, mettez l'échine et mixez en vitesse 12 pendant 20s. Débarrassez dans un saladier. Mettez les oignons et le veau dans le robot, puis mixez en vitesse 12 pendant 20s. Ajoutez l'échine mixée, l'origan, le pain, salez et poivrez, puis mixez en vitesse 12 pendant 20s. Versez le contenu de la cuve dans un saladier. Intégrez le jaune d'œuf à la préparation. Formez des boulettes et mettez-les au frais 30min.
- 2 Lavez le robot et mettez le batteur. Ajoutez la farine, le beurre, le vin blanc et le bouillon, salez et poivrez, puis mixez en vitesse 7 pendant 30s. Lancez le programme sauce à 90°C en vitesse 4 pour 5min. Ajoutez la crème 2min avant la fin de la cuisson. Mixez en vitesse 4 pendant 20s.
- 3 Faites cuire les boulettes dans une grande quantité de bouillon et servez-les avec la sauce.



## TRUFFES FACILES N° 293



200g CHOCOLAT NOIR • 100g BEURRE DEMI-SEL • 15g SUCRE GLACE • 80g CACAO

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN – REPOS 1 H

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez le beurre et le chocolat en morceaux. Réglez le robot en vitesse 3 à 45°C pendant 10min. Ajoutez le sucre glace et mélangez en vitesse 8 pendant 20s.
- 2 Mettez la préparation obtenue dans un plat, couvrez de film alimentaire. Laissez reposer au réfrigérateur pendant au moins 1h.
- 3 Mettez le cacao dans une assiette et prélevez un peu de pâte à l'aide d'une petite cuillère. Formez une boule dans vos mains et roulez-la dans le cacao. Recommencez l'opération jusqu'à épuisement de la préparation.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter 2 c. à c. d'alcool dans la préparation. Les truffles se conservent très bien quelques jours au réfrigérateur.



## SOPA JULIANA

N° 94



200g POMMES DE TERRE • 2 GOUSSES D'AIL • 1 OIGNON • 200g CAROTTES • 50g BLANC DE POIREAU • 250g COURGETTE • 100g HARICOTS VERTS PLATS • 100g POTIRON • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez les gousses d'ail, l'oignon, les pommes de terre, les carottes et le potiron, puis coupez-les en quatre. Lavez le blanc de poireau et la courgette, puis coupez-les en tronçons. Coupez les haricots plats.
- 2 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez tous les ingrédients. Ajoutez 80 cl d'eau et salez légèrement. Lancez le programme Soupe P2.
- 3 Servez chaud.

**CONSEIL** - Ajoutez du lard à la soupe pour en faire un plat complet.



## CARBONADE FLAMANDE

N° 194



800g MACREUSE DE BŒUF • 3 OIGNONS • 2 GOUSSES D'AIL • 5cl HUILE • 150g LARDONS • 15g MAÏZENA® • 15cl BOUILLON DE BŒUF • 70cl BIÈRE BRUNE • 30g PAIN D'ÉPICES • 10 BAIES ROSES • 1 BOUQUET GARNI

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 2 H 10

- 1 Épluchez l'oignon et l'ail, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 12 pendant 30 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile et les lardons, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 10 min.
- 3 Pendant ce temps, diluez la Maïzena® dans le bouillon. À la fin du programme, ajoutez le bouillon, la bière, la viande, le pain d'épices, les baies roses et le bouquet garni. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 2 h.
- 4 Dégustez chaud avec des pommes vapeur ou des tagliatelles.

**CONSEIL** - Vous pouvez également ajouter 20 à 30g de vergeoise pour une saveur plus sucrée.



## GELÉE DE POIRE

N° 294



50cl JUS DE POIRE • 150g SUCRE • ½ C. À C. D'AGAR AGAR

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 20 MIN

- 1 Dans le robot muni du mélangeur, mettez tous les ingrédients.
- 2 Lancez le programme dessert en vitesse 3 à 105°C pour 20 min, avec le bouchon en position grande vapeur.
- 3 Versez la préparation dans des contenants stérilisés.

**CONSEIL** - L'agar-agar permet de diminuer la quantité de sucre employé dans la confiture.





## SOUPE DE POULET AUX VERMICELLES

N° 95



PERSONNES 4/6 - PRÉPARATION 10 MIN - CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez les légumes et coupez-les en petits dés. Épluchez les oignons et l'ail, coupez-les grossièrement, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez en vitesse 11 pendant 30 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez le beurre, l'huile, les carottes et le céleri. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 4 min.
- 3 Ajoutez alors 1 L d'eau, le poulet et les pommes de terre, la coriandre et le gingembre. Salez et poivrez, puis lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 40 min. 5 min avant la fin de la cuisson, ajoutez les vermicelles.
- 4 Servez chaud avec les feuilles de persil.

300 g POULET (CUISSÉS) • 150 g POMMES DE TERRE • 150 g CAROTTE • 100 g CÉLERI BRANCHE • 60 g OIGNON • 2 GOUSSES D'AIL • 30 g BEURRE • 2 C. À S. D'HUILE • 100 g VERMICELLES • 20 g PERSIL PLAT • 1 C. À C. DE GINGEMBRE EN POUDRE • 1 C. À C. DE CORIANDRE EN POUDRE • SEL ET POIVRE



## POT-AU-FEU PORTUGAIS

N° 195



PERSONNES 4/6 - PRÉPARATION 15 MIN - CUISSON 45 MIN

- 1 Coupez le porc en morceaux. Épluchez les légumes et coupez-les grossièrement.
- 2 Dans le robot muni du mélangeur, mettez 1 L d'eau, la viande, les travers de porc, la saucisse et les légumes.
- 3 Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min.
- 4 À la fin de la cuisson, filtrez le bouillon et servez.

300 g PORC (ÉCHINE DE PORC DÉOSSÉE) • 1 SAUCISSE PORTUGAISE • 150 g TRAVERS DE PORC • 100 g CHOU VERT • 100 g CAROTTES • 100 g NAVETS • 200 g POMMES DE TERRE



## CHUTNEY DE MANGUE

N° 295



PERSONNES 4 - PRÉPARATION 10 MIN - CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et l'ail, coupez-les grossièrement, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Ajoutez les autres ingrédients et mixez en vitesse 6 pendant 10 s. Lancez le programme Mijoté P2 à 100°C pour 45 min sans le bouchon.
- 3 Versez la préparation dans des bocaux stérilisés.

**CONSEIL** - Il se conserve plusieurs mois au réfrigérateur. Consommez-le avec du fromage, il s'accorde très bien avec les chèvres ou les pâtes persillées.

600 g MANGUE • 60 g OIGNON ROUGE • 2 GOUSSES D'AIL • 100 g RAISINS SECS • 12 cl VINAIGRE BLANC • 200 g SUCRE ROUX • 3 g SEL • ½ C. À C. DE GINGEMBRE EN POUDRE • ½ C. À C. DE CURRY





## QUENELLES AUTRICHIENNES — N° 96



400 g PAIN RASSIS (BAGUETTE) • 30 cl LAIT • 50 g OIGNON • 5 cl HUILE • 20 g PERSIL CISELÉ • 100 g CHAPELURE

PERSONNES 2 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 30 MIN – REPOS 2-3 H

- 1 Coupez le pain en petits morceaux de 1 cm, mettez-le dans un saladier et couvrez de lait. Laissez reposer 10 min.
- 2 Épluchez l'oignon et coupez-le grossièrement. Mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez en vitesse 11 pendant 10 s. Remplacez le couteau par le mélangeur et ajoutez l'huile. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 Remettez le couteau hachoir ultrablade, ajoutez le pain et le lait, puis mixez en vitesse 6 pendant 30 s. Ajoutez la chapelure et le persil et mixez 10 s supplémentaires. Mettez la préparation dans un saladier, couvrez et laissez reposer 2-3 h au réfrigérateur.
- 4 Formez des quenelles de 4 cm de diamètre. Versez 1,5 L d'eau salée dans la cuve du robot sans accessoire et faites chauffer à 100°C pendant 25 min. Au bout de 5 min ouvrez le couvercle et plongez délicatement les quenelles dans le robot.



## MIJOTÉ ESPAGNOL AU CHORIZO — N° 196



400 g HARICOTS BLANCS SECS • 2 CHORIZOS IBÉRIQUES DOUX (150 g) • 2 BOUDINS NOIRS (150 g) • 200 g PALETTE IBÉRIQUE EN MORCEAUX (OPTIONNEL) • 200 g POITRINE DE LARD (TOCINO) • 5 TOMATES • 2 cl HUILE D'OLIVE • 50 cl BOUILLON DE VOLAILLE • 1 OIGNON • 3 GOUSSES D'AIL SANS ÉPLUCHER

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 1 h 55 – REPOS 12 H

- 1 Faites tremper la palette et la poitrine pendant 12 h afin de les dessaler. Dans un autre bol, faites tremper les haricots secs dans l'eau pendant 12 h afin de les réhydrater.
- 2 Épluchez l'oignon, coupez-le en morceaux et mettez-le dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Mixez 10 s en vitesse 11. Remplacez le couteau par le mélangeur et ajoutez les tomates coupées en quatre et l'huile. Lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 10 min.
- 3 Ajoutez le reste des ingrédients et lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 1 h 45.
- 4 Dégustez chaud.

**CONSEIL** - Ce plat est meilleur le lendemain et supporte très bien la congélation.



## PÂTE À TARTINER À LA NOISETTE — N° 296



100 g BEURRE DEMI-SEL • 80 g CHOCOLAT NOIR • 120 g CHOCOLAT AU LAIT • 20 cl LAIT CONCENTRÉ SUCRÉ • 60 g PURÉE DE NOISETTE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du mélangeur, mettez le beurre et mixez en vitesse 3 à 70°C pendant 3 min.
- 2 Ajoutez les carrés de chocolats et faites fondre en vitesse 3 à 45°C pendant 5 min.
- 3 Remplacez le mélangeur par le couteau pour pétrir/concasser. Ajoutez le lait concentré et la purée de noisette, puis mixez en vitesse 7 pendant 30 s.
- 4 Mettez la préparation obtenue dans un pot et conservez-le au frais jusqu'à son utilisation.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la purée de noisette par de la purée d'amande.



## PAIN À LA CHÂTAIGNE — N° 97



300 g FARINE • 100 g FARINE DE CHÂTAIGNE • 10 g LEVURE DE BOULANGER SÈCHE • 1 C. À C. DE SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 30 MIN – REPOS 1 H

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 25 cl d'eau tiède et la levure. Lancez le programme Pâte P1. Après 30 s, ajoutez les farines et le sel.
- 2 À la fin du programme, sortez la pâte du robot et déposez-la sur une plaque en la recouvrant d'un linge. Laissez reposer 1 h.
- 3 Préchauffez le four à 240°C (th. 8). Faites des entailles sur la boule de pâte à l'aide d'un couteau, puis enfournez pour 30 min environ. Placez un bol d'eau dans le four à côté du pain pour obtenir une jolie croûte.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la farine de châtaigne par de la farine de riz, de petit épeautre, de la farine complète ou semi-complète.



## FILETS DE SOLE À L'OSTENDAISE — N° 197



40 g FARINE • 40 g BEURRE MOU EN MORCEAUX • 20 cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 20 cl FUMET DE POISSON • 600 g FILETS DE SOLE • 50 g MOULES DÉCORTIQUÉES • 100 g CREVETTES GRISSES DÉCORTIQUÉES • 80 g FROMAGE RÂPÉ • 25 g CHAPELURE • SEL • POIVRE

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 35 MIN

- 1 Préchauffez le four à 180°C (th. 6).
- 2 Dans le robot muni du batteur, mettez la farine, le beurre, le lait, et le fumet de poisson. Salez et poivrez. Mixez en vitesse 7 pendant 30 s, puis lancez le programme sauce à 90°C en vitesse 4 pour 8 min.
- 3 Mettez les filets de sole dans un plat à gratin et déposez dessus les moules et les crevettes. Recouvrez de sauce et saupoudrez de fromage râpé et de chapelure. Enfournez pour 20 à 25 min. Dégustez chaud.

**CONSEIL** - Remplacez la sole par du cabillaud ou du saumon. 2 min avant la fin de la cuisson de la sauce, vous pouvez ajouter 10 cl de crème liquide.



## COULIS DE FRUITS ROUGES — N° 297



200 g FRAISES • 200 g CERISE • 50 g SUCRE

PERSONNES 6 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 15 MIN

- 1 Lavez les fruits, coupez-les fraises en deux et dénoyotez les cerises.
- 2 Dans la cuve du robot munie du couteau hachoir ultrablade, mettez-les fruits avec 5 cl d'eau et le sucre.
- 3 Faites fonctionner le robot en vitesse 7 à 80°C pendant 15 min.
- 4 Mixez en Turbo pendant 10 s, laissez refroidir, puis servez.

**CONSEIL** - Ce coulis se congèle très bien. Pourquoi ne pas doubler les quantités en prévision de l'hiver ?





## PAIN AUX CÉRÉALES

N° 98



10g LEVURE DE BOULANGERIE SÈCHE • 300g FARINE T65 • 100g FARINE DE SEIGLE • 50g FARINE T80 • 50g GRAINES • 5g SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN – REPOS 2 H

- 1 Dans la cuve du robot munie du couteau pour pétrir/concasser, mettez la levure et 30 cl d'eau tiède. Lancez le programme Pâte P1. Après 30 s, ouvrez le couvercle et ajoutez les farines, les graines et le sel.
- 2 Après 40 min de pousse, débarrassez la pâte à l'aide de la spatule et retravaillez-la pendant 5 min à la main. Formez une boule, puis déposez-la sur une plaque tapissée de papier cuisson. Laissez reposer 1 h 30.
- 3 Préchauffez le four à 200°C (th. 6).
- 4 Placez un bol d'eau sur la plaque inférieure du four (cela facilitera la formation de la croûte). Enfournez pour 25 min. Baissez alors le four à 180°C et faites cuire 15 à 20 min supplémentaires.

**CONSEIL** - Il est également possible d'utiliser des farines toutes prêtes de type multi-céréales.



## LAPIN À LA BIÈRE

N° 198



800g LAPIN EN MORCEAUX • 100g OIGNON • 1 GOUSSE D'AIL • 5cl HUILE D'OLIVE • 150g POITRINE FUMÉE • 3 C. À S. DE FARINE • 35cl BIÈRE BLONDE • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez l'oignon et l'ail, puis mettez-les dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s. Coupez la poitrine fumée en fins lardons. Enfarinez les morceaux de lapin.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive et la poitrine fumée, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez la bière et le lapin. Salez et lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min. Pendant les 5 premières minutes de cuisson, retirez le bouchon afin que l'alcool de la bière s'évapore. À la fin de la cuisson, servez immédiatement.

**CONSEIL** - Vous pouvez ajouter des baies de genièvres au moment de servir.



## PAIN VIENNOIS

N° 298



10cl LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 9g LEVURE DE BOULANGER FRAÎCHE • 1 ŒUF + 1 JAUNE • 250g FARINE BLANCHE • 25g SUCRE • 5g SEL • 35g BEURRE MOU EN MORCEAUX

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 15 MIN – REPOS 2 H

- 1 Mettez le lait et la levure dans un bol, puis mélangez.
- 2 Versez ce mélange dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser. Ajoutez l'œuf, la farine, le sucre, le sel et le beurre. Lancez le programme Pâte P2 en laissant le bouchon sur l'appareil, laissez pousser 40 min.
- 3 À la fin du programme, débarrassez la pâte dans un saladier à l'aide d'une spatule, couvrez-la d'un torchon et laissez reposer 1 h.
- 4 Préchauffez le four à 210°C. Formez des petits pains et déposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson. Entaillez-les avec la pointe d'un couteau.
- 5 Badigeonnez-les de jaune d'œuf et enfournez pour 15 min.

**CONSEIL** - Vous pouvez y ajouter des pépites de chocolat.





## PAIN BLANC ET BEURRE DE PAPRIKA

N° 99



400 g FARINE • 1 SACHET DE LEVURE DE BOULANGER SÈCHE •  
1 C. À C. DE SEL • 2 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 200 g BEURRE •  
10 g PAPRIKA

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 35 MIN – CUISSON 30 MIN – REPOS 1 H

- 1 Préchauffez le four à 240°C (th. 8). Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez 25 cl d'eau tiède et la levure. Lancez le programme Pâte P1. Après 30 s, ajoutez la farine, le sel et l'huile.
- 2 À la fin du programme, sortez la pâte du robot et déposez-la sur une plaque en la recouvrant d'un linge. Laissez reposer 1 h.
- 3 Faites des entailles sur la boule de pâte à l'aide d'un couteau, puis enfournez pour 30 min environ.
- 4 Faites ramollir le beurre au four à micro-ondes pendant quelques secondes sans qu'il soit fondu. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez-le avec le paprika. Mixez en vitesse 11 pendant 10 s. A l'aide de la spatule, rassemblez la préparation vers le centre et mixez de nouveau 10 s. Tartinez le beurre sur le pain tiède.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer le paprika par de l'ail et du persil.



## VELOUTÉ DE POIS

N° 199



150 g POIS CASSÉS • 50 g BLANC DE POIREAU • 50 g CAROTTE •  
20 g CÉLÉRI BRANCHE • 1 OIGNON • 1 C. À S. D'HUILE • 150 g  
POMMES DE TERRE • 100 g LARD • 1 CUBE DE BOUILLON DE  
LÉGUMES • ½ C. À C. RASE DE CUMIN MOULU

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 50 MIN

- 1 Épluchez les légumes, puis coupez-les en quatre. Coupez le lard en petits morceaux. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon et mixez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Raclez les parois du bol avec la spatule, ajoutez le lard, le céleri et l'huile, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez les autres ingrédients et 1 L d'eau, puis faites cuire en vitesse 1 à 100°C pendant 45 min.
- 4 À la fin de la cuisson, mixez en vitesse 12 pendant 3 min.
- 5 Servez chaud.

**CONSEIL** - Si vous souhaitez une texture moins mixée, sélectionnez la touche Pulse pendant 15 s.



## PÂTE À TARTINER AU CHOCOLAT

N° 299



180 g CHOCOLAT NOIR • 100 g MARGARINE • 20 cl LAIT CONCEN-  
TRÉ SUCRÉ

PERSONNES 4/6 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 10 MIN

- 1 Dans le robot muni du mélangeur, mettez la margarine et mixez en vitesse 3 à 70°C pendant 3 min.
- 2 Ajoutez les carrés de chocolats et mixez en vitesse 3 à 45°C pendant 5 min.
- 3 Remplacez le mélangeur par le couteau pour pétrir/concasser. Ajoutez le lait concentré, puis mixez en vitesse 12 pendant 30 s.
- 4 Mettez la préparation obtenue dans un pot et conservez-le au frais jusqu'à son utilisation.

**CONSEIL** - Vous pouvez remplacer la moitié du chocolat noir par de la Pralinoise®.



## PAIN SANS GLUTEN

N° 100



350 g FARINE POUR PAIN SANS GLUTEN • 8 g LEVURE DE BOULANGER FRAÎCHE • 5 g SEL • 5 g SUCRE • 5 cl HUILE D'OLIVE • 35 cl EAU

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 15 MIN – CUISSON 40 MIN – REPOS 2 H

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez la farine, la levure, le sucre et l'huile. Lancez le programme Pâte P1, puis ajoutez progressivement 35 cl d'eau et le sel.
- 2 Laissez pousser la pâte dans le robot pendant 40 min.
- 3 Préchauffez le four à 240°C (th. 6-7). À la fin du programme, mettez-la dans un moule à cake huilé. Laissez reposer sous un linge durant 45 min, afin qu'elle double de volume. Enfourez pour 40 min. La croûte doit être bien dorée.
- 4 Démoulez votre pain dès la sortie du four et laissez-le refroidir. Attendez que le pain ait bien refroidi pour le couper.

**CONSEIL** - Le pain sans gluten se travaille plus difficilement qu'un pain classique, ne soyez pas surpris si la pâte vous semble différente.



## WATERZOOÏ DE POULET

N° 200



750 g HAUTS DE CUISSES DE POULET • 1 OIGNON • 200 g CAROTTES • 200 g POIREAUX • 50 g CÉLERI BRANCHE • 2 C. À S. D'HUILE D'OLIVE • 20 cl VIN BLANC SEC • 20 cl BOUILLON DE POULE • 1 FEUILLE DE LAURIER • 1 BRANCHE DE THYM • 15 cl CRÈME LÉGÈRE • 1 JAUNE D'ŒUF • 10 BRINS D'ESTRAGON • SEL

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 10 MIN – CUISSON 45 MIN

- 1 Épluchez l'oignon, les poireaux et le céleri, puis coupez-les en tronçons. Épluchez les carottes, et coupez-les en rondelles. Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez l'oignon. Hachez en vitesse 11 pendant 10 s.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur. Ajoutez l'huile d'olive, le céleri, le vin blanc et le bouillon, puis lancez le programme Mijoté P1 à 130°C pour 5 min.
- 3 À la fin du programme, ajoutez le poulet, les carottes, les poireaux, le laurier et le thym puis salez. Lancez le programme Mijoté P2 à 95°C pour 45 min.
- 4 À la fin du programme, égouttez la viande et les légumes, puis mettez-les sur un plat. Ajoutez la crème mélangée au jaune d'œuf dans le jus restant. Mixez en vitesse 6 pendant 2 min, puis versez la sauce sur la viande et les légumes. Servez immédiatement avec les brins d'estragon.



## CONFITURE DE FRUITS ROUGES

N° 300



600 g FRUITS ROUGES (MÛRES, FRAMBOISES, FRAISES) • 400 g SUCRE • 5 cl JUS DE CITRON • 1 C. À C. D'AGAR AGAR (2 g)

PERSONNES 4 – PRÉPARATION 5 MIN – CUISSON 40 MIN

- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, mettez tous les ingrédients. Mixez en vitesse 7 pendant 10 s.
- 2 Lancez le programme dessert en vitesse 5 à 105°C pour 40 min avec le bouchon en position grande vapeur.
- 3 Versez la préparation dans des contenants stérilisés.

**CONSEIL** - L'agar-agar permet de diminuer la quantité de sucre employée dans la confiture. Pour réaliser les confitures, il faut utiliser la consigne de 105°C et la quantité maxi est de 1,5 kg.

# CRÉDITS

**Directeur de collection**

Emmanuel Jirou Najou

**Responsable éditoriale**

Alice Gouget

**Éditrice**

Claire Dupuy

**Création des recettes**

Adèle Hugot

**Photographies**

Rina Nurra

**Stylisme**

Lissa Streeter

**Conception graphique**

Soins graphiques

**Exécution et photogravure**

Nord Compo

JPM & Associés

**Responsable partenariats**

Camille Gonnet

[camille.gonnet@alain-ducasse.com](mailto:camille.gonnet@alain-ducasse.com)

## REMERCIEMENTS DE L'ÉDITEUR

Merci à l'équipe créative du livre, et à France Oberkampf pour son aide précieuse.

Merci à Fabien Corredera, ainsi qu'à Johan Nespoux, Emmanuel Gérard, Jean-Yves Beaudet et Claude Lannoy du groupe SEB Moulinex® pour nous avoir accompagnés tout le long de la réalisation de cet ouvrage.

Merci à JPM & Associés pour leur participation à ce livre.





# Moulinex®

cuisine companion®

## 1 MILLION DE MENUS

Votre robot cuseur Cuisine Companion® a désormais trouvé sa place dans votre cuisine et il s'apprête à devenir  **votre meilleur allié !** Ce livre va vous permettre de découvrir toutes les possibilités que vous offre votre robot et de composer  **jusqu'à 1 million de menus différents !** Feuilletez,  **choisissez votre entrée, votre plat et votre dessert,** puis lancez-vous !



ISBN 978-2-919063-98-7