

# La cuisine.

## Entrées froides, chaudes et salades.

### Ma salade de pâtes.

4pers.

300g de fusilli(pâtes de forme tortillées) -  
250g de tomates coupées en dés - 250g de  
poivrons verts coupés en dés - 1 poignée  
d'olives noires - 2c. à soupe de ciboulette  
fraîche et de basilic fraîche ciselées - ½  
concombre coupé en dés - 4c. à soupe de vinaigre  
de xérès - 7c. à soupe d'huile d'olive - sel -  
poivre - 1 oignon ciselé.

\*\*\*

Cuire vos pâtes al dente. Egouttez-les et refroidissez-les et laissez-les à nouveau égoutter. Dans un grand saladier, mélangez les pâtes avec les tomates, le concombre, les olives et les herbes.( Essayez de couper vos légumes d'une taille identique à celle des pâtes.) Dans une poêle faites revenir les oignons avec les poivrons dans l'huile d'olive puis déglacez avec le vinaigre. Faire mijoter quelques minute. Versez-le tous dans vos pâte mélangez le tous et assaisonner.

## Bruschettas de tomates aux anchois marinés

4 pers

4 tranches de pain de campagne de 1cm d'épaisseur - 16 filets d'anchois marinés - 3 grosses tomates - 3 belles poignées de feuilles de basilic - 1 poignée de pignons de pin légèrement grillés - huile d'olive - sel - poivre - ½ gousse d'ail hachée.

Pour le pesto :

Dans le bol du mixeur, ajouter l'ail, les feuilles de basilic et de l'huile d'olive et le sel. Mixer le tous... ajoutez de l'huile d'olive si nécessaire. Attention il s'agit juste d'obtenir une consistance semi-épaisse, proche de celle d'une crème fraîche.

Ajoutez les pignons, mixer encor un peu. Salez et poivrez à vôtre goût. Et le tour est joué !!!

Ensuite monder (enlever la peau des tomates en les plongeants dans l'eau bouillante 30sec « selon la tomate ».) Videz les tomates et coupez-les en petits cubes. Mélangez vos tomates en cube avec le pesto, assaisonner si cela est nécessaire. Grillez vos tranches de pain, étalez vos tomates dessus et ajoutez les filets d'anchois par-dessus et servir avec une salade verte de vôtre choix !! « Vous pouvez finir avec de la basilic fraîche ciselée sur le dessus !!!

»

Foies de volailles aux courgettes et pignons de pains.

4 pers

100g de foies de volailles - 300g de petites courgettes - 6 oignons frais - 30g de pignons de pains - huile d'olive - 1 pincée de curry - sel - poivre.

\*\*\*

Coupez les courgettes en gros dés (1cm de côté), et les oignons de la même taille.

Faire dorer dans une poêle avec l'huile d'olive, les oignons et les courgettes pendant 5min env à feu moyen, ensuite ajouter le curry et les pignons. Salé, poivré.

A part, faire sauter les foies de volailles, et les ajouter au reste. Cuire env encor pendant 2 à 3 min et c'est prêt !!!

## Quiche aux poireaux et aux girolles.

6 pers

1 rouleaux de pâte brisée prête à dérouler - 2  
poireaux - 300g de girolles - ½ bouquet de  
ciboulette - 4 gros œufs - 20g de beurre - 15cl  
de crème liquide - 100g de lardons - sel -  
poivre

\*\*\*

préchauffez votre four à 200°C(thermostat7).  
Beurrez un moule à tarte avec 10g de beurre.  
Portez à ébullition, une casserole d'eau salée.  
Coupez le vert et les racines des poireaux et  
émincez-les en rondelles de 1cm d'épaisseur.  
Lavez-les et faites-les cuire 15min, puis  
égouttez-les bien.

Déposez la pâte dans le moule avec son papier  
sulfurisé. Recouvrez-la de papier aluminium avec  
des légumes secs. Enfourniez 15min.  
Lavez les girolles et coupez-les si nécessaire.  
Faire revenir les lardons et les girolles dans  
le beurre pendant 5min env, ajoutez la  
ciboulette ciselée, salez et poivrez.  
Mélangez la crème et les œufs dans un saladier.  
Dans un autre saladier, mélangez le poireaux,  
les lardons et les girolles puis ajouter la  
crème. Rectifier l'assaisonnement. Versez sur la  
pâte et enfourniez pendant 30min à 180°C

**Voici une très bonne quiche à servir chaud avec  
une salade verte.**

Le saumon gravelax pour ceux qui connaissent pas  
c 'est tous simplement du saumon mariné! une  
recette excellente!!!

200g de sucre - 200g de sel - 2 citrons pressés  
- 3cuil a soupe d'huile ( olives, colza,  
tournesol) + attention huile d'olive donne un  
goût, que les autres - un peu d'huile de noix -  
un peu d'Alcool (gin ou vodka)- Aneth et  
coriande frais - Quelques baies de genièvres -  
un peu de moutarde.

\*\*\*

1- préparer la marinade ( mélanger tous les  
produits du dessus) 2- Badigoner légèrement vos  
filets de saumon de moutarde. 3- Mettre sur vos  
deux filets la marinade (bien l'étaler l'aneth  
et le coriande sur les filets) 4-superposer les  
deux filets côté chair 5-bien les emballers  
hermétiquement avec du papier film 6- Laisser  
reposer pendant 48h avec un poids dessus à  
retourner régulièrement (env tous les 3h) Après  
repos, nettoyé les filets de saumon sous l'eau  
bien le sècher, couper des tranches très fines  
comme le saumon fumé!

A servir avec des toasts ou nature ou avec un  
jus de citron... selon votre choix

A chaque fois que j'ai fait ce plat que ça soit à la maison ou au restaurant, les gens on trouvées extraordinaire certains connaissaient d'autre non... ce fut un succès assuré à chaque fois. et en plus c'est facile à faire! alors à vous de jouer!!!

### Huîtres chaudes.

8 pers

4 douzaines d'huîtres fines de claire - 6 échalotes finement hachées - 200g de beurre - 25cl de vin blanc - 50g de crème liquide - le jus ½ citron - poivre - gros sel.

\*\*\*

Ouvrez et décoquillez les huîtres, puis déposez-les dans un plat avec leur eau. Dressez les coquilles dans un plat allant au four sur un lit de gros sel afin qu'elles restent stables.

Filtrez l'eau des huîtres et réservez-la.

Remettez la chair dans les coquilles.

Dans une casserole, ajoutez les échalotes, le vin blanc puis le l'eau des huîtres. Faites réduire, et ajoutez la crème et refaire réduire pendant 3 min env. hors du feu, incorporez le beurre coupé en parcelles en mélangeant avec un fouet. Poivrez mais ne surtout pas saler.

Terminez en ajoutant le jus de citron.

Déposez 1 cuil. de cette sauce dans chaque coquilles et enfournez dans un four à 200°C 2 à 3 min position gril puis servir immédiatement.

## Escalope de foie gras vendangeurs.

4pers

600g de foie gras entier - 100g de graisse d'oie  
- vin blanc - 1 verre de madère - 1 verre  
d'armagnac - 400 g de raisin - 100g de beurre -  
pain de mie en tranches - 1 cuil. à soupe de  
crème épaisse.

\*\*\*

Pelez et épépinez vos grains de raisin puis les  
mettre à tremper 3h dans l'armagnac. Coupez le  
foie en 4 tranches épaisses, farinez-les et les  
faire cuire à feu vif dans le beurre 1 min de  
chaque côté puis les dresser sur les tranches de  
pain de mie grillé. Déglacez la poêle avec un  
peu de vin blanc puis ajoutez le madère faites  
réduire et ajoutez le crème épaisse en dernier  
vérifier l'assaisonnement et nappez la sauce sur  
le foie.

Dressez sur assiette les tranches de pain avec  
les tranches de foie dessus, entourées des  
raisins et la sauce, nappée sur les tranches de  
foie. Moi c'est comme ça que je préfaire le foie  
gras!!!

## Les viandes

### Rognons de veau aux champignons sauce madère.

4 pers

800g de rognons de veau prêts à cuire - 250g de champignons de paris émincés - 10cl de madère - 3cuill. A café de fond de veau déshydraté - 130g de beurre - huile - 15cl d'eau - vin blanc - sel - poivre.

\*\*\*

Délayez le fond de veau dans l'eau bouillante. Faites revenir les champignons dans un peu de beurre pendant env. 7 à 8 min, assaisonnez et réservez au chaud. Nettoyez et émincez les rognons, puis faites les cuire sur un feu vif, dans l'huile et un peu de beurre pendant env. 3 à 5 min suivant votre goût (plus ou moins rosé...) Déglacez au vin blanc, ajoutez le fond de veau, puis le madère. Faites réduire pendant env. 5 min sur un feu vif. Sur un feu moyen, Ajoutez les champignons puis le reste du beurre. Attendez que le beurre soit totalement fondu, refaites bouillir 1min, rectifiez l'assaisonnement. La sauce doit napper la cuillère et le tour est joué !!!

accompagnez vos rognons d'un bon gratin dauphinois... excellent !!!!!!!!!!!!!!!

## Escalope fondante au jambon de parme

2 pers

2 escalopes de dinde très fine - 4 tranches de jambon de parme - 2 tranches de mozzarella - sel - poivre - 4 c. a soupe de vin blanc - 4 c. a soupe de marsala - 20g de beurre - 6 belles feuilles de sauge émincées - huile de tournesol.

\*\*\*

Préchauffer votre four ther6/7.

Saisir vos escalopes 2min de chaque côté, dans une poêle avec l'huile de tournesol, assaisonner de sel et de poivre, étalez 2 tranches de jambon de parme sur chaque escalope, par-dessus y mettre la mozzarella et la sauge.(1tranche de mozzarella par escalope.)

Pour déglacer, mettez le vin blanc et ensuite le marsala, puis le beurre en petit morceaux ce qui va confectionner votre sauce. Attendez que le beurre fonde bien. Mettez le tous dans un plat qui va au four et enfournez pendant 3 à 4 min, assez pour que le fromage fonde et soit bien coulant.

**A servir avec des pâtes fraîches !!!**

## Tournedos de bœuf aux morilles.

4pers

Les feuilles d'une tige de thym frais - 4  
tournedos de 2.5 cm d'épaisseur - huile d'olive  
- 2 poignées de morilles - sel - poivre - 2  
échalotes épluchées et finement hachées - 1  
gousse d'ail épluchée et finement hachée - 1  
verre de marsala - 4 c. à soupe de crème  
fraîche.

\*\*\*

Eparpillez sur les tournedos, le thym finement haché avec un peu d'huile d'olive. Laissez macérer pendant 10min env. Faites chauffer une poêle. Assaisonnez vos tournedos de sel et de poivre sur chaque face et saisissez-les pendant 2min env (à cuire selon votre goût). Réservez la viande dans une assiette.

Baissez le feu, versez l'huile d'olive dans la poêle et faites revenir les échalotes, l'ail et le reste de thym. Au bout 1min ajoutez les morilles égouttées et lavées, incorporez le marsala, la crème fraîche et le jus que la viande à rendu. Laissez réduire un peu. Assaisonnez la sauce.

Et servir en disposant chaque tournedos dans une assiette en nappant de sauce et en répartissant les morilles. Accompagné d'une bonne purée de céleri c'est délice.

Filet mignon de porc aux épices, miel et gingembre et son mixed de riz

2 personnes

1 gros filet mignon de porc - 1 morceau de gingembre frais (2 fois la taille de votre pouce) - 2cuil. à soupe de miel d'acacia - 2 cuil. à soupe de sauce soja - ½ cuil. à café d'un mélange 4 épices - 1 gousse d'ail - Huile.

\*\*\*

Mettez la viande au congélateur pendant ¼ d'heure afin de pouvoir couper des tranches régulières plus facilement. Préparez la marinade : râpez le gingembre, pressez la gousse d'ail et mélangez avec la sauce soja, le miel et la ½ cuil. à café du mélange 4 épices. (noix de muscade + clous de girofle + gingembre + cannelle) Coupez le filet mignon en tranches de 2 cm d'épaisseur. Dans un plat creux, mettez les tranches de viande et la marinade et mélangez (l'idéal étant de le faire avec vos mains afin de bien enrober chaque morceau de viande). Laissez mariner la viande ½ heure, à température ambiante. Faites chauffer une poêle avec une cuil. à soupe d'huile. Saisir la viande 2 minutes, de chaque côté. Ajoutez le reste de la marinade. Remuez régulièrement. La marinade va réduire petit à petit et caraméliser la viande. Cuire pendant 10min env.

**Servir avec un mélange de riz normal et de riz sauvage c'est un régal !!**

## Poulet au citron et au lait.

4 pers

1 poulet fermier de 1.5kg - sel - poivre - 115g de beurre - huile d'olive - ½ bâton de cannelle - les feuilles d'une belle botte de sauge - 1 citron coupé en quatre - 10gousses d'ail avec leur peau - 600ml de lait.

\*\*\*

Préchauffez votre four à 190°C(thermostat 6).Prenez une cocotte et faite dorer le poulet dans le beurre additionné d'huile d'olive, salez, poivrez. Videz la cocotte de la graisse, puis ajoutez tous les autres ingrédients. Enfournez 90min. Arrosez de temps en temps.

Coupez le poulet et servir avec la sauce granuleuse(le citron pendant la cuisson a fait cailler le lait) et parfumée, accompagné de pommes de terre rôties au laurier c'est un vrai délice..

**A essayer absolument !!!**

## Ailes de poulet à la mexicaine.

4 pers

8 ailerons de poulets - 20 cl de vin blanc -  
20cl de bière - 4 cuill à café de mélange  
d'épices mexicaines - sel - poivre - 1L d'huile  
pour friture - 10cl d'huile d'olive.

\*\*\*

Verser dans un sac plastique propre et bien hermétique, le vin blanc, la bière, l'huile d'olive, les épices, sel, poivre. Y ajouter les ailes de poulets. Chasser l'air du sac puis nouer-le pour le refermer. Frottez le sac pour que la marinade et la viande ce mélange. Laisser mariner tous une nuit au réfrigérateur.

Versez l'huile pour friture dans une casserole et faites chauffer à feu vif.

Sortez les ailes de poulets de la marinade, placez-les sur papier absorbant quelques instants puis plongez-les dans l'huile très chaude. Cuire pendant 5 min env. Retirez-les à l'écumoire, égouttez-les à nouveau et servir à l'apéro ou en plat principal c'est un délice, qui rappelle les saveurs du Mexique... « bonne appétit »

# *Les poissons et produits de la mer.*

## Crevettes au chili

4 pers

huile d'olive - 1 c à café de gingembre frais  
épluché et finement haché - 2 gousses d'ail  
épluchées et finement émincées - 2 ou 3 piments  
rouges frais finement émincés - 16 queues de  
grosses crevettes, décortiquées - 1 citron -  
persil plat grossièrement haché - sel - poivre -  
4 tranches de pain toastées.

\*\*\*

Dans une poêle, versez 4 cuil à soupe d'huile  
d'olive, le gingembre, l'ail, les piments, et  
les crevettes. Au bout de 3 min, ajouter le jus  
de citron, le persil plat et 4 autres cuill  
d'huile d'olive. Mélangez et retirez du feu.

Ajouter : jus de citron, sel et poivre si  
nécessaire( la sauce doit-être bien parfumée )  
Servez sur les toasts et arrosez généreusement  
de sauce.

## Filet de cabillaud en papillote

1 pers

1 filet de cabillaud de 225g sans peau et sans arêtes - huile d'olive - sel - poivre - 125g de tomates cerises coupées en deux - 8 feuilles de basilic fraîche - vin blanc - quelques haricots verts.

\*\*\*

Préparez votre poche en superposant, 2 morceaux d'aluminiums d'environ 40cm de longueur. Repliez 3 côtés en pressant, pour bien les souder et laisser le dernier côté ouvert.

Préchauffez votre four à 220°C (thermostat7) Salez , poivrez, le cabillaud le mettre dans la poche, arrosez légèrement d'huile d'olive et de vin blanc, mettre aussi les tomates et les haricots verts déjà précuit et les feuilles de basilic.

Fermez la papillote, posez sur un plat qui au four et enfournez-la env 15min.

L'avantage de la papillote, c'est que votre poisson cuit son propre jus et les saveurs restes enfermées dans la papillote donc votre poisson sera bien parfumé puis c'est rapide lorsqu'on veut manger du poisson tous seul.

## Bouchées de noix de St jacques

4 pers

6 grosses noix de St jacques bien vivantes - ½  
mangue pelée et coupée en dès - 1 oignon rouge  
émincé - 15 feuilles de basilic émincées - le  
jus de 2 citrons verts - 3 cuil à soupe d'huile  
d'olive - ½ piment frais émincé - sel - poivre -  
2 endives - graines de sésame

\*\*\*

coupez les noix de St jacques en petits dés et  
mélangez-les avec la mangue dans un saladier.

Ajoutez l'oignon et le basilic, le jus de  
citron, l'huile d'olive, le piment et mélangez  
délicatement. Salez et poivrez selon votre goût.

Servir cette préparation dans une feuille  
d'endive et saupoudrez de graines de sésame.

## Filets de bar à l'huile de mandarine.

4 pers

2 filets de bar de 250g - 2 bulbes de fenouil -  
2 mandarines - 1dl d'huile d'olive - 10 brins de  
coriandre frais - sel - poivre.

\*\*\*

Pelez une mandarine, et coupez les zestes en bâtonnets puis plongez-les 30sec. Dans l'eau bouillante, égouttez-les, refroidissez-les. Dans une casserole, faites cuire les zestes dans l'huile pendant env. 5min à feu doux. Laissez refroidir.

Coupez le fenouil en lamelle de 2cm. Plongez-les ensuite dans l'eau bouillante, puis égouttez. Pressez le jus des mandarines et ciselez la coriandre.

Dans une poêle, faites cuire le fenouil avec un peu d'huile d'olive env. 5 min puis, ajoutez 2 cuil. à soupe de jus de mandarine. Remuez. Débarrassez dans un plat. Coupez les filets de bars, (dans le sens de la largeur), en deux de façon que tous les morceaux face env. la même taille. Salez et poivrez vos morceaux, et faites-les cuire dans une poêle avec un peu d'huile d'olive, (d'abord côté peau) 2min sur chaque face. Retirez vos morceaux, disposez-les sur le fenouil. A feu vif, déglacez votre poêle avec le jus de mandarine qui reste, laissez réduire 1min, poivrez. Ajoutez les zestes et la coriandre remuez bien puis nappez vos filets avec ce jus. **Servir aussitôt...**

# Les divers

## MAKI-SUSHI

6pers

pour la marinade :

8 cuil. à soupe de vinaigre de riz - 2 cuil. à soupe de sucre - 1 cuil. à soupe de sel.

Mettre les ingrédients dans une casserole sur un feu moyen, portez à ébullition en remuant pour bien dissoudre le sel et le sucre. Laissez refroidir.

\*\*\*

4 verres de riz - 6 verres d'eau - 6 cuil. A soupe de vinaigre de riz spécial sushis.( la marinade).

Lavez le riz dans plusieurs eaux jusqu'à ce que l'eau soit claire. Laisser tremper dans la dernière eau 30min. bien égoutter. Dans un casserole avec couvercle mettez le riz puis l'eau, recouvrir du couvercle. Portez à ébullition, baissez le feu et laissez cuire 8min, éteindre et laissez gonfler le riz encore 5min. en ne soulevant jamais le couvercle. le riz doit avoir absorbé toute l'eau. Verser le riz avec la marinade dans un plat non métallique. mélangez délicatement jusqu'à temps que le riz soit à température ambiante.

### Montage :

Sur le makisu (set en bambou), placez la feuille de nori (feuille d'algue) en la laissant déborder 1 cm vers vous. Trempez vos doigts dans de l'eau pour éviter que le riz ne colle aux doigts. Etalez le riz, jusqu'à 3cm du bord supérieur. Etalez un peu de wasabi (piment) sur la moitié. Aménagez une petite rigole dans le riz vers le centre de la feuille, pour y placer les ingrédients( carottes, concombre... en battonnet, poisson cru...) laissez aller votre imagination. Ensuite roulez du bas vers le haut en veillant bien à ne pas insérer le bord du makisu à l'intérieur du rouleau. Cela vous a donné un beau rouleau, coupez le en env. 6 pièce avec un couteau humidifié.

## Pommes rôties au laurier

4 pers

8 pommes de terre de taille moyenne - 8 feuilles de laurier - 8 gousses d'ail - 8 cuil à soupe d'huile d'olive - sel.

\*\*\*

Préchauffer votre four à 220°C (thermostat7), lavez et séchez vos pommes de terre, coupez les feuilles de laurier en deux et huiles-les légèrement, ainsi que le plat qui vas au four. Entaillez les pommes de terre deux fois dans le sens de la largeur presque jusqu'à la base et glissez les demi-feuilles de laurier dans les fentes. Mettre vos pommes de terre dans le plat, entourées de gousses d'ail non pelées. Ajoutez un peu d'huile d'olive, salez et enfournez pendant 45min en arrosant de temps en temps.

## Potage aux légumes.

8pers

1,4 kg de pommes de terre - 400g de blanc de poireaux - 200g de carottes - 150g de navets - 1 branche de céleri - 100g de beurre - 1dl de crème fraîche - sel - poivre - 2l d'eau.

\*\*\*

Epluchez vos légumes. Coupez en petits cubes les carottes et les navets, émincer le blanc de poireau et le céleri. Coupez en deux vos pommes de terre et les maintenir dans de l'eau froide pour éviter qu'elles noircissent. Dans une cocotte, faire suer tous vos légumes dans le beurre pendant env. 5min en remuant. Evitez toute coloration. Ajoutez l'eau, salez et poivrez. Ajoutez les pommes de terre et laissez cuire env. 30 à 35 min. Mixez le potage à l'aide d'un mixeur à main ou électrique, ajuster la consistance du potage en rajoutant de l'eau si nécessaire. Assaisonnez si cela est aussi nécessaire, ajoutez la crème fraîche et servir bien chaud.

Je crois que l'hiver un potage aux légumes c'est vraiment le moment. Surtout pour vos enfants ils vont adorer ça !!!

## Fusilli à la catarina

4 pers

500g de fusilli - 1 gros oignon ciselé - 150g de lardons fumés - 150g de champignons de paris émincés - 1/2 L de crème liquide - 3cl de vin blanc - sel - poivre - 1 pincée d'orégon - 2cuill à soupe d'huile de tournesol.

\*\*\*

Pour la sauce :

Faire revenir les oignons sans coloration avec l'huile dans une casserole à feu moyen, ajoutez les lardons, attendez 2 à 3 min, et rajoutez les champignons. Versez le vin blanc pour déglacer, puis la crème liquide. Ajoutez la pincée d'orégon, sel et poivre et portez à ébullition, Laisser réduire pour que votre sauce devienne sirupeuse.

Pendant ce temps faire cuire les pâtes dans l'eau bouillante « al dente » égouttez-les et les servir accompagné de la sauce.

L'hiver, si vous avez pas trop envie de vous prendre la tête à cuisiner, ce plat accompagné d'une bonne bouteille de bardolino rosé, convient très bien à mon goût !

# Fromages et desserts.

## Riz au lait

4 pers

100g de beurre - 115g de sucre roux - 1.3L de lait - 140g de riz rond - 1 pincée de sel.

\*\*\*

Dans une casserole, assembler le beurre, le sucre, le riz, le lait et la pincée de sel.

Portez-le tous à ébullition, couvrez et laissez cuire à petit feu.

Arrêtez la cuisson quand le riz à absorber pratiquement tout le lait et versez dans des petits ramequins. Laissez refroidir et servir.

## Crumble aux pommes et bananes

6 pers

6 pommes - 4 bananes - 200g de beurre - 200g de farine - 200g de sucre - 1 pincée de sel - calvados.

\*\*\*

Préchauffez votre four à 190°C (Thermostat6)  
Epluchez, coupez en gros morceaux vos fruits et les faire revenir dans une poêle dans du beurre à feu moyen. Flambez au calvados.

Pendant ce temps, préparez la pâte à crumble.

Mélangez le beurre, la farine, le sucre et le sel pour obtenir un mélange sableux comme de la grosse chapelure. Mettez vos pommes dans un plat qui va au four, et répartissez votre pâte sur les fruits de manière à créer des bosses...

n'ésitez pas en mettre il faut qu'il y en ai une bonne épaisseur. Enfournez 30min servir bien doré.

## Bananes grillées aux agrumes et aux épices

2pers

2 bananes fermes - le jus d'1/2 citron vert - le jus d'1/2 orange - 1 pincée de muscade - 1 pincée de coriandre en poudre - 25 g de beurre mou - 4 cuil. à café de Grand-Marnier - 1 cuil. à soupe de sucre glace - 1 poignée de pignons de pin.

\*\*\*

Préchauffez le grill de votre four Epluchez les bananes puis coupez-les en deux dans le sens de la longueur. Mettez -les dans un plat à gratin, face bombée au dessus. Mélangez le jus de citron vert et le jus d'orange et versez sur les bananes. Ajoutez le Grand-Marnier. Mélangez le beurre mou avec la muscade et le coriandre et placez des petits morceaux de ce beurre épicé sur les bananes. Mettez le plat à gratin dans le four, position grill et laissez cuire environ 10 minutes, ou jusqu'à ce que les bananes soient dorées et tendres. Arrosez une fois ou deux avec le jus. Sortez le plat du four. Saupoudrez les bananes de sucre glace et de pignons de pin. Remettez sous le grill jusqu'à ce que les bananes et les pignons soient bien dorés (2 à 3min)

**Servez avec une bonne la glace vanille ou au pain d'épices ! « A vous éclatez le ventre ! »**

Cette recette est légère parfaite après un repas bien consistant. Nature ou parfumé c'est un vrai délice!!

### La panacotta

1L de crème liquide (fleurette) - 180g de sucre semoule - 2 feuille de gélatine.

\*\*\*

Faire bouillir la crème avec le sucre. Retirer-la ensuite du feu.

Ramolir la gélatine en plongeant vos feuilles dans de l'eau froide.

Une fois ramoli, incorporer les feuilles bien égoutées dans la crème, remuer énergiquement.

(Si vous le voulez, vous pouvez parfumée de café, chocolat, pistache...selon votre goût!!) dresser dans des coupes et réserver au froid.(A faire la veille pour le lendemain).

### Les roses des sables.

90g de végétaline - 100g de chocolat à pâtisserie - 70g de sucre glace - 100g de corn flakes.

\*\*\*

Faites fondre le végétaline sur un feu doux, coupez en petits morceaux le chocolat et ajoutez-le à la végétaline. Une fois le chocolat fondu, ajoutez le sucre glace et bien mélanger-le tous. Quand le mélange est homogène, éteignez le feu et incorporez les corn flakes. Remuer-le tous. Sur une feuille de papier sulfurisé, faites des petits tas selon votre goût. Réserver au froid pendant env. 30min avant de servir.

## Pain perdu

4 pers

8 belles tranches de pain rassis - 1 bol de lait  
- 2 œufs - 1c. à soupe de extrait de fleur  
d'oranger - 6c. à soupe de sucre - 60 g de  
beurre.

\*\*\* Coupez des tranches de pain env. 1.5 cm  
d'épaisseur, dans un plat creux, battez les œufs  
avec le sucre et la fleur d'oranger, faites  
fondre le beurre dans une poêle, trempez vos  
tranches de pain, retournez-les pour que le pain  
imbibe bien le liquide. Ensuite, déposez-les  
dans la poêle dans le beurre moussant, et les  
faire dorées quelques minutes sur chaque face.  
Déposez-les directement sur un plat, saupoudrez-  
les de sucre en poudre et servir aussitôt.

## Zestes d'oranges confits au chocolat

4 pers

300g de chocolat noir à 55% de cacao - 250g de  
zeste d'oranges confites.

\*\*\*

Cassez le chocolat en petit morceaux à l'aide  
d'un couteau à pain, puis faites-le fondre dans  
une casserole au bain marie. Ensuite, trempez un  
par un les zestes d'oranges confits dans le  
chocolat au  $\frac{3}{4}$ . Disposez-les sur une plaque avec  
un papier sulfurisé. Mettez 1h au frais.

## Mon camembert en croûte

4 pers

1 camembert - 2 pâtes feuilletées déjà prêtes -  
1 œuf( pour la dorure)

\*\*\*

Etaler la 1ere pâte sur une plaque ronde qui va au four, en gardant le papier sulfurisé. Placer votre camembert au centre de la pâte, superposer le 2eme pâte sur le dessus. Il faut que ça épouse bien la forme du camembert. Collez bien les deux pâte entre elle. A partir des bords du camembert, laissez env. 2doigts et commencez à couper des bandes d'environ 1cm dans le sens vertical et torsader le bandes. Une fois fini recouvrir de dorure, mettre au congélateur env. 2h et cuire à four ther6/7 pendant env. 20min. Il faut que la pâte feuilletée soit cuite et bien dorée.

Servir env. 5 à 6min après la sorti du four :  
quand vous coupez le fromage est un peu coulant  
mais pas trop !!! Succès fou au près des  
invités...