



TURBO DÉLICE
Les recettes savoureuses

LIVRE DE RECETTES



TURBO DÉLICE

Les recettes savoureuses

SOMMAIRE

Pour bien utiliser votre Turbo Délice	p. 2
Lexique de quelques termes culinaires	p. 3
Index	p. 25

Entrées : pages 4 à 6

Légumes, Viandes et Volailles : pages 7 à 16

Poissons : pages 17 à 20

Desserts : pages 21 à 24

POUR BIEN UTILISER VOTRE TURBO DÉLICE

Vous pouvez placer la grille de votre four à 4 hauteurs différentes. En la retournant, vous obtenez 4 niveaux supplémentaires. Les recettes vous indiquent la position à utiliser. Les pictogrammes vous aideront à placer la grille de façon optimale :



Gratin 1



position basse



Gratin 2



position haute



Gratin 3



Gratin 4

Selon le mode de cuisson, positionnez le sélecteur sur la fonction souhaitée :



Fonction Turbo Délice



Fonction Chaleur Tournante



Fonction Gril



Fonction Pâtisserie



Fonction Décongélation

LEXIQUE DE QUELQUES TERMES CULINAIRES

Beurre manié : beurre mélangé, à parts égales, avec de la farine et travaillé à l'aide d'une spatule en bois. Il sert à lier les sauces.

Blanchir : passer un ingrédient à l'eau bouillante (puis le rafraîchir et l'égoutter) avant de le cuisiner. Cela permet d'ôter l'excès de sel, de faciliter l'épluchage, de retirer une certaine âcreté... Certains ingrédients sont plongés directement dans l'eau bouillante (tomates), d'autres sont mis dans l'eau froide, portée ensuite à ébullition (lardons).

Bouquet garni : assortiment de plantes aromatiques ficelées ensemble ou enveloppées dans une gaze, qui donne du goût aux préparations. Traditionnellement, le bouquet garni se compose de 2 ou 3 tiges de persil, 1 branche de thym et 1 ou 2 feuilles de laurier.

Ciseler : couper très finement des fines herbes à l'aide d'un couteau bien aiguisé ou d'une paire de ciseaux.

Déglacer : dissoudre les sucs de cuisson d'une viande restés collés au fond d'un récipient en ajoutant un peu de liquide (eau, vinaigre ou vin).

Disposer en tuilant : en couches légèrement chevauchées.

Émincer : tailler en fines tranches.

Émonder : retirer la peau des tomates à l'eau bouillante.

Foncer : garnir le fond du moule à tarte.

Passer au chinois : verser une préparation dans une passoire conique, le plus souvent en acier inoxydable, munie d'un manche afin de filtrer les bouillons et les sauces pour retenir les impuretés.

Peler à vif : ôter l'écorce d'un agrume ainsi que la membrane blanche afin de mettre la chair à nu.

Robe des champs (en) : pommes de terre simplement lavées, non épluchées et cuites à l'eau salée.

Sauce nappante : sauce dont la consistance légèrement épaisse recouvre et nappe le dos de la cuillère.

SAINT MARCELLIN ROTI AU LARD

4 Pers.

180 °C
8 mn

2 mn



Ingrédients : 4 Saint Marcellin (plâtreux), 16 tranches de lard fumé très fines, 2 pommes vertes.

Garniture : 8 endives, huile de noix/vinaigre, ciboulette, sel, poivre.

Vin conseillé : Saint Amour (rouge)

Éplucher, évider et tailler les pommes en tranches fines dans le sens de la hauteur. Placer un Saint Marcellin sur une tranche de pomme et recouvrir d'une autre tranche de pomme. Placer les 4 tranches de lard en croix sur le dessus du Saint Marcellin et rabattre les extrémités dessous. Placer les Saint Marcellin dans un plat à gratin.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille haute en fonction turbo délice à 180 °C pendant 8 mn, puis en fonction gril 2 mn.

Tailler finement les endives, et assaisonner à l'huile de noix, vinaigre, sel, poivre avant de garnir chaque assiette. Déposer un Saint Marcellin rôti sur chaque salade.

Servir avec la ciboulette hachée.

BALICOU AU REBLOCHON

4 Pers.

200 °C
10 mn

5 mn



Ingrédients : 1/2 reblochon fermier, 12 pommes de terre, 6 gros oignons, 1 gousse d'ail en purée, 250 g de lardons 1/2 sel, 1 verre de vin blanc, vinaigre, sel, poivre.

Vin conseillé : vin blanc de Savoie

Faire cuire les pommes de terre en robe des champs, les éplucher et les couper en larges rondelles, réserver. Faire blanchir les lardons avant de les poêler vivement à sec, arroser les d'un trait de vinaigre et réserver. Éplucher et émincer les oignons avant de les poêler vivement au beurre et à l'huile jusqu'à coloration. Ajouter y les rondelles de pommes de terre, l'ail en purée. Saler et poivrer. Finir avec le verre de blanc. Laisser cuire jusqu'à évaporation complète du vin blanc. Disposer le précédent mélange dans un plat à gratin, puis vos lardons, et finir en recouvrant le tout de lamelles de reblochon.

Cuisson : mettre le tout au four, 3^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie pendant 10 mn à 200 °C, puis en fonction gril 5 mn (jusqu'à coloration).

LA TARTE DU CAP-HORNIER

4 Pers.



240 °C
18 mn



4 mn



Ingrédients : Pâte Brisée, 300 g de haddock, 100 g de crème fraîche, 1/4 litre de lait, 3 œufs, 4 pommes de terre Roseval, 150 g de beurre, 1/2 jus de citron, sel, poivre.

Vin conseillé : Sauvignon blanc

Mettre à dessaler le haddock pendant 3 heures dans l'eau. Cuire les pommes de terre en robe des champs. Étaler votre pâte Brisée, garnir un moule à tarte. Disposer les pommes de terre coupées en rondelles, ajouter le haddock bien séché et émietté. Verser dessus le mélange lait, crème, œufs, sel, poivre.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie à 240 °C, 18 mn, puis en fonction turbo délice 4 mn.

Servir avec la sauce suivante : dans une casserole faire réduire le jus de citron, un peu d'eau et monter au beurre.

FEUILLETÉ DE THON AUX HERBES

4 Pers.



225 °C
30 à 35 mn



Ingrédients : 300 g de miettes de thon, 2 rouleaux de pâte feuilletée prête à cuire, 1 petit bouquet de persil plat, estragon, basilic, 1 petit verre de vin blanc, 1 petit verre d'alcool anisé, 1 jaune d'œuf, 1 jus de citron, 1 petit verre d'huile d'olive, sel, poivre.

Vin conseillé : Saumur blanc

Hacher finement les herbes, mélanger avec le thon, le vin blanc, l'alcool anisé, un 1/2 jus de citron, l'huile d'olive, saler, poivrer. Dans les 2 rouleaux de pâte feuilletée, découper 2 pièces en forme de poisson (pour plus de facilité vous pouvez faire un modèle en carton). Disposer votre farce au centre d'une pièce en laissant 1 cm sur le pourtour pour pouvoir effectuer la soudure avec l'autre pièce posée dessus, en pinçant légèrement les bords. À l'aide d'une petite cuillère, former les écailles et les nageoires, dorer au jaune d'œuf.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie à 225 °C, pendant 30 à 35 mn.

Servir accompagné de beurre citronné.

TARTE À LA FOURME D'AMBERT

4 Pers.



175 °C
15 mn



4 mn



Ingrédients : 200 g de fourme, 3 tomates, 1 gousse d'ail, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 pâte à tarte brisée ou feuilletée, 1 bouquet d'estragon, sel, poivre.

Vin conseillé : Pouilly fumé

Précuire votre pâte 15 mn en fonction pâtisserie 2^e gradin grille basse à 200 °C.

Étaler sur votre fond de tarte précuite l'ail haché, puis disposer en tuilant les tomates coupées en fines rondelles parsemées d'estragon haché, saler, poivrer avant de recouvrir le tout de fines tranches de fourme d'Ambert. Badigeonner le tout d'huile d'olive et poivrer seulement.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie 15 mn à 175 °C, puis en fonction turbo délice 4 mn.

Servir à votre convenance chaud ou froid accompagné d'une salade verte.

PETIT GRATIN D'ASPERGES

4 Pers.



160 °C
10 mn



Ingrédients : 24 asperges, 250 g de beurre, 4 jaunes d'œufs, 1 citron, 1 petit verre de bouillon de volaille, 2 cuillères de crème épaisse, sel, poivre.

Vin conseillé : Entre-deux-Mers

Faire cuire les asperges à l'eau bouillante bien salée.

Sauce hollandaise : dans une casserole (à feu très doux), battre énergiquement à l'aide d'un fouet, les jaunes d'œufs avec une cuillère à soupe d'eau jusqu'à obtenir un mélange crémeux et homogène. Finir en incorporant peu à peu le beurre clarifié, sans cesser de fouetter. Saler, poivrer et citronner. Réserver au tiède.

Égoutter les asperges, couper les queues en laissant 4 cm de longueur pour les pointes. Passer les queues au mixer pour les réduire en purée, ajouter la crème fraîche et le verre de bouillon de volaille. Mettre la purée 5 mn à feu très doux, rectifier l'assaisonnement. Disposer la purée d'asperge dans un plat à gratin, puis ranger côte à côte les pointes d'asperges (garder en 4 pour la décoration). Verser dessus la sauce hollandaise.

Cuisson : mettre au four 3^e gradin, grille haute en fonction chaleur tournante à 160 °C, 10 mn. Puis en fonction gril jusqu'à obtenir une belle coloration.

GRATIN DE TOMATES ARLEQUIN

4 Pers.



225 °C
18 mn



Ingrédients : 8 belles tomates de Marmande (Saint-Pierre), 2 courgettes, 2 oignons, huile d'olive, herbes de provence, 1 gousse d'ail, 100 g de parmesan, sel, poivre.

Vin conseillé : Saumur-Champigny

Découper les tomates, les courgettes et les oignons en rondelles (garder 8 longues tranches de courgettes). Disposer dans un plat à gratin, en alternant sur les longues tranches de courgettes, une tranche de tomate, une tranche d'oignon, une tranche de courgette, etc. Arroser le tout d'huile d'olive, saler, poivrer. Parsemer de parmesan et d'herbes de provence.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction turbo délice 225 °C, 18 mn.

Servir en accompagnement de viandes ou de poisson.

LASAGNES

4 Pers.



200 °C
15 mn



8 mn



Ingrédients : 1 paquet de lasagnes, 1 grand bocal de sauce tomate (déjà aromatisée), 250 g de gruyère râpé, 100 g de beurre, 600 g de viande hachée (1/3 de veau, 1/3 de bœuf), 1/2 bouquet de persil haché, 1 gousse d'ail en purée, sel, poivre.

Vin conseillé : Lacrima Christi rouge

Mélanger la viande hachée avec le bocal entier de sauce tomate, l'ail, le persil, sel, poivre. Réserver. Beurrer un plat à gratin, avec 20 g de beurre, étaler une couche de lasagnes (sans les chevaucher). Ajouter une couche de viande et un peu de gruyère, une autre couche de lasagnes et quelques morceaux de beurre. Renouveler cette opération jusqu'au remplissage du plat. Finir par une couche de lasagnes parsemées d'une couche de gruyère et du reste de beurre. Tasser bien le tout.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie à 200 °C, 15 mn, puis en fonction turbo délice 8 mn.



TIAN D'AUBERGINES ET DE COURGETTES

GRATIN DAUPHINOIS

4 Pers.



200 °C
50 mn



10 mn



Ingrédients : 1 kg de pommes de terre, 25 cl de crème fraîche, 25 cl de lait, 400 g de gruyère, 50 g de beurre, 3 jaunes d'œufs, 3 gousses d'ail en purée, noix de muscade, sel, poivre.

Vin conseillé : Beaujolais Village

Éplucher et couper les pommes de terre en rondelles de 3 mm d'épaisseur. Beurrer généreusement un plat à four, et étaler l'ail en purée. Disposer une couche de pommes de terre en tuilant les rondelles, poivrer, mettre la noix de muscade, et une couche de gruyère, refaire une autre couche identique à la première. Pour la 3e couche, n'ajouter surtout pas de gruyère. Verser le mélange crème fraîche, lait légèrement assaisonné, sur le gratin (le mélange doit mouiller à hauteur des pommes de terre). Finir en dorant le dessus avec les 3 jaunes d'œufs.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie à 200 °C pendant 50 mn, puis en fonction turbo délice 10 mn.

TIAN D'AUBERGINES ET DE COURGETTES

4 Pers.



200 °C
15 mn



Ingrédients : 4 aubergines, 6 courgettes, 3 oignons hachés, 10 filets d'anchois à l'huile, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 4 gousses d'ail hachées, les feuilles de 8 tiges de persil hachées, 4 œufs, gros sel, 100 g de gruyère râpé, sel, poivre.

Vin conseillé : Rosé de Provence

Plonger dans 2 l d'eau bouillante salée les aubergines et les courgettes pelées et coupées en petits cubes. Égoutter et laisser refroidir. Faire revenir les oignons hachés dans l'huile d'olive. Dès coloration des oignons, ajouter les anchois qui se désagrègeront à la chaleur. Ajouter l'ail et le persil hachés ainsi que les cubes de courgettes et d'aubergines. Laisser mijoter 5 bonnes minutes, poivrer et laisser refroidir. Séparer les blancs des jaunes d'œufs, ajouter les jaunes dans la préparation précédente. Battre les blancs en neige ferme et les incorporer délicatement. Assaisonner à votre goût. Beurrer un plat à gratin, verser votre préparation, égaliser avant de saupoudrer de gruyère.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction turbo délice 200 °C, 15 mn.

Cette garniture accompagne principalement les poissons.

PETIT GRATIN DE TOMATES AU THON

4 Pers.



225 °C
15 mn



Ingrédients : 8 grosses tomates, 1 boîte de 200 g de thon au naturel, 2 oignons, 1 gousse d'ail, 1 bouquet d'estragon, 150 g de parmesan, huile d'olive, alcool anisé, 1 jus de citron, sel, poivre.

Vin conseillé : vin de Bandol

Émonder et épépiner les tomates. Égoutter soigneusement le thon et faire sauter vivement à l'huile d'olive en ajoutant les 2 oignons hachés avec la gousse d'ail en purée. Saler, poivrer. Dans un plat à gratin huilé, disposer une couche de pulpe de tomates, saler, poivrer et parsemer d'un peu de parmesan, puis étaler le thon sauté avec de l'estragon haché et finir en disposant le reste de pulpe de tomates. Saler, poivrer, arroser avec l'alcool anisé et le jus de citron. Parsemer le reste de parmesan.

Cuisson : mettre au four 3^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie à 225 °C, 15 mn, puis en fonction gril jusqu'à obtenir une belle coloration. Ce gratin peut se déguster chaud mais aussi froid accompagné d'une petite salade.

GRATIN DE COURGE OU DE POTIRON

4 Pers.



200 °C
20 mn



10 mn



Ingrédients : 800 g de courge ou de potiron, 1/2 litre de lait, 1/2 litre de crème fleurette, 80 g de beurre, 2 gousses d'ail en purée, 120 g de gruyère râpé, 2 jaunes d'œufs, sel, poivre, muscade en poudre.

Vin conseillé : Saint Chinian

Éplucher, laver et détailler en petites tranches fines la courge ou le potiron avant de les blanchir à l'eau bouillante salée 3 mn. Les égoutter et les presser délicatement dans un torchon, refroidir et réserver. Dans un plat à gratin préalablement beurré, étaler l'ail en purée, puis une couche de courge ou de potiron, parsemer de gruyère râpé avant de saler, poivrer et muscader. Répéter cette opération 3 fois, en finissant par une couche de courge ou de potiron. Verser le mélange crème, lait, œufs, sel, poivre, jusqu'à recouvrir le gratin, parsemer de noisettes de beurre.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie à 200 °C, 20 mn, puis 10 mn en fonction turbo délice.

CANETTE AUX OLIVES

4 Pers.

260 °C
10 mn225 °C
45 mn

Ingrédients : 1 canette de barbarie, 100 g d'olives noires dénoyautées, 100 g d'olives vertes dénoyautées, 70 g de beurre, 1 cuillère à soupe d'huile, 1 petite cuillère à soupe de farine, 10 cl de vin blanc, 10 cl de porto, 1 verre d'eau, sel, poivre.

Vin conseillé : Saint Nicolas de Bourgueuil

Blanchir à l'eau bouillante les olives lavées et égouttées. Dans un plat à four, disposer la canette avec 30 g de beurre et d'huile. Saler, poivrer.
Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille haute en fonction turbo délice à 260 °C, 10 mn en la retournant afin qu'elle prenne une belle couleur. Sortir le plat et déglacer la canette avec le vin blanc et le porto. Ajouter le verre d'eau et les olives.

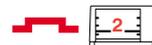
Cuisson : replacer au four 2^e gradin en fonction chaleur tournante à 225 °C, 45 mn.

Sortir le plat du four, retirer la canette et les olives, réserver. Malaxer le beurre restant et la farine. Verser le jus de cuisson dans une casserole sur feu doux avant d'incorporer au fouet le beurre manié. Laisser cuire à feu doux 4 mn et finir en ajoutant les olives. Rectifier l'assaisonnement. Détailler la canette en portions.

Servir nappée de sauce aux olives, accompagnée d'une poêlée de navets aux chataignes.

SUPRÊME DE VOLAILLE TANDORI

4 Pers.



Ingrédients : 4 blancs de poulet, 4 cuillères à soupe d'épices indiennes tandori, 2 citrons jaunes, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 20 g de beurre, 1 radis noir, 1 bouquet de coriandre fraîche, 1 pointe d'ail, 3 oignons émincés, sel, poivre.

Vin conseillé : Mâcon rouge frais

Couper les blancs de poulet en gros dés. Les mettre mariner minimum 2 heures avec l'épice tandori, le jus de citron, l'huile d'olive, les oignons, l'ail. Saler et poivrer légèrement. Éplucher le radis noir et le détailler en fines rondelles. Poêler le doucement au beurre. Saler, poivrer et réserver. Verser dans un plat à gratin toute la préparation de poulet.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille haute en fonction turbo délice à 200 °C, 14 mn en remuant au moins une fois en cours de cuisson. Dans les assiettes disposer en rosace les rondelles de radis et déposer au centre les morceaux de poulet avec les oignons avant d'arroser de jus de cuisson. Parsemer de quelques feuilles de coriandre fraîche.

PINTADEAU RÔTI AU BOUDIN BLANC

4 Pers.



Ingrédients : 1 pintadeau, 2 boudins blancs, 2 petites brioches, 100 g de mousse de foie de canard, 1 verre de lait, 2 cuillères à soupe de crème fraîche, 1 oignon émincé, 1 carotte coupée en rondelles, 2 gousses d'ail en chemise, 2 clous de girofle, 4 grains de genièvre, 30 g de beurre, 1 cuillère à soupe d'huile, 2 cuillères à soupe de porto, sel, poivre, noix de muscade en poudre.

Vin conseillé : Château-Lussac

Dans le bol de votre mixer, mélanger les boudins blancs débarrassés de leur peau, les brioches émiettées, le lait, la mousse de foie de canard, la crème fraîche et une pincée de muscade. Saler, poivrer. Vous obtenez ainsi une farce consistante et homogène dont vous farcissez le pintadeau. Placer le pintadeau dans un plat à four avec du beurre et de l'huile. Saler et poivrer, ajouter l'oignon émincé, la carotte coupée en rondelles, les 2 gousses d'ail en chemise, les clous de girofle et le genièvre. Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction chaleur tournante à 200 °C, 20 mn, puis en fonction turbo délice 20 mn.

Arroser la volaille à mi-cuisson d'un verre d'eau. À la sortie du four déglacer le pintadeau avec un petit verre d'eau et 2 cuillères de porto. Placer au centre de chaque assiette 2 cuillères à soupe de farce sur laquelle vous disposez une portion de pintadeau. Arroser le tout de jus de cuisson. Servir accompagné d'un gratin dauphinois.

POULET RÔTI À PLAT

4 Pers.

200 °C
45 mn

Ingrédients : 1 poulet, 3 cuillères à soupe de moutarde forte de Dijon, 1 bouquet d'estragon, 1 petit verre de vin blanc, 1 boîte de filets d'anchois à l'huile, 1 citron, huile d'olive, sel, poivre.

Vin conseillé : Bergerac

Couper le poulet en deux dans le sens de la longueur. Applatissez le à l'aide d'une casserole ou d'une poêle. Disposer les 2 parties de votre poulet dans un plat à four. Saler, poivrer légèrement.

Mélanger soigneusement la moutarde avec l'estragon haché, la moitié du verre de vin blanc et une cuillère à soupe d'huile d'olive, en badigeonner le dessus des 2 moitiés de poulet à l'aide d'un pinceau ou d'une grosse cuillère. Finir en disposant les anchois sur le poulet.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction chaleur tournante à 200 °C, 45 mn. En cours de cuisson, arroser le tout avec le jus du citron et le restant du vin blanc.

TENDRON DE VEAU TOURETTOISE

4 Pers.

225 °C
15 mn200 °C
15 mn

Ingrédients : 4 tendrons de veau (200 g chacun), une grosse boîte de tomates pelées, 3 cuillères à soupe de concentré de tomate, 200 g d'olives noires de Nice dénoyautées, 1/2 l de vin blanc sec, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 bouquet garni, 4 oignons émincés, 3 gousses d'ail en purée, 1 cuillère à café de sucre en poudre, 1 bouquet de basilic, 3 cuillères à soupe d'alcool anisé, 30 g de beurre, sel, poivre.

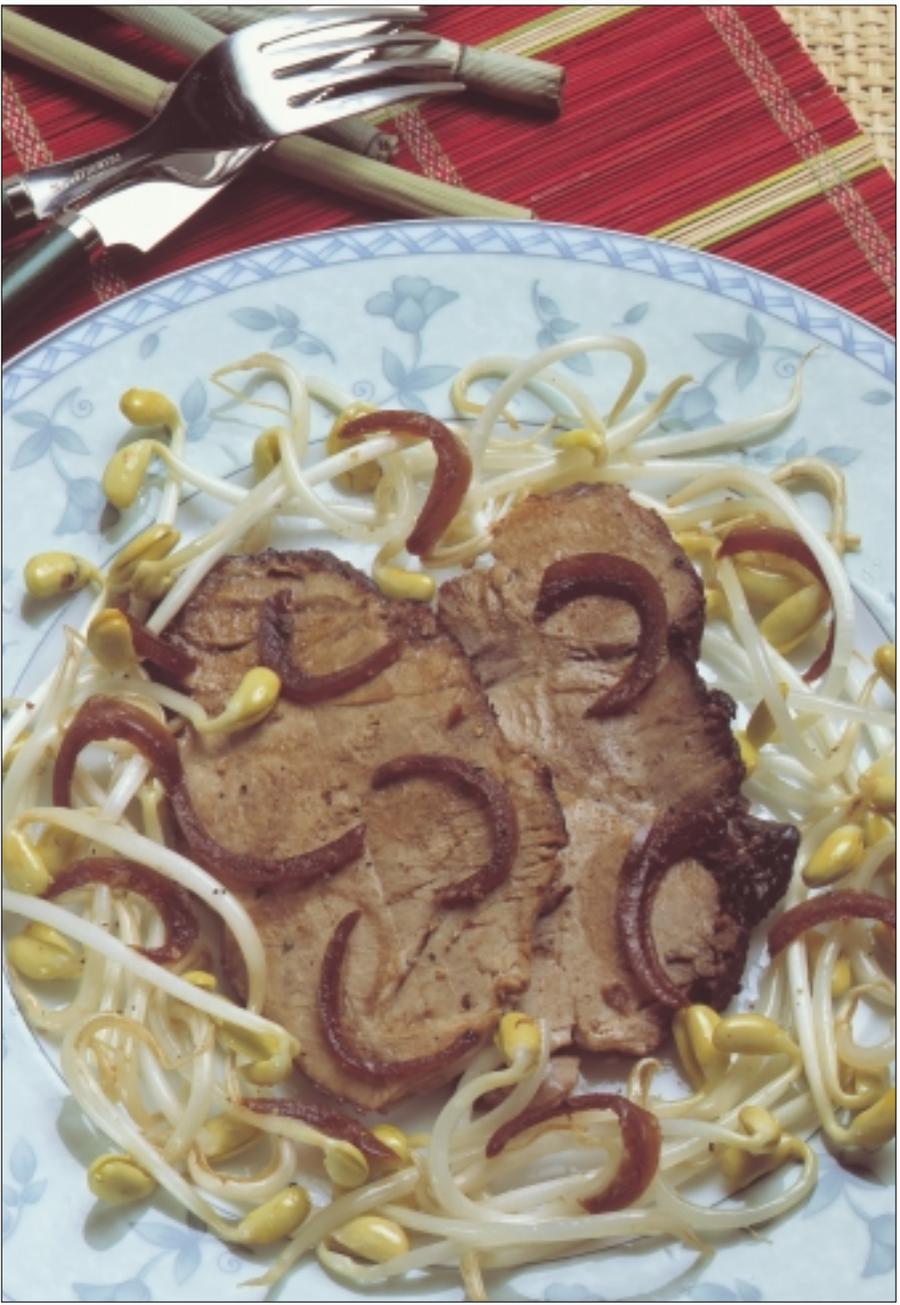
Vin conseillé : Quincy blanc

Dans votre plat à four, verser l'huile d'olive et le beurre ainsi que les tendrons de veau salés et poivrés.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille haute en fonction turbo délice 225 °C pendant 15 mn en retournant régulièrement les pièces de viande. Sortir le plat du four, retirer les tendrons et réserver. Dans le même plat, disposer les oignons émincés, l'ail. Ajouter le vin blanc, les tomates bien égouttées et tous les ingrédients précités.

Cuisson : mettre au four en fonction turbo délice 200 °C, 15 mn. Replacer les tendrons de veau sur la sauce, ainsi que les olives, avant de finir la cuisson pendant 5 mn.

Disposer dans chaque assiette avec les olives en décoration ainsi qu'une feuille de basilic. Servir accompagné de pâtes fraîches.



ROUELLE DE JAMBON CARAMELISÉE

ROUELLE DE JAMBON CARAMELISÉE

4 Pers.



240 °C
15 mn



15 mn



Ingrédients : 1 rouelle de porc de 800 g à 1 kg, sel, poivre, 3 cuillères à soupe d'huile de sésame.

Marinade 2 à 3 heures avant : 4 oignons émincés, 12 cuillères à soupe de nuoc mam (une petite bouteille), 100 g de sucre en poudre.

Vin conseillé : Coteaux d'Aix rosé

Mettre à mariner la rouelle avec les oignons émincés, le nuoc mam, le sucre et un verre d'eau.

Égoutter la viande et les oignons en conservant le jus de la marinade. Déposer le jambon dans un plat à gratin et répartissez les oignons autour.

Cuisson : mettre dans le four 2^e gradin, grille haute en fonction turbo délice à 240 °C, 15 mn. Retourner régulièrement la rouelle et l'arroser du jus de la marinade pour obtenir une caramélisation parfaite. Finir la cuisson en fonction gril 15 mn en prenant soin de retourner régulièrement la rouelle.

Servir la rouelle découpée en fines tranches, accompagnée de germes de soja poêlés.

CÔTES D'AGNEAU À LA CHAMPVALLON

4 Pers.



175 °C
50 à 55 mn



Ingrédients : 4 côtelettes d'agneau découvertes, 6 oignons, 12 pommes de terre, beurre et huile, 1/2 l de bouillon, 1 bouquet garni, persil, 50 g de farine, 2 verres de vin blanc sec, 1 gousse d'ail en purée, sel, poivre.

Vin conseillé : Buzet

Faire revenir les côtelettes au beurre et à l'huile, saler poivrer. Ailler un plat à gratin, y disposer les côtelettes. Faire revenir au beurre et à l'huile les oignons finement ciselés. Saupoudrer d'un peu de sucre et laisser colorer. Ajouter la farine et mouiller avec le bouillon et le vin blanc. Verser sur la viande et recouvrir avec les pommes de terre coupées en rondelles de 1/2 cm d'épaisseur. Placer le bouquet garni au centre.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction turbo délice à 175 °C, 50 à 55 mn.

Saupoudrer de persil haché à la sortie du four.

ÉPAULE D'AGNEAU BOURGUIGNONNE

4 Pers.



200 °C
40 mn



Ingrédients : 1 épaule d'agneau désossée (demander à votre boucher de vous concasser les os et de les mettre à part), 4 gousses d'ail en purée, 1 petit bol de persil haché, 3 échalotes ciselées, 80 g de beurre, 1 carotte, 1/2 oignon, huile, sel, poivre.

Vin conseillé : Santenay rouge

Malaxer le beurre ramolli, l'ail, le persil, l'échalote, sel, poivre jusqu'à obtenir une pommade homogène. En farcir l'épaule désossée, ficeler solidement le tout. Huiler la pièce de viande et la mettre dans un plat à four. Ajouter les os concassés, la carotte et le 1/2 oignon coupés grossièrement. Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction turbo délice 200 °C pendant 40 mn.

Retirer l'épaule d'agneau. Déglacer le plat avec un peu d'eau pour obtenir le jus. Servir de préférence avec un gratin dauphinois.

CÔTES DE VEAU EN PORTEFEUILLE

4 Pers.



225 °C
18 mn



Ingrédients : 4 côtes de veau épaisses (200 g), 250 g de farce fine, 50 g de mousse de foie gras, 4 échalotes hachées, 1 gousse d'ail en purée, 1/2 verre de cognac, 2 crêpes de porc, 20 g de beurre, huile, 30 g de persil haché, 2 cuillères de crème fraîche, sel, poivre.

Vin conseillé : Puisseguin-Saint-Émilion

Faites revenir les échalotes, l'ail, le persil. Mélanger avec la farce fine, la mousse de foie, le cognac, la crème fraîche, saler, poivrer, réserver. Ouvrir les côtes en deux dans leur épaisseur (comme un portefeuille), l'os servant de charnière. Saler et poivrer. Les garnir avec la farce, refermer et plier dans la crêpe. Ranger les dans un plat à four beurré et huilé.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille haute en fonction turbo délice à 225 °C, 18 mn.

À la sortie du four, déglacer le fond du plat avec un peu d'eau pour obtenir le jus des côtes.

Servir avec un gratin dauphinois.

SARDINES GRILLÉES EN TAPENADE

4 Pers.



260 °C
8 à 10 mn



Ingrédients : 8 à 16 sardines (suivant grosseur) écaillées et vidées par votre poissonnier, herbes de Provence, alcool anisé, poivre, jus de citron.

Tapenade : 200 g d'olives noires de Nice dénoyautées, 100 g d'anchois, 80 g de câpres, 4 gousses d'ail, 30 cl d'huile d'olive.

Vin conseillé : Menetou Salon

Rincer les olives et les anchois à l'eau très douce pour les dessaler, et faire blanchir les gousses d'ail. Mixer le tout avec les câpres et ajouter l'huile d'olive. Garnir le ventre des sardines avec la tapenade, les ranger dans un plat à gratin précédemment huilé, arroser avec l'alcool anisé et le jus de citron. Parsemer le tout d'herbes de Provence.

Cuisson : mettre au four 3^e gradin, grille basse en fonction turbo délice 260 °C, 8 à 10 mn suivant la grosseur.

PETIT GRATIN DE CRABE

4 Pers.



170 °C
5 mn



3 mn



Ingrédients : 3 boîtes de 250 g de chair de crabe, 1 oignon haché, 2 échalotes finement hachées, 2 pincées de poivre de Cayenne, 2 citrons jaunes, 1 bouquet d'estragon, 30 g de beurre, 2 cuillères à soupe de farine, 1 verre de vin blanc, 1 petite boîte de lait de coco, 1 cuillère à soupe d'alcool anisé, 2 cuillères à soupe de crème fraîche, 2 jaunes d'œufs.

Vin conseillé : Bourgogne blanc frais

Faire revenir les échalotes et l'oignon dans le beurre, ajouter la farine en remuant, laisser cuire 4 mn à feu très doux. Ajouter le vin, la crème, l'alcool anisé. Laisser cuire 10 mn à couvert à feu doux. Ensuite ajouter le jus de citron, la chair de crabe égouttée et l'estragon ciselé. Terminer par le lait de coco juste avant de retirer du feu en remuant. Rectifier l'assaisonnement et ajouter les 2 pincées de poivre de Cayenne avant de mettre le tout dans un plat à gratin beurré. Dorer la surface avec les jaunes d'œufs.

Cuisson : mettre au four 3^e gradin, grille basse en fonction turbo délice à 170 °C, 5 mn + 3 mn en fonction grill.

Servir avec une salade de tomates olivettes à l'huile d'olive et estragon.



DOS DE SAUMON AU GINGEMBRE

PARMENTIER DE THON

4 Pers.



200 °C
10 mn



Ingrédients : 2 boîtes de 250 g de thon au naturel, 4 échalotes finement hachées, 2 gousses d'ail en purée, 1 botte d'estragon, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 citrons jaunes, 2 jaunes d'œufs, sel, poivre de Cayenne.

Purée de pommes de terre : 1 kg de grosses pommes de terre, 1 gousse d'ail, 1/4 l de lait, 1/4 l de crème, 100 g de beurre, noix de muscade, sel, poivre.

Vin conseillé : Cahors

Cuire les pommes de terre avec l'ail, les égoutter et les écraser au moulin à légumes, incorporer les liquides chauds et le beurre à l'aide d'une spatule. Faire revenir vivement à l'huile d'olive le thon égoutté et émietté avec les échalotes, l'ail en purée, l'estragon finement ciselé, sel, poivre, jus de citron. Dans un plat à gratin beurré, disposer la moitié de la purée, la préparation de thon, et le reste de la purée. Dorer avec les jaunes d'œufs.

Cuisson : mettre au four 3^e gradin, grille basse en fonction turbo délice à 200 °C pendant 10 mn.

DOS DE SAUMON AU GINGEMBRE

4 Pers.



240 °C
12 mn



Ingrédients : 4 pavés de saumon de 150 g avec la peau, 25 cl de vin blanc sec, 2 échalotes ciselées, 1/2 gousse d'ail hachée, 1 cuillère à soupe de gingembre en poudre, 1 jus de citron jaune, 1 cuillère à soupe de crème fraîche, 80 g de beurre, sel, poivre.

Vin conseillé : Quincy blanc

Disposer dans le fond d'un plat à gratin le vin blanc, les échalotes, l'ail et le gingembre, ainsi que les pavés de saumon. Saler et poivrer.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en fonction turbo délice à 240 °C, 12 mn.

Mettre de côté les pavés de saumon. Verser le jus de cuisson dans une casserole à feu vif, laisser réduire de 2/3. Ajouter la crème fraîche avant d'incorporer le beurre à l'aide d'un fouet. Ajouter le 1/2 jus de citron et rectifier l'assaisonnement.

Servir accompagné d'une pœlée de courgettes à la fleur de thym.

PAPILLOTES DE MAQUEREUX

4 Pers.



240 °C
12 mn



Ingrédients : 4 maquereaux levés en filets, 2 verres de vin blanc sec, 2 échalotes ciselées, 60 g de beurre, 2 carottes en rondelles, 2 oignons ciselés, sel, poivre, 1 bouquet d'estragon.

Vin conseillé : Sancerre blanc

Disposer au centre de 4 carrés d'aluminium, les oignons, les échalotes et les carottes. Placer 2 filets de maquereau par papillote. Relever suffisamment les bords de chaque papillote pour contenir les liquides. Y verser un 1/2 verre de vin blanc, saler, poivrer.

Cuisson : mettre au four 3^e gradin, grille basse en fonction turbo délice à 240 °C, 12 mn.

Servir accompagné d'une salade de pommes de terre.

PAPILLOTES DE JULIENNE

4 Pers.



240 °C
10 mn



Ingrédients : 4 pavés de 150 g de filets de julienne, 1 pamplemousse, 1 orange, 1 citron vert, 1 verre de vin blanc sec, 2 échalotes ciselées, 60 g de beurre, 2 tomates, 1 oignon, sel, poivre, 1 bouquet d'estragon.

Vin conseillé : Chablis

Détailler les tomates en rondelles. Émincer finement l'oignon. Peler à vif les quartiers du pamplemousse et de l'orange en prenant soin de conserver le jus. Disposer au centre de 4 carrés d'aluminium 3 rondelles de tomates se chevauchant légèrement, un peu d'oignon émincé. Déposer dessus les pavés de julienne. Relever suffisamment les bords de chaque papillote pour contenir les liquides. Verser 1 cuillère à soupe de vin blanc et 2 cuillères à soupe de jus d'orange et de pamplemousse, quelques gouttes de jus de citron vert, saler, poivrer. Déposer un quartier de pamplemousse entre 2 quartiers d'orange sur chaque pavé, et sur le tout 15 g de beurre. Refermer hermétiquement chaque papillote avant de les déposer délicatement dans le plat à four.

Cuisson : mettre au four 3^e gradin, grille basse en fonction turbo délice à 240 °C, 10 mn.

Servir accompagné d'une salade d'avocat.

LE DESSERT AU SECOURS

4 Pers.



125/150 °C
25 mn



Ingrédients : 4 jaunes d'œufs, 1 boîte de poires au sirop, 1/4 l de crème fleurette, 200 g de sucre en poudre.

Mélanger les jaunes d'œufs avec 100 g de sucre et la crème. Réserver. Émincer les poires bien égouttées, et les disposer dans un plat à gratin. Cuisson : mettre au four 3^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie à 125/150 °C, 25 mn (jusqu'à ce que le mélange "prenne").

Laisser refroidir avant de saupoudrer avec le reste du sucre.

Cuisson : remettre le plat sous le gril du four (préchauffé de préférence), 4^e gradin, jusqu'à obtenir une caramélisation convenable.

COOKIES

6 à 8 Pers.



175 °C
10 mn



Ingrédients : 150 g de sucre blanc, 150 g de sucre roux, 300 g de farine, 1 1/2 verres de céréales variées, 1 pincée de sel, 1 sachet de levure chimique, 1 sachet de sucre vanillé, 2 œufs, 225 g de beurre, pépites de chocolat.

Mélanger soigneusement à la main les 2 sucres, la farine, les céréales, la pincée de sel et la levure. Ajouter les 2 œufs, bien mélanger, ensuite le beurre. Bien malaxer pour que les ingrédients soient répartis de façon homogène (cette pâte doit coller aux doigts). Sur une plaque, étaler une feuille d'aluminium. À l'aide d'une petite cuillère former des petites boules de pâte. Espacez-les suffisamment pour que vos cookies ne collent pas entre eux à la cuisson. Parsemez-les de pépites de chocolat.

Cuisson : mettre au four 3^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie à 175 °C, 10 mn env. (surveiller).

Laisser bien refroidir vos cookies avant de les décoller délicatement à l'aide d'une spatule.



CRÈME AU CARAMEL

CRÈME AU CARAMEL

4 Pers.



125/150 °C
40 mn



Ingrédients : 1/2 l de lait, 1/2 gousse de vanille fendue en 2, 4 jaunes d'œufs, 100 g de sucre semoule, 1/2 bouteille de caramel liquide, 1 moule à crème de 18 cm de diamètre.

Faire bouillir le lait avec la vanille. Battre énergiquement le sucre et les jaunes d'œufs jusqu'à obtenir un mélange blanc. Verser progressivement le lait bouillant (débarrassé de la gousse de vanille) sur les œufs sans cesser de fouetter. Passer ce mélange au chinois avant de le verser dans le moule caramélisé. Couvrir d'un film alimentaire de façon à ce qu'il ne bouge pas lors de la cuisson.

Cuisson : mettre le moule au bain marie dans votre four 2^e gradin, grille basse en fonction pâtisserie à 125/150 °C, 40 mn. Attendre le refroidissement complet pour démouler.

GÂTEAU AU YAOURT

4 Pers.



175 °C
30 mn



Ingrédients : 1 pot de yaourt, 3 pots de farine, 2 pots de sucre, 1 pot d'huile de tounesol, 3 œufs, 1 sachet de levure chimique, 1 cuillère de lait.

Dans un saladier, mélanger le pot de yaourt, les 3 pots de farine, les 2 pots de sucre, le pot d'huile. Ajouter les 3 œufs et le sachet de levure chimique délayée dans le lait. Bien mélanger le tout et verser dans un moule à manqué beurré.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse fonction pâtisserie à 175 °C pendant 30 mn.

TARTE AU CITRON

4 Pers.



240 °C
20 mn



Ingrédients : 250 g de pâte à tarte, 200 g de jus de citron, 250 g de sucre glace, 6 œufs entiers, 125 g de beurre.

Beurrer et foncer le moule à tarte avec la pâte de votre choix. Porter à ébullition le jus de citron. Dans un bol, mélanger le sucre et les œufs puis ajouter le jus de citron bouilli. Reverser le tout dans la casserole et laisser cuire à feu doux en remuant pour incorporer le beurre. Garnir le fond de tarte avec cette préparation

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille basse en position pâtisserie à 240 °C, 20 mn.

Facultatif : si vous meringuez votre tarte, repassez-la au four en fonction turbo délice 4 mn à 220 °C.

LA TARTE AU SUCRE DE LANDRECIES

4 Pers.



200 °C
25 à 30 mn



Ingrédients : 1 œuf, 1/2 paquet de levure fraîche de boulanger, 125 g de beurre, 125 g de farine, 1/2 verre de lait, sel, 3 cuillères à soupe de sucre roux.

Diluer la levure dans le lait tiède. Mélanger progressivement la farine, l'œuf, le sel, en incorporant le beurre fondu tiède, puis la levure délayée dans le lait. Vous devez obtenir une pâte onctueuse et homogène. Laissez-la reposer recouverte d'un linge, au minimum deux heures dans une pièce chaude pour faciliter la fermentation. Garnir un moule à tarte beurré avec la pâte levée.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille haute en fonction pâtisserie à 200 °C, 25 à 30 mn. Après 10 mn de cuisson, saupoudrer le dessus avec le sucre roux.

Servir tiède ou froide accompagnée d'une petite crème fouettée sucrée.

LA CRÈME BRULÉE

4 Pers.



125/150 °C
25 mn



Ingrédients : 6 jaunes d'œufs, 1/2 l de lait, 1/2 l de crème fleurette, 200 g de sucre en poudre, 1 gousse de vanille.

Faire bouillir le lait avec la gousse de vanille fendue en deux. Laisser refroidir. Dans un saladier mélanger les jaunes d'œufs avec 100 g de sucre. Verser le lait vanillé et mélanger soigneusement le tout. Garnir un plat à gratin avec ce mélange réparti dans des coupelles.

Cuisson : mettre au four 2^e gradin, grille haute en fonction pâtisserie à 125/150 °C pendant 25 mn (le mélange ne doit pas bouillir).

Laisser refroidir avant de saupoudrer le dessus des crèmes avec le reste du sucre. Caraméliser le dessus des crèmes à l'aide d'un chalumeau clandestinement emprunté à votre époux. Si vous n'en avez pas, passer vos crèmes sous le gril du four (préchauffé de préférence), 4^e gradin, jusqu'à obtenir une caramélisation convenable.

INDEX

Recettes	Temps de cuisson	Pages
Balicou au reblochon	10 + 5 mn	4
Canette aux olives	10 + 45 mn	11
Cookies	10 mn	21
Côtes d'agneau à la champvallon	50 à 55 mn	15
Côtes de veau en portefeuille	18 mn	16
Crème brûlée	25 mn	24
Crème au caramel	40 mn	23
Dessert au secours	25 mn	21
Dos de saumon au gingembre	12 mn	19
Epaule d'agneau bourguignonne	40 mn	16
Feuilleté de thon aux herbes	30 à 35 mn	5
Gâteau au yaourt	30 mn	23
Gratin dauphinois	50 + 10 mn	9
Gratin de courge ou de potiron	20 + 10 mn	10
Gratin de tomates Arlequin	18 mn	7
Lasagnes	15 + 8 mn	7
Papillotes de julienne	10 mn	20
Papillotes de maquereaux	12 mn	20
Parmentier de thon	10 mn	19
Petit gratin d'asperges	10 mn	6
Petit gratin de crabe	5 + 3 mn	17
Petit gratin de tomates au thon	15 mn	10
Pintadeau rôti au boudin blanc	20 + 20 mn	12
Poulet rôti à plat	45 mn	13
Saint Marcellin rôti au lard	8 + 2 mn	4
Sardines grillées en tapenade	8 à 10 mn	17
Suprême de volaille tandori	14 mn	12
Rouelle de jambon caramélisée	15 mn	15
Tarte à la fourme d'Ambert	15 + 4 mn	6
Tarte au citron	20 mn	23
Tarte au sucre de Landrecies	25 à 30 mn	24
Tarte du Cap-Hornier	18 + 4 mn	5
Tendron de veau tourettoise	15 + 15 mn	13
Tian d'aubergines et de courgettes	15 mn	9



S.A. SEB - 21261 SELONGEY CEDEX • RCS DIJON B 302 412 226 • REF. 3301643
1^{ÈRE} ÉDITION - NOVEMBRE 1999 - Tous droits réservés

Réalisation : Adhoc Studio