



Tartes, quiches & cakes salés

Recettes gourmandes

Quiche printanière, tatin d'endives, cake au paprika et aux poivrons.
Découvrez 30 recettes illustrées de tartes, quiches et cakes salés
alliant simplicité et originalité. À consommer en toute saison !

CARRÉS
à CROQUER

EDITIONS **ESI**

CARE04

EDITIONS ESI
ISBN 13 : 978-2-35355-092-0
N° Sefedis : S391957
4,90 € TTC © 2008



9 782353 550920

Tartes, quiches et cakes salés Recettes gourmandes

CARRÉS
à CROQUER

Sylvie Aït-Ali

Tartes, quiches & cakes salés

Recettes gourmandes



EDITIONS **ESI**

COLLECTION CARRÉS À CROQUER

Tartes, quiches et cakes salés

Recettes gourmandes



Recettes et photos : Sylvie Ait-Ali
<http://amusesbouche.canalblog.com>

EDITIONS ESI

60, rue Vitruve, 75020 Paris

Recettes publiées dans le livre « Quiches, tartes et cakes salés »

Imprimé en France par POLLINA – 85400 Luçon - n° L46388

© Éditions ESI - Dépôt légal : mai 2008 - Achievé d'imprimer : avril 2008 - ISBN 13 : 978-2-35355-092-0
N°Sofedis : S391950

Tous droits réservés pour tous pays.

« Toute représentation ou reproduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur, ou de ses ayants droit, ou ayants cause, est illicite » (article L. 122-4 du code de la propriété intellectuelle). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par l'article L. 335-2 du code de la propriété intellectuelle. Le code de la propriété intellectuelle n'autorise, aux termes de l'article L. 122-5, que les copies ou les reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective, d'une part, et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration.



TARTES

- Tarte aux figues et au jambon cru 6
- Tarte aux légumes grillés..... 8
- Tarte aux noix de Saint-Jacques 10
- Tarte aux poires, au roquefort et aux noix... 12
- Tarte blanche 14
- Tarte au chutney de mangue et au foie gras..16
- Tarte de ratatouille façon crumble..... 18
- Tarte fine au magret de canard fumé 20
- Tarte fine aux oignons rouges
caramélisés et rocamadour 22
- Tatin d'endives au saint-marcellin 24
- Tartelettes au saumon et à la ricotta 26
- Tourte au poulet..... 28
- Pissaladière 30

QUICHES

- Quiche au thon 32
- Quiche aux asperges 34

- Quiche aux endives..... 36
- Quiche lorraine 38

CAKES

- Cake asiatique..... 40
- Cake au paprika et aux poivrons..... 42
- Cake au poulet et à l'estragon..... 44
- Cake au saumon et à la feta..... 46
- Cake aux carottes, au cumin et à la feta..... 48
- Cake aux épinards et au Boursin 50
- Cake aux lardons et aux pruneaux..... 52
- Cake aux oignons frits 54
- Cake aux petits légumes 56
- Cake aux tomates séchées
et aux olives noires..... 58
- Cake marbré pesto et confit de tomates 60
- Mini-cakes au basilic et au saumon frais 62
- Mini-cakes aux champignons 64



Tarte aux figues et au jambon cru

Préparation : 45 minutes • Cuisson : 30 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★★

Pour 6 personnes

- 1 rouleau de pâte feuilletée prête à l'emploi
- 120 g de Petit Billy (fromage de chèvre frais)
- 500 g de figues fraîches
- 1 cuil. à café d'herbes de Provence
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 40 g de pignons de pin
- 8 tranches de jambon cru
- Sel et poivre

Étalez la pâte feuilletée dans une tourtière de 24 cm de diamètre, en conservant le papier de cuisson. Piquez le fond à l'aide d'une fourchette et coupez l'excès de pâte.

Étalez le fromage frais sur le fond de tarte, répartissez les figues coupées en 4. Saupoudrez d'herbes de Provence, répartissez les pignons de pin et versez l'huile d'olive en filet sur toute la surface.

Mettez au four 30 minutes à 200 °C (th. 7) et laissez refroidir.

Au moment de servir, placez les tranches de jambon cru légèrement chiffonnées en rosace sur la tarte.



Tarte aux légumes grillés

Préparation : 30 minutes • Cuisson : 30 minutes • Difficulté : ★★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 1 rouleau de pâte feuilletée prête à l'emploi
- 1 poivron rouge
- 1 poivron jaune
- 1 aubergine
- 1 courgette
- 200 ml de crème liquide
- 2 œufs
- 1 cuil. à café de basilic frais ciselé
- 1 pincée d'herbes de Provence
- 2 gousses d'ail
- 100 g de fromage de chèvre
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre

Coupez les poivrons en 4 et épépinez-les. Passez-les sous le gril du four jusqu'à ce que la peau commence à noircir. Mettez-les dans un sac plastique à congélation pendant 10 minutes, puis retirez la peau.

Coupez l'aubergine et la courgette en fines tranches dans le sens de la longueur et faites-les dorer à la poêle dans un peu d'huile d'olive. Réservez.

Mélangez la crème et les œufs, ajoutez les herbes et l'ail écrasé. Salez et poivrez.

Disposez la pâte feuilletée dans une tourtière en conservant la feuille de cuisson. Piquez le fond avec une fourchette. Versez le mélange, disposez les légumes en rosace et émiettez le fromage de chèvre en gros morceaux par-dessus.

Mettez au four 30 minutes à 200 °C (th. 6-7).



Tarte aux noix de Saint-Jacques

Préparation : 45 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 1 rouleau de pâte feuilletée prête à l'emploi
- 1 blanc de poireau
- 8 noix de Saint-Jacques
- 2 carottes
- 2 échalotes
- 20 g de beurre
- 200 ml de vin blanc
- 20 ml de crème
- 2 œufs
- 50 g d'emmental râpé
- Sel et poivre

Coupez le blanc de poireau et les carottes en julienne. Émincez les échalotes, faites-les blondir dans un peu de beurre, puis ajoutez la julienne de légumes. Versez le vin, salez, poivrez et laissez cuire 10 minutes pour réduire le vin. Laissez refroidir.

Mélangez la crème et les œufs, ajoutez la fondue de légumes et le fromage râpé.

Étalez la pâte feuilletée dans une tourtière de 24 cm de diamètre, en conservant le papier de cuisson, et piquez le fond à l'aide d'une fourchette. Versez la préparation. Ajoutez les noix de Saint-Jacques.

Mettez au four 30 minutes à 200 °C (th. 7).



Tarte aux poires, au roquefort et aux noix

Préparation : 30 minutes • Cuisson : 30 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 4 poires
- 1 rouleau de pâte feuilletée prête à l'emploi
- 80 g de roquefort
- 40 g de cerneaux de noix
- Poivre

Épluchez et coupez les poires en lamelles.

Étalez la pâte feuilletée dans une tourtière de 24 cm de diamètre, en conservant le papier de cuisson, et piquez le fond à l'aide d'une fourchette.

Placez les quartiers de poires en rosace sur le fond de pâte, ajoutez le roquefort émietté, puis les cerneaux de noix réduits en morceaux.

Poivrez et mettez au four 30 minutes à 200 °C (th. 6-7).

Conseil : cette tarte sucrée-salée peut se servir en entrée mais aussi au moment du fromage pour surprendre et régaler vos invités.



Tarte blanche

Préparation : 20 minutes • Repos : 1 heure • Cuisson : 20 minutes • Difficulté : ★★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

Pour la pâte à pain

- 300 g de farine
- 1 cuil. à café de levure déshydratée ou 12 g de levure fraîche
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à café de sel

Pour la garniture

- 1 gros oignon
- 6 petits champignons de Paris
- 100 g de crème épaisse allégée
- 120 g de fromage chaource
- 120 g de fromage frais de chèvre
- 2 pincées d'herbes de Provence
- Sel

Faites un puits avec la farine, ajoutez au centre le sel, la levure puis 180 ml d'eau et l'huile. Pétrissez jusqu'à obtention d'une boule de pâte homogène et souple. Laissez-la reposer 1 heure, recouverte d'un torchon, dans un endroit tempéré à l'abri des courants d'air, pour que la pâte double de volume.

Épluchez et émincez l'oignon ainsi que les champignons.

Étalez la pâte sur une plaque de cuisson légèrement farinée. Nappez-la de crème. Répartissez les oignons, les fromages coupés en morceaux, les champignons émincés et saupoudrez d'herbes de Provence. Salez légèrement.

Mettez dans le four à 220 °C (th. 7-8) pendant 20 minutes environ.

Servez aussitôt. Cette tarte peut également être dégustée froide.



Tarte au chutney de mangue et au foie gras

Préparation : 20 minutes • Cuisson : 1 h 25 • Difficulté : ★ Budget : ★★★

Pour 6 personnes

- 6 carrés de pâte feuilletée
- 2 oignons
- 2 cuil. à soupe de sucre
- 50 ml de vinaigre de framboise
- 100 ml d'eau
- 1 mangue
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 cuil. à café de gingembre frais râpé
- 1 jaune d'œuf
- 200 g de foie gras
- Fleur de sel
- Sel

Épluchez et émincez les oignons, puis placez-les dans une casserole avec le sucre, le vinaigre et l'eau. Laissez cuire 10 minutes.

Épluchez et coupez la mangue en morceaux et ajoutez-les au mélange précédent. Ajoutez le piment et le gingembre, et salez. Laissez cuire à feu doux 45 minutes en mélangeant régulièrement. Laissez refroidir.

Placez les carrés de pâte feuilletée sur une plaque de cuisson recouverte de papier de cuisson, badigeonnez-les pourtours avec le jaune d'œuf dilué avec 1 cuil. à soupe d'eau. À l'aide d'un emporte-pièce, découpez de petites formes (fleurs, feuilles, étoiles...) puis déposez-les sur les bords et badigeonnez-les également de jaune d'œuf.

Piquez le centre des pâtes feuilletées à l'aide d'une fourchette et étalez le chutney de mangue. Enfournez 20 minutes à 190 °C (th. 6-7).

Laissez refroidir et, au moment de servir, placez une tranche de foie gras sur chaque tarte et déposez un peu de fleur de sel au centre.



Tarte de ratatouille façon crumble

Préparation : 45 minutes • Repos : 30 minutes • Cuisson : 10 + 20 minutes • Difficulté : ★★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

Pour la pâte brisée
(ou 1 rouleau de pâte
prête à l'emploi)

- 250 g de farine
- 125 g de beurre tempéré
- 1 jaune d'œuf
- 1 pincée de sel

Pour la garniture

- 100 g de beurre
- 100 g de farine
- 50 g de chapelure
- 30 g de parmesan râpé
- 500 g de ratatouille
(surgelée ou en
conserve)

Faites un puits avec la farine et mettez au centre le beurre tempéré coupé en cubes, le sel et sablez du bout des doigts. Ajoutez le jaune d'œuf, commencez à mélanger du bout des doigts et ajoutez un peu d'eau, petit à petit, jusqu'à obtention d'une boule.

Placez celle-ci au frais 30 minutes.

Étalez la pâte et placez-la dans un moule beurré et fariné. Piquez le fond avec une fourchette et remplacez la tourtière au frais.

Mélangez le beurre pommade avec la farine, la chapelure et le parmesan, puis salez. Commencez à la fourchette puis, avec le bout des doigts, afin d'obtenir un gros sablé.

Versez la ratatouille (décongelée) sur le fond de tarte et recouvrez de crumble.

Mettez au four 10 minutes à 210 °C (th. 7), puis 20 minutes à 180 °C (th. 6).

Servez aussitôt.

Conseil : les tartes salées peuvent être préparées à l'avance et réchauffées 10 minutes à 220 °C (th. 7-8).



Tarte fine au magret de canard fumé

Préparation : 45 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 1 rouleau de pâte feuilletée prête à l'emploi
- 300 g de purée de céleri (surgelée)
- 2 pommes
- 150 g de filets de magret de canard fumé
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Poivre

Décongelez la purée de céleri. Épluchez et coupez les pommes en lamelles.

Étalez la pâte feuilletée dans une tourtière de 24 cm de diamètre, en conservant le papier de cuisson, et piquez le fond à l'aide d'une fourchette. Étalez la purée de céleri. Répartissez en rosace les quartiers de pommes alternés avec les filets de magret de canard, poivrez et arrosez d'un filet d'huile d'olive.

Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).



Tarte fine aux oignons rouges caramélisés et rocamadour

Préparation : 40 minutes • Cuisson : 5 + 30 + 5 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

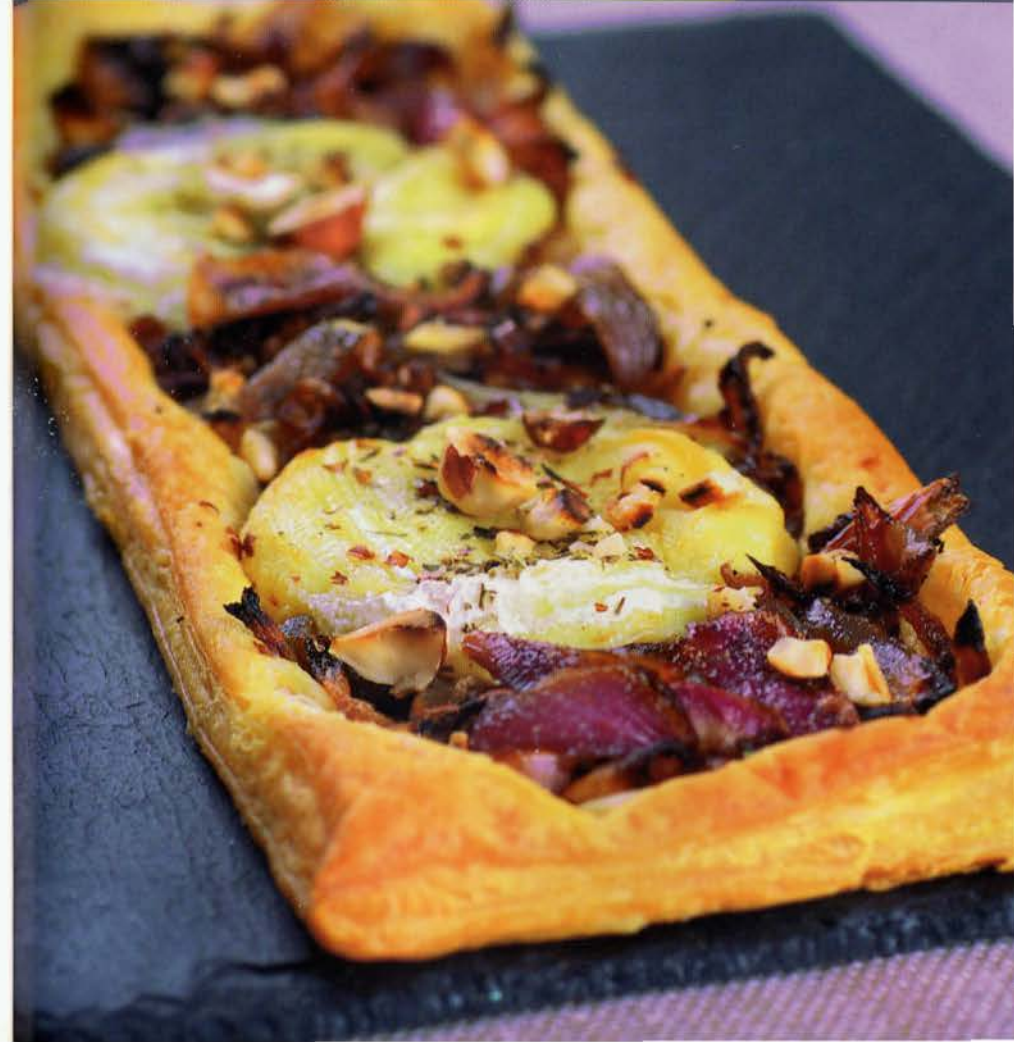
- 3 oignons rouges
- 20 g de margarine
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à café de sucre
- 300 g de pâte feuilletée prête à l'emploi
- 6 petits rocamadours
- 2 cuil. à café d'herbes de Provence
- 30 g de noisettes
- Sel et poivre

Émincez les oignons et faites-les dorer légèrement dans la margarine mélangée à 1 cuil. à café d'huile d'olive. Ajoutez le sucre, salez et laissez cuire 5 minutes en mélangeant régulièrement. Laissez refroidir.

Coupez la pâte feuilletée en 3 longs rectangles, placez-les sur une plaque recouverte de papier de cuisson. Recouvrez-les d'oignons et placez 2 fromages par rectangle de pâte. Arrosez d'un filet d'huile d'olive, salez et saupoudrez d'herbes de Provence.

Mettez au four 30 minutes à 200 °C (th. 6-7).

Concassez grossièrement les noisettes, faites-les griller 5 minutes dans un four très chaud et placez-les sur les tarts au moment de servir.



Tatin d'endives au saint-marcellin

Préparation : 20 minutes • Cuisson : 30 minutes • Difficulté : ★★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 1 kg d'endives
- 1 cuil. à soupe de margarine
- 1 cuil. à soupe de sauce soja
- 1 cuil. à café de sucre fin
- 1 fromage saint-marcellin
- 1 pâte feuilletée
- Sel et poivre

Nettoyez les endives, ôtez la base et coupez-les en 2 dans le sens de la longueur. Faites chauffer 1 cuil. à soupe de margarine et placez les endives sur une face afin de les faire dorer. Arrosez-les de sauce soja, saupoudrez de sucre puis retournez-les pour dorer l'autre face. Laissez-les refroidir. Salez légèrement, la sauce soja l'étant déjà, et poivrez.

Placez les endives dans un moule à manqué de 24 cm de diamètre. Coupez le saint-marcellin en morceaux et déposez-les sur les endives.

Recouvrez le tout de la pâte feuilletée et mettez au four 30 minutes à 180 °C (th. 6).

Sortez du four, attendez 5 minutes, passez un couteau entre la pâte et le bord du moule, puis démoulez sur un plat de service.



Tartelettes au saumon et à la ricotta

Préparation : 30 minutes • Repos : 30 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

Pour la pâte brisée
(ou 1 rouleau de pâte
prête à l'emploi)

- 250 g de farine
- 125 g de beurre tempéré
- 1 jaune d'œuf
- 1 pincée de sel

Pour la garniture

- 300 g de ricotta
- 150 ml de crème liquide allégée
- 2 œufs
- 1 cuil. à soupe d'aneth ciselé
- Le jus d'1/2 citron
- 6 tranches de saumon fumé
- Sel et poivre

Faites un puits avec la farine et mettez au centre le beurre tempéré coupé en cubes, le sel et sablez du bout des doigts. Ajoutez le jaune d'œuf, commencez à mélanger du bout des doigts et ajoutez un peu d'eau, petit à petit, jusqu'à obtention d'une boule.

Placez celle-ci au frais 30 minutes.

Étalez la pâte et placez-la dans un moule de 24 cm de diamètre beurré et fariné. Piquez le fond avec une fourchette et replacez la tourtière au frais pendant la préparation de la garniture.

Mélangez la ricotta et la crème, ajoutez les œufs, l'aneth, le jus de citron et le saumon coupé en lamelles. Salez légèrement et poivrez.

Versez cette préparation sur la pâte et mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Servez avec une salade de roquette.



Tourte au poulet

Préparation : 45 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 40 g de beurre
- 40 g de farine
- 500 ml de lait
- 1 pincée de muscade
- 500 g d'escalopes de poulet
- 250 g de petits champignons de Paris (en boîte)
- 2 pâtes feuilletées
- 40 g d'emmental râpé
- 1 jaune d'œuf
- Sel et poivre

Dans une casserole, faites fondre le beurre. Ajoutez la farine, puis petit à petit le lait tiède, en remuant bien pour éviter la formation de grumeaux. Salez, poivrez et ajoutez une pointe de muscade. Faites épaissir sur feu doux, puis ajoutez le fromage.

Poêlez les escalopes 2 minutes sur chaque face. Coupez-les ensuite en morceaux et mélangez-les à la sauce Béchamel ainsi que les champignons égouttés et coupés en 2.

Laissez refroidir le tout.

Étalez une pâte feuilletée dans un moule à tarte de 24 cm de diamètre en conservant la feuille de cuisson, et sans retirer l'excès de pâte. Piquez le fond avec une fourchette. Versez la préparation au poulet et couvrez avec le deuxième disque de pâte. Faites une pression sur tout le pourtour pour souder les 2 pâtes et retirez l'excès à l'aide d'un couteau.

Badigeonnez la surface du jaune d'œuf dilué avec 1 cuil. à soupe d'eau et faites 3 petits trous. Réalisez un dessin avec l'envers d'une lame de couteau.

Mettez au four 30 minutes à 200 °C (th. 6-7).

À la sortie du four, attendez 10 minutes puis servez.



Pissaladière

Préparation : 30 minutes • Repos : 1 heure • Cuisson : 20 minutes • Difficulté : ★★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

Pour la pâte à pain

- 300 g de farine
- 1 cuil. à café de sel
- 1 cuil. à café de levure déshydratée ou 12 g de levure fraîche

Pour la garniture

- 4 gros oignons
- 1 cuil. à soupe de margarine
- 1 cuil. à café d'huile d'olive
- 1 cuil. à café de sucre
- 1 boîte d'anchois
- Olives noires
- Herbes de Provence
- Sel

Faites un puits avec la farine, ajoutez au centre le sel, la levure puis 180 ml d'eau. Pétrissez jusqu'à obtention d'une boule de pâte homogène et souple. Laissez-la reposer 1 heure, recouverte d'un torchon, dans un endroit tempéré à l'abri des courants d'air, pour que la pâte double de volume.

Épluchez et émincez les oignons. Faites chauffer la margarine mélangée à l'huile et mettez les oignons à blondir. Ajoutez le sucre et surveillez bien qu'ils ne colorent pas trop. Laissez cuire 10 minutes en mélangeant régulièrement. Ajoutez 1 cuil. à café d'huile provenant des anchois, ajoutez du sel si besoin et laissez refroidir.

Étalez la pâte sur une plaque de cuisson légèrement farinée. Répartissez les oignons, placez les filets d'anchois en étoile, quelques olives noires et saupoudrez d'herbes de Provence.

Mettez dans le four à 220 °C (th. 7-8) jusqu'à ce que la pâte soit cuite, soit environ 20 minutes.

Servez aussitôt ou vous pouvez également la déguster froide.

Conseil : si votre four possède la fonction « Cuisson du pain » ou « Pizza » (chauffage par le bas), c'est idéal.



Quiche au thon

Préparation : 20 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 300 g de thon
- 200 g de crème liquide entière
- 3 œufs
- 60 g d'emmental râpé
- 1 cuil. à soupe d'herbes ciselées (ciboulette, persil...)
- 1 oignon haché
- 1 pâte feuilletée prête à l'emploi
- 2 cuil. à soupe de moutarde
- 1 tomate
- Sel et poivre

Égouttez le thon, émiettiez-le puis ajoutez la crème, les œufs, le fromage, les herbes et l'oignon haché. Salez et poivrez.

Étalez la pâte feuilletée dans une tourtière en conservant la feuille de cuisson. Piquez le fond à l'aide d'une fourchette et étalez la moutarde. Versez la préparation au thon et décorez de rondelles de tomate.

Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).



Quiche aux asperges

Préparation : 45 minutes • Cuisson : 30 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★★

Pour 6 personnes

- 300 g d'asperges vertes surgelées
- 20 ml de crème liquide
- 3 œufs
- 50 g de parmesan râpé
- 1 pâte feuilletée prête à l'emploi
- Sel et poivre

Décongelez les asperges et laissez-les égoutter.

Mélangez la crème et les œufs, ajoutez le parmesan râpé, puis salez et poivrez.

Étalez la pâte feuilletée dans une tourtière de 24 cm de diamètre, en conservant le papier de cuisson. Piquez le fond à l'aide d'une fourchette et coupez l'excès de pâte. Versez la préparation sur le fond de pâte. Placez les asperges les unes à côté des autres ou en étoile.

Mettez au four 30 minutes à 200 °C (th. 6-7).

Conseil : vous pouvez ajouter un ruban de pâte feuilletée sur les asperges pour donner l'illusion d'un cordon... Effet assuré !



Quiche aux endives

Préparation : 30 minutes • Cuisson : 15 + 40 à 45 minutes • Repos : 2 heures • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 4 personnes

- 1 kg d'endives
- 2 œufs
- 200 g de crème épaisse
- 50 g d'emmental râpé
- 1 pâte feuilletée prête à l'emploi
- 50 g de gouda fruité
- Poivre, sel

Faites cuire les endives à la vapeur pendant 15 minutes (une fois la cocotte sous pression), puis mettez-les à égoutter 2 heures minimum.

Mélangez les œufs, la crème et le fromage râpé. Salez et poivrez.

Étalez la pâte feuilletée dans une tourtière de 22 cm de diamètre en conservant le papier de cuisson. Piquez le fond à l'aide d'une fourchette. Répartissez les endives égouttées, versez le mélange à base de crème. Bougez un peu les endives à l'aide d'une fourchette pour que la crème se répartisse bien entre ces dernières.

Découpez le gouda en lamelles et déposez-les sur la surface de la quiche.

Mettez au four 40 à 45 minutes à 180 °C (th. 6).

Conseil : vous pouvez également braiser les endives en les faisant dorer dans un peu de margarine avant de les cuire. Il est important de cuire les endives à l'avance pour qu'elles aient le temps d'égoutter afin de ne pas rendre trop de jus dans la quiche et ramollir la pâte.



Quiche lorraine

Préparation : 40 minutes • Repos : 30 minutes • Cuisson : 30 à 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

Pour la pâte brisée
(ou 1 rouleau de pâte
prête à l'emploi)

- 250 g de farine
- 125 g de beurre tempéré
- 1 jaune d'œuf
- 1 pincée de sel

Pour la garniture

- 3 œufs
- 250 g de crème fraîche épaisse
- 150 ml de lait demi-écrémé
- 150 g de lardons fumés
- 100 g d'emmental râpé
- Sel et poivre

Faites un puits avec la farine et mettez au centre le beurre tempéré coupé en cubes et le sel. Sablez du bout des doigts. Ajoutez le jaune d'œuf, commencez à mélanger du bout des doigts et ajoutez un peu d'eau, petit à petit, jusqu'à l'obtention d'une boule.

Placez-la au frais 30 minutes.

Étalez la pâte et placez-la dans un moule beurré et fariné. Piquez le fond avec une fourchette et remplacez la tourtière au frais pendant la préparation de la garniture.

Fouettez les œufs, la crème et le lait. Ajoutez les lardons, la moitié du fromage, poivrez et salez légèrement. Versez cette préparation sur la pâte et parsemez le reste de fromage sur le dessus.

Placez au four 30 à 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Conseil : vous pouvez ajouter une pointe de muscade à la préparation.



Cake asiatique

Préparation : 20 minutes • Cuisson : 6 + 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 60 g de vermicelles de riz
- 1 bocal de mélange de légumes à la chinoise Suzi Wan
- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 50 ml d'huile d'olive
- 150 ml de lait
- 2 cuil. à soupe de sauce soja
- 50 g d'emmental râpé
- 150 g de crevettes
- Sel et poivre

Faites bouillir une casserole d'eau salée. Plongez-y les vermicelles de riz feu éteint 1 minute, puis égouttez-les. Égouttez les légumes à la chinoise.

Faites chauffer 1 cuil. à soupe d'huile, versez les légumes et laissez cuire 5 minutes. Ajoutez les vermicelles et laissez cuire encore 2 minutes.

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Versez le lait tiédi, la sauce soja et l'emmental râpé. Mélangez bien. Ajoutez le mélange légumes, les vermicelles de riz puis les crevettes.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré ou un moule en silicone.

Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez et laissez refroidir sur une grille.



Cake au paprika et aux poivrons

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 10 + 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 50 ml d'huile d'olive
- 2 cuil. à café de paprika
- 150 ml de lait
- 50 g d'emmental râpé
- 100 g d'édam coupé en dés
- Sel et poivre

Coupez les poivrons en petits morceaux et faites-les dorer 10 minutes dans un peu d'huile d'olive.

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le paprika, le sel et le poivre. Ajoutez le lait tiédi et l'emmental râpé. Mélangez bien. Ajoutez les poivrons et les dés d'édam.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré ou un moule en silicone. Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez et laissez refroidir sur une grille.



Cake au poulet et à l'estragon

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 30 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 60 ml d'huile d'olive
- 120 ml de lait
- 50 g d'emmental râpé
- 150 g de blanc de poulet rôti
- 10 feuilles d'estragon
- Sel et poivre

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Ajoutez le lait tiédi et le fromage. Mélangez bien. Coupez le blanc de poulet en morceaux, ciselez les feuilles d'estragon et ajoutez le tout.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré.

Mettez au four 30 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 5 minutes puis démoulez.



Cake au saumon et à la feta

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★

Pour 6 personnes

- 3 œufs
- 150 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 120 ml d'huile d'olive
- 100 ml de lait
- 100 g de fromage : 50 g de gruyère râpé et 50 g de feta
- 120 g de dés de saumon fumé
- 1 cuil. à soupe d'aneth ciselé
- Poivre

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile et le poivre. Ajoutez le lait tiédi et le fromage. Mélangez bien. Ajoutez les dés de saumon et l'aneth.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré et fariné ou un moule en silicone.

Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Démoulez une fois tiède.



Cake aux carottes, au cumin et à la feta

Préparation : 30 minutes • Cuisson : 10 + 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★

Pour 6 personnes

- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 50 ml d'huile d'olive
- 150 ml de lait
- 50 g d'emmental râpé
- 200 g de carottes
- 1 cuil. à café de cumin en poudre
- 1 cuil. à soupe de coriandre hachée
- 100 g de feta
- Sel et poivre

Épluchez et coupez les carottes en rondelles. Faites-les précuire 10 minutes au four à micro-ondes ou dans une casserole d'eau.

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Ajoutez le lait tiédi et l'emmental râpé. Mélangez bien. Ajoutez les carottes, le cumin, la coriandre et la feta, coupée en dés.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré ou un moule en silicone.

Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez et laissez refroidir sur une grille.



Cake aux épinards et au Boursin

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 50 ml d'huile d'olive
- 150 ml de lait
- 60 g d'emmental râpé
- 200 g d'épinards hachés
- 120 g de Boursin
- 30 g de pignons de pin
- Sel et poivre

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Ajoutez le lait tiédi, l'emmental râpé et les épinards hachés. Mélangez bien. À l'aide d'une fourchette, émiettez grossièrement le Boursin sur la préparation et mélangez très peu.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré ou un moule en silicone.

Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez et laissez refroidir sur une grille.



Cake aux lardons et aux pruneaux

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★

Pour 6 personnes

- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 50 ml d'huile d'olive
- 150 ml de lait
- 80 g d'emmental râpé
- 150 g de lardons
- 100 g de pruneaux dénoyautés
- Sel et poivre

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Ajoutez le lait tiédi et l'emmental râpé. Mélangez bien. Ajoutez les lardons et les pruneaux.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré ou un moule en silicone.

Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez et laissez refroidir sur une grille.



Cake aux oignons frits

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★

Pour 6 personnes

- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 50 ml d'huile d'olive
- 150 ml de lait
- 60 g d'emmental râpé
- 60 g d'oignons frits
- Sel et poivre

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Ajoutez le lait tiédi et l'emmental râpé. Mélangez bien. Ajoutez les oignons frits.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré ou un moule en silicone. Répartissez 2 cuil. à soupe d'oignons frits à la surface et enfournez 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez et laissez refroidir sur une grille.

Conseil : salez très peu, les oignons le sont déjà. Vous trouverez des oignons frits au rayon « épices » dans les grandes surfaces.



Cake aux petits légumes

Préparation : 30 minutes • Cuisson : 10 + 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

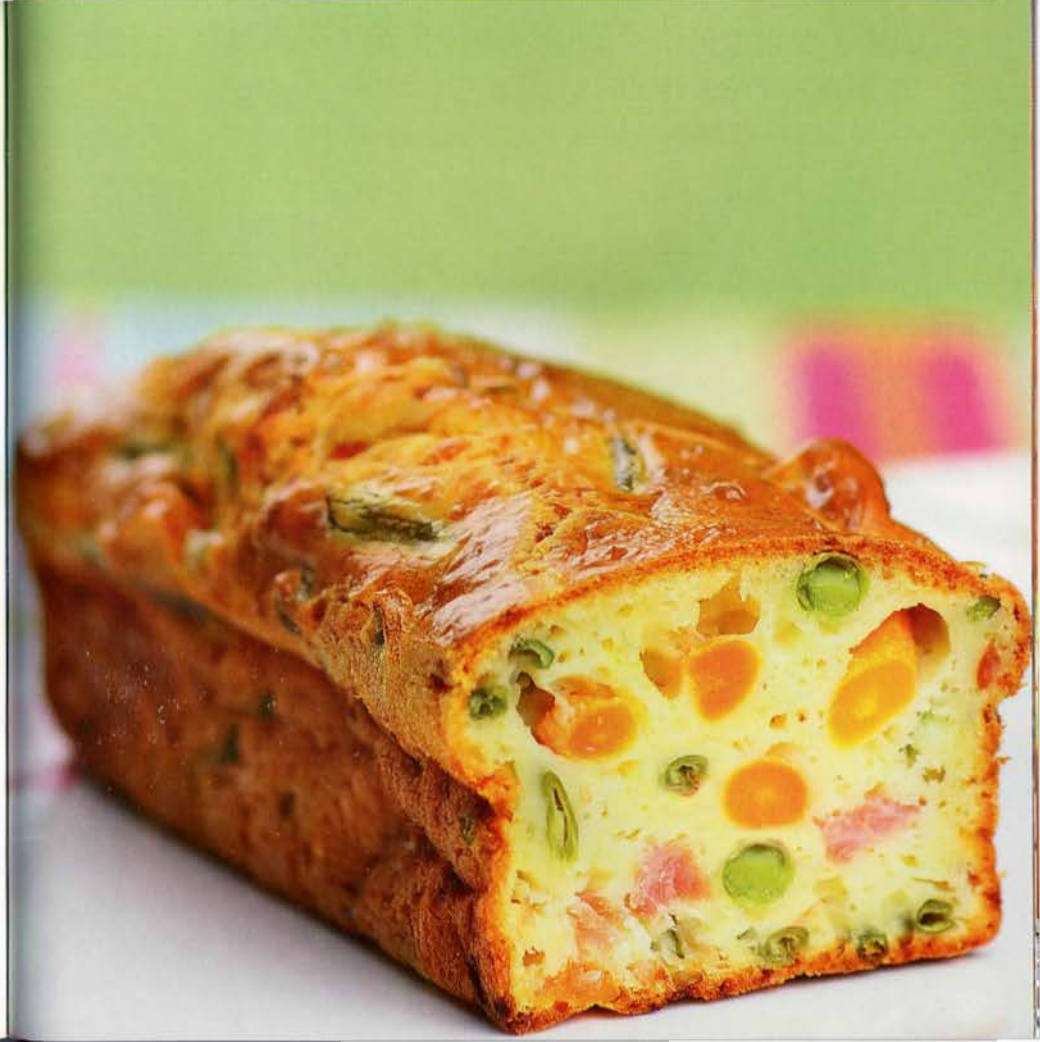
- 250 g de petits légumes surgelés : carottes, petits pois, haricots verts, oignons
- 1 bouillon cube
- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 50 ml d'huile d'olive
- 100 ml de lait
- 50 ml de bouillon de légumes
- 60 g d'emmental râpé
- 100 de lardons fumés
- Sel et poivre

Portez une casserole d'eau salée à ébullition avec le bouillon cube et plongez-y les petits légumes. Laissez cuire 10 minutes puis égouttez les légumes et conservez 50 ml de jus de cuisson (bouillon).

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Ajoutez le lait, le bouillon et l'emmental râpé. Mélangez bien. Ajoutez les petits légumes et les lardons.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré ou un moule en silicone. Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez, dégustez de suite ou laissez refroidir sur une grille.



Cake aux tomates séchées et aux olives noires

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 40 à 45 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

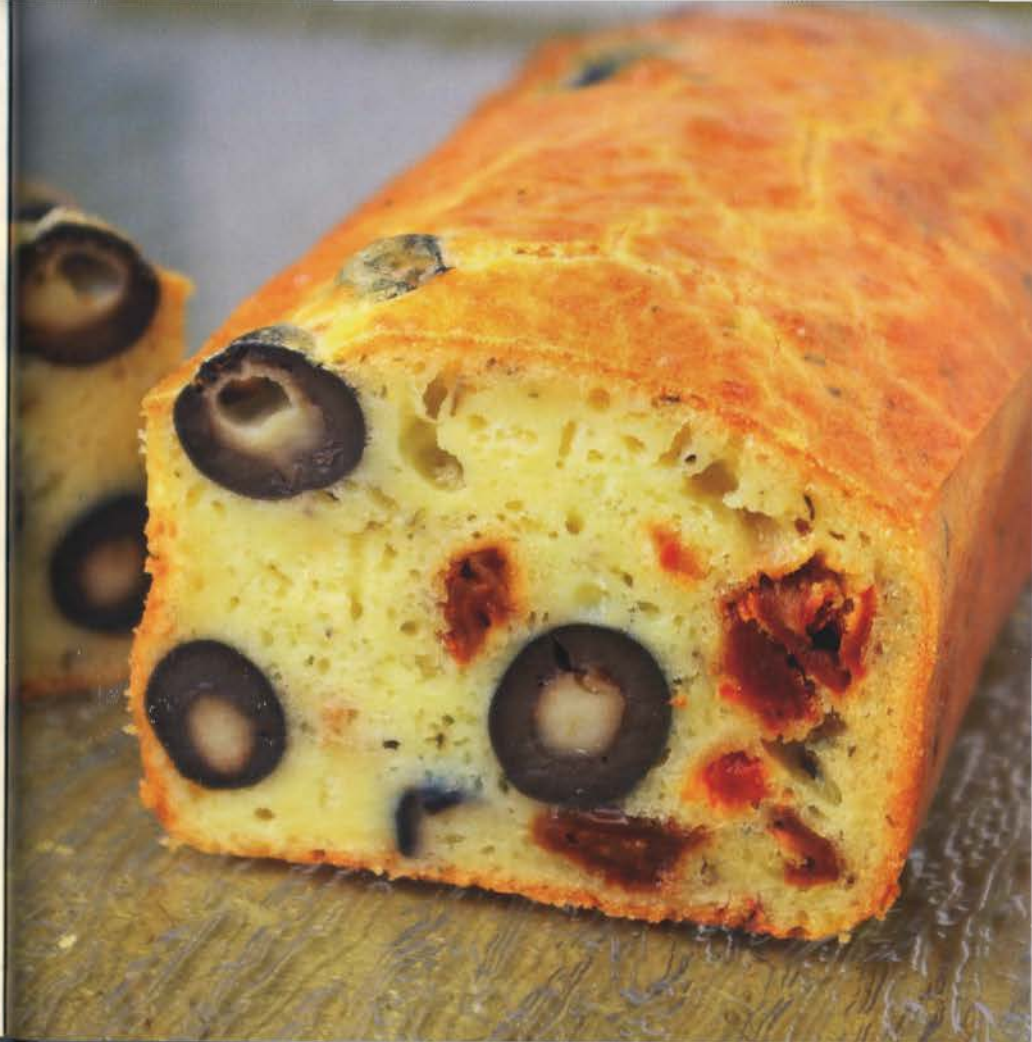
- 3 œufs
- 180 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 40 ml d'huile d'olive
- 100 ml de lait
- 60 g de parmesan râpé
- 6 demi-tomates séchées
- 100 g d'olives noires dénoyautées
- Sel et poivre

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Ajoutez le lait tiédi et le parmesan. Mélangez bien. Ajoutez les tomates coupées en morceaux et les olives noires.

Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré ou un moule en silicone.

Mettez au four 40 à 45 minutes à 180 °C (th. 6).

Démoulez une fois tiède.



Cake marbré pesto et confit de tomates

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 40 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 40 ml d'huile d'olive
- 160 ml de lait
- 50 g d'emmental râpé
- 60 g de pignons de pin
- 2 cuil. à soupe de pesto
- 2 cuil. à soupe de confit de tomates
- Poivre

Faites griller les pignons dans une poêle à sec.

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile et le poivre. Ajoutez le lait tiédi, 50 g de pignons et le fromage râpé. Mélangez bien et divisez cette pâte en 2 parts égales.

Ajoutez dans l'une le pesto et dans l'autre le confit de tomates.

Alternes les couches de pâte au pesto et de pâte au confit de tomate dans un moule à cake préalablement beurré ou un moule en silicone. Parsemez la surface de pignons.

Mettez au four 40 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez et laissez refroidir sur une grille.

Conseil : vous trouverez du pesto et du confit de tomates au rayon Sauces des grandes surfaces.



Mini-cakes au basilic et au saumon frais

Préparation : 20 minutes • Cuisson : 30 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★★

Pour 6 personnes

- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 50 ml d'huile d'olive
- 150 ml de lait
- 80 g d'emmental râpé
- 12 feuilles de basilic frais
- 150 g de saumon frais en pavé
- Sel et poivre

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Ajoutez le lait tiédi, l'emmental râpé et les feuilles de basilic coupées grossièrement. À l'aide d'un mixeur plongeant à soupe, mixez la préparation jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de feuilles de basilic entières et que la pâte ait pris une belle couleur verte.

Versez la moitié de la pâte dans 6 moules à muffins beurrés. Placez un carré de saumon au centre, puis versez le reste de pâte afin de recouvrir le saumon.

Mettez au four 30 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez et laissez refroidir sur une grille.



Mini-cakes aux champignons

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 5 + 30 minutes • Difficulté : ★ Budget : ★

Pour 6 personnes

- 100 g de champignons de Paris en boîte
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail hachées
- 3 œufs
- 200 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 60 ml d'huile d'olive
- 150 ml de lait
- 50 g d'emmental râpé
- 1 cuil. à soupe de persil haché
- Sel et poivre

Égouttez les champignons et faites-les dorer 5 minutes dans 1 cuil. à soupe d'huile d'olive. Ajoutez l'ail, puis laissez refroidir.

Mélangez les œufs avec la farine, la levure, l'huile, le sel et le poivre. Ajoutez le lait tiédi et le fromage. Mélangez bien. Ajoutez les champignons et le persil.

Versez la préparation dans 6 moules à muffins ou à mini-cakes préalablement beurrés ou en silicone.

Mettez au four 30 minutes à 180 °C (th. 6).

Attendez 10 minutes, démoulez et laissez refroidir sur une grille.



REMERCIEMENTS

Je remercie Saïd, Viviane, Nath pour leur aide ; Phil, Val, Émilie, Béber, Nora, Nace et Toï pour leurs encouragements et leur soutien.

Merci aux amis toujours volontaires pour tester mes recettes.

Merci à Luminarc qui me fournit gracieusement en vaisselle (www.luminarc.fr).

Sylvie Aït-Ali

PRÉSENTATION DE L'AUTEUR

Sylvie Aït-Ali est infirmière à Lille. Passionnée de cuisine et de photographie, elle s'est lancée dans l'aventure des blogs culinaires avec la création d'Amuses bouche (<http://amusesbouche.canalblog.com>). Elle partage ainsi sa passion en invitant les internautes à essayer ses recettes. Sur son blog ou par courrier électronique, elle répond aux questions et donne des conseils culinaires avisés.