

ma  
cuisine  
**thermomix**

Démonstration faite, l'impatience de recevoir **son** Thermomix grandit de jour en jour.

C'est toujours ainsi, et dans le monde entier: voici le vôtre.

Merci d'avoir fait confiance à notre marque et à nos délégués. Jour après jour vous constaterez que cette confiance était méritée. Le Thermomix est un appareil robuste, simple, qui vous servira quotidiennement, durablement.

Ses trois avantages vous apparaîtront rapidement :

- Moins de temps consacré à la cuisine, donc plus à votre famille ou à vous-même.
- Moins d'argent consacré à la nourriture donc davantage à la disposition des loisirs, des équipements, de la culture.
- Moins de produits industriels, donc un retour aux produits frais, c'est-à-dire à plus de santé.

Vous constaterez également que notre Thermomix, parce qu'il est le seul MIXEUR-CUISEUR au monde, permet une cuisine très élaborée.

Les 400 recettes contenues dans cet ouvrage le démontrent mieux qu'un long discours. Dix ans de dialogue avec les utilisatrices nous ont amenés à sélectionner ces recettes en fonction des besoins les plus fréquemment exprimés.

Une bourse des recettes est à la disposition de toutes les utilisatrices. Les vôtres seront les bienvenues. Elles seront testées, voire améliorées, avant d'être diffusées.

C'est encore une découverte que vous ferez, à l'usage: les possibilités d'utilisation de votre Thermomix sont innombrables.

L'imagination est sa seule limite et votre créativité culinaire peut se donner libre cours.

Bientôt vous comprendrez l'enthousiasme de nos délégués.

Ils ne demandent qu'à le faire partager à vos meilleures amies.

# la cuisine au naturel

Beaucoup plus qu'une mode, le retour aux produits naturels, non bouillis, témoigne d'un besoin réel.

La lutte contre la pollution commence par la préservation de son propre organisme, saturé d'oxyde de carbone, de produits et d'extraits artificiels, etc.

La cuisson prolongée détruit la plupart **des vitamines, la chlorophylle, les sels minéraux, le sucre** et les matières **azotées**.

Madame RANDOIN, de l'Académie de Médecine, souligne que le poireau à la cuisson perd : 50 % de son sucre, 40 % de phosphore, 70 % de chlore, 45 % de sodium, 50 % de potassium et de magnésium, 30 % de calcium, 20 % de cuivre.

A ces diminutions considérables vient s'ajouter la destruction des **diastases**, contenues dans les végétaux frais, qui assurent l'auto-digestion de ces aliments et réduisent au minimum l'intervention des ferments digestifs de l'organisme.

Le Thermomix et la méthode nutritionnelle VORWERK remédient à cet état de choses : des compotes crues, des potages aux légumes peu cuits, des jus de fruits sains et naturels redonnent de précieux éléments à l'organisme.

C'est la raison pour laquelle le Docteur Franklin E. BIRCHEN, diététicien, mondialement connu, n'a pas craint d'écrire que la méthode VORWERK permettait de

**mieux vivre  
en restant jeune.**

les préparations  
particulières \_\_\_\_\_ 8

les sauces \_\_\_\_\_ 16

les beurres aromatisés \_\_\_\_\_ 28

les pâtes \_\_\_\_\_ 33

les farces \_\_\_\_\_ 39

les soupes, les potages \_\_\_\_\_ 45

les hors-d'œuvres  
et les entrées \_\_\_\_\_ 56

les œufs \_\_\_\_\_ 69

les fruits de mer  
les poissons \_\_\_\_\_ 74



les charcuteries maison, les viandes	86
les légumes	102
les entremets	116
les pâtisseries	133
les crèmes glacées et les sorbets	149
les boissons	157
les buffets-réceptions	168
petits restes et grands plats	175
et pour bébé...	181

Les recettes contenues dans cet ouvrage ont été établies pour 4 personnes

**WILLIAM DRUET et MICHEL ROQUE** \_\_\_\_\_ PAGES 14, 15

- Huîtres au Champagne
- Suprême de Loup aux Blancs de Poireaux

**PAUL, MARC et JEAN-PIERRE HAEBERLIN** \_\_\_\_\_ PAGES 26, 27

- Soupe d'Ecrevisses au Cerfeuil
- Sabayon au Champagne

**EDOUARD CARLIER** \_\_\_\_\_ PAGES 42, 43, 44

- Velouté Glacé d'Artichauts au Homard
- Flan de Courgettes aux moules
- Bavarois aux Fraises des Bois

**BERNARD FOURNIER** \_\_\_\_\_ PAGES 54, 55

- Crème de Laitue
- Sabayon à la mandarine
- Brandade de Haddock

**GÉRARD VIÉ** \_\_\_\_\_ PAGES 66, 67, 68

- Soupe de Foie Gras aux Huîtres
- Fonds d'Artichauts à la Crème d'Artichauts
- Sorbet aux Framboises Granité
- Soupe de Fruits Rouges

**ROLAND MAGNE** \_\_\_\_\_ PAGES 84, 85

- Terrine d'Avocat
- Sabayon au Champagne

MICHEL KEREVER \_\_\_\_\_ PAGES 100, 101

- Soupe de Moules
- Crème d'Artichauts
- Mousseline de Pois Frais

BERNARD COUSSEAU et FILS \_\_\_\_\_ PAGES 114, 115

- Petites Mousselines de Saumon
- Bavarois aux Fraises
- Sabayon au Sauternes

ALAIN DUTOURNIER \_\_\_\_\_ PAGES 146, 147, 148

- Soupe Glacée aux Moules
- Les Tartines aux Oeufs Brouillés
- Pêches Rafraîchies à la Menthe

JEAN-PIERRE MOROT-GAUDRY \_\_\_\_\_ PAGES 154, 155, 156

- Crème de Mousserons
- Bisque d'Ecrevisses
- Sauce Verte Froide
- Sauce Tomate au Basilic
- Sauce pour Blanquette

JEAN ET PIERRE TROISGROS \_\_\_\_\_ PAGES 172, 173

- Potage à la Tomate "Pour Gens Pressés"
- Crème d'Huîtres "Au Pied Levé"

# les préparations particulières

## CONTENANCES DU GOBELET

• Crème fraîche	1 dl ou 100 g
• Eau	1 dl
• Farine	60 g
• Fécule	80 g
• Haricots secs	80 g
• Huile	1 dl
• Lentilles	90 g
• Pain rassis émietté	15 g
• Pois cassés	100 g
• Pulpe de coco	20 g
• Riz	100 g
• Sucre glace	70 g
• Sucre semoule	100 g

En règle générale, on peut moulinier tous les corps durs tels que, café, noix par exemple.

Une seule précaution est à prendre, vous assurer que votre bol et vos couteaux soient parfaitement secs.

- Thermomix 5 à 10 secondes

au choix :

- emmenthal
  - gruyère
  - parmesan
  - vieux cantal
  - vieux gouda, etc.
- ou un mélange de ces fromages, de préférence durs

## POUR RÂPER DU FROMAGE

- Mettez le fromage coupé en morceaux (300 g maximum) dans le bol.
- Mixez 5 secondes à vitesse 7 si vous désirez un gros râpage, 10 secondes si vous préférez un râpage plus fin.

**NOTE :** mis par portions sous sachet plastique, le fromage râpé peut se conserver au réfrigérateur pendant une quinzaine de jours.

- Thermomix 1 mn

- 1 gousse de vanille
- 1 gobelet de sucre semoule

## SUCRE VANILLÉ

- Mettez dans le bol la gousse de vanille coupée en trois ou quatre morceaux et le sucre.
- Faites tourner le Thermomix pendant 1 mn, vitesse 12.





- Thermomix : 5 secondes à 1 mn

- sucre en morceaux
- sucre semoule

- Thermomix exclusivement : 3 à 4 secondes

- 1 noix de coco

- Thermomix : 20 secondes

- Thermomix : 10 à 20 secondes

- 1 gros bouquet de persil

## SUCRE EN POUDRE ET SUCRE GLACE

- Mettez les morceaux de sucre dans le bol.
- Mixez :
  - 5 secondes à vitesse 8 pour obtenir du sucre semoule.
  - 1 mn à vitesse 12 pour obtenir du sucre glace.

## PULPE DE COCO

- Percez des trous dans les trois petites marques nettement visibles dans la noix, le mieux étant de procéder avec un gros clou propre et un marteau ; videz le lait que contient la noix.
- Ouvrez la noix (1) retirez la coque, jetez les morceaux sur les couteaux du mixer tournant à vitesse 8.
- 2 à 3 secondes après l'introduction du dernier morceau, arrêtez l'appareil.

**NOTE :** cette pulpe est toute fraîche, si vous désirez la conserver en bocal il faut la faire sécher, le mieux étant de la laisser étaler à l'air sur un plat. Sans cette précaution la pulpe moisit.

(1) Cette opération est très délicate, il faut à la fois beaucoup de force et beaucoup d'adresse pour ne pas se blesser ; voici un truc que nous avons essayé : enveloppez la noix dans un linge, posez sur une surface dure - billot ou carrément le sol - placez une planche sur la noix et frappez avec un marteau, la noix comprimée éclate.

## PERSIL HACHÉ

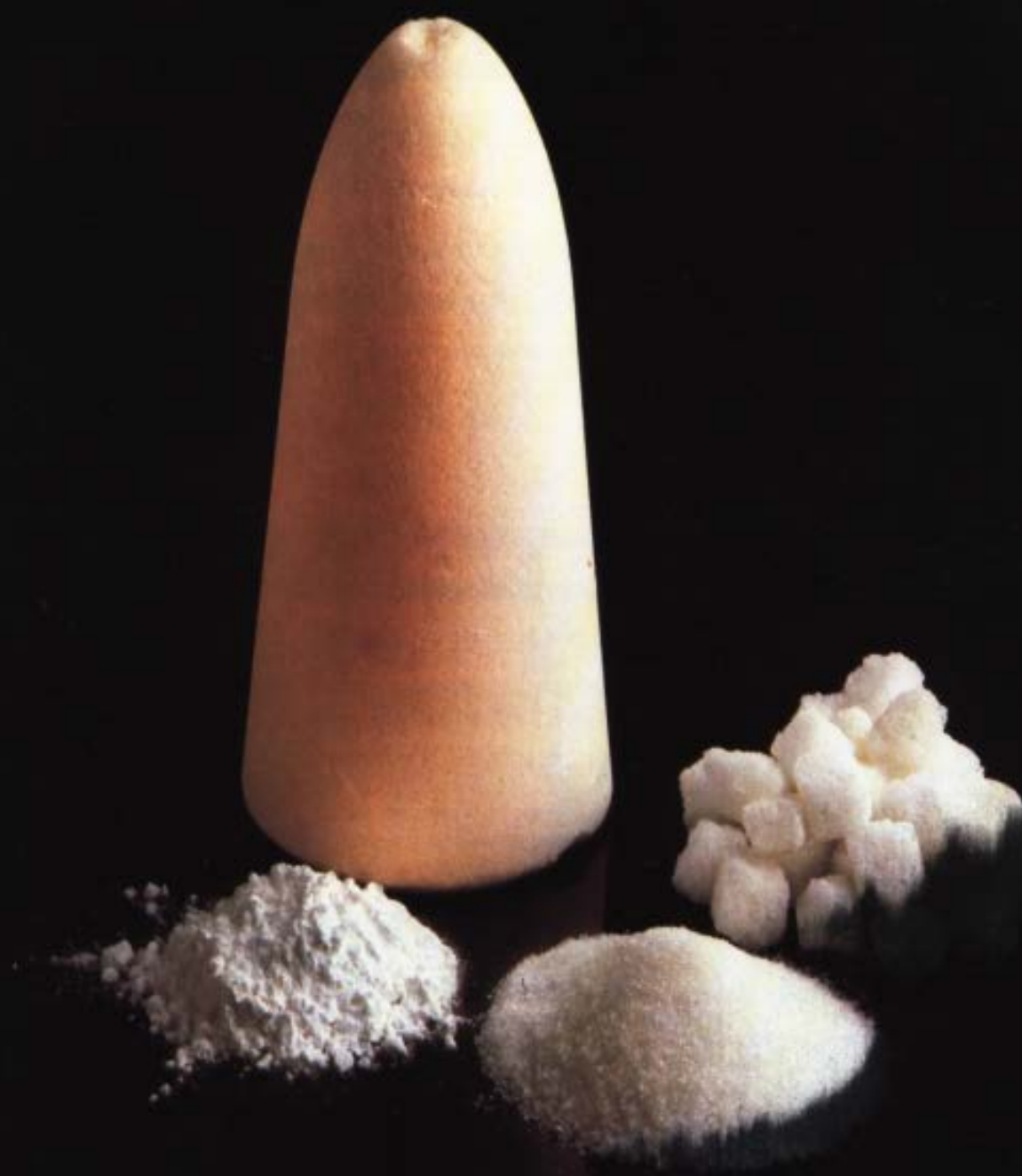
- Coupez les tiges du persil, lavez-le.
- Mettez-le dans le bol, couvrez-le d'eau (ajoutez éventuellement ail, oignon, fines herbes, etc.).
- Mixez 20 secondes à vitesse 12 et tamisez.

## PERSIL HACHÉ A CONSERVER

- Coupez les tiges du persil, lavez-le et séchez-le.
- Mettez-le dans le bol et mixez 30 secondes à vitesse 12.
- Enveloppez le persil par petites portions utiles dans de l'aluminium ménager.

**NOTE :** vous pouvez conserver 10 jours dans le bac à légumes du réfrigérateur, vous pouvez aussi congeler.





- Thermomix : quelques secondes

- Glaçons du bac à glace

- Thermomix : quelques secondes

## GLACE PILÉE

- Videz les glaçons dans le bol et mixez 10 secondes à vitesse 4.

**NOTE :** n'essayez pas de piler plus d'un bac de glaçons à la fois.

## LÉGUMES EN JULIENNE

- Mettez vos légumes dans le bol, mixez quelques secondes à vitesse 6.

## LÉGUMES SECS (lentilles, pois cassés, etc.)

- Ils peuvent être pulvérisés pour une cuisson plus rapide, par exemple dans le cas d'un potage.

## VIANDE HACHÉE

- Coupez la viande dénervée en cubes de 2 à 3 cm, prenez-en une poignée et laissez tomber les morceaux un à un très rapidement sur les couteaux en marche, vitesse 8.
- Arrêtez et videz le contenu du bol puis recommencez l'opération qui ne doit pas excéder 3 secondes afin d'éviter que la viande ne soit réduite en bouillie.

**NOTE :** pour obtenir de bons résultats, respectez scrupuleusement la quantité et la rapidité de chaque opération; pour hâcher de la viande finlandaise, faites «raidir» les cubes de viande dans le freezer et hachez-la légèrement gelée; ainsi elle ne s'enroulera pas autour des couteaux.

## CHAPELURE

- Utilisez vos restes de pain rassis et pulvériser-les.

## AMANDES, NOISETTES, NOIX HACHÉES

- LES AMANDES, LES NOISETTES, LES NOIX seront hachées de la même façon, quelques secondes pour les hacher, grossièrement, plus longuement pour une mouture fine.



- Thermomix : 20 secondes à 1 mn

- café en grains

## CAFÉ MOULU

- Mettez le café dans le bol.
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 12 :
  - au bout de 20 secondes vous obtenez un café moulu pour filtre.
  - au bout de 60 secondes (1 mn) de la farine de café pour café turc.

**NOTE :** dans un bol, mettez un gobelet de café moulu en farine et 1 gobelet d'eau bouillante, laissez macérer 10 mn, filtrez, vous obtenez de l'ESSENCE DE CAFÉ pour pâtisseries.

- Thermomix : 4 mn

- 4 blancs d'œufs
- 1 cuillerée à café de vinaigre de vin blanc

## BLANCS D'ŒUFS EN NEIGE

### pour préparations salées

Pour la bonne réussite de cette opération, il est indispensable que le bol, les couteaux, le couvercle ainsi que les joints soient d'une propreté absolue.

- Mettez les blancs dans le bol avec 2 gobelets d'eau froide et le vinaigre.
- Réglez 4 mn à 50, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, stoppez l'appareil, retirez le bol du socle; laissez reposer 2 mn de façon à ce que l'eau tombe au fond du bol, passez la spatule entre la paroi du bol et les blancs et videz l'eau délicatement; égouttez les blancs dans le panier.

**NOTE :** le vinaigre de vin blanc est préférable car il ne colore pas les blancs ce qui peut être très appréciable pour certaines recettes.

- Thermomix : 4 mn

- 4 blancs d'œufs
- 1/2 gobelet de sucre semoule
- 1 cuillerée à café de sucre vanillé

### pour préparations sucrées

- Dans le bol, mettez 2 gobelets d'eau froide, les blancs des œufs, le sucre, le sucre vanillé.
- Réglez le Thermomix 4 mn à 50, vitesse 1.
- Procédez ensuite de la même façon que précédemment.

**NOTE :** ces blancs sont peu chauffés afin de pouvoir entrer dans des préparations (petits soufflés) et de pouvoir encore gonfler; si vous les destinez à des œufs à la neige, c'est-à-dire s'ils ne doivent pas recevoir de cuisson supplémentaire, réglez le Thermomix 4 mn à 90, vitesse 2.

## CHAMPIGNONS SECS

- Ils peuvent être pulvérisés et utilisés pour parfumer très agréablement une sauce.





# William Druet et Michel Roque

L'Olivier

12, rue Boieldieu - 34500 Béziers - tél. (67) 28.86.64

## HUÎTRES AU CHAMPAGNE

*Thermomix : 17 mn*

*+ quelques secondes au grill*

- 12 huîtres creuses moyennes, pas trop grasses
- 1 gobelet de champagne
- le quart d'une petite échalote de 8 à 10 g
- 3 gobelets de crème fraîche
- 20 g de beurre
- 1 cuillerée à café de farine
- 1 œuf
- sel - poivre
- 1 filet de jus de citron

- Ouvrez les huîtres, mettez la chair dans le panier perforé ; laissez au frais ; gardez les coquilles creuses pour la présentation.
- Dans le bol du Thermomix, mettez le morceau d'échalote et le champagne ; réglez 5 mn à 100, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez la crème, le beurre, la farine, sel et poivre ; réglez 10 mn à 100, vitesse 1.
- Au nouvel arrêt de la minuterie, introduisez le panier dans le bol ; ajoutez le jaune de l'œuf et le jus de citron ; réglez à nouveau 2 mn à 100, vitesse 3.
- Sortez le panier sans attendre, remettez la chair des huîtres dans leur coquille.
- Goûtez le contenu du bol pour rectifier l'assaisonnement, versez sur les huîtres posées sur un plat, en les calant bien (par exemple avec du gros sel) pour qu'elles restent horizontales.
- Passez quelques secondes sous un grill vif. Servez très chaud.

## SUPRÊME DE LOUP AUX BLANCS DE POIREAUX

*Rappelons que "loup" est l'appellation méditerranéenne du bar.*

*Pour 2 personnes :*

*Thermomix exclusivement :  
28 à 29 mn*

- 1 "loup" de 400 à 500 g
- 100 g de poireaux (exclusivement du blanc)
- 1 petite échalote
- 1 cuillerée à café de moutarde forte de Dijon
- 1/2 gobelet de vin blanc
- 2 gobelets de crème fraîche
- un peu de ciboulette ou de persil
- sel - poivre

- Prélevez les filets du poisson en retirant la peau.
- Epluchez, lavez le blanc de poireau ; coupez-le en fine julienne (en petites lanières), mettez dans le panier perforé (il va cuire à la vapeur).
- Introduisez dans le bol l'échalote, la moutarde et le vin puis le panier ; réglez 20 mn à 100, vitesse 1.
- Après 5 mn, ajoutez dans le bol, la crème, sel et poivre.
- A l'arrêt de la minuterie, mettez le poisson sur les poireaux, chaque filet coupé en deux ; réglez 8 mn à 100, vitesse 1.
- Au bout de ce temps, sortez le panier ; faites tourner le Thermomix 30 secondes à vitesse 12 sans chauffer.
- Sur un plat chaud, mettez en lit les blancs de poireaux, posez dessus les morceaux de poisson, nappez avec la sauce après avoir rectifié l'assaisonnement ; parsemez de la ciboulette ciselée ou du persil finement haché.

**NOTE :** vous pouvez accompagner de quelques carottes cuites entières.

# les sauces

Les "sauces" sont des préparations qui effraient toujours la maîtresse de maison : on a eu l'habitude de lui faire croire qu'elles étaient le privilège des chefs chevronnés et qu'on ne pouvait les réussir qu'après des années d'expérience.

Avec le Thermomix, si vous suivez bien nos données c'est-à-dire à la fois la proportion des ingrédients et leur ordre d'introduction, leur préparation sera facile.

Si vous souhaitez congeler certaines sauces pour profiter de la pleine saison de certains ingrédients (fondue et sauce tomate par exemple) vous pouvez le faire dans des bacs à glaçons ; vous les conserverez une fois solidifiés dans des poches en plastique et les utiliserez au fur et à mesure de vos besoins.

## LA SAUCE MAYONNAISE

- Thermomix exclusivement :  
2 mn environ
- 1 œuf + 1 jaune
- 1 cuillerée à soupe de moutarde
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre, ou le jus d'un citron selon le parfum que vous désirez obtenir
- 2 à 3 gobelets d'huile, soit 2 à 3 dl
- sel (très peu à cause de la moutarde)
- poivre

• Dans le bol du Thermomix, mettez l'œuf, la moutarde, le vinaigre, sel et une bonne prise de poivre ; introduisez le panier.

• Faites tourner à vitesse 5, versez l'huile en mince filet, sans discontinuer ; arrêtez l'appareil lorsque vous jugez que la bonne consistance est obtenue, généralement dès l'introduction du dernier filet d'huile.

**NOTE :** si, par hasard, il vous arrivait de «rater» la mayonnaise, surtout ne la jetez pas. Il suffit de remettre un œuf, moutarde, jus de citron et un demi gobelet d'huile dans le bol ; mixez à vitesse 5 quelques secondes, puis ajoutez peu à peu, toujours à vitesse 5, la mayonnaise manquée.

: l'utilisation du panier n'est pas indispensable, mais la mayonnaise restant ainsi dans le fond du bol est plus facile à vider.

**UTILISATION :** pour salades composées, les œufs durs, les poissons et viandes froides.

## L'AÏOLI

- Thermomix exclusivement :  
2 mn environ
- 6 gousses d'ail
- 2 œufs
- 1 cuillerée à café de moutarde
- 5 gobelets d'huile d'olive, soit 1/2 litre
- sel - poivre

• Mettez dans le bol les gousses d'ail, les œufs entiers, la moutarde, 1 gobelet d'huile, sel et poivre ; introduisez le panier.

• Mixez à vitesse 5 ; après 30 secondes versez peu à peu l'huile, en mince filet discontinu ; lorsque vous jugez que la consistance - qui doit être celle d'une bonne mayonnaise - est obtenue, arrêtez l'appareil.

**UTILISATION :** pour les soupes de poissons, les escargots, les poissons et notamment la morue.

## LA SAUCE TARTARE

- Thermomix exclusivement :  
2 mn environ
- 1 branche de persil
- 2 branches de cerfeuil
- 3 à 4 feuilles d'estragon
- 1 petite échalote
- 1 œuf
- 1 cuillerée à café de moutarde
- sel - poivre
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre
- 2 gobelets d'huile soit 2 dl
- 1 cornichon
- 1 cuillerée à soupe de câpres

• Mettez dans le bol les herbes coupées en trois ou quatre morceaux, l'échalote, l'œuf, blanc et jaune, la moutarde, sel, poivre et vinaigre ; introduisez le panier. Mixez à vitesse 5 ; après 30 secondes versez peu à peu l'huile en mince filet, sans discontinuer, jusqu'à la bonne consistance, qui doit être celle d'une mayonnaise.

• Pour servir, mêlez à la sauce le cornichon coupé en fines rondelles et les câpres égouttées.

**UTILISATION :** pour les œufs, les poissons ou viandes blanches froides.





- Thermomix : quelques secondes

- sel
- poivre
- vinaigre
- huile

## LA SAUCE VINAIGRETTE

- Mettez sel, poivre et vinaigre en quantités voulues dans le bol du Thermomix.
- Faites tourner à vitesse 2 et versez l'huile (trois fois plus que de vinaigre), en filet discontinu ; arrêtez aussitôt l'appareil.

**NOTE :** si vous n'utilisez pas immédiatement la sauce, laissez-la dans le bol de l'appareil et tournez à vitesse 4 en comptant jusqu'à 2 ou 3 au moment de l'emploi.

**UTILISATION :** pour les salades simples et composées, les poissons froids, le bœuf bouilli, les cervelles, les légumes.

### VARIANTES :

**LA SAUCE GRIBICHE :** ajoutez au contenu du bol, avant d'introduire l'huile, 1 cuillerée à café de moutarde et 2 branches de persil coupées en cinq ou six morceaux ; au moment de servir, mêlez à la sauce 20 g de cornichons coupés en rondelles, 1 œuf dur hâché ou écrasé à la fourchette et 1 cuillerée à café de câpres égouttées.

**UTILISATION :** pour poissons froids, cervelles, tête de veau.

**LA SAUCE RAVIGOTE :** ajoutez au contenu du bol, avant d'introduire l'huile, 2 échalotes, 1 branche de persil, 2 branches de cerfeuil, 6 tiges de ciboulette et 6 feuilles d'estragon, toutes ces herbes coupées en trois ou quatre morceaux ; mixez 30 secondes à vitesse 8, puis revenez à vitesse 2 et versez l'huile peu à peu.

**UTILISATION :** pour les poissons froids et la tête de veau.

- Thermomix exclusivement :  
2 mn environ

- 3 gousses d'ail
- 6 filets d'anchois à l'huile
- poivre
- 1 œuf
- 4 gobelets d'huile

## LA SAUCE AUX ANCHOIS

- Mettez dans le bol les gousses d'ail, les anchois égouttés, une bonne prise de poivre et l'œuf ; introduisez le panier ; mixez à vitesse 5 ; après 30 secondes versez peu à peu l'huile, en mince filet discontinu ; lorsque vous jugez que la consistance - qui doit être celle d'une mayonnaise - est obtenue, arrêtez l'appareil.

**UTILISATION :** pour les paniers de crudités, les poissons ou les viandes rouges grillées.

- Thermomix exclusivement :  
10 mn environ

- 60 g d'échalotes, soit 4 à 5 belles
- 1 gobelet de vinaigre ou de vin blanc
- 200 à 250 g de beurre
- sel - poivre

## LE BEURRE BLANC

- Introduisez les échalotes et le vinaigre ou le vin dans le bol. Mixez quelques secondes à vitesse 8 ; réglez 5 mn à 100, vitesse 1.
- Dès l'arrêt de la minuterie, retirez le bol et faites couler de l'eau fraîche le long des parois du bol de manière à ce qu'il soit froid. Laissez également refroidir la plaque.
- Remettez le bol en place, salez, poivrez ; réglez 5 mn à 60, vitesse 2.
- Dès que l'appareil tourne introduisez le beurre divisé en noisettes, morceau par morceau, sans discontinuer ; retirez le bol du socle dès l'arrêt de la minuterie et videz aussitôt.

**NOTE :** vérifiez la consistance de la sauce : si elle paraît un peu trop fluide, remettez 30 secondes en chauffage, car le temps dépend de la température des ingrédients.

**UTILISATION :** pour poissons pochés ou poêlés.





• Thermomix exclusivement : 10 mn

- 50 g d'échalotes
- 1 petite branche d'estragon
- 1 gobelet de vinaigre de vin blanc
- 3 jaunes d'œufs
- 200 à 250 g de beurre
- 2 à 3 branches de cerfeuil
- sel - poivre

## LA SAUCE BÉARNAISE

- Prélevez la moitié des feuilles d'estragon, laissez-les en attente.
- Mettez le reste des feuilles d'estragon, les échalotes et le vinaigre dans le bol; réglez 5 mn à 100, vitesse 1.
- Dès l'arrêt de la minuterie, retirez le bol et faites couler de l'eau fraîche le long des parois du bol de manière à ce qu'il soit froid. Laissez également refroidir la plaque.
- Ajoutez les jaunes d'œufs, sel, poivre; remettez le bol en place; réglez 5 mn à 60, vitesse 2; dès que l'appareil tourne, introduisez le beurre divisé en noisettes, morceau par morceau, sans discontinuer; avec les trois dernières noisettes de beurre, introduisez les feuilles d'estragon mises de côté et les pluches de cerfeuil, laissez encore tourner 10 secondes, arrêtez même si la minuterie n'est pas en fin de course.
- Videz le bol du Thermomix aussitôt car il est chaud.

**NOTE :** vérifiez la consistance de la sauce : si elle paraît un peu trop fluide, remettez 30 secondes en chauffage car le temps dépend de la température des ingrédients.

**UTILISATION :** pour poissons grillés, viandes rouges grillées ou poêlées.

### VARIANTES :

**LA SAUCE ARLÉSIENNE :** en même temps que les herbes fraîches, en fin de préparation, introduisez dans le bol 1/3 de gobelet de fondue de tomates (voir chapitre sauces) et 1 filet d'anchois; pour œufs et poissons.

**LA SAUCE CHORON :** remplacez les herbes fraîches introduites en fin de préparation par une petite tomate très ferme fraîche mais laissez l'estragon du départ; pour les crustacés, poissons et viandes rouges.

**LA SAUCE PALOISE :** remplacez l'estragon et le cerfeuil par de la menthe fraîche exclusivement, mais au départ n'en mettez que 2 à 3 feuilles; pour les crustacés, viandes grillées blanches ou rouges, pommes de terre.

• Thermomix exclusivement : 15 mn

- 60 g d'oignons
- 60 g d'échalotes
- 40 g de beurre
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 1 gobelet de vin blanc sec
- 450 g de champignons de Paris
- sel - poivre

## LA DUXELLES

- Nettoyez les champignons; prenez-en 1/3 soit 150 g que vous coupez en lamelles et déposez dans le panier.
- Mettez dans le bol les oignons, les échalotes, le beurre, l'huile, le vin blanc, sel et poivre; introduisez le panier; réglez 10 mn à 80, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, retirez le panier, introduisez le reste de champignons nettoyés dans le bol; mixez 20 secondes à vitesse 4 puis réglez 5 mn à 80, vitesse 1.

**UTILISATION :** pour les poissons braisés au four, les sautés de veau et de volaille, la triperie, notamment les rognons.

• Thermomix exclusivement : 15 mn

- 25 g de beurre
- 1/2 gobelet de farine
- 1/2 tablette de bouillon
- sel - poivre
- 125 g de champignons de Paris
- 1/2 gobelet de madère

## LA SAUCE MADÈRE

- Introduisez dans le bol le beurre, la farine, le bouillon, sel, poivre et 2 gobelets 1/2 d'eau.
- Introduisez le panier contenant les champignons émincés.
- Réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- 30 secondes avant la fin de la cuisson, introduisez le madère.

**UTILISATION :** pour le jambon chaud, le filet de bœuf, le veau, les rognons.





• Thermomix exclusivement : 12 mn

- 20 g d'échalotes
- 1/2 gobelet de vin blanc
- 1/2 gobelet de vinaigre
- 4 gobelets de bouillon de viande
- 1 petit gobelet de farine
- 20 g de beurre
- 50 g de cornichons
- 1 branche de persil
- 2 branches de cerfeuil
- 6 feuilles d'estragon

• Thermomix exclusivement : 20 mn

- 20 g d'échalotes
- 1 gobelet de vin rouge
- 1 os à moelle
- 20 g de beurre
- 4 gobelets de bouillon de viande
- 1 petit gobelet de farine
- sel - poivre

• Thermomix exclusivement : 7 mn

- 1 petit gobelet de farine
- 30 g de beurre
- 5 gobelets de lait, soit 1/2 litre
- sel - poivre
- noix de muscade
- noix de muscade rapée

## LA SAUCE PIQUANTE

- Mettez les échalotes, le vin et le vinaigre dans le bol ; mixez quelques secondes à vitesse 6 ; réglez 5 mn à 90, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez le bouillon, la farine et le beurre ; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.
- Au moment de servir, ajoutez à la sauce les cornichons en fines rondelles et les herbes finement ciselées.

**UTILISATION :** pour le bœuf bouillon, les côtelettes de porc, les langues.

## LA SAUCE BORDELAISE

- Mettez les échalotes et le vin dans le bol ; mixez quelques secondes à vitesse 6, puis réglez 10 mn à 100, vitesse 1.
- Pendant ce temps, sortez la moelle de l'os, coupez-la en tranches.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez le beurre, le bouillon, la farine, le sel et le poivre dans le bol du Thermomix ; introduisez le panier perforé, mettez-y la moelle ; réglez 10 mn à 90, vitesse 1.
- Mettez les rondelles de moelle ainsi pochées à la vapeur dans la sauce.

**UTILISATION :** pour les poissons, les viandes rouges, les foies et rognons.

## LA SAUCE BÉCHAMEL

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.

**UTILISATION :** pour les gratins de toutes natures.

### VARIANTES :

**LA SAUCE CREME:** 30 secondes avant la fin de la cuisson, introduisez 1/2 gobelet de crème fraîche; **pour les poissons, viandes blanches de toutes natures et légumes.**

**LA SAUCEMORNAY:** 30 secondes avant la fin de la cuisson, introduisez 80 g d'emmental ou gruyère râpé; attention au dosage du sel, il dépend du fromage; **pour les œufs, les poissons pochés, les gratins de toutes natures.**

**LA SAUCEPOISSON:** remplacez le lait par le court-bouillon de poisson (filtré) et 30 secondes avant la fin de la cuisson, introduisez 1 ou 2 cuillerées à soupe de crème fraîche; 1 œuf entier et le jus d'un citron; **pour les poissons pochés.**

**LA SAUCE DIEPPOISE:** 30 secondes avant la fin de la cuisson, introduisez des crevettes cuites décortiquées, des moules et des petits morceaux de poisson; **pour tous les poissons pochés, les coquilles de poissons ou de fruits de mer.**

**LA SAUCE BATARDE, dite aussi SAUCE BLANCHE:** remplacez le lait par de l'eau. 30 secondes avant la fin de la cuisson, introduisez 50 g de beurre, 1 filet de vinaigre ou de jus de citron; **pour les poissons pochés, la poule bouillie, le chou-fleur.**

**LA SAUCE MOUTARDE:** préparez la sauce batarde; introduisez en même temps que le beurre et le vinaigre, 1 cuillerée à soupe de moutarde blanche; **pour les poissons et le veau.**







• Thermomix exclusivement : 35 mn

- 100 g d'oignons
- 1 gousse d'ail
- 1/2 gobelet d'huile d'olive
- 1 kg de tomates bien fermes  
de préférence Roma ou olivettes car elles  
ne contiennent que peu d'eau et de graines
- 1/2 cuillerée à café de sucre semoule
- 1 branche de thym
- 1 gobelet de vin blanc

• Thermomix exclusivement : 15 mn

- 100 g de jambon cuit sans gras
- 50 g d'oignons
- 1 branche de persil
- 6 feuilles de basilic à feuilles  
larges
- 1 brindille de thym
- 50 g de beurre
- 300 g de tomates très fermes  
(Roma ou olivettes de préférence ou tomates  
pélées en boîte)
- sel - poivre

• Thermomix exclusivement : 5 mn

- 1/2 citron
- 3 jaunes d'œufs
- 1/2 gobelet de lait froid
- 125 g de beurre froid en morceaux
- sel - poivre

• Thermomix exclusivement : 25 mn

- 1/2 oignon
- 50 g de beurre
- 1 pomme
- 1 poire
- 1 banane
- 2 cuillerées à soupe rase de curry
- 2 gobelets de noix de coco
- Facultatif
- 1 ou 2 cuillerées à soupe  
de crème fraîche

## LA FONDUE DE TOMATES

- Mettez les oignons, l'ail et l'huile dans le bol ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez les tomates, le sucre, le thym et le vin ; mixez 10 secondes à vitesse 10 et réglez à nouveau 30 mn à 100, vitesse 1.

**UTILISATION :** Pour les œufs, les poissons, les viandes de boucherie, les charcuteries, les volailles de toutes natures, toutes ces denrées cuisinées poêlées ou braisées ; également pour accommoder des légumes cuits, notamment le riz ou les pâtes.

## LA SAUCE TOMATE RAPIDE

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez le jambon sur les couteaux. Arrêtez ; ajoutez les oignons, le persil coupé en trois ou quatre morceaux, le basilic, le thym, le beurre, les tomates, sel et poivre ; mixez 10 secondes à vitesse 4 et réglez 15 mn à 100, vitesse 1.

**UTILISATION :** pour les pâtes, ou pour napper les pâtés de viandes, de poissons ou de légumes démoulés.

## LA SAUCE HOLLANDAISE

- Introduisez dans le bol le jus du 1/2 citron et tous les autres ingrédients ; réglez 5 mn à 60, vitesse 4.
- Dès l'arrêt de la minuterie videz sans attendre le bol qui est chaud.

**UTILISATION :** pour les crustacés, poissons pochés, légumes.

## LA SAUCE CURRY

- Introduisez dans le bol l'oignon et le beurre ; mixez quelques secondes à vitesse 6 ; réglez 5 mn à 80 vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez les fruits épluchés et le curry, ajoutez 4 gobelets d'eau ; réglez 20 mn à 90 vitesse 1. Pulvériser 15 secondes en vitesse 12 juste au moment de servir.

**NOTE :** si la sauce curry vous paraît un peu trop épicée ajoutez au dernier moment 1 ou 2 cuillerées à soupe de crème fraîche.

**UTILISATION :** pour les coquillages ou crustacés en fricassés ou braisés, pour l'agneau ou le poulet.

• Thermomix exclusivement : 15 mn

- 50 g de champignons de Paris
- 20 g de beurre
- 1 citron
- 1 gobelet de farine
- 5 gobelets de bouillon de viande blanche, soit 1/2 litre
- 1 jaune d'œuf
- sel, poivre

#### VARIANTES:

**LA SAUCE POULETTE:** ajoutez en même temps que le reste du jus de citron et le jaune d'œuf, 2 branches de persil coupées en trois ou quatre morceaux ; pour les coquillages, crustacés, grenouilles, poissons, abats blancs, pieds de mouton particulièrement, légumes.

**LA SAUCE SUPRÊME:** remplacez le bouillon de viande par un bouillon de volaille ; remplacez le jaune d'œuf et le jus de citron introduits en fin de cuisson par 1/2 gobelet de crème fraîche ; pour le poisson, le veau, le poulet.

**LA SAUCE AURORE:** préparez exactement comme la sauce suprême, mais introduisez à la fin, en même temps que la crème, 1 cuillerée à soupe de fondue de tomates ou 1 à 2 cuillerées à soupe de concentré de tomates ; principalement pour les œufs.

**LA SAUCE CREVETTE THERMOMIX:** comme la sauce Allemande, remplacez le bouillon de viande blanche par du fumet de poisson ; en fin de préparation, remplacez le jaune d'œuf et le jus de citron par 1/2 gobelet de crème fraîche et 50 g de crevettes décortiquées ; au moment de servir, ajoutez encore 1/2 gobelet de crevettes décortiquées entières - pour les œufs et poissons.

## LA SAUCE ALLEMANDE THERMOMIX

- Dans le bol du Thermomix, mettez les champignons nettoyés, le beurre et la moitié du jus de citron ; réglez 5 mn à 90, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez la farine et le bouillon ; réglez 10 mn à 100, vitesse 1.
- 30 secondes avant l'arrêt de la minuterie, ajoutez encore le reste du jus de citron et le jaune de l'œuf.

**UTILISATION :** pour les poissons ou les viandes braisés, de toutes natures.

## LA SAUCE TOMATE A LA VIANDE

• Thermomix exclusivement : 21 mn

- 200 g de steak à hacher
- 500 g de tomates ou une grosse boîte de tomates pelées
- 1 carotte
- 2 cuillerées à soupe de concentré de tomates
- 1 oignon
- 3 branches de persil
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 1 gousse d'ail
- 1 brindille de thym
- herbes de provence
- sel
- poivre

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez la viande sur les couteaux. Arrêtez, videz-la dans le panier de cuisson.
- Introduisez tous les autres ingrédients dans le bol puis le panier, réglez 20 mn à 100, vitesse 1.
- Remuez de temps à autre le contenu du panier avec la spatule par l'orifice du couvercle, de façon à ce que la viande cuise uniformément.
- A l'arrêt de la minuterie, videz le contenu du panier dans le bol, vérifiez l'assaisonnement, mixez 5 secondes à vitesse 3.

**UTILISATION :** pour les pâtes et le riz.







# Paul, Marc et Jean-Pierre Haeberlin

*Maîtres-cuisiniers - Tradition et Qualité*  
Auberge de l'Ill

Illhaeusern 68150 Ribeauvillé - tél. (89) 71.83.23

## SOUPE D'ÉCREVISSES AU CERFEUIL

*Thermomix exclusivement :*  
30 mn environ

- 24 écrevisses vivantes
- 3/4 de l de bouillon de volaille
- 2 gobelets de vin blanc
- 1 carotte
- 1 oignon
- 1 poireau
- 1/4 de petit céleri rave
- 1 gobelet de crème fraîche
- 1 œuf
- une petite poignée de cerfeuil
- sel - poivre

• *Décortiquez les écrevisses : pour cela séparez le coffre, coupez la carapace sur toute sa longueur, sur le ventre, avec des ciseaux ; gardez la chair en attente dans un bol.*

• *Introduisez les coffres et les carapaces dans le bol ; mixez 30 secondes à vitesse 8 puis 30 secondes à vitesse 12 ; ajoutez le bouillon de volaille et le vin ; réglez 10 mn à 100, vitesse 2.*

• *Lorsque la minuterie s'arrête, tamisez le jus de cuisson ; rincez le bol.*

• *Introduisez dans le bol la carotte, l'oignon, le poireau et le céleri ; mixez 30 secondes à vitesse 8 ; ajoutez le bouillon tamisé ; rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.*

• *Lorsque la minuterie s'arrête, mettez la chair des écrevisses dans le panier perforé ; introduisez dans l'appareil ; réglez 4 mn à 100, vitesse 1.*

• *Au nouvel arrêt de la minuterie, retirez le panier ; répartissez la chair des écrevisses dans des petits bols à potage ; mixez quelques instants en vitesse 1 en ajoutant la crème, le jaune d'œuf et les pluches de cerfeuil.*

• *Versez le contenu du bol par dessus la chair des écrevisses.*

## SABAYON AU CHAMPAGNE

*Thermomix exclusivement : 17 à 18 mn*

- 1/2 bouteille de champagne brut
- 1 gobelet 1/2 de sucre semoule
- 7 jaunes d'œufs
- 2 dl de crème fraîche fouettée

• *Dans le bol du Thermomix, mettez le champagne, le sucre et les jaunes des œufs ; réglez 15 mn à 80, vitesse 2 ; vérifiez si la consistance est bonne, sinon prolongez la cuisson, au même réglage, pendant 2 à 3 mn ; laissez refroidir en retirant le bol du socle chaud.*

• *Lorsque la préparation est froide, remettez le bol en place, ajoutez la crème fouettée, faites tourner 3 à 4 secondes à vitesse 1, sans chauffer.*

# les beurres aromatisés

Avoir un beurre aromatisé sous la main, cela fait souvent gagner du temps au moment de mettre une touche finale à une garniture ou à une sauce.

Avec le Thermomix, la préparation est rapide et peut être exécutée sur le champ ; toutefois, les quantités nécessaires ne sont pas toujours importantes et certains beurres demandent des ingrédients saisonniers.

Pourquoi ne pas préparer en une seule fois des beurres que vous pourrez conserver : 1 mois dans votre réfrigérateur.

8 à 9 mois dans votre congélateur.

Pour cela, préparer le beurre selon la recette Thermomix, puis :

Si vous conservez au réfrigérateur, conditionnez en pots paraffinés fermés ou bien façonnez en rouleaux que vous enveloppez d'aluminium.

Si vous conservez au congélateur, façonnez en rouleaux, mettez 24 h au réfrigérateur pour bien raffermir, puis découpez en rondelles-portions. Enveloppez chaque rondelle d'aluminium spécial congélation, congélez et regroupez en sachets. En procédant ainsi, l'utilisation sera facilitée : il vous suffira de sortir le nombre de portions désirées.

Vous trouverez d'autres recettes de beurres aromatisés destinés cette fois non à la cuisine, mais à la préparation de canapés pour buffets.

• Thermomix exclusivement : 5 mn

- 500 g de crème fraîche
- 1 pincée de sel

## LE BEURRE

- Introduisez la crème et le sel dans le bol ; mixez à vitesse 1 et laissez tourner 5 mn sans chauffer.
- Retirez le bol du socle, agitez-le dans un mouvement de rotation et videz le petit lait ; versez 2 gobelets d'eau froide dans le bol, agitez puis videz l'eau ; recommencez une nouvelle fois puis récupérez le beurre et lavez-le sous l'eau froide en le pressant entre vos mains.
- Déposez-le dans un moule ou façonnez-le et mettez au frais.

• Thermomix : 6 à 7 mn

- carapaces de crustacés
- même poids de beurre
- sel - poivre

## BEURRE ROUGE

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux les carapaces de crustacés ; après l'introduction du dernier morceau, augmentez la vitesse à 12 pendant 1 mn.
- Ajoutez sel, poivre, 1 gobelet d'eau et le beurre.
- Réglez 5 mn à 50, vitesse 1.
- Passez dans le panier, au-dessus d'un saladier rempli d'eau froide.
- Récupérez le beurre figé à la surface de l'eau.

**NOTE :** le beurre s'appelle rouge lorsqu'il est fait de carapaces mélangées, mais il peut prendre le nom du crustacé s'il entre seul dans la préparation : BEURRE D'ECREVISSE, BEURRE DE HOMARD, etc.





- Thermomix : 2 mn

- 3 gousses d'ail
- 2 échalotes
- 2 ou 3 branches de persil
- 200 g de beurre  
(doux ou demi-sel, au choix)
- sel - poivre

- Thermomix : 20 secondes

- 5 à 6 branches de persil
- 1 citron
- 200 g de beurre
- sel - poivre

- Thermomix : 2 mn

- 2 dz de feuilles d'estragon
- 200 g de beurre doux ou demi-sel  
(au choix)

- Thermomix : 1 mn environ

- 125 g de fromage bleu  
(bleu d'Auvergne, bleu des Causses,  
fourme d'Ambert, Roquefort, etc.)
- 200 g de beurre doux  
de préférence (le fromage est déjà salé)

## BEURRE D'ESCARGOT

- Introduisez dans le bol l'ail, les échalotes, le persil, le sel et le poivre. Mixez en vitesse 1.
- Ajoutez peu à peu le beurre divisé en noisettes.
- La préparation est prête 2 à 3 secondes après l'introduction de la dernière noisette de beurre.

**NOTE :** comme son nom l'indique ce beurre est destiné à la préparation des escargots, mais il peut aussi être employé pour des praires, des moules et pour la préparation de sauces ou être présenté tel sur des viandes grillées.

## BEURRE MAÎTRE D'HÔTEL

- Lavez le persil, pressez-le pour extraire le plus d'eau possible, ôtez les plus grosses tiges et introduisez-le dans le bol ; ajoutez le jus de citron, le beurre coupé en morceaux, le sel et le poivre ; mixez 10 secondes à vitesse 12 ; arrêtez ; faites redescendre à l'aide de la spatule ce qui pourrait être sur les parois du bol et mixez à nouveau 10 secondes à vitesse 1.

**NOTE :** posez cette préparation sur une feuille d'aluminium. Donnez-lui la forme d'un rouleau ; enveloppez-la et mettez-la à durcir dans le réfrigérateur. Vous découperez ce beurre en rondelles et le servirez sur des viandes grillées.

## BEURRE D'ESTRAGON

- Mettez l'estragon dans le Thermomix, faites tourner l'appareil à vitesse 4.
- Ramenez à vitesse 1 au bout de 30 secondes, introduisez sans attendre, peu à peu, le beurre divisé en noisettes.
- La préparation est prête 2 à 3 secondes après l'introduction de la dernière noisette de beurre.

## BEURRE AU BLEU

- Mettez le fromage et le beurre dans le bol, faites tourner à vitesse 10 pendant environ 1 mn jusqu'à ce que le mélange soit lisse.

**NOTE :** il peut être utile, en cours de préparation de faire descendre sur les couteaux ce qui est projeté sur les parois du bol.







• Thermomix : 10 mn

- 50 g d'échalotes
- 1 gobelet de vin rouge
- 125 g de beurre
- sel - poivre

## BEURRE MARCHAND DE VIN

- Mettez les échalotes, le vin, le sel et poivre dans le bol.
- Réglez 8 mn à 100, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, il ne doit plus y avoir de liquide mais les échalotes doivent encore être humides ; laissez refroidir dans le bol.
- Lorsque la préparation est bien froide, faites tourner le Thermomix à vitesse 1, sans chauffer, et ajoutez peu à peu le beurre divisé en noisettes. Arrêtez 2 à 3 secondes après l'introduction du dernier morceau.

**NOTE :** ce beurre peut servir pour préparer des sauces destinées aux viandes rouges ; il peut aussi être présenté tel sur des steaks grillés.

• Thermomix : 2 mn

- 100 g de noisettes ou de noix mondées (c'est-à-dire débarrassées de leur coque et de leur seconde peau)
- 200 g de beurre (éventuellement : une pointe de cannelle ou une pointe de quatre-épices, selon le goût)

## BEURRE DE NOISETTE OU DE NOIX

- Mettez les noisettes ou les noix dans le bol ; mixez quelques secondes à vitesse 8, ramenez la vitesse à 1.
- Introduisez peu à peu le beurre divisé en noisettes et la pointe d'épice.
- Arrêtez l'appareil 2 à 3 secondes après l'introduction de la dernière noisette.

• Thermomix : 1 mn environ

- 1 petite boîte de filets d'anchois à l'huile, allongés
- 200 à 250 g de beurre doux (les poissons sont déjà salés)

## BEURRE D'ANCHOIS

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 4, jetez les filets d'anchois soigneusement égouttés sur les couteaux.
- Ramenez la vitesse à 1, introduisez le beurre.
- Arrêtez l'appareil quand le mélange est homogène.

• Thermomix : 2 à 3 mn

- 125 g de beurre
- 2 oranges
- 1 citron
- 6 morceaux de sucre
- 2 cuillères à soupe de liqueur à l'orange

## BEURRE SUZETTE

- Lavez, essuyez les agrumes.
- Frottez 4 morceaux de sucre sur l'écorce des oranges jusqu'à ce qu'ils soient imbibés de suc, mettez dans le bol, frottez les 2 autres morceaux de sucre sur l'écorce du citron, mettez également dans le bol.
- Mettez le beurre dans le bol.
- Réglez 2 mn à 50, vitesse 1.
- Ajoutez la liqueur, faites encore tourner le Thermomix, sans chauffer, 3 secondes.

**NOTE :** ce beurre est destiné à la préparation des crêpes du même nom : mettez-le dans une poêle large, sur feu doux, faites-y chauffer les crêpes une à une puis pliez-les en quatre en les laissant dans la poêle. Servez lorsque toutes les crêpes sont chaudes.

**ATTENTION :** les crêpes suzette ne se flambent pas.



# les pâtes

Très rapidement et très facilement confectionnées avec le Thermomix, leur préparation n'est plus un problème. Vous pouvez donc satisfaire enfants et maris gourmands avec des petites pâtisseries, des goûters, voire des petites entrées qui vous feront une réputation de cuisinière hors ligne.

• Thermomix : 4 mn

- 1/2 cuillerée à café de sel
- 60 g de beurre
- 2 gobelets de farine
- 2 ou 3 œufs selon leur grosseur
- 1/2 cuillerée à café de levure chimique

## PÂTE A CHOUX

- Dans le bol du Thermomix mettez 1 gobelet d'eau, le sel, et le beurre ; réglez 3 mn à 100 vitesse 1.
- Introduisez la farine, passez à vitesse 6 sans chauffer, laissez tourner pendant 5 à 10 secondes. Mettez le bol au réfrigérateur pendant 30 mn ou faites couler de l'eau fraîche sur les parois du bol afin de refroidir la préparation.
- Faites tourner l'appareil à vitesse 6, ajoutez alors un œuf entier puis un deuxième au bout de 10 secondes.
- Lorsque vous avez introduit les œufs, vérifiez la consistance de la pâte : elle ne doit plus adhérer à la spatule mais s'en détacher toute seule ; si elle colle encore laissez tourner 10 secondes et ajoutez la moitié puis la totalité du troisième œuf si nécessaire, puis la levure.

**NOTES :** au lieu d'ajouter du sel, vous pouvez utiliser du beurre demi-sel, surtout si la pâte est destinée à des préparations salées. La pâte à choux ne doit pas attendre, vous devez l'utiliser dès qu'elle est prête.

• Thermomix : 15 à 20 secondes

- 2 gobelets de farine
- 1 pincée de sel
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- 1 œuf
- 1 gobelet de lait

## PÂTE À BEIGNETS

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 15 à 20 secondes à vitesse 6.
- Vérifiez la consistance de la pâte : elle doit être coulante mais épaisse car une pâte trop fluide ne nappe pas suffisamment les aliments à frire. Si elle vous paraît trop épaisse ajoutez encore un peu de lait en mixant de nouveau.

### VARIANTES :

Pour des beignets salés vous pouvez ajouter une pointe d'épices : cayenne, curry, paprika, poivre, etc.

Pour des beignets sucrés, un peu de sucre vanillé, 1 cuillerée à soupe d'eau-de-vie ou de liqueur, etc. mais évitez le sucre semoule car il fait brunir les beignets.

- Thermomix : 15 à 20 secondes

- 1 gobelet de farine de sarrasin ou blé noir
- 1 gobelet 1/2 de farine de froment
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- 1 œuf
- 1 cuillerée à café de sel

## PÂTE À GALETES DE SARRASIN

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; ajoutez 4 gobelets d'eau et mixez 15 à 20 secondes à vitesse 6.
- Vérifiez la consistance de la pâte et, si besoin, ajoutez un peu d'eau en mixant de nouveau.

- Thermomix : 5 à 10 secondes + cuisson

- 5 gobelets de farine
- 3 œufs
- sel

## PÂTE À NOUILLES

- Introduisez les ingrédients dans le bol ; mixez 5 à 10 secondes à vitesse 6 ; videz la pâte et laissez-la reposer pendant 2 heures.
- Sur une planche légèrement farinée, abaissez la pâte au rouleau et coupez-la en fines lamelles ; laissez sécher à nouveau 30 mn sur un linge fariné.
- Faites cuire les nouilles 10 à 20 mn selon leur épaisseur et selon que vous les aimiez "al dente" ou plus molles, dans l'eau bouillante salée à laquelle vous ajoutez une cuillerée à café d'huile.

### VARIANTES :

Pour obtenir des nouilles de couleur rose, vous pouvez ajouter une petite boîte de concentré de tomate, pour des vertes, une poignée d'épinards hachés, mais, dans ces deux cas, 2 œufs suffisent.

- Thermomix : 10 à 15 secondes

- 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive
- 1 pincée de sel
- 6 gobelets de farine
- 10 g de levure de boulanger

## PÂTE À PIZZA RAPIDE

- Dans le bol du Thermomix, mettez l'huile, le sel, la farine et la levure dissoute dans 1/2 gobelet d'eau tiède.
- Faites tourner 10 à 15 secondes à vitesse 6 en ajoutant un gobelet 1/2 d'eau.
- Laissez reposer 1/2 heure dans un endroit tiède et étalez sur une toile farinée.

**NOTE :** selon la qualité de la farine, vous devrez peut-être ajouter 1/2 gobelet d'eau.

- Thermomix : 10 à 15 secondes

- 4 gobelets de farine
- 2 gobelets de sucre glace
- 125 g de beurre
- 1/3 gobelet de lait
- sel
- 2 jaunes d'œuf

## PÂTE SABLÉE

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 10 à 15 secondes à vitesse 6.
- Sortez la pâte ; si vous désirez la laisser reposer, posez-la dans un saladier après l'avoir façonnée en boule et légèrement frottée de farine.







- Thermomix : 10 à 15 secondes

#### La formule traditionnelle

- 5 gobelets de farine
- 125 g de beurre
- sel

#### La formule spéciale Thermomix

- 5 gobelets de farine
- 125 g de beurre
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- sel

## PÂTE BRISÉE

### Première formule

- Mettez la farine, le beurre et une pincée de sel dans le bol du Thermomix avec un gobelet d'eau ; faites tourner 10 à 15 secondes à vitesse 6.
- Sortez la pâte ; si vous désirez la laisser reposer, posez-la dans un saladier après l'avoir façonnée en boule et légèrement frottée de farine ; couvrez le saladier avec un torchon.

### Deuxième formule

- Procédez exactement comme précédemment, en ajoutant aussi le gobelet d'eau.
- L'ajout de l'huile permet de garnir ensuite le moule avec la pâte, sans le graisser ; une fois cuite la préparation est légèrement plus croustillante.

**NOTE POUR LES DEUX FORMULES :** le mixage étant effectué très vite, en principe le temps de repos n'est plus nécessaire la pâte n'étant pas élastique. Pour vérifier l'élasticité d'une pâte, enfoncez-y le doigt ; si le trou formé se bouche, la pâte doit reposer ; s'il reste imprimé, vous pouvez l'utiliser tout de suite. La cuisson de ces pâtes sans garniture, pour fonds de tartes ou tartelettes se fera à four thermostat 6/7, 200°, entre 15 et 25 minutes, selon la dimension du ou des moules et l'épaisseur de la pâte. N'oubliez pas de piquer abondamment le fond avec les dents d'une fourchette.

- Thermomix : 20 secondes +  
1 h pour faire lever la pâte +  
50 à 60 mn de cuisson

- 1 cuillerée à café de sel
- 2 gobelets d'eau chaude
- 20 g de beurre ou margarine
- 8 gobelets de farine
- 25 g de levure de boulanger  
délayée dans 1/2 gobelet  
d'eau chaude

## PÂTE À PAIN

- Mettez tous les ingrédients dans le bol du Thermomix et faites tourner 20 secondes à vitesse 7.
- Sortez la pâte, façonnez-la en boule, mettez-la dans un saladier assez grand légèrement fariné pour qu'elle puisse lever à l'aise ; couvrez avec un torchon, laissez dans un endroit tiède ; au bout de 30 mn de repos, étirez la pâte avec les mains farinées ; façonnez le pain selon la forme que vous désirez lui donner ; couvrez avec le torchon, laissez reposer 30 mn à nouveau.
- Avec une spatule, pratiquez deux ou trois entailles à la surface du pain ; mettez au four thermostat 6/7, 200° sur la tôle à pâtisserie pendant 50 à 60 mn.

**NOTES :** il existe aujourd'hui de la levure de bière lyophilisée qui peut être employée pour les gâteaux, mais pour le pain, mieux vaut prendre encore la levure de boulanger, très fraîche, qui se vend en petits cubes. Cette pâte est également celle des pizzas.

### VARIANTES :

Toutes les fantaisies sont permises :

- 1 œuf, ajouté à la pâte, rendra votre pain plus léger.
- du lait, en remplacement d'une partie de l'eau, vous donnera du pain plus blanc.
- de la farine complète ou de sarrasin peut remplacer une partie ou la totalité de la farine de froment.

Au moment du façonnage du pain vous pourrez également ajouter :

- 1 à 2 cuillerées à soupe de carvi ou de sésame.
- 100 g de noix hachées ou en poudre.
- 4 cuillerées à soupe de raisins de corinthe.







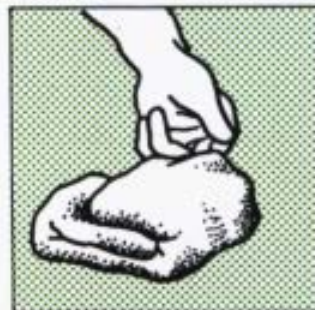
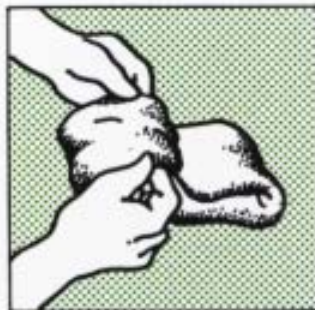
- Thermomix : 15 à 20 secondes pour la détrempe + un long travail de "tours"
- 6 gobelets de farine
- sel
- 2 fois 125 g de beurre

## PÂTE FEUILLETÉE

- Dans le bol du Thermomix, mettez la farine, une pincée de sel, 2 gobelets d'eau et 125 g de beurre ; faites tourner 15 à 20 secondes à vitesse 6, sans chauffer.
- Vérifiez la consistance de la pâte qui doit être malléable c'est-à-dire pouvoir se façonner facilement en boule, en fait, de la consistance d'une pâte brisée.
- Sortez la pâte, et mettez-la dans un saladier, en la couvrant d'un linge et gardez au frais pendant 1 heure.

### PREPARATION PROPREMENT DITE DU FEUILLETAGE :

- Abaissez la pâte sur une planche légèrement frottée de farine en un rectangle d'environ 30 x 15 cm.
- Couvrez les deux-tiers de ce rectangle, dans la longueur, avec le reste de beurre divisé en petites noisettes ; repliez sur ce beurre la partie de pâte restée libre ; repliez une seconde fois pour couvrir le beurre encore apparent ; abaissez au rouleau pour reformer le rectangle initial.
- Repliez-le en trois, faites-le faire un quart de tour sur la planche ; abaissez encore. Cela s'appelle donner deux tours.
- Repliez en trois, enveloppez dans une feuille d'aluminium et mettez la pâte pendant 15 mn dans le bac à légumes du réfrigérateur.
- Au bout de ce temps sortez la pâte ; abaissez-la au rouleau, pliez en trois, faites pivoter d'un quart de tour, abaissez encore ; pliez en trois, remettez dans l'aluminium, dans le bac à légumes du réfrigérateur pendant 15 mn. Recommencez encore une fois cette opération ; vous avez ainsi donné 6 tours.
- Laissez la pâte reposer pendant 10 mn au moins avant de la façonner selon la préparation désirée.



- Thermomix : 15 à 20 secondes

- 4 gobelets de farine
- 1 pincée de sel
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- 2 œufs
- 5 gobelets de lait

## PÂTE À CRÊPES

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 15 à 20 secondes à vitesse 6.
- Vérifiez la consistance de la pâte : elle doit avoir la consistance d'une crème liquide ; si elle vous paraît trop épaisse ajoutez encore un peu de lait en mixant de nouveau.

**NOTE :** si vous destinez cette pâte à des crêpes sucrées vous pouvez ajouter 1/2 gobelet de sucre semoule, 2 cuillerées à café de sucre vanillé et une à deux cuillerées à soupe de Rhum.



# les farces

L'intérêt d'une farce est tout d'abord d'apporter à l'aliment dans lequel elle est introduite soit un parfum (farce à base d'épices ou d'herbes) soit un moelleux (farce au fromage blanc ou à la pomme). Il ne faut pas oublier qu'en plus une farce peut être un excellent apport pour augmenter le volume d'une pièce un peu juste ; en ce dernier cas il faut donc veiller spécialement à sa composition afin d'en faire une préparation gustativement agréable.

Pour hâcher les viandes, reportez-vous aux conseils page 12.



• Thermomix : 1 mn

- 125 g de maigre de veau
- 125 g de jambon cuit (dit jambon de Paris)
- 100 g d'échalotes
- Toute la pulpe retirée des légumes pour les creuser
- 50 g de beurre
- 100 g de mie de pain rassis
- 4 branches de persil
- 2 œufs
- sel - poivre
- crème fraîche (selon la nature des légumes à farcir)

## FARCE POUR LÉGUMES

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8 ; jetez sur les couteaux les viandes coupées en dés, les échalotes et la pulpe des légumes, arrêtez l'appareil 2 secondes après l'introduction du dernier morceau. Videz dans un saladier.
- Mettez le beurre, le pain, le persil, les œufs, le sel et le poivre dans le bol du Thermomix ; faites tourner 20 secondes à vitesse 8, puis videz et mélangez au contenu du saladier.

**NOTE :** selon la nature des légumes la crème est à introduire en même temps que le pain et le persil ; s'il s'agit de légumes aqueux comme les tomates ou les courgettes, elle n'est pas nécessaire ; s'il s'agit de légumes comme les aubergines, les pommes de terre elle est utile ; en ce dernier cas son dosage est d'environ 1 gobelet pour les proportions ci-dessus, mais mieux vaut procéder en deux fois en se rendant compte de la consistance avec la spatule.

• Thermomix : 7 mn

- 2 échalotes
- 20 g de beurre
- 125 g de filet de merlan
- 125 g de champignons de Paris
- 75 g de pain rassis
- 1 gobelet de lait
- 2 œufs
- sel - poivre
- 1 pointe de cayenne

• Thermomix : 2 mn

- 125 g de maigre de veau
- 125 g d'échine de porc
- 125 g de jambon cuit  
(dit jambon de Paris)
- 100 g d'échalotes
- 100 g de mie de pain rassis
- 4 branches de persil
- 1 gobelet de lait
- 50 g de beurre
- 2 œufs
- sel - poivre
- une pincée de quatre-épices
- éventuellement 1 à 2 cuillerées à soupe de crème fraîche

• Thermomix : 2 mn

- 2 oignons
- 100 g de cerneaux de noix
- 2 baies de genièvre
- 150 g de pain rassis
- 150 g de chair à saucisse
- 1 brindille de thym
- 2 œufs
- sel - poivre
- 1 pointe de cayenne

• Thermomix : 1 mn

- 2 oignons
- 4 pruneaux dénoyautés
- 50 g de raisins secs équeutés
- 2 pommes reinette de préférence
- 400 g de chair à saucisse ou de jambon cuit
- 2 œufs
- sel - poivre
- 1 forte pincée de quatre-épices

## FARCE POUR POISSONS

- Pelez les échalotes, nettoyez les champignons, cassez le pain en petits morceaux, tronçonnez le poisson.
- Mettez les échalotes et le beurre dans le bol ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1, pour faire fondre les échalotes.
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux, le poisson et le pain. Arrêtez ; ajoutez les champignons, les œufs, le lait, sel, poivre et la pointe de cayenne ; laissez tourner le Thermomix 1 mn à vitesse 7, sans chauffer, pour bien mélanger.

## FARCE POUR VIANDES DE BOUCHERIES ET VOLAILLES

- Coupez séparément toutes les viandes en dès de 1,5 à 2 cm, en éliminant tous les nerfs ou peaux trouvés sous le couteau.
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8 ; jetez le veau et les échalotes sur les couteaux ; 2 à 3 secondes après l'introduction de la dernière, arrêtez l'appareil et videz le contenu du bol dans un saladier.
- Recommencez de la même façon pour l'échine ; videz dans le saladier puis hachez de la même façon le jambon ; ajoutez-le au contenu du saladier.
- Mettez le pain, le persil, le lait, le beurre, les œufs entiers, sel, poivre et les quatre-épices dans le bol du Thermomix, mixez 30 secondes en vitesse 10, puis videz et mélangez au contenu du saladier.

**NOTE :** la farce doit se tenir mais toutefois être un peu mollette ; si elle vous paraît un peu épaisse, ce qui peut provenir de la qualité des ingrédients utilisés, ajoutez 1 à 2 cuillerées à soupe de crème fraîche.

## FARCE POUR GIBIERS

- Mettez les oignons pelés, les noix, le genièvre et le pain dans le bol et faites tourner le Thermomix 30 secondes à vitesse 4.
- Ramenez la vitesse à 1, introduisez dans le bol, la chair à saucisse, le thym, les œufs, sel, poivre et la pointe de cayenne ; laissez tourner 1 mn.

**NOTE :** si vous avez des parures de gibier, mettez-les sur feu moyen dans une casserole, couverte d'eau. Laissez réduire à environ 1 à 2 cuillerées à soupe de jus que vous incorporez à la farce en le tamisant - à la place d'un œuf.

## FARCE POUR DINDE OU OIE

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 4, jetez sur les couteaux les oignons pelés, les pruneaux et les raisins.
- Ramenez la vitesse à 1, mettez dans le bol, les pommes pelées les cœurs retirés, la chair à saucisse, les œufs, le sel, le poivre et les quatre-épices ; laissez tourner 30 secondes en aidant avec la spatule.











# Edouard Carlier

Le Beauvilliers

52, rue Lamarck - 75018 Paris - tél. 254.19.50

## VELOUTÉ GLACÉ D'ARTICHAUTS AU HOMARD

*Thermomix : 6 mn*

- 1 homard de 1 kg
- 2 gobelets de vin blanc sec
- 4 artichauts
- 1 citron
- 4 cuillerées à soupe de crème fleurette (crème fraîche liquide)
- cerfeuil

• Ouvrez le homard vivant, la tête en deux; prélevez le corail à cru et le malaxer avec 50 g de beurre en pommade.

• Faites cuire le homard en casserole avec oignons et carottes et 2 gobelets de vin blanc sec.

• Détachez les coffres et les pinces. Réservez à part pour utilisation finale la chair de la queue et les deux pattes. Cassez la carcasse et les autres parties en morceaux et laissez tomber sur les couteaux. Ajoutez le jus de cuisson. Pulvérissez en vous aidant de la spatule. Faites tourner l'appareil en vitesse 11.

• Passez au chinois afin d'obtenir un coulis.

• Faites cuire dans l'eau chaude citronnée 4 gros fonds d'artichauts sans barbe.

• Lorsqu'ils sont cuits, mettez-les dans le bol avec les chairs des coffres et les pinces et le coulis, ajoutez le beurre manié au corail de homard. Faites tourner l'appareil 30 secondes à vitesse 10, puis réglez le Thermomix 5 mn à 80, vitesse 1.

• Laissez refroidir ce velouté. Lorsqu'il est bien froid, incorporez 4 cuillerées à soupe de crème fleurette, mélangez. Mettez au réfrigérateur 4 à 5 heures.

• Servez dans des bols en incorporant la chair des pattes et de la queue du homard coupée en petits cubes et deux pluches de cerfeuil par bol.



# FLAN DE COURGETTES AUX MOULES

*Thermomix : 2 mn*

- 1/2 l de lait
- 5 œufs
- 6 grosses courgettes
- sel
- 1 l de moules de bouchot

- Coupez les courgettes en rondelles, faites-les cuire à l'étuvée au beurre, en casserole sous papier alu.
- Lorsque les courgettes sont cuites, mettez-en la moitié dans le bol du Thermomix et faites tourner 1 mn à vitesse 10.
- Ajoutez dans le bol du Thermomix, le lait, les œufs et le sel, faites tourner 1 mn à vitesse 3.
- Beurrez des ramequins légèrement, enduisez les parois du reste des rondelles de courgettes cuites que vous avez gardé de côté.
- Versez le flan aux courgettes dans les ramequins en incorporant les moules de bouchot décortiquées à raison de 6 à 7 moules par ramequin.
- Dans un grand plat allant au four, disposez les ramequins avec 1 litre d'eau pour que la cuisson se fasse au bain-marie.
- Laissez cuire au four à 140 pendant 20 minutes.
- Servez les ramequins démoulés et retournés avec une garniture de rondelles de courgettes et de moules décortiquées.
- Nappez d'un beurre fondu au jus de citron.

# BAVAROIS AUX FRAISES DES BOIS

*Thermomix : 8 à 9 mn*

- 1/2 l de lait
- 1 gobelet de sucre semoule
- 6 jaunes d'œufs
- 2 gousses de vanille
- 6 feuilles de gélatine
- 250 g de crème fraîche
- 2 cuillerées à soupe de sucre glace
- 6 blancs d'œufs
- 750 g de fraises des bois
- biscuits à la cuillère
- 2 cuillerées à soupe de liqueur de fraises des bois

- Dans le bol du Thermomix, mettez le lait, le sucre semoule et les jaunes d'œufs. Réglez 7 mn à 90 à vitesse 1.
- Lorsque la crème est encore chaude, incorporez 6 feuilles de gélatine que vous aurez trempées au préalable dans de l'eau froide.
- Laissez refroidir complètement cette crème avec les deux gousses de vanille (ne les ôter que lorsque le saladier est froid).
- Mettez 250 g de crème fraîche dans le bol avec 2 glaçons. Faites tourner 1 mn à vitesse 1, en ajoutant petit à petit les 2 cuillerées de sucre glace. Battez les 6 blancs en neige bien ferme.
- Incorporez délicatement la crème fouettée aux blancs en neige, de façon à ne pas détruire leur volume.
- Lavez les fraises des bois et mettez-en 1/3 dans le bol. Faites tourner 30 secondes en vitesse 8. Mélangez la pulpe de fruits ainsi obtenue avec le mélange blancs en neige et crème fouettée, toujours très délicatement.
- Enduisez les parois d'un moule à charlotte de biscuits à la cuillère trempés dans le jus des fraises, additionné de 2 cuillerées à soupe de liqueur de fraises des bois.
- Versez une couche de crème anglaise déjà préparée, puis une louche de crème fouettée, semez une rangée de fraises des bois.
- Recommencez avec une couche de crème anglaise, une couche de crème fouettée, une couche de fruits jusqu'en haut du moule.
- Mettez au réfrigérateur 5 à 6 heures et ne démoulez qu'au moment de servir, accompagné d'un coulis de fraises des bois.



# les soupes, les potages

La "soupe" constituait naguère encore le plat unique du repas du soir au "souper" avant que ce repas ne devienne le "dîner", l'appellation "souper" étant de plus en plus réservée à l'en-cas précieux d'après minuit.

La "soupe" était alors constituée de tranches de pain arrosées de "potage", le "potage" étant le contenu du "pot" - très souvent en terre - avec ses légumes, ses poissons ou ses viandes.

Les soupes, au fil du temps, se sont enrichies, voire sophistiquées, les dénominations se sont multipliées et il est aujourd'hui souvent difficile de faire une différence entre un bouillon, une crème, un velouté, etc.

Mais ces désignations restent malgré tout arbitraires et l'essentiel est que la "soupe" soit réussie.

**ATTENTION :** selon le type de pommes de terre utilisé, il est possible que vos potages aient parfois un goût provoqué par l'amidon. Si tel est le cas vous pouvez mixer les pommes de terre crues pendant quelques secondes en vitesse 1 pour les réduire en julienne, puis les faire cuire dans le panier de cuisson 15 à 18 mn ce qui est possible pour toutes recettes. Vous pouvez ensuite les laisser en morceaux ou les mixer pour obtenir un velouté.

• Thermomix exclusivement : 2 mn

- 2 pommes de terre moyennes
- 1 belle ou 2 petites carottes
- 1 morceau de poireau (environ 3 cm)
- 2 feuilles de céleri
- 3 ou 4 brins de persil
- 1 petit morceau de navet
- 1 tomate ou sauce tomate
- au goût : 1 petit morceau d'oignon, d'ail, des herbes de Provence, quelques morceaux de gruyère, quelques feuilles de salades, etc.
- beurre

• Thermomix exclusivement : 10 mn

## POTAGE A LA CRU

Vous pouvez, pour varier vos potages ou en changer le goût, ajouter une ou deux minutes avant la fin du temps de cuisson, au choix : cubes de bouillon de viande ou de volaille, gruyère râpé, jaune d'œuf, crème fraîche, concentré de tomates, etc.

### 1<sup>re</sup> FORMULE AVEC DES POMMES DE TERRE DÉJÀ CUITES :

- Mettez tous les ingrédients dans le bol, sauf les pommes de terre ; couvrez-les d'eau bouillante juste à hauteur ; faites tourner 1 mn à vitesse 12 sans chauffer.
- Ajoutez les pommes de terre cuites et complétez d'eau bouillante jusqu'au repère 1 litre.
- Mixez 30 secondes à vitesse 7, sans chauffer.
- Pour servir, ajoutez le beurre.

### 2<sup>e</sup> FORMULE AVEC DES POMMES DE TERRE CRUES :

- Introduisez dans le bol, les pommes de terre coupées en quatre et recouvrez-les d'eau ; salez.
- Réglez 6 mn à 100, vitesse 1.
- Introduisez tous les autres légumes et le beurre.
- Mixez 20 secondes à vitesse 12.
- Complétez d'eau jusqu'à 1 litre.
- Réglez 3 mn à 100, vitesse 1.

## VARIANTES :

Les pommes de terre peuvent être remplacées par d'autres légumes cuits, comme le riz, les légumes secs, les pâtes, ce qui peut être l'occasion d'utiliser un reste.

• Thermomix exclusivement : 20 mn

- 200 g de champignons
- 75 g de beurre
- 1 citron
- 1 cube de bouillon de volaille
- sel - poivre
- 1 gobelet de tapioca
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 2 jaunes d'œufs
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche

## CRÈME DE CHAMPIGNONS

- Enlevez le bout terreux des champignons, lavez-les, coupez-les en lamelles puis déposez-les dans le panier.
- Introduisez dans le bol la moitié du jus de citron, de l'eau jusqu'à 1/2 litre, le cube de bouillon, sel, poivre et le panier ; réglez 10 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, retirez le panier, videz la moitié des champignons dans le bol puis l'autre partie dans la soupière et laissez en attente.
- Ajoutez le tapioca et le lait dans le bol ; réglez 10 mn à 100, vitesse 1.
- Au nouvel arrêt de la minuterie ajoutez les jaunes d'œufs et la crème, laissez tourner 3 secondes puis versez dans la soupière.

**NOTE :** si le gobelet se soulève, baissez la température à 95.

• Thermomix exclusivement : 21 mn

- 1 oignon moyen
- 20 g de beurre
- 5 fonds d'artichauts (en conserve ou au naturel)
- 3/4 de litre de bouillon de volaille
- sel - poivre
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 2 jaunes d'œufs

## CRÈME D'ARTICHAUTS

- Introduisez l'oignon coupé en morceaux et le beurre dans le bol ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, ajoutez 4 fonds d'artichauts ; mixez 20 secondes à vitesse 10.
- Introduisez dans le bol le panier contenant le dernier fond d'artichaut coupé en dés ; ajoutez 1/4 de litre de bouillon, sel, poivre ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- 2 mn avant que la minuterie ne s'arrête ajoutez le reste de bouillon.
- Lorsque la minuterie s'arrête à nouveau, retirez le panier ; mixez à vitesse 1 et introduisez la crème et les jaunes d'œufs ; laissez tourner 3 secondes.
- Pour servir, mélangez le contenu du bol au contenu du panier dans la soupière.

• Thermomix exclusivement : 38 mn

- 1 oignon moyen
- 25 g de beurre
- 3 cubes de bouillon de viande
- 400 g de légumes divers
- 1 grande boîte de tomates pelées
- 2 brins de persil

## MINISTRONE

- Introduisez l'oignon coupé en morceaux et le beurre dans le bol ; réglez 3 mn à 100, vitesse 1.
- Ajoutez 4 gobelets d'eau et les cubes de bouillon dans le bol.
- Introduisez le panier contenant les légumes épluchés, lavés et coupés en petits cubes ; réglez 30 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, retirez le panier et videz le contenu du bol dans une soupière.
- Ajoutez au contenu du bol les tomates, le persil et complétez d'eau jusqu'au repère 1 litre ; mixez 20 secondes à vitesse 12 puis réglez 5 mn à 100, vitesse 1.
- Au nouvel arrêt de la minuterie, mêlez le contenu du bol au contenu de la soupière et servez.

• Thermomix exclusivement : 12 mn

- 1 oignon
- 30 g de beurre
- 1 poireau
- 2 pommes de terre
- sel - poivre

## POTAGE POIREAUX, POMMES DE TERRE

- Introduisez l'oignon et le beurre dans le bol ; réglez 3 mn à 80, vitesse 1.
- Coupez un peu de blanc et un peu de vert de poireau en lamelles fines ; mettez-les dans le panier.
- Introduisez dans le bol les pommes de terres coupées en morceaux et le reste du poireau ; couvrez-les d'eau, salez, poivrez ; ajoutez le panier ; réglez 9 mn à 100, vitesse 1.
- Ajoutez 3/4 de litre d'eau par l'orifice du couvercle ; réglez à nouveau 3 mn à 100, vitesse 1.







- Thermomix exclusivement : 18 mn

- 2 carottes
- 10 cm de poireau
- 1 petit oignon
- 2 feuilles de céleri
- 2 ou 3 brins de persil
- 1 morceau de navet
- 1 tomate ou un peu de sauce tomate
- 2 pommes de terre coupées en morceaux
- 1 cube de bouillon (facultatif)
- sel - poivre
- 20 g de beurre

- Thermomix exclusivement : 20 mn

- 1 à 2 carottes
- 2 pommes de terre moyennes
- 1 petit poireau
- 1 branche de céleri
- 1 petit navet
- quelques brins de persil ou de cerfeuil
- sel - poivre
- 20 g de beurre

- Thermomix exclusivement : 21 mn

- 1 chou-fleur
- 1/2 gobelet de riz cru lavé
- 1/2 litre de lait
- noix de muscade
- sel - poivre

- Thermomix exclusivement : 40 secondes

- 1 tranche de pain de campagne rassis
- 1 gousse d'ail
- 25 g d'oignon
- 25 g de poivron vert
- 150 g de concombre
- 750 g de tomates: bien fermes, à bonne maturité
- 1 œuf dur
- 1/2 gobelet d'huile d'olive
- sel
- + 3 cuillerées à café de vinaigre
- 200 g de glaçons pas trop gros
- concombre, poivron rouge, poivron vert, à volonté

## POTAGE DE LÉGUMES

- Introduisez dans le bol tous les légumes, le bouillon, sel et poivre.
- Couvrez d'eau et mixez quelques secondes à vitesse 12.
- Réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- Complétez d'eau jusqu'au repère 1 litre; ajoutez le beurre; réglez 3 mn à 100, vitesse 1.

## POTAGE JULIENNE

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol, sauf le beurre.
- Mixez 10 secondes à vitesse 1.
- Videz environ les 3/4 du contenu du bol dans le panier; ajoutez de l'eau aux légumes restant dans le bol jusqu'à hauteur des couteaux. Introduisez le panier dans le bol.
- Réglez 18 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, retirez le panier, complétez d'eau jusqu'à 1 litre.
- Réglez à nouveau 2 mn à 100, vitesse 1.
- Pour servir, mélangez le contenu du panier au bouillon, ajoutez le beurre.

## VELOUTÉ DUBARRY ÉCONOMIQUE

- Tranchez le trognon du chou-fleur au ras de la pomme, jetez la partie retirée; détachez les bouquets un à un en ne leur laissant qu'environ 1 cm de queue; gardez-les pour une autre préparation, par exemple une purée, voir chapitre légumes.
- Coupez tout ce qui reste du trognon en morceaux grossiers; mettez-les dans le bol.
- Ajoutez le riz et 2 gobelets d'eau, faites tourner 1 mn à vitesse 12, sans chauffer.
- Ajoutez encore le lait, sel, poivre et un soupçon de noix de muscade râpée.
- Réglez 20 mn à 90, vitesse 1.

## GAZPACHO

Il s'agit d'un très apprécié potage froid espagnol dont il existe plusieurs formules. Celle-ci est très facile à réaliser avec le Thermomix, pour les jours chauds.

- Mettez le pain, l'ail, l'oignon et le poivron dans le bol; mixez 10 secondes à vitesse 8.
- Ajoutez le concombre, les tomates, l'œuf, l'huile, du sel selon le goût et 3 gobelets d'eau; faites tourner 30 secondes, à vitesse 8, sans chauffer.
- Versez dans une soupière, mettez au réfrigérateur.
- Pour servir sortez du réfrigérateur, fouettez légèrement le contenu en ajoutant un filet de vinaigre; ajoutez encore un peu de glaçons et des petits dés de concombre, poivron rouge et poivron vert.







- Thermomix exclusivement : 9 mn

- 3 pommes de terre moyennes
- 1/4 de botte de cresson
- 2 1/2 gobelets de lait

- sel
- poivre
- beurre ou
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche

- Thermomix exclusivement : 26 mn

- 500 g de pommes de terre
- 2 gobelets de lait
- 100 g d'oseille
- sel - poivre
- 2 jaunes d'œufs
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche

- Thermomix exclusivement : 20 mn

- 1 kg de potiron
- sel - poivre
- 4 cuillerées à soupe de crème fraîche

- Thermomix exclusivement : 20 mn

- 250 g d'oignons
- 50 g de beurre
- 1/2 gobelet de farine
- 3/4 de litre de lait pour la première formule ou, pour la seconde, 3/4 de litre de bouillon de volaille
- sel - poivre

## CRESSONNADE À LA NAGE

- Dans le bol mettez 3 pommes de terre moyennes crues coupées en quatre et de l'eau jusqu'à hauteur des couteaux, salez et réglez 6 mn à 100, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les pommes de terre 1/4 des queues d'une botte de cresson bien lavées puis passez quelques secondes à vitesse 12; arrêtez.
- Ajoutez 1/4 de litre de lait et de l'eau chaude jusqu'à 1 litre, sel, poivre.
- Mettez dans le panier quelques feuilles de cresson, introduisez le panier dans le bol.
- Réglez 2 mn à 100, vitesse 1.
- En fin de cuisson ajoutez une noix de beurre ou une cuillerée de crème fraîche.
- Pour servir mélangez le contenu du panier au potage.

## SOUPE À L'OSEILLE

- Introduisez dans le bol les pommes de terre épluchées, lavées et coupées en quatre; mixez 10 secondes à vitesse 1; videz-les dans le panier, rincez-les.
- Après avoir rincé le bol introduisez 2 gobelets d'eau et le panier; réglez 20 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, retirez le panier, videz l'eau contenue dans le bol et versez-y les pommes de terre; ajoutez le lait et l'oseille; mixez 30 secondes à vitesse 12; complétez d'eau jusqu'à 1 litre, salez, poivrez; réglez 5 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie ajoutez les jaunes d'œufs et la crème, laissez tourner trois secondes.

## SOUPE DE POTIRON

- Dans le bol mettez le potiron coupé en gros dés, sel, poivre; mixez quelques secondes à vitesse 10; réglez 18 mn à 95 vitesse 1.
- Complétez d'eau jusqu'à 1 litre et ajoutez la crème.
- Réglez 2 mn à 100, vitesse 1.

## SOUPE D'OIGNONS

- Mettez les oignons et le beurre dans le bol; réglez 5 mn à 80, vitesse 1, puis choisissez votre formule.

### 1<sup>re</sup> FORMULE :

- Lorsque la minuterie s'arrête, ajoutez la farine, le lait, sel et poivre.
- Réglez 15 mn à 90, vitesse 1.

### 2<sup>e</sup> FORMULE :

- Lorsque la minuterie s'arrête, ajoutez la farine, le bouillon puis sel et poivre en tenant compte du propre assaisonnement du bouillon.
- Réglez 15 mn à 90, vitesse 1.

**NOTES :** les véritables amateurs de soupe à l'oignon la consomment telle; si vous la préférez sans trouver trace d'oignons, ne mettez que la moitié du liquide et faites tourner 30 secondes à vitesse 12 avant de régler en chauffage à vitesse 1 en ajoutant le reste du liquide. Si vous servez la soupe mixée sans trace d'oignons, vous pouvez présenter à part des petits croûtons frits.

: pour obtenir une soupe plus foncée vous pouvez faire dorer les oignons dans une poêle puis les verser dans le bol et réaliser la 1<sup>re</sup> ou la 2<sup>e</sup> formule.







• Thermomix exclusivement : 17 mn

- 1 tête d'ail
- 1 oignon
- 1 gobelet d'huile d'olive
- 250 g de poissons de roche ou autres petits poissons nettoyés\*
- 1 tranche de congé sans arête ni peau
- 1 petit crabe (genre étrille)
- 2 ou 3 crevettes
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomates
- 2 centimètres d'écorce d'orange
- sel, poivre
- 1 petite cuillère à café de piment ou 1 petit piment
- 1 feuille de laurier
- quelques grains de fenouil
- 1/2 gobelet de pastis
- 2 doses de safran
- \* pour ceux qui n'ont pas la chance de trouver ces petits poissons qui donnent un excellent goût, on peut quand même réaliser une excellente soupe avec au choix : harengs, maquereaux, mulets, rougets, sardines, tacauds, vives, etc.

• Thermomix exclusivement : 15 mn

- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 1 petit oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 grosse tomate ou 1 cuillère à soupe de concentré
- 100 g de crevettes
- 3 brins de persil
- 1 dose de safran
- 1 pincée d'herbes de Provence
- sel - poivre
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche

• Thermomix exclusivement : 17 mn

- 1/2 oignon moyen
- 1 gousse d'ail
- 1/2 gobelet d'huile
- 3 brins de persil
- 1/2 feuille de laurier
- 1 petite tomate pelée
- 2 cuillerées à soupe de cognac
- 125 g de crevettes
- sel - poivre
- 2 cuillerées à soupe de maïzéna
- 8 grosses moules crues nettoyées et coupées en morceaux
- 150 g de filets de poisson en morceaux (frais ou surgelés)

## SOUPE DE POISSONS

- Introduisez l'ail, l'oignon et l'huile d'olive dans le bol ; réglez 4 mn à 100 vitesse 1.
- À l'arrêt de la minuterie, laissez le bol sur la plaque chaude et ajoutez le poisson, le crabe, les crevettes, le concentré de tomates, l'écorce d'orange, le sel, le poivre, le piment, le laurier, le fenouil, le pastis, et 3 gobelets d'eau.
- Réglez 12 mn à 100 vitesse 12.
- Après 4 minutes ramenez à vitesse 1 et ajoutez 1 gobelet d'eau.
- À l'arrêt de la minuterie, mixez trente secondes à vitesse 12 puis versez dans la soupière.
- Remplissez le bol d'1 litre 1/2 d'eau chaude, ajoutez le safran, mixez quelques secondes à vitesse 1 et versez dans la soupière en mélangeant.

**NOTE :** servez avec des croûtons aillés, l'aïoli et du gruyère rapé.

## BISQUE DE CREVETTES

- Introduisez l'huile, l'oignon et l'ail dans le bol ; réglez 4 mn à 100, vitesse 1.
- Ajoutez le reste des ingrédients excepté la crème fraîche.
- Mixez 30 secondes à vitesse 12 puis ajoutez 3 gobelets d'eau ; réglez 8 mn à 100, vitesse 1.
- À l'arrêt de la minuterie introduisez la crème, complétez d'eau jusqu'à 1 litre ; réglez 2 mn à 100, vitesse 1.
- Tamisez pour servir.

**NOTE :** vous pouvez présenter à part des croûtons frits ou grillés et du fromage râpé.

## CRÈME DE MARISCOS

- Introduisez l'oignon, l'ail et l'huile dans le bol ; réglez 3 mn à 80, vitesse 1.
- Ajoutez le persil, le laurier, la tomate, le cognac, les têtes et les carapaces de crevettes, le sel et le poivre ; réglez 6 mn à 100, vitesse 3.
- 3 mn avant l'arrêt de la minuterie ajoutez un litre d'eau en le versant lentement dans le couvercle (sans enlever le gobelet).
- À l'arrêt de la minuterie tamisez dans le panier ; rincez le bol et remettez-y la bisque ; ajoutez la maïzéna ; réglez 5 mn à 100, vitesse 1.
- Introduisez les moules, le poisson et les crevettes dans le panier.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez le panier dans le bol, couvrez et laissez en attente 3 mn.
- Pour servir, rectifiez l'assaisonnement du contenu du bol après avoir retiré le panier ; versez en soupière, ajoutez le contenu du panier.











# Bernard Fournier

Président des Restaurateurs de Paris  
Le Petit Colombier

42, rue des Acacias 75017 Paris - tél. 380.28.54

## CRÈME DE LAITUE

*Thermomix exclusivement : 15 mn*

- feuilles vertes d'un quart de laitue
- 1 pomme de terre
- 50 g de beurre
- 1 gobelet de crème fraîche
- sel - poivre

- *Epluchez la pomme de terre, coupez-la en dés, rincez à l'eau courante.*
- *Dans le bol du Thermomix, mettez les feuilles de laitue lavées, la pomme de terre, le beurre, une pincée de sel, et 1 gobelet 1/4 d'eau ; réglez 5 mn à 100, vitesse 1. Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez 3 gobelets d'eau, la crème et une prise de poivre ; réglez 10 mn à 100, vitesse 2.*
- *Au moment de répartir dans les bols à potage, rectifiez éventuellement l'assaisonnement.*

## SABAYON À LA MANDARINE

*Thermomix exclusivement : 4 mn*

- 6 œufs
- 2 gobelets 1/2 de sucre semoule
- 1 gobelet de mandarine Napoléon (ou Impériale)

- *Dans le bol du Thermomix, mettez le sucre et les jaunes d'œufs ; réglez 2 mn à 60, vitesse 5. Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez la mandarine ; réglez 2 mn à 50, vitesse 2.*

**NOTE :** *ce sabayon peut être servi avec des pêches flambées ou des beignets de framboises ; pour réussir les beignets de framboises, Bernard Fournier recommande de faire macérer les fruits dans beaucoup de sucre avant de les plonger dans la pâte à beignets, ceci afin que la chaleur de la friture ne les fasse pas sûrir.*

## BRANDADE DE HADDOCK

*pour 2 personnes*

*Thermomix exclusivement : 10 mn*

- 300 g de haddock
- 3 gobelets de lait
- 4 gousses d'ail
- 1 gobelet d'huile d'olive
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche
- sel - poivre

- *Versez 2 gobelets de lait et de l'eau jusqu'au repère 1 litre, dans le bol du Thermomix ; mettez le haddock dans le panier et introduisez-le dans le bol ; réglez 5 mn à 90, vitesse 1. Retirez le panier, égouttez, videz le bol, l'opération ayant eu pour but de retirer au haddock son excès de goût de fumé.*

- *Dans le bol rincé, mettez le haddock, l'ail, l'huile, une prise de poivre ; réglez 5 mn à 70, vitesse 1.*

• *Lorsque l'appareil tourne depuis 1 mn 30 environ, introduisez en filet continu, le reste de lait, la crème, éventuellement une pincée de sel pour rectifier l'assaisonnement.*

**NOTE :** *pour servir, accompagnez de croûtons poêlés au beurre.*



# les hors-d'œuvres et les entrées

Les recettes prévues dans ce chapitre semblent peu nombreuses, n'oubliez pas que la grande astuce d'une maîtresse de maison avisée est de ne pas augmenter le coût d'un repas en prévoyant des préparations particulières sophistiquées.

Outre les plats simples, prévus aux différents chapitres : œufs, fruits de mer et poissons, viandes et notamment charcuteries, la grande ressource des hors d'œuvre et entrées ce sont les restes des précédents repas transformés en petits plats gourmands.

## LE WELSH-RAREBIT

• Thermomix : 8 à 9 mn +  
7 à 8 mn pour dorer au grill

- 4 tranches de pain de campagne assez larges
- 40 g de beurre
- 1 cuillerée à soupe de moutarde forte
- 1 gobelet de bière
- 200 g de cheddar râpé
- sel - poivre

• Faites griller très légèrement le pain, sur les deux faces ; beurrez une face pendant que les tranches sont encore chaudes.

• Dans le bol du Thermomix, mettez la moutarde, la bière et les trois-quarts du fromage ; réglez 8 mn à 50, vitesse 1.

• Lorsque la minuterie s'arrête, goûtez, salez en fonction de la moutarde et du fromage, poivrez ; faites encore tourner 2 à 3 secondes.

• Étalez le contenu du bol sur les tranches de pain, sur le côté beurré.

• Parsemez encore le reste de fromage et passez au grill pendant 7 à 8 mn jusqu'à ce que la préparation commence à boursoufler.

• Servez très chaud.

## LE SOUFLÉ AU FROMAGE

• Thermomix : 7 mn +  
25 mn de cuisson au four

- 4 œufs
- 1 gobelet de farine
- 70 g de beurre
- 2 gobelets 1/2 de lait soit 1/4 de litre
- 150 g de gruyère râpé
- sel - poivre - noix de muscade

• Montez les blancs des œufs en neige.

• Dans le bol du Thermomix, mettez la farine, 50 g de beurre, le lait, sel, poivre et un soupçon de noix de muscade râpée, réglez 7 mn à 100, vitesse 1.

• Lorsque la minuterie s'arrête, laissez encore tourner, sans chauffer, pendant 2 à 3 secondes en ajoutant les jaunes des œufs et le fromage râpé.

• Retirez le bol du socle, mêlez à son contenu, avec la spatule, les blancs d'œufs en neige.

• Versez dans un plat beurré, mettez à four moyen thermostat 5/6, 180° pendant 30 à 40 mn.

• Servez sans attendre, dès la sortie du four, sinon le soufflé retombe.

**NOTE :** vous pouvez, si vous le désirez, répartir la préparation en quatre petits moules individuels beurrés ; en ce cas 20 mn de cuisson suffisent.

## LE SOUFLÉ RAPIDE AU FROMAGE

• Thermomix : 4 mn +  
cuisson au four 45 mn

- 150 g de gruyère
- 4 gobelets de lait
- 70 g de beurre
- 1 1/2 gobelet de farine
- 6 œufs
- sel - poivre
- 3 cuillerées à soupe de crème fraîche

• Introduisez le gruyère coupé en morceaux dans le bol ; mixez 10 secondes à vitesse 7.

• Ajoutez le lait, le beurre, la farine, les œufs, sel et poivre ; réglez 3 mn à 90, vitesse 1 ; ajoutez la crème fraîche ; mixez 10 secondes à vitesse 6.

• Versez dans un moule à soufflé beurré et mettez à four moyen (thermostat 5/6, 180°) pendant 45 mn.







- Thermomix : 30 secondes environ + 30 mn de cuisson au four + éventuellement le temps de mise à température d'ambiance de la pâte ou préparation de la pâte
- 300 g de pâte feuilletée préparée par vous-même avec le Thermomix (voir chapitre pâtes) ou surgelée
- 20 g de beurre
- 2 cuillerées à soupe de fromage blanc
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 150 g de roquefort
- 3 œufs
- sel - poivre

## LA TOURTE AU ROQUEFORT

- Laissez décongeler la pâte si elle est surgelée, sortez-la 20 mn à l'avance du réfrigérateur si elle est sous-vide ; divisez-la en deux parts inégales : deux-tiers et un tiers ; abaissez la plus grande part au rouleau, à 2 mm d'épaisseur ; garnissez-en une tourtière beurrée.
- Dans le bol du Thermomix mettez le fromage blanc, la crème, le roquefort, 2 œufs et 1 blanc, poivrez ; faites tourner 30 secondes à vitesse 1, sans chauffer.
- Étalez le contenu du bol sur la pâte, dans la tourtière.
- Abaissez la seconde part de pâte, posez-la en couvercle ; pincez avec les doigts, sur tout le pourtour, pâte du dessus et pâte du dessous pour bien les souder ; badigeonnez la surface avec le jaune d'œuf restant délayé avec 1 cuillerée à café d'eau.
- Mettez à four moyen (thermostat 5/6, 180°) pendant 30 mn.

- Thermomix : 2 mn + 30 mn de cuisson au four + éventuellement le temps de mise à température d'ambiance de la pâte ou préparation de la pâte
- 300 g de pâte feuilletée préparée par vous-même avec le Thermomix (voir chapitre pâtes) ou surgelée
- 20 g de beurre
- 300 g de jambon de Paris découpé
- 125 g de gruyère râpé
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 3 œufs
- sel - poivre

## LE FEUILLETÉ AU JAMBON

- Laissez décongeler la pâte si elle est surgelée, sortez-la 20 mn à l'avance du réfrigérateur si elle est sous-vide ; divisez-la en deux parts inégales : deux-tiers et un tiers ; abaissez la plus grande part au rouleau, à 2 mm d'épaisseur ; garnissez-en une tourtière beurrée.
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez le jambon coupé en morceaux sur les couteaux, arrêtez l'appareil dès l'introduction du dernier morceau ; videz dans un saladier et ajoutez le fromage râpé.
- Dans le bol du Thermomix mettez alors la crème, 2 œufs entiers et un blanc, sel, poivre ; faites tourner 6 à 7 secondes à vitesse 1.
- Versez dans le saladier contenant le jambon et le gruyère, mélangez.
- Étalez cette préparation sur la pâte, dans la tourtière ; abaissez la seconde partie de pâte, posez un couvercle ; pincez sur tout le pourtour avec les doigts pour bien souder pâte du dessus et pâte du dessous.
- Badigeonnez la surface de la tourte avec le jaune d'œuf restant délayé avec une cuillerée à café d'eau.
- Faites cuire à four moyen (thermostat 5/6, 180°) pendant 25 à 30 mn ; servez très chaud.

- Thermomix : 5 mn + la préparation de la pâte à pain (voir chapitres pâtes)

Pour une grande pizza ou 8 petites :

- Pâte à pain préparée selon la formule Thermomix, ayant levé
- 250 g d'oignons
- 1/2 gobelet d'huile d'olive
- 500 g de tomates
- 200 g de mozzarella (voir note)
- 2 dz de filets d'anchois à l'huile
- 2 dz d'olives noires dénoyautées
- 2 cuillerées à café de flocons d'origan (se vend en flacons)
- sel - poivre

## LA PIZZA NAPOLITAINE

- Mettez les oignons et l'huile dans le bol ; mixez quelques secondes à vitesse 4.
- Réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Pendant que les oignons fondent, étalez la pâte en l'étirant à la main (ne l'abaissez surtout pas au rouleau) ; posez sur la tôle à pâtisserie légèrement humidifiée ; formez un très léger rebord qui retiendra la garniture pendant la cuisson.
- Sur la pâte étalez le contenu du bol ; couvrez avec une couche de très fines tranches de tomates pelées, égrenées ; salez et poivrez.
- Parsemez la mozzarella coupée en lamelles ou bien le fromage râpé ; disposez les filets d'anchois et les olives ; parsemez l'origan.
- Mettez 30 mn à four moyen (thermostat 5/6, 180°).

**NOTE :** la mozzarella, comme le caciocavallo, se trouvent chez les crémiers ayant un certain éventail de produits étrangers ou chez les comestibles italiens. À défaut de mozzarella, dans la pizza napolitaine, mélangez 100 g d'emmental et 100 g de parmesan tous deux râpés.

### VARIANTES :

**LA PIZZA CALABRAISE :** supprimez l'origan de la garniture, mais ajoutez 200 g de miettes de thon à l'huile soigneusement égouttées et 2 cuillerées à soupe de câpres.

**LA PIZZA DE PALERME :** supprimez les olives et l'origan de la garniture, remplacez le fromage par 80 g de caciocavallo (voir note) jeté sur les couteaux du Thermomix tournant à vitesse 8 ; remplacez également les anchois par des filets de sardines fraîches.







- Thermomix : 5 mn + 30 mn de cuisson au four + préparation et repos de la pâte

- pâte brisée préparée avec le Thermomix (voir chapitre pâtes)
- 200 g de lard de poitrine maigre demi-sel blanchi ou de jambon ou bacon
- 1/2 gobelet de farine
- 45 g de beurre
- 2 1/2 gobelets de lait
- 3 œufs
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 100 g de gruyère râpé
- sel - poivre

## LA QUICHE LORRAINE

- Abaissez la pâte à 2 mm d'épaisseur, sur une planche légèrement farinée; garnissez-en une tourtière beurrée; piquez le fond de place en place avec les dents d'une fourchette; mettez à four moyen (thermostat 5/6, 180° à 200°) pendant 10 mn pour cuire à blanc; sortez du four, répartissez le lard en dés sur la pâte.
- Mettez dans le bol du Thermomix la farine, 25 g de beurre et le lait; salez et poivrez en tenant compte à la fois du lard et du fromage.
- Réglez l'appareil 5 mn à 90, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, laissez encore tourner 2 à 3 secondes, sans chauffer, en ajoutant les œufs entiers, la crème et le fromage râpé.
- Versez le contenu du bol sur la pâte; remettez à four moyen pendant 20 mn.
- Servez très chaud, à la sortie du four.

- Thermomix : 25 mn + cuisson au four 50 mn

- Pour 4 personnes
- 4 œufs
  - 1/2 litre de lait
  - 50 g de gruyère
  - 200 g d'oseille
  - 3 cuillerées à soupe de crème fraîche
  - 50 g de beurre
  - 5 ou 6 fleurs
  - sel - poivre

## LE TURBAN À LA CRÈME D'OSEILLE

- Préchauffez le four, assez chaud à thermostat 6/7, 220°. Râpez le gruyère dans le bol du Thermomix. Mettez-le dans un saladier. A la place, versez le lait et mettez en chauffage 7 mn à 100, en vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, ajoutez le gruyère, puis les 4 œufs, 1 noix de beurre, 1 cuillerée à café de sel. Poivrez bien. Donnez quelques pulsions rapides (de 1 à 8) et versez dans un moule à savarin préalablement beurré.
- Faites cuire au bain-marie, dans le four chaud, 50 mn. (Remettez un peu d'eau en cours de cuisson).
- Retirez les queues de l'oseille et lavez-la. Dans le bol du Thermomix, mettez de l'eau chaude jusqu'à hauteur des couteaux. Déposez l'oseille dans le panier et introduisez celui-ci dans le bol. Mettez en chauffage 15 mn à 100, en vitesse 1.
- Videz l'eau du bol. A la place, déposez l'oseille égouttée avec la crème fraîche, 1 petite cuillerée à café de sel et de poivre. Mettez en chauffage 2 mn à 50, en vitesse 1.
- Démoulez le turban (en passant la pointe d'un couteau tout autour des bords) sur un grand plat de service rond. Versez la crème d'oseille au centre. Décorez de fleurons feuilletés.

- Thermomix : 7 mn + 3 heures au frais

- Pour 6 à 8 personnes
- 1 beau poulet prêt à cuire
  - 3 cuillerées à soupe de poivre vert
  - crème fraîche (un poids égal à celui du poulet cuit et désossé)
  - 1 litre 1/2 de bouillon de poulet (eau + tablettes)
  - 2 feuilles de gélatine
  - 1/2 gobelet de Porto

## LA MOUSSE DE POULET AU POIVRE VERT

- Plongez le poulet dans le bouillon et laissez cuire de 1 heure à 1 heure 30, selon la grosseur.
- Désossez le poulet cuit. Pesez sa chair.
- Prélevez 1 gobelet de bouillon de cuisson du poulet. Versez-le dans le bol du Thermomix ainsi que le Porto. Mettez en chauffage 5 mn à 100, en vitesse 1. Deux minutes avant la fin, introduisez, par l'orifice du couvercle, les 2 feuilles de gélatine, préalablement passées sous l'eau froide.
- Ajoutez, dans le bol du Thermomix, la chair du poulet et 2 cuillerées à soupe de poivre vert. Mixez longuement (de 1 à 2 mn), en vous aidant de la spatule, en vitesse 4, puis en vitesse 10. Ajoutez enfin la crème fraîche. Mixez quelques secondes. Versez dans une terrine ou un moule à soufflé, en y incorporant la 3<sup>e</sup> cuillerée à soupe de poivre vert. Couvrez et mettez au frais, 3 heures minimum.







- Thermomix : 30 secondes +  
40 mn de cuisson au four

- 3 œufs
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 2 petits gobelets de farine
- 100 g. de gruyère râpé
- 4 tranches de jambon

## LA QUICHE SANS PÂTE

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol excepté le jambon. Mixez 30 secondes à vitesse 6.
- Beurrez un moule à manqué; déposez le jambon coupé en dés, videz le contenu du bol.
- Faites cuire 40 mn à four chaud 210° thermostat 7.

- Thermomix : 30 secondes environ +  
cuisson au four 1 heure

- 3 gobelets de farine
- 1 gobelet de lait
- 1 gobelet d'huile
- 3 œufs
- 1 paquet de levure chimique
- sel - poivre

Selon votre goût et au choix :

- gruyère râpé
- roquefort en miettes
- cervelle découpée en dés
- champignons coupés en lamelles
- restes de viandes ou poissons
- boîte de crabe ou de thon au naturel

## LE CAKE SURPRISE

- Introduisez dans le bol la farine, le lait, l'huile, les œufs, la levure, sel et poivre; mixez 30 secondes à vitesse 8.
- Versez dans un moule à cake beurré (ou tapissé de papier sulfurisé beurré) en incorporant la garniture choisie; faites cuire 1 heure à four moyen (thermostat 5/6, 150° à 180°).
- Servez chaud ou froid.

- Thermomix : 7 mn +  
10 mn de cuisson au four

- 8 croûtes de tartelettes salées
- 20 g de beurre
- 1/2 gobelet de farine
- 2 1/2 gobelets de lait
- 1 œuf
- sel - poivre - noix de muscade
- 1/2 gobelet de gruyère râpé
- 1/4 de gobelet de parmesan râpé

## LES TARTELETTES AU FROMAGE

- Dans le bol du Thermomix, mettez le beurre, la farine, le lait, l'œuf, sel, poivre et un soupçon de noix de muscade râpée; réglez 7 mn à 90, vitesse 1.
- 1 mn avant l'arrêt de la minuterie, introduisez les fromages.
- Versez la préparation dans les croûtes de tartelettes; mettez à four moyen (thermostat 5/6, 180°) pendant 10 mn.

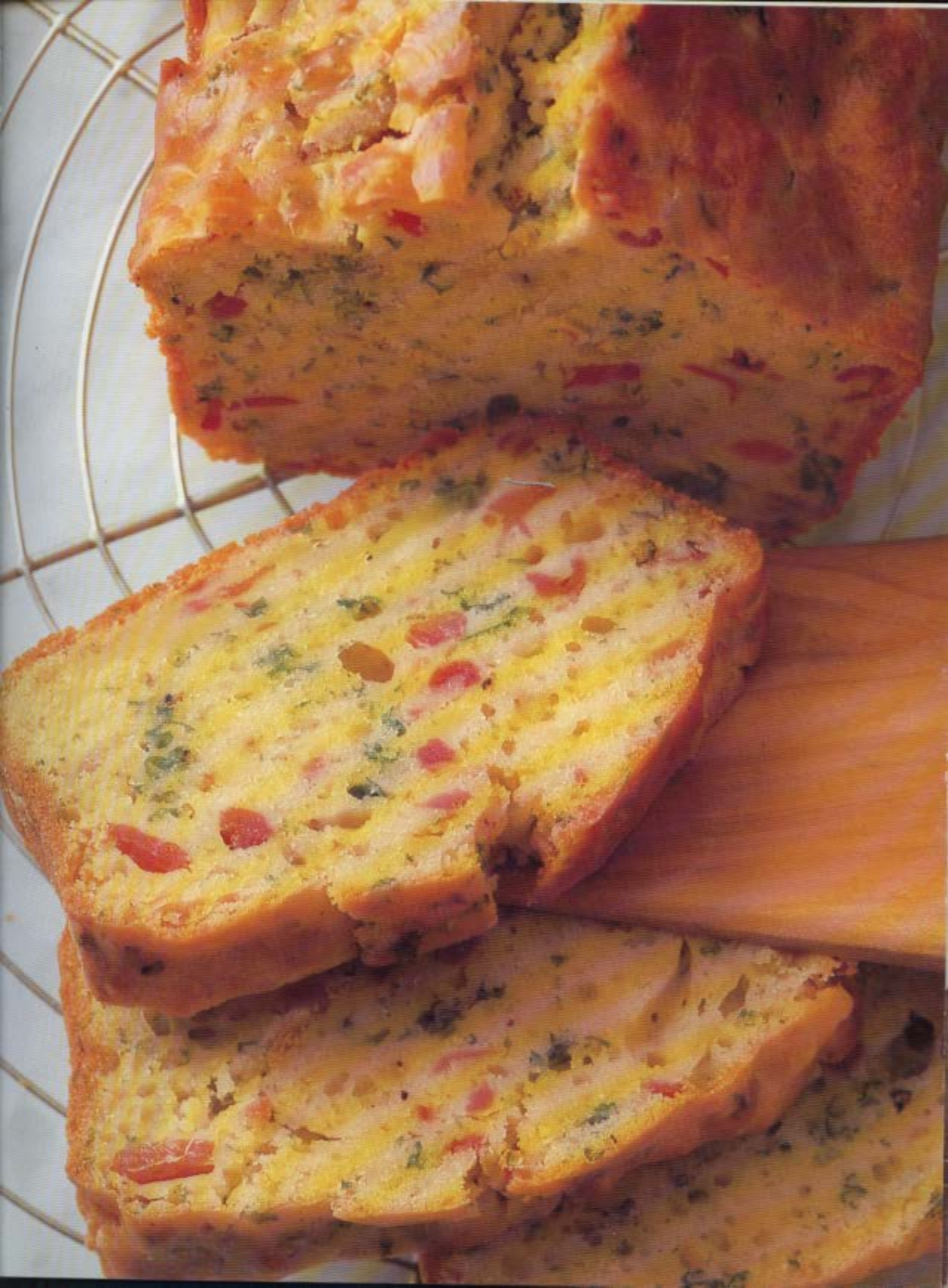
- Thermomix : 2 mn +  
temps pour lever la pâte +  
cuisson au four 30 à 40 mn

- 1 saucisson à cuire
- 1 gobelet 1/2 de lait
- 20 g de levure de boulanger
- 2 cuillerées à café de sucre
- 2 cuillerées à café de sel
- 100 g de beurre
- 5 gobelets de farine
- 3 œufs

## LE SAUCISSON EN BRIOCHE

- Introduisez dans le bol le lait, la levure, le sucre, le sel et le beurre; réglez 1 mn à 50, vitesse 1.
- Ajoutez la farine et les œufs; mixez 20 secondes à vitesse 7 en travaillant la pâte à l'aide de la spatule.
- Laissez lever la pâte dans le bol jusqu'à ce que le gobelet se soulève.
- Pendant ce temps faites cuire le saucisson 30 mn dans de l'eau frémissante puis épluchez-le.
- Faites redescendre la pâte à l'aide de la spatule, versez-en la moitié dans le fond du moule; déposez le saucisson et recouvrez du reste de la pâte.
- Laissez lever à nouveau dans un endroit tiède environ 1 heure puis mettez à four doux (thermostat 4, 180°) 30 à 40 mn.







- Thermomix : 10 mn +  
5 mn de réchauffage

- 4 brioches de boulanger
- 1 petite boîte de thon au naturel
- 1 1/2 gobelet de lait
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche
- 2 jaunes d'œufs
- sel - poivre et à votre choix soit une pointe de cayenne, soit une pincée de paprika

## LES BRIOCHES AU THON

- Retirez les chapeaux des brioches ; prélevez l'intérieur pour les creuser.
- Mettez chapeaux et mie retirée dans le bol du Thermomix, ajoutez le thon soigneusement égoutté, le lait, la crème, sel, poivre et cayenne ou paprika ; réglez 10 mn à 90, vitesse 1 ; 5 mn avant que la minuterie ne s'arrête, ajoutez les jaunes des œufs.
- Pendant le temps du mixage, posez les brioches creusées sur la tôle à pâtisserie, mettez à four doux (thermostat 5, 150°) pendant 5 mn.
- Pour servir, emplissez les brioches chaudes avec le contenu du bol ; présentez aussitôt.

**NOTE :** vous pouvez, si vous le désirez, présenter à part une sauce aurore ou poulette (voir chapitre sauces).

- Thermomix : 15 mn +  
cuisson au four des choux

- Pâte à choux (voir chapitre des pâtes)
- 1 beau ris de veau
- 1 boîte de girolles
- 1 gobelet de farine
- 30 g de beurre
- 3 gobelets de lait
- sel - poivre
- noix de muscade
- 1/2 gobelet de vin blanc sec
- 1 pincée de 4 épices

## LES CHOUX FARCIS AU RIS DE VEAU

- Préparez la pâte à choux ; façonnez-la en petits choux et faites cuire à four assez chaud (thermostat 6/7, 220°).
- Nettoyez le ris de veau, coupez-le en morceaux et mettez-le dans le panier avec les girolles, salez, poivrez.
- Introduisez tous les autres ingrédients dans le bol, puis, le panier, et réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- Garnissez les choux encore chauds avec le contenu du panier et la sauce.

- Thermomix : 5 mn

- 50 g de gruyère
- 50 g de fromage de Hollande
- 1 œuf
- 1 gobelet 1/2 de lait
- 20 g de beurre
- 1 cuillerée à café de fécule
- sel - poivre

## LA CRÈME DE FROMAGE

- Introduisez les fromages dans le bol et mixez 10 secondes à vitesse 7.
- Ajoutez le reste des ingrédients ; réglez 4 mn à 90, vitesse 1.

**UTILISATION : cette crème a de nombreux emplois :**

**Petites tartes au fromage :** versez la crème dans le fond de tartelettes cuites. Faites gratiner au four pendant quelques minutes.

**Gratin de tomates au fromage :** disposez dans un plat beurré des demi-tomates. Nappez-les de la sauce au fromage. Passez au four chaud (thermostat 6/7, 200°) pendant 5 à 10 mn.

**Croque-monsieur :** tartinez de beurre des tranches de pain de mie. Disposez une petite tranche de jambon. Nappez de la crème au fromage. Passez au grill pendant 2 à 3 minutes.

**Petits choux au fromage (pour l'apéritif) :** remplissez l'intérieur des petits choux vides de crème au fromage. Réchauffez doucement pendant quelques minutes au four. Peut également se faire avec des petites croûtes vol-au-vent cuites.

### VARIANTES :

**Crème de jambon :** ajoutez à la recette de crème de fromage une ou deux tranches de jambon.

**Crème de fromage-champignons :** ajoutez à la recette de crème de fromage le contenu d'une petite boîte de champignons bien égouttés.











# Gérard Vié

*Maître Cuisinier*

Restaurant des 3 Marches - Relais Gourmand

3, rue Colbert - 78000 Versailles - tél. 950.13.21

## SOUPE DE FOIE GRAS AUX HÙÎTRES

*Thermomix exclusivement : 23 mn*

Pour 4 personnes

- 1 échalote
- 1 gobelet de vin blanc doux
- 50 g de beurre
- 1/2 gobelet de crème fleurette
- 50 g de foie gras de canard
- 24 huîtres Belons n° 1
- cerfeuil

- Introduisez l'échalote et le vin blanc dans le bol ; réglez 20 mn à 60, vitesse 1.
- Après 10 mn ajoutez le beurre et la crème.
- 5 mn plus tard ajoutez le foie gras.
- Ouvrez les huîtres : recueillez leur jus dans un récipient et déposez la chair dans le panier.
- A l'arrêt de la minuterie introduisez le jus et le panier dans le bol ; réglez 3 mn à 60, vitesse 1.
- Servez en assiettes creuses ; saupoudrez de cerfeuil.

## FONDS D'ARTICHAUTS À LA CRÈME D'ARTICHAUTS

*Thermomix : 30 secondes*

- 4 très gros artichauts
- 2 cuillerées à soupe de crème
- 1/2 citron
- sel - poivre
- ciboulette

- Faites cuire les artichauts entiers puis les refroidir.
  - Otez toutes les feuilles et grattez-les à l'aide d'une cuillère.
  - Dans le bol du Thermomix, mettez la pulpe ainsi recueillie, la crème, le jus du 1/2 citron, sel, poivre et ciboulette. Faites tourner l'appareil 30 secondes à vitesse 10.
  - Retirez les foins de chaque fond et recouvrez-les de cette crème.
- Pour servir vous pouvez accompagner ces fonds d'une salade de champignons ou mousserons ou girolles, etc.



## SORBET AUX FRAMBOISES GRANITÉ

*Thermomix : 1 mn*

- 500 g de framboises
- 1/2 gobelet de liqueur ou alcool de framboises
- sucre à votre goût

• Mettez les framboises dans le congélateur ou le freezer du réfrigérateur afin qu'elles deviennent très fermes.

• Dans le bol du Thermomix, mettez les framboises, la liqueur et le sucre.

• Faites tourner l'appareil 1 mn à vitesse 12, afin que les fruits se transforment en pâte glacée.

Ce sorbet peut se faire au dernier moment ou se conserver une heure dans le freezer du réfrigérateur.

**NOTE :** il est possible de faire ce sorbet avec n'importe quel fruit.

## SOUPE DE FRUITS ROUGES

*Thermomix : 1 mn*

Pour la soupe :

- 500 g de fraises
- 250 g de framboises
- 25 cl de crème fraîche
- sucre en poudre au goût

Pour la garniture :

- 200 g de fraises des bois
- 200 g de framboises
- 100 g de cassis
- 100 g de mûres
- 100 g de groseilles
- 300 g de fraises
- 1 branche de menthe

• Dans le bol du Thermomix, mettez les fraises, les framboises, la crème et le sucre en poudre.

• Faites tourner l'appareil 1 mn à vitesse 10.

• Passez au chinois.

• Servez bien glacé avec la garniture des fruits et saupoudrez de menthe hachée.



# les œufs

Un œuf à la coque avec des mouillettes, un œuf mollet avec des épinards cela constitue de temps à autre un repas plus léger et très agréable, hélas on ne peut en abuser pour ne pas amener la lassitude. Pourtant on aimerait profiter plus souvent de cette appréciable économie que constitue un repas avec des œufs. Voici quelques recettes Thermomix pour varier ces plats à la fois gourmands et économiques.

## ŒUFS À LA NORMANDE

- Thermomix : 8 mn + 10 mn de réchauffage au four
- 2 gobelets de crevettes décortiquées (100 g)
- 70 g de beurre
- 5 œufs
- sel - poivre
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche
- 1 douzaine d'huîtres ou 1/2 litre de moules
- 4 croûtes de tartelettes salées toutes prêtes
- 2 à 3 branches de cerfeuil

- Dans le bol du Thermomix introduisez les crevettes, 20 g de beurre, 4 œufs entiers et 1 blanc, sel et poivre ; réglez 8 mn à 80, vitesse 1.
- 3 mn avant que la minuterie ne s'arrête, introduisez le reste de beurre, noisette par noisette ; dans les dernières secondes, ajoutez le dernier jaune et la crème.
- Dès que la minuterie s'arrête, retirez le bol du socle chaud, mélangez sans attendre le contenu à la spatule en raclant le fond ; répartissez la préparation dans les croûtes de tartelettes ; mettez à four doux, thermostat 5, 150° pendant 10 mn.
- Pendant ce temps, ouvrez les huîtres, mettez leur chair et leur eau tamisée dans une petite casserole sur feu doux, retirez à frémissement.
- A la sortie du four, répartissez la chair des huîtres sur les tartelettes, parsemez de pluches de cerfeuil.
- Servez très chaud.

**NOTE :** vous pouvez, si vous le désirez, mettre au départ 8 crevettes de côté que vous parsemerez, coupées en dés, sur les tartelettes avant de verser les œufs brouillés.

## ŒUFS EN BRIOCHE

- Thermomix : 11 mn + 10 à 15 mn de cuisson au four
- 2 échalotes
- 50 g de beurre
- 4 petites brioches de boulanger
- 100 g de champignons de Paris
- 2 branches de persil
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- sel - poivre
- 2 œufs

- Mettez les échalotes et 20 g de beurre dans le bol.
- Réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Retirez les chapeaux des brioches, enlevez un peu de l'intérieur pour les creuser ; mettez chapeaux et mie retirée dans le bol lorsque la minuterie s'arrête. Ajoutez le reste de beurre, les champignons nettoyés, le persil coupé en deux ou trois morceaux, la crème, sel et poivre ; réglez 5 mn à 90, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête à nouveau, introduisez les œufs tout en laissant tourner à vitesse 1, sans chauffer cette fois. Arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après avoir mis le dernier œuf ; retirez tout de suite le bol du socle encore chaud.
- Répartissez la préparation dans les brioches creusées.
- Mettez à four moyen, thermostat 6, 180° pendant 10 à 15 mn selon que vous désirez les œufs moelleux ou cuits.
- Servez très chaud.

• Thermomix exclusivement : 1 mn

- 8 œufs durs
- 6 filets d'anchois à l'huile
- 1 cuillerée à soupe de moutarde
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche
- poivre

## ŒUFS FARCIS AUX ANCHOIS

- Ecalez les œufs, coupez-les en deux, prélevez les jaunes avec une petite cuillère.
- Dans le bol du Thermomix, mettez les jaunes des œufs, les filets d'anchois égouttés, la moutarde, la crème, une prise de poivre.
- Faites tourner 1 mn à vitesse 7, sans chauffer en aidant avec la spatule.
- Emplissez les demi-œufs avec la préparation.

**NOTES :** à cause des anchois et de la moutarde, le sel n'est pas utile.

Pour une présentation agréable, disposez les demi-œufs farcis sur un lit de feuilles de salade verte ciselées, que vous pouvez éventuellement assaisonner avec une vinaigrette. Si les œufs ne tiennent pas bien, coupez une petite rondelle pour les rendre stables, rondelle que vous pouvez poser en chapeau sur la farce.

• Thermomix : 30 secondes +  
5 à 6 mn de cuisson à la poêle

- 8 œufs
- 50 g de gruyère ou d'emmental râpé
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche
- poivre
- 30 g de beurre

## OMELETTE AU FROMAGE

L'omelette au fromage peut être une omelette fourrée de fromage à votre choix ; ce peut être également une omelette plate préparée ainsi :

- Dans le bol du Thermomix, mettez les œufs, le fromage, la crème et une prise de poivre ; ne salez pas à cause du fromage.
- Faites tourner 30 secondes à vitesse 1.
- Faites chauffer le beurre dans une poêle assez large, sur feu moyen, dès qu'il est chaud, versez-y le contenu du bol ; baissez le feu à doux.
- Avec les dents d'une fourchette, soulevez la masse de place en place pour faire écouler vers le fond du récipient les œufs encore liquides.
- Dès que les œufs sont presque pris, pliez et faites glisser sur le plat de service.

**VARIANTES :** Vous pouvez, à la mode aveyronnaise, remplacer le fromage râpé par 50 g de roquefort ou de bleu.

• Thermomix : 1 mn +  
3 à 4 mn de cuisson à la poêle

- 6 tiges de ciboulette
- 8 œufs
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche
- 30 g de beurre
- sel - poivre

## OMELETTE MOELLEUSE AUX FINES HERBES

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez la ciboulette coupée en deux ou trois morceaux sur les couteaux ; arrêtez l'appareil dès l'introduction du dernier brin.
- Dans le bol, mettez les œufs, la crème, sel et poivre, faites tourner 30 secondes à vitesse 1.
- Faites chauffer le beurre dans une poêle, sur feu moyen, dès qu'il est chaud, versez-y le contenu du bol.
- Avec les dents d'une fourchette, soulevez la masse de place en place pour que les œufs encore liquides s'écoulent vers le fond de la poêle.
- Dès que les œufs sont presque pris, pliez et faites glisser sur le plat de service.







• Thermomix : 25 mn

- 4 œufs
- 300 g de champignons de Paris
- 1/2 citron
- 1 petit oignon
- 1 échalote
- 50 g de beurre
- persil
- 1 brin de thym
- 1/4 de feuille de laurier
- 1/2 gobelet de farine
- 5 gobelets de vin rouge
- sel - poivre
- vinaigre
- 150 g de lard de poitrine fumée
- 2 tranches de pain de mie

## ŒUFS POCHÉS EN MATELOTE

- Epluchez et lavez les champignons ; aspergez-les de jus de citron et laissez-les en attente.
- Introduisez dans le bol 4 champignons (parmi les plus gros) l'oignon, l'échalote, 20 g de beurre, les queues de persil, le thym et le laurier ; réglez 5 mn à 90, vitesse 1.
- À l'arrêt de la minuterie ajoutez la farine, le vin, le sel, le poivre et le panier contenant le reste des champignons ; réglez 20 mn à 100, vitesse 1.
- Faites bouillir de l'eau dans une casserole avec un peu de vinaigre ; cassez les œufs, un à un, dans une tasse et versez l'œuf avec précaution dans l'eau frémissante ; égouttez, au bout de 3 mn de cuisson, sur un torchon ou un papier absorbant ; déposez les œufs pochés dans un plat de service creux.
- Coupez le lard en dés et les tranches de pain de mie, en quatre ; faites-les revenir dans le reste de beurre.
- Arrosez les œufs pochés de sauce au vin rouge ; disposez joliment les champignons cuits, les croûtons dorés et les lardons ; parsemez de persil.

• Thermomix : 12 mn

- 125 g d'oignons
- 50 g de beurre
- 1 gobelet de farine
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- sel - poivre
- noix de muscade
- 8 œufs durs

## ŒUFS À LA TRIPE

- Introduisez dans le bol les oignons et le beurre ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Ajoutez la farine, le lait, sel, poivre et noix de muscade ; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.
- Disposez les œufs durs entiers ou coupés en quartiers dans le plat de service, nappez avec le contenu du bol.

• Thermomix : 21 mn +  
25 mn de cuisson au four

- 150 g de lard de poitrine maigre demi-sel blanchi ou de jambon ou bacon
- 4 échalotes
- 60 g de beurre
- 500 g d'épinards frais en branches
- sel - poivre
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 8 œufs

## ŒUFS EN GÂTEAU, AUX ÉPINARDS

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux les morceaux de lard et les échalotes ; arrêtez l'appareil dès l'introduction du dernier ingrédient.
- Mettez 20 g de beurre dans le bol ; réglez 10 mn à 80, vitesse 1.
- Pendant ce temps, trie les épinards feuille par feuille en ne laissant que 1 cm de queue environ, ce qui laisse à peu près 300 g de vert ; lavez.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez les épinards, sel et poivre ; réglez à nouveau 10 mn à 80, vitesse 1.
- Lorsque les épinards sont prêts, videz le contenu du bol dans le panier, laissez égoutter quelques secondes.
- Dans le bol mettez la crème, les œufs, sel et poivre ; faites tourner 30 secondes à vitesse 1, sans chauffer.
- Beurrez un moule à manqué, étalez au fond la moitié des épinards ; versez la moitié des œufs battus, étalez le reste d'épinards, versez le reste d'œufs ; parsemez le reste de beurre divisé en noisettes.
- Mettez à four moyen, thermostat 6, 180° pendant 25 mn.
- Démoulez pour servir.

### VARIANTE :

Vous pouvez remplacer les épinards par du vert de bettes, la quantité nécessaire correspond au vert d'une botte bien feuillée.



- Thermomix : 7 mn + cuisson des œufs 6 mn

- 6 œufs + 2 jaunes
- 2 échalotes
- 1/4 de feuille de laurier
- 30 g de beurre
- 3 gobelets de vin blanc
- 3 cuillères à café de moutarde forte
- 1 cuillère à café de farine
- sel - poivre
- 3 cuillères à soupe de crème fraîche
- ciboulette

## ŒUFS MOLLETS À LA MOUTARDE

- Introduisez dans le bol les échalotes, le laurier, le beurre, le vin blanc, la moutarde, la farine, le sel et le poivre; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.
- Dans de l'eau salée en ébullition plongez les 6 œufs; faites les bouillir doucement pendant 6 minutes environ (les œufs sont mollets lorsque le jaune est encore moelleux). Ecalez-les, coupez-les en deux; disposez-les dans un plat de service chaud; rangez-les alternativement sur le côté plat et le côté bombé.
- Dans un bol mélangez la crème fraîche avec les deux jaunes d'œufs; ajoutez-les au contenu du Thermomix quelques minutes après que la minuterie se soit arrêtée, afin que la chaleur trop forte ne fasse pas coaguler les jaunes; mixez 10 secondes à vitesse 12; versez sur les œufs; parsemez de ciboulette hachée; servez aussitôt.

- Thermomix exclusivement : 8 mn

- 5 œufs
- 50 g de beurre
- sel - poivre

## ŒUFS BROUILLÉS

- Dans le bol du Thermomix, mettez une noisette de beurre, 4 œufs entiers et 1 blanc, sel et poivre.
- Réglez l'appareil 8 mn à 80, vitesse 1.
- 3 mn avant que la minuterie ne s'arrête, introduisez le beurre noisette par noisette; dans les dernières secondes, ajoutez le dernier jaune.
- Dès que la minuterie s'arrête, retirez le bol du socle chaud, mélangez sans attendre le contenu à la spatule en raclant bien le fond; videz dans le plat de service.

### VARIANTES :

Vous pouvez ajouter, en même temps que le jaune cru, des ingrédients de votre choix; par exemple :

**LA BROUILLADE AU FROMAGE :** 1/2 gobelet de gruyère râpé gros.

**LA BROUILLADE AUX TRUFFES :** le contenu égoutté et coupé en petits dés d'une petite boîte de pelures de truffes. Gardez le jus de conserve pour parfumer par ailleurs une sauce ou un jus de viande.

- Thermomix : 9 mn + cuisson des œufs

- 6 œufs
- 1 poignée de persil
- 1 petit oignon
- 100 g. de câpres
- 6 filets d'anchois
- 50 g. de beurre
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 gobelet de bouillon
- 1 gobelet de vinaigre
- sel, poivre

## ŒUFS DURS À LA SAUCE RÉMOULADE

- Faites durcir les œufs et laissez-les refroidir.
- Coupez-les en quartiers et disposez-les sur le plat de service.
- Dans le bol introduisez le persil, l'oignon, 50 g. de câpres, les anchois et le beurre; réglez 2 mn à 100 vitesse 1.
- Ajoutez la farine, le bouillon, le vinaigre, sel et poivre; réglez 7 mn à 90 vitesse 1.
- Dès la fin du temps de cuisson, videz la préparation dans un bol, laissez refroidir puis versez la sauce sur les œufs et parsemez des câpres restantes.

# les fruits de mer, les poissons

• Thermomix : 2 mn +  
cuisson supplémentaire en cocotte 2 h 30 \*

- 12 calmars de petite taille
- 150 g de jambon de Bayonne
- 75 g de lard gras
- 2 branches de persil
- 1 gousse d'ail
- 125 g de pain rassis
- 1 gobelet de lait
- 1 œuf
- 2 oignons
- 1/2 gobelet d'huile d'olive
- 2 tomates moyennes bien fermes
- 3 gobelets de vin blanc sec
- 1 branche de thym
- 1 feuille de laurier
- sel - poivre - une pointe de cayenne

## LES CALMARS FARCIS

• Nettoyez les calmars : tirez doucement sur la tête pour entraîner les entrailles ; récupérez les poches à sépia (ou poches à encre) si elles sont encore présentes, videz-les dans une tasse, laissez en attente. Avec le doigt videz les manteaux (le corps) c'est-à-dire retirez toutes les masses gélatineuses et la plume ou cartilage. Enlevez ensuite la fine pellicule qui les recouvre, ce qui sépare les nageoires. Reprenez les têtes, sectionnez le bec corné. Lavez les manteaux, les tentacules et les nageoires.

• Préparez la farce : coupez en dés d'environ 2 cm le jambon et le lard gras, coupez en deux ou trois morceaux de persil.

• Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux les viandes, le persil et l'ail, arrêtez après l'introduction du dernier morceau.

• Ajoutez les tentacules et les nageoires de calmars, le pain, le lait, l'œuf, sel, poivre et cayenne ; faites tourner l'appareil à vitesse 4 pendant 1 mn, sans chauffer.

• Avec le contenu du bol farcissez les manteaux des calmars, fermez-les en les maintenant avec un bâtonnet en bois (surtout pas de plastique) ou en les cousant avec de la ficelle de ménage.

• Dans une cocotte, sur feu doux, faites revenir les oignons coupés en quatre et les calmars farcis dans l'huile ; ajoutez les tomates pelées coupées en quartiers, le vin, le thym, le laurier et si vous avez pu le récupérer, le contenu des poches à sépia.

• Couvrez, laissez mijoter pendant 1 h 30 en retournant à mi-cuisson ; au bout de ce temps goûtez la sauce pour éventuellement rectifier l'assaisonnement ; laissez encore cuire 1 h récipient couvert.

**NOTES :** ne remplissez pas trop les manteaux des calmars car la farce gonfle à la cuisson et il éclateraient.

\* Lorsque vous retournez les calmars, si vous pensez que la sauce devenue trop épaisse risque d'attacher, ajoutez à nouveau 1 à 2 gobelets de vin blanc mais après lui avoir donné un bouillon pour atténuer son acidité.

• Thermomix : 2 à 3 mn +  
9 mn pour la cuisson des œufs

- 200 g de crevettes décortiquées
- 3 œufs
- quelques feuilles de laitue
- 1 bonne cuillerée à café de moutarde
- 2 gobelets d'huile
- 1 cuillerée à soupe de worcestershire sauce
- un trait de tabasco
- sel - poivre

## LE COCKTAIL DE CREVETTES

• Faites cuire 2 œufs à l'eau bouillante, pendant 9 mn ; passez-les sous l'eau froide, écalez.

• Nettoyez la laitue, ciselez-la, répartissez-la dans quatre coupes individuelles.

• Dans le bol du Thermomix mettez 1 œuf entier et la moutarde ; faites tourner à vitesse 2 sans chauffer ; introduisez en mince filet et sans discontinuer les 2 gobelets d'huile.

• Dès que la sauce paraît prise à consistance de mayonnaise, ajoutez, sans cesser de laisser tourner l'appareil, le quart des crevettes, la cuillerée de worcestershire sauce et le tabasco, sel et poivre ; arrêtez aussitôt l'appareil.

• Dans les coupes, sur la laitue, répartissez le reste de crevettes puis le contenu du bol.

• Garnissez avec des rondelles d'œufs durs pour présenter.



## LES MOULES AU CURRY

• Thermomix : 10 mn +  
ouverture des moules

- 2 litres de moules
- 50 g de beurre
- 40 g d'oignons
- 1/4 de gobelet de farine
- 2 cuillerées à café de curry en poudre (de préférence curry de Madras)
- 1/2 gobelet de vin blanc
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- sel - poivre

- Dans le bol du Thermomix, mettez le beurre, les oignons, la farine, le curry, le vin blanc et la crème; salez, poivrez très légèrement; réglez 10 mn à 100 vitesses 1.
- Pendant ce temps, lavez les moules à grande eau, mettez-les sans rien d'autre sur feu vif dans une sauteuse large en les brassant sans cesse avec une spatule. Retirez-les au fur et à mesure qu'elles s'entrebaillent; enlevez une coquille, posez les fruits de mer à plat sur le plat de service.
- Lorsque la minuterie s'arrête, ajoutez 2 gobelets d'eau rendue par les moules soigneusement tamisée, laissez encore tourner 2 à 3 secondes.
- Pour présenter, nappez les moules avec le contenu du bol.

## LE CRABE AUX HERBES

• Thermomix exclusivement :  
1 mn environ

- 1 boîte de crabe au naturel (poids net 185 g)
- 1 petite laitue
- 1 citron
- 1/2 oignon
- 2 échalotes
- 3 branches de persil
- 1 dz de tiges de ciboulette
- 1 œuf
- 1 bonne cuillerée à café de moutarde
- 1 gobelet d'huile
- 1 cuillerée à soupe de câpres ou 1 dz d'olives noires dénoyautées
- sel - poivre - une pointe de cayenne

- Egouttez le crabe, retirez les cartilages.
- Epluchez, lavez, essorez la laitue, ciselez-la dans quatre coupes individuelles.
- Pelez le citron à vif, coupez-le en deux, retirez les pépins (zeste et pépins donneraient trop d'amertume).
- Mettez le citron épluché, l'oignon, les échalotes, le persil et la ciboulette coupés en deux ou trois morceaux dans le bol; mixez 10 secondes à vitesse 4.
- Dans le bol mettez l'œuf, la moutarde, sel, poivre et cayenne; faites tourner à vitesse 2, sans chauffer, et versez l'huile en très mince filet, sans discontinuer.
- Dès que toute l'huile est incorporée, ajoutez la chair du crabe; arrêtez l'appareil après 1 à 2 secondes.
- Répartissez le contenu du bol sur la laitue ciselée, dans les coupes; décorez soit avec des câpres, soit avec des olives coupées en morceaux.

**NOTES :** vous pouvez réaliser cette recette également avec de la chair de crustacés frais cuits au court-bouillon, non seulement tourteau ou araignée mais aussi crustacés ou écrevisses.

Ne mixez pas trop le crabe sinon il devient purée et la saveur de la préparation est moins agréable au palais.

## LE CRABE A L'ANTILLAISE

• Thermomix : 8 mn

- 1 boîte de crabe au naturel (poids net 185 g)
- 1/2 oignon
- 4 échalotes (petites)
- 2 gousses d'ail (petites)
- 3 branches de persil
- 1/2 gobelet d'huile
- 1 brindille de thym
- 1/4 de feuille de laurier
- 2 piments-oiseaux (ou plus si votre palais le supporte)
- 2 gobelets de pain rassis émietté
- 1 1/2 gobelet de lait
- sel - poivre

- Dans le bol du Thermomix, mettez tous les ingrédients sauf le crabe. Mixez à vitesse 8, 15 secondes et réglez 8 mn à 100, vitesse 1.
- Lorsque le temps est écoulé, ajoutez le crabe; arrêtez l'appareil après 1 à 2 secondes.
- Répartissez la préparation dans des coquilles (ou dans des ramequins), mettez à four moyen (thermostat 5/6, 180°) pendant 10 mn.

**NOTES :** cette recette peut être exécutée avec de la chair de crabe frais cuit au court-bouillon.

Dans tous les cas n'ajoutez le crabe qu'à la dernière minute si vous voulez qu'il soit encore perceptible au palais.

La préparation en Thermomix peut s'effectuer à l'avance et la cuisson n'intervenir qu'au moment de servir; attention toutefois, si vous avez préparé la farce la veille et l'avez mise au réfrigérateur, comptez 5 mn supplémentaires de cuisson.

- Thermomix : quelques secondes

- 1 poche d'œufs de cabillaud fumés d'environ 150 g (ce qui donne environ 100 g d'œufs une fois les peaux retirées)
- 1 citron
- 1 jaune d'œuf
- 50 g de mie de pain rassis
- 1 1/2 gobelet d'huile
- poivre

(1) Le véritable TARAMASALATA, en Grèce, est préparé avec des œufs de mulets pressés et fumés c'est-à-dire avec de la poutargue.

- Thermomix : 12 mn + cuisson au four 30 mn

Pour 4 personnes

Mousse :

- 400 g de noix de coquilles Saint-Jacques (fraîches ou surgelées)
- 1 gobelet très plein de crème fraîche liquide
- 2 œufs
- sel - poivre (+ 20 g de beurre pour les ramequins)

Sauce cresson :

- 1/2 botte de cresson
- 2 gobelets très pleins de crème fraîche liquide
- 1/2 citron
- 1 échalote
- 40 g de beurre
- sel - poivre

- Thermomix : préparation de la pâte à beignets avec le Thermomix, avec 120 g de farine (voir chapitre pâtes)

- 12 langoustines crues
- 1 citron
- 1 cuillerée à soupe de curry
- sel - poivre

## TARAMASALATA FAÇON GRECQUE (1)

- Sortez les œufs de la poche, en ayant soin d'éliminer toutes les peaux, mettez-les dans le bol du Thermomix.
- Pelez le citron à vif, coupez-le en deux, retirez les pépins (zeste et pépins donneraient trop d'amertume).
- Ajoutez aux œufs de cabillaud le citron pelé, le jaune d'œuf, le pain, une bonne prise de poivre ; faites tourner à vitesse 12 et sans attendre revenez lentement jusqu'à la vitesse 2 ; laissez tourner.
- Incorporez en mince filet, sans discontinuer, toute l'huile, puis arrêtez l'appareil.

**NOTE :** choisissez bien la poche d'œufs : elle doit être souple et de teinte claire : dure et de couleur foncée les œufs seront secs et âcres. Présentez avec des toasts de pain de campagne. Pour une présentation plus agréable vous pouvez mélanger des œufs de lump roses à la préparation. Ne mettez pas au réfrigérateur pour conserver, couvrez simplement avec un morceau d'aluminium ménager et laissez dans un endroit frais ; au trop grand froid le taramasalata se décompose.

## MOUSSE DE COQUILLES SAINT-JACQUES SAUCE CRESSON

- Préchauffez le four à thermostat 7, 220°. Beurrez les ramequins.
- Mousse : lavez les noix de coquilles Saint-Jacques. Mettez-les dans le bol du Thermomix. Mixez à vitesse 8, pendant 30 secondes. Ajoutez ensuite les œufs, la crème fraîche, le sel et du poivre du moulin. Mixez encore 30 secondes. Versez dans les ramequins. Faites cuire dans le four chaud, (thermostat 7, 220°) au bain-marie 30 mn.
- Sauce : lavez le cresson. Déposez les feuilles dans le bol du Thermomix avec l'échalote et le beurre. Mixez 30 secondes en vitesse 8 puis mettez en chauffage 5 mn à 80, en vitesse 1. À l'arrêt de la minuterie, ajoutez le jus du demi-citron, la crème fraîche liquide, sel et poivre. Chauffez 5 mn à 100, en vitesse 1.
- Démoulez les ramequins et nappez-les de sauce.

## BEIGNETS DE LANGOUSTINES AU CURRY

- Décortiquez les langoustines ; pour cela vous avez le choix entre deux procédés :
- Soit : retirez la tête, appuyez sur les côtés du crustacé jusqu'à ce que vous entendiez la carapace craquer puis prenez la langoustine entre les doigts, ventre sur le dessus et avec les pouces écarter cette carapace de la chair que vous pouvez alors sortir facilement.
- Ou bien : retirez la tête, avec des ciseaux coupez la membrane ventrale sur toute sa longueur ; écarter la carapace, sortez la chair.
- Avec un couteau bien tranchant coupez chaque langoustine en deux, dans sa longueur ; mettez dans un plat creux.
- Arrosez la chair des crustacés avec le jus du citron, poudrez avec le curry, salez, poivrez, laissez macérer 1 à 2 h en retournant de temps à autre.
- Au moment de servir égouttez les crustacés, séchez-les avec du papier absorbant, trempez-les dans la pâte à frire.
- Plongez à friture chaude ; lorsque les beignets remontent à la surface, retournez-les avec l'écumoire ; égouttez-les lorsqu'ils sont dorés.
- Servez très chaud.

**NOTE :** vous pouvez prévoir une salade verte ou une sauce également préparée avec le Thermomix : mayonnaise nature, mayonnaise additionnée d'une pointe de curry, tartare, etc. (voir chapitre sauces) ; vous pouvez également servir avec des pommes reinettes pelées, coupées en lamelles, sautées au beurre avec sel et poivre.







- Thermomix exclusivement : 3 mn

- 1 crabe
- 1 jaune d'œuf
- 1 gobelet de lait
- 1 feuille de gélatine
- 3 feuilles d'oseille
- sel
- 2 gobelets de gelée préparée à partir d'un sachet du commerce
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche

## LE BAVAROIS DE CRABE FRAIS À L'OSEILLE

- Prenez un beau crabe. Faites-le cuire. Laissez-le refroidir. Décortiquez-le en séparant le corail de la chair.
- Dans le bol du Thermomix, mettez le jaune d'œuf avec le gobelet de lait. Réglez 3 minutes à 70 vitesses.
- Ajoutez la feuille de gélatine préalablement détrempée, puis les feuilles d'oseille fraîches et les coraux du crabe. Salez.
- A part, mélangez à la chair du crabe les deux gobelets de gelée et la crème. Salez.
- Moulez dans des petits ramequins en alternant les couches.
- Laissez prendre au frais.
- Servez avec une mayonnaise crème et citronnée.

**NOTE :** pour «crémer» une mayonnaise: mélangez 2 gobelets de crème fouettée salée et 5 gobelets de mayonnaise.

- Pour une réalisation plus facile et rapide, vous pouvez utiliser une boîte de crabe.

François CRUAUD - Restaurant Le Reberminard. Ploërmel.

- Thermomix exclusivement : 16 mn

- Pour 4 personnes
- 4 filets de soles (100 g chacun)
  - 4 oranges
  - 1 citron
  - 1/2 gobelet de vin blanc
  - 5 jaunes d'œufs
  - 170 g de beurre
  - sel - poivre

## LES FILETS DE SOLE À L'ORANGE

- Retirez un large couvercle à chacune des oranges. Creusez délicatement celles-ci, à l'aide d'un couteau à pamplemousse, et déposez la chair dans le bol du Thermomix. Mixez 30 secondes à vitesse 10. Filtrez le jus et remettez-le dans le bol.
- A ce jus d'orange, ajoutez le vin blanc et le jus d'1 citron, du sel, du poivre du moulin. Introduisez le panier de cuisson contenant les 4 filets de sole roulés en paupiettes. Salez légèrement. Mettez en chauffage 10 mn à 100°, en vitesse 1.
- Retirez le panier de cuisson contenant les paupiettes de sole et tenez-les au chaud. Dans le bol du Thermomix, ajoutez quelques noisettes de beurre. Mixez 5 secondes. Ajoutez alors les 5 jaunes d'œufs et mettez en chauffage 5 mn à 80°, en vitesse 2. En soulevant légèrement le gobelet, introduisez le reste de beurre, noisette par noisette.
- Déposez une paupiette de sole dans chaque orange creusée. Nappez de sauce et servez aussitôt.

- Thermomix : 1 mn +  
25 mn de cuisson en cocotte

- 9 petits filets de soles de 80 à 100 g
- 150 g de jambon cru de pays
- 2 branches de persil
- 80 g de mie de pain rassis
- 1/2 gobelet de lait
- 1 œuf
- 40 g de beurre
- 6 échalotes
- 1 gobelet de vin blanc sec
- 2 gobelets de crème fraîche
- sel - poivre - noix de muscade

## LES PAUPIETTES DE SOLES

- Commencez par la farce des paupiettes : faites tourner le Thermomix à vitesse 8, sur les couteaux jetez un filet de sole, le jambon et le persil grossièrement coupés en morceaux; après l'introduction du dernier morceau, arrêtez l'appareil.
- Introduisez le pain, le lait, l'œuf, sel, poivre et un soupçon de noix de muscade râpée; mixez 1 mn à vitesse 4 en aidant avec la spatule.
- Aplatissez le reste des filets de sole avec le plat du couperet pour obtenir des tranches larges et minces, étalez la farce dessus, roulez, maintenez avec un bâtonnet en bois (le plastique ne convient pas); laissez en attente.
- Introduisez les échalotes dans le bol; mixez 10 secondes à vitesse 1.
- Videz les échalotes dans une cocotte, sur feu doux, ajoutez le beurre, faire blondir pendant 5 mn en remuant deux ou trois fois.
- Ajoutez les paupiettes, mouillez avec le vin, couvrez, laissez mijoter 10 mn; retournez; poursuivez la cuisson 10 mn, récipient couvert.
- Retirez les paupiettes, disposez-les dans le plat de service; mélangez au fond de cuisson la crème fraîche; au premier frémissement, versez sur les paupiettes.

### VARIANTES :

Au moment où vous ajoutez la crème fraîche au fond de cuisson, mettez également des crevettes décortiquées et la chair de quelques moules.







- Thermomix : 3 mn environ + cuisson au four 1 h 30 mn

Pour 8 à 10 personnes

- 8 filets de soles ou limande ou carrelet, etc.
- 1 citron
- ciboulette, cerfeuil
- 1 kg de chair de poisson sans peau (turbot, sole, limande, etc., merlan indispensable)
- 4 blancs d'œufs
- 2 œufs entiers
- sel - poivre
- 1 crêpe
- 500 g de crème fraîche
- 2 glaçons

## TERRINE DE POISSON

- Découpez 3 filets en aiguillettes (longues bandes minces), déposez-les dans un plat creux et arrosez-les du jus de citron. Roulez les 5 filets restants sur eux-mêmes et réservez-les.
- Introduisez dans le bol la moitié de la ciboulette et du cerfeuil ; mixez en vitesse 8 et introduisez 500 g de chair de poisson. Quelques secondes après l'introduction du dernier morceau, arrêtez ; ajoutez 2 blancs d'œuf, 1 œuf entier, sel, poivre et mixez en vitesse 6 en aidant avec la spatule jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- Videz dans un grand saladier.
- Recommencez l'opération avec le reste des mêmes ingrédients ; joignez au contenu du saladier.
- Tapissez le fond et les parois d'une terrine avec la crêpe en laissant déborder de manière à pouvoir recouvrir la préparation.
- Dans le bol rincé introduisez la crème fraîche très froide avec les glaçons et mixez 40 à 50 secondes à vitesse 1. Vérifiez si elle est dure ; continuez à mixer quelques secondes si besoin est ; videz et mélangez au contenu du saladier. Vérifiez l'assaisonnement.
- Versez la moitié de la farce dans la terrine ; placez les 5 filets roulés bout à bout au centre de la terrine ; disposez de chaque côté les aiguillettes dans le sens de la longueur, en laissant un petit espace entre elles. S'il y en a trop, remettez une légère couche de farce par dessus les premières puis disposez le reste des aiguillettes sur celle-ci, toujours de part et d'autre des filets roulés. Finissez de remplir la terrine avec la farce. Tassez et rabattez la crêpe, fermez la terrine.
- Posez dans un plat à four contenant de l'eau, mettez à four doux (thermostat 4/5, 140°) pendant 1 h 30 mn.
- Laissez refroidir et mettez au réfrigérateur.

**NOTE :** cette terrine peut éventuellement être accompagnée d'une sauce mayonnaise, verte ou hollandaise.

- Thermomix exclusivement : 16 à 17 mn

- 400 g de morue
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 1 à 2 gobelets d'huile (en fonction du pouvoir d'absorption du poisson)

## BRANDADE DE MORUE

- Faites dessaler la morue ; débarrassez-la de ses arêtes ; déposez-la dans le panier de cuisson en dédoublant les parties les plus épaisses.
- Introduisez 1 gobelet d'eau et le panier dans le bol ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie videz l'eau du bol et versez-y la morue ; ajoutez la crème fraîche ; mixez à vitesse 2 et ajoutez l'huile peu à peu. Après le premier gobelet, arrêtez pour vérifier la consistance de la brandade et ajoutez éventuellement une partie ou la totalité du deuxième.

**NOTE :** cette recette correspond à la véritable classique brandade nîmoise qui ne comporte jamais d'ail ; par contre vous pouvez la présenter en la garnissant d'olives noires. Si vous tenez absolument à mettre de l'ail vous pouvez ajouter 2 ou 3 gousses de celui-ci en même temps que la crème fraîche.

### VARIANTES :

**LA MORUE BENEDICTINE :** Il s'agit d'une brandade de morue préparée exactement selon les indications de la recette ci-dessus à laquelle vous ajoutez à la phase finale, en même temps que l'assaisonnement, une purée de pommes de terre. Pour une meilleure façon de procéder, au Thermomix, ajoutez dans le bol, en même temps que sel et poivre, 1 1/2 gobelet de flocons et la proportion de lait et d'eau correspondante (voir sur le mode d'emploi). Réglez l'appareil 2 mn à 70 vitesse 2 en prenant soin de faire redescendre souvent la préparation avec la spatule.

**LES BEIGNETS DE MORUE :** façonnez des restes de morue bédicte en petites boulettes. Plongez-les dans la friture chaude, retournez avec l'écumoire lorsque les beignets remontent en surface ; égouttez lorsqu'ils sont dorés.







- Thermomix : 2 mn +  
friture

- 250 g de filets de morue dessalés
- 2 gousses d'ail
- 1 petit oignon
- 3 gobelets de farine
- 2 œufs
- lait
- quelques feuilles de thym
- sel - poivre

## LES ACRAS DE MORUE

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux les filets de morue, l'ail, l'oignon; ramenez à vitesse 1 après l'introduction du dernier ingrédient.
- Ajoutez tout en laissant tourner sans chauffer, le thym, sel, poivre, farine, puis les œufs et du lait en mince filet jusqu'à ce que vous obteniez une pâte très légèrement mollette.
- Prélevez cette pâte par cuillerées, plongez à friture chaude; retournez avec l'écumoire, égouttez dès que les beignets sont bien dorés.
- Servez très chaud.

**NOTE :** prélevée avec une cuillère à café, la pâte donne des mini-beignets très agréables à présenter à l'apéritif, les piquer de bâtonnets.

- Thermomix : 8 mn +  
20 mn de cuisson au four

- 600 g de filet de poisson
- 70 g de beurre
- 1 gobelet de farine
- 50 g de champignons de Paris
- 5 gobelets, soit 1/2 l de lait
- 3 œufs
- 80 g d'emmental râpé
- sel - poivre - noix de muscade

## LE GRATIN DE POISSON

- Beurrez très largement un plat à four.
- Dans le bol du Thermomix, mettez le reste de beurre, la farine, les champignons nettoyés, le lait, sel, poivre et un soupçon de noix de muscade râpée; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez les œufs et le quart du fromage, faites encore tourner 2 à 3 secondes sans chauffer.
- Versez la moitié de la préparation dans le plat beurré.
- Posez dessus, côte à côte, les filets de poisson, couvrez-les avec le reste de fromage puis avec le reste de sauce.
- Mettez à four moyen (thermostat 5, 150°) pendant 20 mn.

- Thermomix : 11 mn +  
20 mn de cuisson en cocotte

- 12 à 16 anguilles (de petites tailles) vidées, dépouillées, lavées et coupées en tronçons de 5 cm (2 kg environ)
- 100 g de cresson
- 100 g d'oseille
- 125 g d'épinards
- 80 g d'orties blanches
- 8 branches de persil
- 8 branches de cerfeuil
- 4 à 5 feuilles d'estragon
- 4 à 5 feuilles de menthe fraîche
- 2 feuilles de sauge
- 3 échalotes
- 50 g de beurre
- 1/2 bouteille de vin blanc sec
- 1 œuf
- 1 gobelet de crème fraîche
- sel - poivre

## LES ANGUILES AU VERT

- Préparez le "vert" : faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux toutes les herbes épluchées et lavées coupées en deux ou trois morceaux, ainsi que les échalotes (inutile de retirer les queues de l'oseille et des épinards); 2 à 3 secondes après l'introduction de la dernière échalote, arrêtez l'appareil.
- Introduisez le beurre, sel et poivre; réglez 10 mn à 80, vitesse 1.
- Versez le contenu du bol dans une cocotte, sur feu doux, ajoutez le vin, laissez mijoter sans couvrir pendant 10 mn.
- Enfouissez les tronçons d'anguille dans ce vert, couvrez, poursuivez la cuisson pendant 10 mn.
- Hors du feu, mélangez à la préparation le jaune de l'œuf et la crème; rectifiez l'assaisonnement.

**NOTES :** à votre gré vous pouvez servir chaud ou froid.

Si vous ne disposez pas de toutes les herbes traditionnelles, ne vous inquiétez pas, le plat peut quand même se préparer, à condition qu'il y ait au moins oseille, épinards, persil et cerfeuil. Vous pouvez aussi le préparer avec une seule des herbes de base, oseille ou épinards, mais dans ce cas là n'appellez plus le plat "au vert". Chaque modification en ce sens amène une saveur différente, mais le plat reste toujours très bon. Vous pouvez remplacer les anguilles par un autre poisson, lotte, merlu, etc.











# Roland Magne

Le Pactole

44, boulevard Saint-Germain 75005 Paris - tél. 633.31.31

## TERRINE D'AVOCAT

*Thermomix : 5 mn environ  
+ 2 h en réfrigérateur*

- 1/2 l de lait
- 6 jaunes d'œufs
- 8 feuilles de gélatine
- 3 avocats à maturité
- sel - poivre

• Dans le bol du Thermomix, mettez le lait, les jaunes d'œufs, sel et poivre, et la gélatine rincée rapidement à l'eau; réglez 5 mn à 90, vitesse 1; laissez refroidir dans le bol.

• Ouvrez les avocats en deux, retirez les noyaux; ajoutez au contenu du bol la pulpe de trois demis-avocats, faites tourner 10 secondes à vitesse 2, vérifiez l'assaisonnement.

• Versez la moitié du contenu du bol dans une terrine, ajoutez la pulpe des trois autres moitiés d'avocats coupée en dés, couvrez avec le reste du contenu du bol.

• Couvrez avec un morceau de papier sulfurisé, mettez 2 heures au réfrigérateur.

**NOTE :** pour servir, coupez en tranches (attention la terrine est délicate à manipuler); vous pouvez éventuellement accompagner de tomates pelées égrenées, concassées, c'est-à-dire coupées en mini-dés, ou bien de tranches de kiwi juste à bonne maturité.

## SABAYON AU CHAMPAGNE

*Thermomix : 4 mn  
+ 1 h au réfrigérateur*

- 6 jaunes d'œufs
- 1 gobelet 1/2 de sucre semoule
- 1/4 de bouteille de champagne brut
- + 2 cuillerées

• Dans le bol du Thermomix, mettez les jaunes des œufs, le sucre et le champagne; réglez 4 mn à 50, vitesse 1.

• Versez dans des coupes individuelles en versant à la surface un filet de champagne; mettez au réfrigérateur pendant au moins 1 h pour servir bien frais.

**NOTE :** pour présenter, mélangez le champagne qui surage; vous pouvez servir avec des fraises des bois, des framboises ou des fruits de saison préalablement pochés.



# les charcuteries maison, les viandes

Nous n'avons pas classé les charcuteries au chapitre des entrées car, accompagnées d'une salade ou d'une petite garniture de légumes telles qu'elles peuvent être préparées avec le Thermomix, elles constituent des plats agréables pour petits repas ou repas légers du soir.

- Thermomix : 2 mn + cuisson au four 2 h 30

- 1 lapin bien en chair
- 150 g de lard gras frais
- 150 g d'échine de porc
- 150 g de jambon cru de pays (sans couenne)
- 1/3 de gobelet de whisky
- 1/3 de gobelet de porto
- 1 oignon
- 4 branches de persil
- 1 œuf
- 1 feuille de laurier
- 1 branche de thym
- 1 grande et fine barde de lard
- sel - poivre
- farine

## TERRINE DE LAPIN

- Prélevez sur le lapin le maximum d'escalopes de chair aussi larges que possible ; mettez-les dans un plat creux, arrosez-les avec le whisky et le porto, salez et poivrez.
- Avec un petit couteau pointu, prélevez tout le reste de chair du lapin ; laissez en attente.
- Coupez le lard, l'échine et le jambon, séparément, en morceaux d'environ 1 1/2 à 2 cm. (voir «Note» la viande hachée p. 12).
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez le lard sur les couteaux ; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau ; videz le contenu du bol dans un saladier.
- Faites à nouveau tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux l'échine puis les morceaux de chair de lapin (sauf les escalopes) ; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau ; joignez le contenu du bol au lard gras.
- Introduisez dans le bol l'oignon, le persil coupé en 2 ou 3 morceaux et l'œuf ; mixez 10 secondes en vitesse 1, puis en vitesse 8 jetez le jambon ; arrêtez et joignez aux autres viandes ; malaxez, salez et poivrez.
- Tapissez une terrine avec la barde en la laissant largement dépasser ; remplissez par couches alternées de farce et d'escalopes de lapin, en commençant et en terminant par la farce ; arrosez avec le reste éventuel de marinade.
- Rabattez la barde, posez dessus le laurier et le thym.
- Fermez la terrine ; soudez le couvercle avec une pâte faite de farine malaxée avec de l'eau, posez dans un plat à four contenant de l'eau.
- Mettez à four modéré (thermostat 5, 160°) pendant ~~2 h 30~~ 3 h à 3 h 30
- Laissez refroidir, placez 24 h au réfrigérateur avant d'entamer.

- Thermomix exclusivement : 1 mn

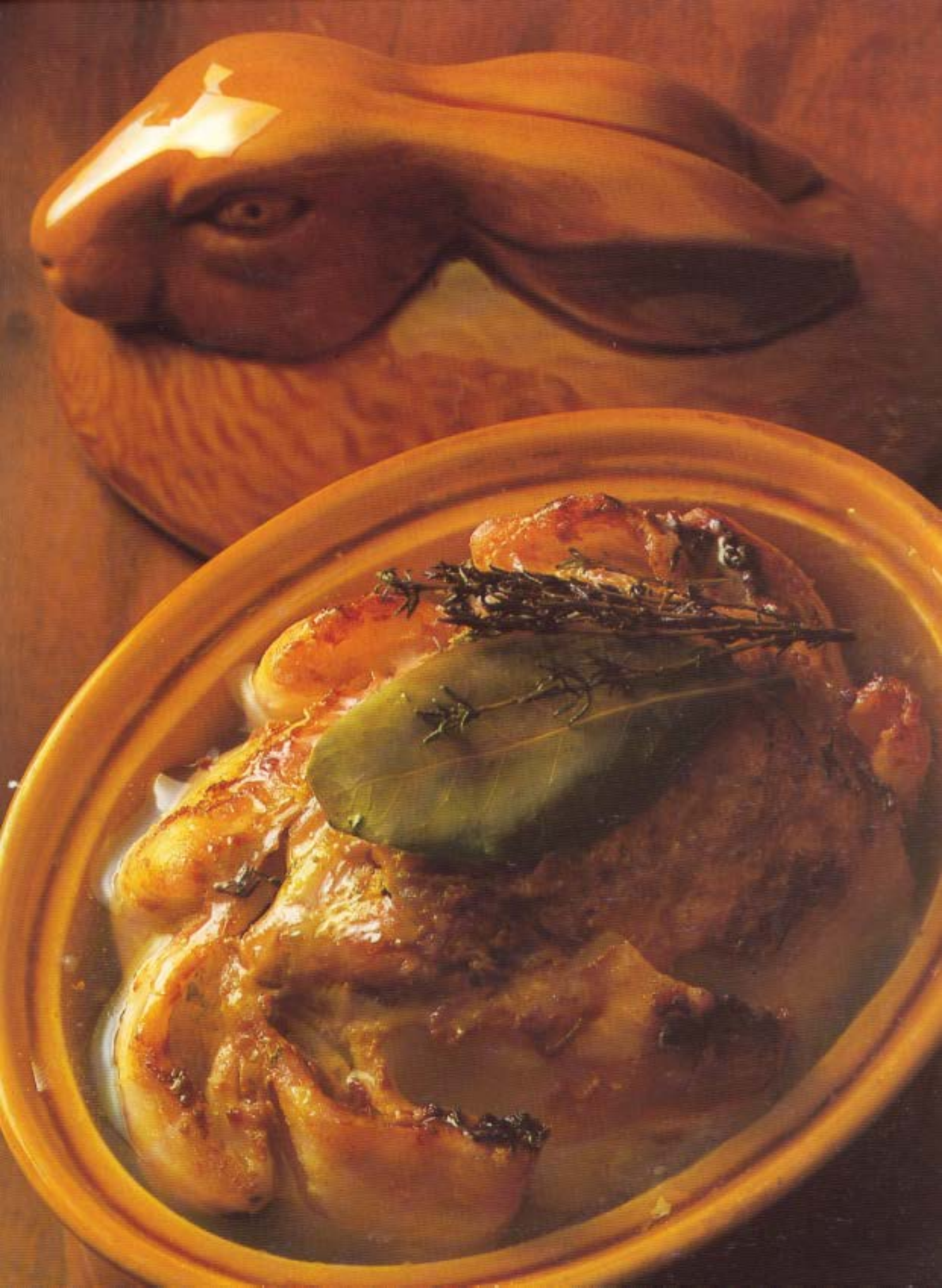
- 400 g de jambon cuit ou un mélange de celui-ci et de jambon cru de pays
- 100 g de beurre
- sel - poivre
- une pointe de cayenne

## TERRINETTES DE JAMBON

- Prélevez la couenne et le gras du jambon ; coupez-les en dés d'environ 1 1/2 à 2 cm ; coupez ensuite le maigre, à part, en gros morceaux.
- Dans le bol du Thermomix mettez le beurre, un peu de sel (en tenant compte du propre degré de salaison du jambon) une bonne prise de poivre et le cayenne ; faites tourner l'appareil à vitesse 8, jetez sur les couteaux d'abord le gras et la couenne puis le jambon ; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau.
- Répartissez le contenu du bol dans des petits ramequins ou des petites coupelles individuelles en tassant bien ; couvrez avec de l'aluminium ménager ; mettez au réfrigérateur pendant 2 à 3 h avant de servir.

**NOTES :** cette recette est intéressante si vous disposez de jambon un peu sec difficile à présenter tel. Si vous utilisez du jambon cru, il est préférable de procéder au hachage en deux fois.







• Thermomix : 3 mn +  
cuisson au four 2 h 30

- 1 caneton dodu
- 100 g de lard gras frais
- 200 g d'échine de porc
- 1 orange
- 125 g de mie de pain rassis
- 3 cuillerées à soupe d'armagnac ou de cognac
- 1 bonne cuillerée à soupe de marmelade d'oranges amères
- 4 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 3 échalotes
- 1 œuf
- 1 grande et fine barde de lard
- sel - poivre
- farine

## PÂTE DE CANARD À L'ORANGE

- Retirez la peau du canard, coupez-la en morceaux de 2 à 3 cm, laissez en attente.
- Prélevez le maximum d'escalopes de chair sur la carcasse de la volaille ; laissez également en attente.
- Coupez l'échine de porc et le lard en morceaux d'environ 1 à 2 cm. (voir «Note» la viande hachée p. 12).
- Lavez l'orange, prélevez le quart du zeste avec le couteau économe à pommes de terre de façon à ne pas entraîner de partie blanche amère ; jetez ce zeste dans de l'eau en ébullition, égouttez-le au bout de 2 mn.
- Introduisez dans le bol du Thermomix le zeste égoutté, le pain cassé en deux ou trois morceaux, le jus de l'orange, l'eau de vie, la marmelade et la crème fraîche ; mixez 6 secondes à vitesse 4 puis videz dans un saladier.
- Dans le bol du Thermomix mettez sel et poivre ; faites tourner à vitesse 8, jetez sur les couteaux les échalotes, une poignée de peau de canard, arrêtez, videz le contenu dans un second saladier ; recommencer l'opération avec le reste de la peau de canard, puis le lard gras et les morceaux d'échine en procédant toujours par poignées ; arrêtez l'appareil 2 à 3 secondes après l'introduction du dernier morceau ; ajoutez l'œuf, malaxez, rectifiez l'assaisonnement.
- Tapissez une terrine avec la barde en la laissant largement dépasser ; disposez par couches, de la farce de viande, des escalopes de canard, du mélange pain-marmelade en commençant et en terminant par la farce de viande.
- Rabattez la barde, fermez la terrine ; soudez le couvercle avec une pâte faite de farine malaxée avec un peu d'eau.
- Posez dans un plat à four contenant de l'eau, mettez à four modéré (thermostat 5, 160°) pendant 2 h 30.
- Laissez refroidir, mettez au réfrigérateur ; attendez 24 h avant d'entamer.

### VARIANTE :

**PÂTE DE CANARD À L'ORANGE, EN CROÛTE :** au lieu de tapisser la terrine avec une barde, tapissez-la - après l'avoir beurrée - d'une abaisse de pâte brisée préparée par ailleurs avec le Thermomix (voir chapitre pâtes), en la laissant dépasser d'environ 3 à 4 cm sur tout le pourtour ; emplissez de farce comme précédemment ; posez en couvercle, sur la farce, une autre abaisse de pâte ; pincez avec les doigts pâte du dessus et pâte du dessous pour bien souder hermétiquement sur tout le pourtour ; badigeonnez la surface de la pâte avec un œuf battu en omelette pour qu'elle soit dorée à la sortie du four ; pratiquez au centre du couvercle un petit trou, introduisez un carton roulé qui formera cheminée ; mettez au four comme précédemment ; lorsque le pâté est froid, démoulez et enveloppez d'aluminium ménager avant de mettre au réfrigérateur.

• Thermomix : 1 mn environ +  
cuisson au four 2 h

- 250 g d'échine de porc
- 100 g d'épaule de veau
- 100 g de lard gras frais
- 60 g d'oignons
- 4 branches de persil
- 2 œufs
- 2 cuillerées à soupe d'armagnac ou de cognac
- une large et fine barde de lard
- sel - poivre
- 1/2 à 1 cuillerée à café de quatre-épices
- farine

## PÂTE CAMPAGNARD

- Coupez chacune des viandes, séparément, en morceaux d'environ 1 1/2 à 2 cm. (voir «Note» la viande hachée p. 12).
- Dans le bol du Thermomix, mettez sel, poivre et quatre-épices ; faites tourner à vitesse 8, jetez l'échine de porc sur les couteaux ; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau ; videz le contenu du bol dans un saladier.
- Faites à nouveau tourner l'appareil à vitesse 8, jetez sur les couteaux les oignons, le persil coupé en deux ou trois morceaux, le lard gras puis le veau ; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau ; joignez le contenu du bol à l'échine de porc.
- Ajoutez encore les œufs et l'eau de vie choisie, malaxez bien, rectifiez l'assaisonnement qui doit être assez relevé.
- Tapissez une terrine avec la barde, en la laissant largement dépasser ; emplissez avec la farce, rabattez la barde sur la préparation.
- Fermez la terrine, soudez le couvercle avec une pâte faite de farine malaxée avec un peu d'eau.
- Posez-la dans un plat à four contenant de l'eau, mettez à four modéré (thermostat 5, 160°) pendant 2 h.
- Laissez refroidir, mettez au réfrigérateur pendant 24 h avant de servir.







- Thermomix : 2 mn env. + cuisson au four 2 h 30

- 250 g de lard gras
- 200 g d'échine de porc
- 250 g de foie de porc
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 2 branches de persil
- 2 œufs
- 1/2 cuillerée à café de quatre-épices
- couennes de porc fraîches
- 1 feuille de laurier
- 1 brindille de thym
- sel - poivre

## PÂTE DE FOIE

- Coupez séparément toutes les viandes en dés de 1 1/2 à 2 cm, en éliminant tous les nerfs ou peaux trouvés sous le couteau; (voir «Note» la viande hachée page 12).
- Introduisez dans le bol les oignons, l'ail, le persil, les œufs, le quatre-épices, sel et poivre; mixez 10 secondes à vitesse 1 puis passez à vitesse 8.
- Jetez sur les couteaux le lard peu à peu mais sans attendre; arrêtez l'appareil 2 à 3 secondes après l'introduction du dernier morceau. Videz le contenu dans un saladier.
- Faites tourner à nouveau le Thermomix à vitesse 8, jetez l'échine sur les couteaux; arrêtez l'appareil 2 à 3 secondes après l'introduction du dernier morceau. Videz dans le saladier.
- Remettez le Thermomix à tourner à vitesse 8, jetez le foie sur les couteaux; videz dans le saladier.
- Malaxez le contenu du saladier et vérifiez l'assaisonnement.
- Garnissez le fond d'une terrine avec une couenne, côté gras contre la paroi, mettez 1/2 feuille de laurier et un petit morceau de thym puis la farce.
- Ajoutez encore le reste de laurier et le thym et la seconde barde, côté gras contre la farce, couvrez.
- Posez dans un plat à four contenant de l'eau et mettez à four doux (thermostat 4/5, 150°) pendant 2 h 30.

- Thermomix exclusivement : 11 mn + 2 heures au frais

- Pour 6 personnes
- 250 g de foies de volaille (foies de canard, de préférence)
  - 250 g de beurre doux
  - 1 gobelet 1/2 de vin de Riesling
  - 1/2 gobelet de Porto
  - 1/4 de feuille de laurier
  - 2 grains de poivre
  - 1 cuillerée à café de sel

## LE DÉLICE DE FOIES AU RIESLING

- Dans le bol du Thermomix, mettez les grains de poivre, le laurier et le Riesling.
- Dans le panier, déposez les foies de volaille bien nettoyés des petites peaux et filaments. Placez le panier dans le bol et mettez en chauffage 5 mn à 90, en vitesse 2. A l'arrêt de la minuterie, retirez le couvercle, remuez les foies dans le panier puis refermez et mettez en chauffage 5 autres minutes.
- Videz le bol de son contenu. À la place, mettez les foies de volaille cuits, le beurre coupé en plusieurs morceaux, le Porto, le sel et 2 ou 3 tours de moulin à poivre. Mixez en vitesse 8 puis 12, pendant une minute au total (sans chauffage).
- Versez dans une jolie terrine. Mettez au réfrigérateur pendant 2 heures minimum. Servez accompagné de toasts chauds.

**NOTE :** vous pouvez ajouter quelques champignons secs aux foies cuits; mixés, ils donneront l'illusion de morceaux de truffes!

- Thermomix : préparation des délices de Foies au Riesling

- Pour 6 aspics
- 1 terrine de délice de foies au Riesling (voir recette ci-dessus) ou foies de volaille du commerce
  - 1 sachet de gelée toute préparée
  - 1/2 gobelet de Porto
  - 1 grosse tomate
  - 6 cornichons
  - 6 feuilles de laitue pour la garniture

## LES ASPICS DE FOIES DE VOLAILLE

- Préparez la gelée en suivant le mode d'emploi. Ajoutez-y le Porto. Versez 1/2 cm de gelée liquide au fond de 6 ramequins (en verre ou en porcelaine) et laissez solidifier quelques instants dans le réfrigérateur.
- Déposez sur la gelée refroidie et solidifiée 1 cornichon en éventail et, autour, une couronne de tomate (1 tranche évidée de son centre). Dessus, mettez 1 rondelle de délice de foies (ou un hexagone ou un cœur, etc.) ou tout simplement, si vous préparez les aspics directement, la purée de foies au Riesling sortant du bol (voir recette précédente, 4<sup>e</sup> paragraphe).
- Recouvrez de gelée. Mettez au réfrigérateur.
- Au moment de servir, plongez chaque ramequin quelques secondes dans de l'eau chaude. Retournez sur le plat de service garni de feuilles de laitue. Servez aussitôt avec des toasts chauds. Offrez en même temps un bon vin de Riesling frais ou du Porto.



- Thermomix : 19 mn +  
20 mn de cuisson au four

- 4 œufs
- 2 cuillerées à soupe crème fraîche (10 cl)
- 150 g. de jambon
- noix de muscade
- 1 boîte 1/2 de tomates pelées
- 1 oignon moyen
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 1 petite gousse d'ail
- sel - poivre
- 1 pointe de cayenne
- persil

## MOUSSE DE JAMBON AU COULIS DE TOMATE

### LA MOUSSE :

- Préchauffez le four thermostat 6 1/2, 190°.
- Introduisez les œufs et la crème dans le bol; mixez 30 secondes à vitesse 8.
- Ajoutez le jambon en morceaux et la noix de muscade; mixez 40 secondes à vitesse 8.
- Versez cette mousse dans des ramequins beurrés. Versez de l'eau très chaude dans un plat à four dans lequel vous déposez les ramequins.
- Faites cuire 20 mn au four à 190°.

### LE COULIS :

- Introduisez l'oignon et l'huile dans le bol; réglez 3 mn à 80 vitesse 1.
- Ajoutez les tomates et leur jus, l'ail, sel, poivre et cayenne; réglez 15 mn à 100 vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, videz le coulis dans le plat de service et démoluez les ramequins par-dessus; soupoudrez de persil haché.

- Thermomix exclusivement : 25 mn

- 500 à 600 g d'escalopes de dinde
- 1 cube de bouillon de volaille
- 100 g de beurre
- 1 cuillerée à soupe de farine
- le jus d'1/2 citron
- 1 jaune d'œuf

## AIGUILLETES DE DINDE

- Découpez les escalopes en lanières et déposez-les dans le panier.
- Introduisez dans le bol 2 gobelets d'eau, le cube de bouillon, le beurre et le panier.
- Réglez 20 mn à 100, vitesse 1. Si le gobelet se soulève, ramenez la température à 95.
- Remuez la viande une ou deux fois à l'aide de la spatule passée par l'orifice du couvercle.
- A l'arrêt de la minuterie retirez le panier et videz la viande dans un plat; réservez au chaud.
- Ajoutez la farine au contenu du bol.
- Réglez 4 minutes à 100 vitesse 2.
- Au nouvel arrêt de la minuterie laissez tourner et ajoutez le jus de citron et le jaune d'œuf; mixez 30 secondes à vitesse 3 puis versez la sauce sur les aiguillettes.

- Thermomix : 27 mn +  
35 mn de cuisson dont 30 mn au four

- 800 g d'aubergines
- gros sel
- 400 à 500 g d'épaule de mouton
- 100 g d'oignons
- 2 à 3 gobelets d'huile d'olive
- 3 gobelets de farine
- 2 pour les aubergines
- 1 pour la sauce
- 400 g de tomates
- 2 gousses d'ail
- 1/2 cuillerée d'origan
- une pointe de cannelle
- 50 g de beurre
- 1/2 l de lait (5 gobelets)
- 2 œufs
- 100 g de parmesan
- sel - poivre

## MOUSSAKA

- Epluchez les aubergines, coupez-les en rondelles, étalez celles-ci sur un torchon, parsemez-les légèrement de gros sel; couvrez d'aluminium ménager, laissez dégorger 1 h.
- Introduisez dans le bol 1/2 gobelet d'huile et les oignons, puis réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Coupez la viande en morceaux d'environ 1 1/2 à 2 cm.
- Essuyez les rondelles d'aubergines, frottez-les de farine sur leurs deux faces pour bien les sécher; faites-les dorer à la poêle, dans de l'huile, 1 mn environ par face.
- Lorsque la minuterie du Thermomix s'arrête, introduisez encore dans le bol les tomates, l'ail, l'origan, la cannelle, sel et poivre, réglez 15 mn à 80, vitesse 1; videz le contenu du bol Thermomix dans un saladier.
- Faites tourner l'appareil à vitesse 8; jetez la moitié de la viande sur les couteaux; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau; joignez au contenu du saladier. Recommencez une seconde fois l'opération avec le reste de viande.
- Dans le bol mettez 1 gobelet de farine, le beurre, le lait, sel et poivre; réglez 6 mn à 100, vitesse 1; lorsque la minuterie s'arrête, introduisez les œufs et le fromage et laissez tourner pendant 3 à 4 secondes, sans chauffer.
- Huilez un plat à four, disposez une rangée de rondelles d'aubergines en les chevauchant bien; ajoutez en couche le contenu du saladier bien mélangé; couvrez avec le reste de rondelles d'aubergines; nappez avec la sauce au fromage restée dans le bol du Thermomix.
- Mettez à four moyen, thermostat 5/6, 180°, pendant 45 mn.

**NOTE :** l'huile d'olive donne un goût assez fort; vous pouvez la remplacer par votre huile habituelle.



- Thermomix : 2 mn +  
1 h 30 de cuisson en cocotte

- 8 fines et larges escalopes de 80 g environ chacune
- 100 g de jambon cuit
- 200 g de foie de génisse
- 80 g de lard gras frais
- 125 g de champignons de Paris
- 300 g d'échalotes
- 4 branches de persil
- 8 branches de cerfeuil
- 1 dz de feuilles d'estragon
- 100 g de mie de pain rassis
- 1/2 gobelet de lait
- 1 œuf
- 80 g de beurre
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 1 gobelet de vin blanc sec
- sel - poivre

- Thermomix : 18 mn +  
cuisson au four 10 à 15 mn

- 1 quinzaine de lasagnes précuites (en boîte cartonnée)
- 150 g de gruyère râpé dans le Thermomix
- 250 g de viande de bœuf
- 1 petit oignon
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 1/2 gobelet de farine
- 60 g de beurre
- sel - poivre
- 250 g de champignons de Paris
- huile d'olive
- 1 boîte (taille demi) de tomates pelées
- 2 cuillerées à soupe de concentré de tomates
- 1 pincée de sucre
- thym - marjolaine (ou origan)
- 4 grandes tranches de jambon cuit

- Thermomix : quelques secondes

- 500 à 750 g de bœuf  
choisi dans les morceaux à braiser prévus pour le steak haché - ou la même quantité de viande de cheval
- 1 oignon
- 2 branches de persil
- 2 branches de cerfeuil
- 4 feuilles d'estragon
- 1 gobelet de ketchup
- 1 cuillerée à soupe de worcestershire sauce
- 1 cuillerée à soupe de câpres
- 4 œufs
- sel - poivre

## PAUPIETTES DE VEAU

- Coupez le jambon, le foie et le lard en morceaux d'environ 1 1/2 à 2 cm ; nettoyez les champignons.
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8 ; jetez sur les couteaux les dés de lard, les morceaux de foie et de jambon ainsi que les champignons ; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier ingrédient ; videz le contenu du bol dans un saladier.
- Dans le bol, mettez 4 échalotes, le persil et le cerfeuil coupés en deux ou trois morceaux, l'estragon, le pain grossièrement concassé, le lait, l'œuf, sel, poivre.
- Faites tourner pendant 1 mn à vitesse 12 ; joignez le contenu du bol au contenu du saladier ; mélangez ; rectifiez l'assaisonnement.
- Étalez la farce sur les escalopes, roulez, ficelez.
- Dans une cocotte, faites revenir les paupiettes ainsi constituées dans le beurre et l'huile, sur toutes leurs faces, à feu moyen.
- Baissez le feu à doux, ajoutez le reste d'échalotes finement émincées, laissez blondir 4 à 5 mn ; mouillez avec le vin, couvrez et laissez mijoter 1 h 15 en retournant à mi-cuisson.

## LASAGNES

- Coupez la viande en cubes ; faites tourner à vitesse 8 et jetez ces cubes de viande ainsi que l'oignon ; procédez en plusieurs fois ; videz au fur et à mesure dans le panier.
- Faites une béchamel en mettant dans le bol : lait, farine, 60 g de beurre, sel et poivre ; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.
- Videz la sauce béchamel dans un récipient en attente. A la place, dans le bol (non lavé) introduisez l'huile, les tomates avec leur jus, le concentré de tomates, le sucre, sel, poivre ; introduisez également le panier contenant la viande à laquelle vous ajoutez le thym effeuillé, 2 cuillerées à café de marjolaine séchée et les champignons ; réglez 10 mn à 100, vitesse 1. Remuez de temps en temps, à la spatule, par l'orifice du couvercle. A l'arrêt de la minuterie, mélangez la viande, les champignons et la sauce tomate.
- Dans un grand plat à gratin rectangulaire, versez un petit fond de béchamel puis déposez, côte à côte, les lasagnes. Recouvrez de jambon, béchamel, gruyère, puis des lasagnes, de la sauce tomate à la viande, à nouveau des lasagnes et ainsi de suite ; terminez par de la béchamel, du gruyère râpé et faites gratiner de 10 à 15 mn.

## STEAK TARTARE

- Coupez la viande en morceaux d'environ 1 1/2 à 2 cm ; partagez-la en portions de 250 g.
- Introduisez dans le bol l'oignon, le persil et le cerfeuil coupés en deux ou trois morceaux et les feuilles d'estragon ; mixez à vitesse 8 et jetez une portion de viande sur les couteaux ; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau ; videz le contenu du bol dans le saladier.
- Introduisez le ketchup, la worcestershire sauce, sel, poivre ; mixez à nouveau à vitesse 8 et hachez de la même façon une autre portion de viande ; joignez au contenu du saladier.
- Si nécessaire, hacher la troisième portion de viande en la jetant sur les couteaux du Thermomix tournant à vitesse 8.
- Mélangez le tout en ajoutant les câpres ; rectifiez l'assaisonnement.
- Divisez la préparation en quatre parts égales, façonnez en steaks, creusez au centre de chacun une petite dépression, déposez-y un jaune d'œuf.







- Thermomix : 6 à 7 mn +  
2 à 5 mn de cuisson à la poêle

- 500 à 750 g de bœuf choisi dans les morceaux à braiser destinés au steak haché
- 150 g d'oignons
- 40 g de beurre
- 4 branches de persil
- 1 œuf
- sel - poivre
- une pointe de cayenne

## HAMBURGERS AUX OIGNONS

- Coupez la viande en morceaux de 1 à 2 cm, divisez en portions d'environ 200 g, donc soit trois ou quatre portions afin que le hachage puisse s'effectuer régulièrement.
- Mettez dans le bol les oignons, la moitié du beurre, sel et poivre ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez le persil et l'œuf à vitesse 8, puis jetez sur les couteaux une portion de viande ; 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau arrêtez l'appareil, videz le contenu du bol dans un saladier.
- Hachez de la même façon la ou les autres portions de viande, en la jetant sur les couteaux tournant à vitesse 8 ; joignez au contenu du saladier ; mélangez.
- Divisez en quatre parts égales ; façonnez en steacks. Faites cuire à la poêle, dans le reste de beurre, sur feu moyen, de 1 à 3 mn par face selon le degré de cuisson désiré.

### VARIANTE :

Vous pouvez, simultanément, faire cuire 4 œufs au plat et en poser un sur chaque steak pour servir ou le manger entre deux morceaux de pain à l'américaine.

- Thermomix : 16 mn environ +  
3 à 5 mn de cuisson en friture

- 400 g d'épaule de mouton
- 1/4 de gobelet de raisins secs
- 100 g de riz  
de préférence à grains ronds
- 1/2 citron
- 2 branches de persil
- 6 feuilles de menthe
- 1/4 de gobelet d'amandes  
salées ou non
- 2 œufs
- sel - poivre
- farine

## BOULETTES ORIENTALES

- Dans le bol du Thermomix, versez 1/2 l d'eau ; mettez le riz et les raisins rincés dans le panier, introduisez celui-ci dans l'appareil ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- Sortez le panier, laissez égoutter son contenu ; videz et rincez le bol.
- Coupez le mouton en morceaux de 1 1/2 à 2 cm ; pelez le citron à vif, retirez le maximum de pépins qui donnent de l'amertume.
- Mettez dans le bol le citron, le persil coupé en deux ou trois morceaux, les feuilles de menthe, les amandes ; mixez 10 secondes à vitesse 4 puis, à vitesse 8, jetez sur les couteaux la moitié des morceaux de viande ; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau ; videz le contenu du bol dans un saladier.
- Faites à nouveau tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez le reste de viande sur les couteaux ; arrêtez 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau ; joignez au contenu du saladier.
- Ajoutez le riz, les raisins et les œufs ; malaxez, salez (attention si vous avez utilisé des amandes salées) poivrez.
- Façonnez en boulettes d'assez petite taille, roulez dans la farine étalée sur une assiette.
- Plongez à friture chaude, retournez avec l'écumoire lorsque les boulettes commencent à remonter ; égouttez dès qu'elles sont dorées.
- Servez ces boulettes très chaudes.

**NOTE :** ne pensez pas gagner du temps en mettant dans le Thermomix toute la viande de mouton en une seule fois, le hachis serait trop irrégulier.

- Thermomix exclusivement : 35 mn

- Pour 3 personnes
- 3 cailles
  - 1 pomme reinette
  - 12 pruneaux
  - 2 1/2 gobelets de crème fraîche
  - 2/3 gobelet de bon vin blanc
  - 1 échalote
  - persil
  - sel - poivre

## CAILLES AUX PRUNEAUX

- Dans le bol du Thermomix, mettez l'échalote et le vin, réglez 5 mn à 100, vitesse 1.
- Dans le panier, déposez les quartiers de pomme épluchés, les cailles salées, poivrées et les pruneaux.
- Ajoutez dans le bol 2 cuillerées à soupe d'eau, crème fraîche, du poivre et très peu de sel. Introduisez le panier et réglez 30 mn à 100, en vitesse 1.
- Dressez les cailles sur leur lit de pomme, les pruneaux autour. Ajoutez quelques brins de persil dans le bol. Mixez quelques secondes à vitesse 12 et versez la sauce sur les cailles.







- Thermomix : 7 mn environ +  
1 h 30 de cuisson au four

- 75 g de lard gras frais
- 150 g d'échine de porc
- 150 g de foie de porc
- 1 gousse d'ail
- 200 g de feuilles vertes de bettes  
(ce qui correspond à peu près à la valeur  
d'une botte de 1 kg)
- 150 g d'épinards
- 20 g de saindoux
- 2 œufs
- 1 grande crêpe de porc
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- sel - poivre
- une forte pincée de quatre-épices

- Thermomix : 32 mn +  
cuisson au four 1 heure

- 1 gros faisan
- 3 gobelets de vin rouge
- 1 gobelet de bouillon
- 2 citrons
- 1/3 gobelet de farine
- 130 g de beurre
- sel - poivre
- Facultatif : croûtons de pain -  
lardons

- Thermomix : 30 secondes environ +  
30 mn de cuisson au four

- 8 tomates moyennes  
d'égale grosseur
- 150 g d'échine de porc
- 300 g de bœuf cuit (restes de pot-au-feu)
- 2 oignons
- 6 branches de persil
- 2 œufs
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- sel - poivre

## CAILLETES

- Coupez toutes les viandes, séparément, en morceaux de 1 1/2 à 2 cm, en éliminant au maximum nerfs et peaux du foie (voir «Note» la viande hachée p. 12).
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8 ; jetez sur les couteaux le lard gras ; arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau ; videz le contenu du bol dans un saladier.
- Recommencez l'opération successivement avec l'échine puis avec le foie en joignant la gousse d'ail à l'une de ces deux viandes.
- Prélevez le vert des bettes, trie les épinards feuille par feuille en ne laissant que 1 cm de queue ; lavez le tout à grande eau, mettez dans le bol du Thermomix avec le saindoux ; réglez 2 mn à 50, vitesse 4.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez les œufs, sel, poivre et quatre-épices ; réglez 3 mn à 50, vitesse 1.
- Joignez le contenu du bol au contenu du saladier ; malaxez, rectifiez éventuellement l'assaisonnement.
- Coupez la crêpe en huit morceaux égaux ; sur chacun d'eux mettez le huitième de la farce ; fermez en paquets ; posez côte à côte dans un plat à four huilé.
- Mettez à four moyen (thermostat 5/6, 180°) ; laissez cuire 1 h 30.

## SALMIS DE FAISAN

- Salez et poivrez le faisan, enduisez-le de 30 g de beurre et faites-le cuire à four moyen (thermostat 6, 180°) 1 heure.
- Laissez-le légèrement refroidir et découpez-le en mettant les morceaux débarrassés de leur peau dans une sauteuse ; couvrez celle-ci et gardez à température tiède (four éteint ou au bain-marie).
- Introduisez dans le bol le foie, les poumons, les morceaux de peau et la carcasse en plusieurs morceaux ; mixez 1 mn à vitesse 8 en aidant avec la spatule ; ajoutez le vin et le bouillon ; mixez à nouveau 1 mn à vitesse 8 puis filtrez dans un chinois en pressant bien avec la spatule de manière à obtenir le maximum de coulis.
- Versez ce coulis dans le bol ; ajoutez le jus d'un citron, la farine, le sel, le poivre et le beurre ; réglez 30 mn à 90, vitesse 1.
- Versez la sauce sur les morceaux de faisan.
- Servez entouré de rondelles de citron et éventuellement de croûtons dorés et de lardons.

### VARIANTE :

Vous pouvez remplacer le faisan par une pintade.

## TOMATES FARCIES

- Lavez, essuyez les tomates, découpez un chapeau ; à l'aide d'une petite cuillère, videz l'intérieur.
- Coupez l'échine de porc en morceaux d'environ 1 1/2 à 2 cm ; coupez le bœuf en morceaux grossiers.
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux un oignon, la moitié du persil et des viandes ; arrêtez quelques secondes après l'introduction du dernier morceau ; ajoutez la moitié de la pulpe retirée des tomates, 1 œuf, sel et poivre ; mixez 20 secondes à vitesse 5 en aidant avec la spatule, videz dans un saladier et recommencez avec le reste des ingrédients ; mélangez dans le saladier.
- Répartissez le contenu du bol dans les tomates, couvrez avec les chapeaux.
- Posez-les côte à côte dans un plat à four huilé ; mettez à four moyen (thermostat 5/6, 180°) pendant 30 mn.







• Thermomix exclusivement : 23 mn

- 500 g de viande crue (ou cuite)
- 2 gousses d'ail
- 4 échalotes
- 6 brins de persil
- 1 jaune d'œuf
- chapelure
- 50 g de beurre
- 1 boîte (taille : demi) de tomates pelées
- 1 cuillerée à café de concentré de tomates
- origan
- sel - poivre

## BOULETTES DE VIANDE À LA SAUCE ITALIENNE

- Coupez la viande en morceaux de 1 à 2 cm, divisez en trois portions afin que le hachage puisse s'effectuer régulièrement.
- Dans le bol du Thermomix, mettez 1 gousse d'ail, 2 échalotes, 3 brins de persil; coupés en deux ou trois morceaux; faites tourner l'appareil à vitesse 8; jetez une portion de viande; 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau arrêtez l'appareil. Videz le contenu du bol dans un saladier.
- Hachez de la même façon les autres portions de viande, en la jetant sur les couteaux tournant à vitesse 8; joignez au contenu du saladier. Ajoutez le jaune d'œuf, sel et poivre. Mélangez.
- Façonnez en boulettes. Roulez dans la chapelure. Déposez dans le panier de cuisson en attente.
- Dans le bol du Thermomix, introduisez 1 gousse d'ail, 2 échalotes, 3 brins de persil et le beurre; mettez en chauffage 2 mn à 100°, en vitesse 1.
- Ajoutez, dans le bol, les tomates avec leur jus, concentré de tomates, 1 pincée d'origan, sel et poivre. Introduisez le panier contenant les boulettes et mettez en chauffage 20 mn à 100, en vitesse 1.
- Déposez les boulettes cuites dans un plat creux. Nappez de sauce tomate. Servez, en accompagnement, des spaghetti au beurre ou du riz. Présentez du gruyère râpé à part.

**NOTE :** si vous réalisez cette recette avec de la viande déjà cuite, ne modifiez pas le temps de cuisson mais ajoutez un œuf entier au mélange, pour faciliter le façonnage des boulettes.

• Thermomix : 3 mn +  
7 à 15 mn de cuisson en friture selon que vous pratiquiez  
en une ou deux fois. + temps de repos de la pâte

pour la pâte :

- 1/2 gobelet de lait
- 100 g de beurre
- sel
- 2 œufs
- 1/2 cuillerée à café de levure
- 7 gobelets de farine

pour la farce :

- 250 g de restes de viandes cuites ou crues
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- paprika
- 1 œuf cru
- 2 œufs durs
- 50 g de raisins secs (facultatif)
- sel - poivre

pour souder la pâte :

- 1 œuf cru

## EMPENADAS CHILIENS

- Commencez par préparer la pâte : dans le bol du Thermomix mettez le lait et réglez 1 mn à 50, vitesse 1.
- Ajoutez le beurre, le sel, les œufs, la levure et 6 gobelets de farine.
- Mixez quelques secondes à vitesse 8 en ajoutant le dernier gobelet de farine par l'orifice du couvercle.
- Videz dans un saladier; façonnez en boule; laissez reposer 30 mn.
- Coupez la viande en morceaux d'environ 1 1/2 à 2 cm.
- Dans le bol du Thermomix mettez les oignons, l'ail, l'huile, le paprika et l'œuf cru.
- Mixez à vitesse 8; jetez sur les couteaux la viande puis les œufs durs, les raisins, sel et poivre; arrêtez l'appareil.
- Sur une planche légèrement farinée, abaissez la pâte au rouleau, à environ 2 mm d'épaisseur; coupez-la à l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol, répartissez la farce au centre de chacune de ces parts.
- Badigeonnez la partie de pâte restée libre avec l'œuf battu; pliez, soudez en pinçant les bords avec les doigts.
- Plongez à friture chaude; retournez les empenadas avec l'écumoire lorsqu'ils remontent à la surface; égouttez-les dès qu'ils sont bien dorés.

**NOTE :** excellents à servir avec une salade verte croquante ou avec une salade d'endives à la vinaigrette moutardée.











# Michel Kerever

*Maître Cuisinier*  
Le Lion d'Or - Relais Gourmand

35340 Liffré - tél. (99) 57.31.09

## SOUPE DE MOULES

*Thermomix : 13 mn*

- 400 g de merlans
- 1 l 1/2 de moules
- 2 blancs de poireaux
- le jus de cuisson des moules
- 2 cuillerées à soupe de crème
- sel - cerfeuil

• Lavez les moules à grande eau; mettez-les sur feu moyen dans une sauteuse; brassez sans cesse en retirant au fur et à mesure les coquillages qui s'ouvrent; décortiquez-les. Tamisez l'eau de cuisson.

• Nettoyez et tronçonnez les merlans, lavez et coupez les poireaux en petits morceaux.

• Dans le bol du Thermomix, mettez les merlans, les poireaux, les 2/3 des moules, l'eau de cuisson. Faites tourner 1 mn à vitesse 12 puis complétez d'eau jusqu'au repère 1 litre, réglez 12 mn à 100, vitesse 3.

• A trente secondes de la fin, introduisez la crème.

• Versez le contenu du bol dans une soupière en tamisant à travers le panier; ajoutez le reste des moules en garniture ainsi que les pluches de cerfeuil.

## CRÈME D'ARTICHAUTS

*Thermomix exclusivement : 10 mn*

- 5 fonds d'artichauts
- 2 blancs de poireaux
- 1/2 oignon
- sel
- 2 cuillères à soupe de crème

• Enlevez le foin des artichauts à l'aide d'une cuillère et gardez-les dans de l'eau légèrement citronnée pour leur éviter de noircir.

• Lavez les poireaux; coupez-les en morceaux; introduisez-les dans le bol avec l'oignon et les fonds d'artichauts.

• Ajoutez de l'eau jusqu'au repère 1 litre; réglez 10 mn à 100, vitesse 9.

• A trente secondes de la fin, ajoutez la crème.

## MOUSSELINE DE POIS FRAIS

*Thermomix exclusivement : 9 mn*

- 400 g de petits pois frais sucrés
- sel
- 2 cuillerées à soupe de crème

• Dans le bol du Thermomix, mettez les petits pois crus, 3 gobelets d'eau et le sel; réglez 8 mn à 100, vitesse 10.

• Lorsque la minuterie s'arrête de nouveau, introduisez la crème et réglez à nouveau 1 mn à 100, vitesse 10.

• Vous obtiendrez une purée très verte et fine.



# les légumes

- Thermomix : 30 secondes

- 250 g. de couscous fin
  - 2 citrons
  - 3 belles tomates
  - 1 concombre
  - 5 à 6 oignons blancs (100 g.)
  - 10 feuilles de menthe
  - 10 brins de persil
  - 2 brins de coriandre fraîche (facultatif)
  - 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
  - sel - poivre
- Pour le décor :
- 1 citron
  - 1 tomate
  - 10 feuilles de menthe

- Thermomix : 17 mn +  
45 mn de cuisson au four

- 1 chou-fleur
- 6 œufs
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 1 branche d'estragon (ou poudre)
- sel - poivre
- muscade
- 1/4 l. de bouillon de volaille (ou 1 tablette)
- 4 belles carottes (400 g.)

Pour 4 à 6 personnes

- Thermomix : quelques secondes

- 1 paquet de pâtes «papillon»
- 1 bouquet de persil
- 1 œuf
- 250 g. de crème fraîche
- 250 g. de fromage blanc égoutté
- 2 petits suisses
- 1 bouillon de volaille en cube
- 100 g. de gruyère râpé
- sel - poivre

## LE TABOULÉ

- Dans un saladier, mélangez le couscous avec 1/2 gobelet d'eau salée. Laissez en attente.
  - Epluchez : citrons, tomates, concombre et oignons.
  - Dans le bol du Thermomix, introduisez les citrons et les tomates coupés en deux, la moitié du concombre coupé en tronçons, les oignons, les feuilles de menthe, le persil, le coriandre, l'huile, le sel et le poivre.
  - Mixez 30 secondes à vitesse 10. Versez sur le couscous. Mélangez bien. Ajoutez le reste du concombre coupé en dés. Laissez mariner au frais pendant 2 heures. Au moment de servir, disposez dans un plat rond; décorez de feuilles de menthe et de rondelles de tomates et de citrons.
- NOTE :** Pour une autre présentation: huilez un moule en couronne; tapissez-le de feuilles de menthe et de rondelles de tomates; versez-y le taboulé; tassez et mettez au frais toute la nuit; démoulez délicatement sur le plat de service.

## FLANS DE CHOU-FLEUR AU COULIS DE CAROTTE

### LES FLANS

- Faites cuire le chou-fleur (si possible à la vapeur).
- Dans le bol du Thermomix, introduisez les œufs, la crème, l'estragon, le sel et le poivre, la muscade et le chou-fleur; mixez 1 mn à vitesse 10 en aidant avec la spatule; vérifiez que tous les ingrédients sont bien mixés.
- Versez cette préparation dans des ramequins individuels préalablement beurrés; faites cuire dans un bain-marie à four moyen 180°, thermostat 6, pendant 45 mn.

### LE COULIS

- Dans le bol du Thermomix, introduisez le bouillon jusqu'à hauteur des couteaux.
- Coupez les carottes en très fines rondelles dans le panier de cuisson; déposez-le dans le bol; réglez 15 mn à 100 vitesse 1.
- Videz le contenu du panier dans le bol et mixez 30 secondes à vitesse 8 de façon à obtenir un coulis onctueux.
- Démoulez les flans sur le plat de service et nappez avec le coulis.

## GRATIN RAVIOLÉ

- Faites cuire les pâtes dans de l'eau additionnée du bouillon de volaille.
- Egouttez-les, en réservant 1 verre de l'eau de cuisson. Dans le bol du Thermomix, mettez le persil, le fromage blanc, l'œuf, les petits suisses, la crème, 1/3 du gruyère râpé, le jus de cuisson des pâtes, sel et poivre. Mixez quelques secondes à vitesse 3.
- Beurrez un plat à gratin assez haut et mettez une couche de pâtes, une couche de cette farce, une couche de gruyère râpé, puis une autre couche de pâtes, une couche de farce et terminez par le gruyère râpé. Soudrez de quelques noisettes de beurre.
- Mettez à four moyen 180°, thermostat 6, 15 à 20 mn. Servez quand le gratin est bien doré.



- Thermomix : 6 mn + 18 mn + 35 mn de cuisson au four

#### LE PAIN :

- 400 g. de vert de bettes (environ 2 bottes)
- 70 g. de beurre
- 2 cuillerées à soupe de farine
- 3 gobelets de lait
- muscade
- sel - poivre
- 5 œufs
- 2 cuillerées à soupe de crème

#### LE COULIS :

- 1 boîte 4/4 de tomates pelées
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 1 oignon moyen
- 1 gousse d'ail
- sel - poivre
- cayenne

## PAIN DE BETTES AU COULIS DE TOMATE

### LE PAIN :

- Détachez les feuilles des bettes. Gardez les côtes en réserve pour un autre repas. Coupez les feuilles en lamelles et lavez-les à grande eau. Faites bouillir de l'eau salée et plongez y les feuilles de bettes pendant 10 mn. Egouttez et pressez-les afin d'exprimer toute l'eau.
- Dans le bol du Thermomix, introduisez le beurre, la farine, le lait, la muscade, le sel et le poivre; réglez 5 mn à 100 vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, laissez tourner le Thermomix et introduisez les œufs un à un, la crème puis les bettes.
- Versez dans un moule à soufflé ou à cake beurré, posez dans un bain-marie et cuisez 35 mn à four chaud 210° thermostat 7.

### LE COULIS :

- Egouttez bien les tomates.
- Introduisez l'oignon et l'huile dans le bol; réglez 3 mn à 80 vitesse 1.
- Ajoutez les tomates, l'ail, sel, poivre et cayenne; réglez 15 mn à 100 vitesse 1.
- Démoulez le pain sur un plat de service et nappez-le avec le coulis.

**VARIANTE :** Vous pouvez remplacer le vert de bettes par des laitues ou des épinards.

- Thermomix : 4 mn 1/2 + cuisson au four 30 mn

- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 100 g de beurre (50 + 50)
- sel
- poivre
- 250 g de semoule
- 80 g de parmesan râpé (40 + 40)

## GNOCCHI A LA ROMAINE

- Introduisez dans le bol le lait, la moitié du beurre, le sel et le poivre.
- Réglez 3 mn à 100 vitesse 1.
- Laissez tourner à vitesse 1 et introduisez la semoule par l'orifice du couvercle.
- Réglez 1 minute à 90 vitesse 4.
- Laissez tiédir quelques minutes en retirant le bol du socle.
- Mixez à vitesse 6 et ajoutez la moitié du parmesan par l'orifice du couvercle; mélangez aussi avec la spatule.
- Videz la préparation et étalez-la sur une planche légèrement humide.
- Lorsqu'elle est presque froide découpez-la en losanges.
- Dans un plat allant au four disposez une couche de gnocchi, saupoudrez de parmesan et déposez quelques noisettes de beurre ainsi de suite; faites gratiner à four moyen, thermostat 5/6, 180° pendant 30 minutes.

- Thermomix exclusivement : 20 mn + cuisson au four 30 mn

- pâte brisée salée préparée par ailleurs avec le Thermomix (voir chapitre pâtes)
- 300 g de champignons
- 50 g de beurre
- 1 petit gobelet de farine
- 4 gobelets de lait
- noix de muscade
- sel - poivre
- 2 œufs
- 150 g de gruyère râpé

## TARTE AUX CHAMPIGNONS

- Garnissez une tourtière avec la pâte, piquez le fond de place en place avec les dents d'une fourchette et faites cuire 20 mn à four moyen thermostat 5/6, 180°.
- Otez le pied terreux des champignons, lavez-les; coupez-les en lamelles et déposez-les dans le panier.
- Introduisez le beurre dans le bol; réglez 4 mn à 100, vitesse 1; après 3 mn ajoutez la farine par l'orifice du couvercle.
- A l'arrêt de la minuterie ajoutez le lait, la noix de muscade, sel et poivre; introduisez le panier; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- Au nouvel arrêt de la minuterie versez les champignons sur le fond de tarte.
- Ajoutez les œufs et la moitié du gruyère râpé au contenu du bol; mixez 10 secondes à vitesse 8 puis versez la préparation sur les champignons; parsemez avec le reste de gruyère râpé; faites cuire 10 mn à four moyen comme précédemment.



- Thermomix : quelques secondes + cuisson à la poêle

- 1 oignon
- 3 branches de persil
- 2 œufs
- 1 kg de pommes de terre
- sel - poivre
- 1 à 2 gobelets de farine
- 60 g de beurre

- Thermomix exclusivement :  
7 à 8 mn +  
cuisson au four 40 mn

- 250 g d'épinards épluchés  
(environ 500 g à l'achat)
- 1 gobelet 1/2 de lait
- 1/4 d'un petit oignon
- 7 cuillerées à soupe de crème  
fraîche soit environ 350 g
- noix de muscade
- 70 g de gruyère râpé
- 4 œufs
- sel - poivre
- huile

- Thermomix : 6 mn +  
10 mn de cuisson au four

- 8 croûtes de tartelettes
- 150 g de jambon
- 500 g d'épinards
- 80 g de beurre
- 2 à 3 cuillerées à soupe  
de crème fraîche
- sel - poivre
- 2 œufs
- à votre goût :
- 100 g de fromage râpé

## GALETTES DE POMMES DE TERRE

- Epluchez, lavez et coupez en deux les pommes de terre ; introduisez tous les ingrédients excepté le beurre, dans le bol ; mixez 10 à 15 secondes à vitesse 6 en surveillant la grosseur des pommes de terre par l'orifice du couvercle.
- Faites cuire à la poêle dans le beurre sur feu doux.

## FLAN AUX ÉPINARDS

- Nettoyez les épinards : enlevez les tiges, lavez en plusieurs eaux, égouttez et essuyez dans un linge.
- Dans le bol introduisez le lait, l'oignon et des épinards aux trois quarts du bol ; mixez quelques secondes en vitesse 4 en appuyant avec la spatule ajoutez le reste des épinards en procédant de la même façon et en mixant à vitesse 4 jusqu'à l'obtention d'une purée fine ; ajoutez la crème et la noix de muscade ; réglez 6 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie ajoutez les jaunes d'œufs et le fromage ; mixez 10 secondes à vitesse 6 puis retirez le bol du socle chaud afin de laisser la préparation refroidir un peu.
- Battez les blancs d'œufs en neige ferme et ajoutez délicatement le contenu du bol ; versez dans un moule à savarin précédemment bien huilé ; déposez le moule dans un plat creux allant au four ; versez-y de l'eau chaude jusqu'à hauteur du flan ; faites cuire 35 à 40 mn à four assez chaud thermostat 6/7, 210°.
- A la sortie du four renversez le flan sur un plat de service préchauffé.

**NOTE :** ce flan peut attendre avant d'être servi ; il peut même être réchauffé le lendemain. Pour vous assurer que le flan est cuit, enfoncez un couteau pointu ; si la lame ressort propre, le flan est cuit. Si le flan a tendance à brunir pendant la cuisson, couvrez-le d'une feuille de papier aluminium.

## TARTELETTES D'ÉPINARDS

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 3 et introduisez dans le bol les épinards triés auxquels vous ne laissez que 2 cm de queue, et soigneusement lavés, en aidant avec la spatule ; ajoutez le beurre, le sel et une bonne prise de poivre ; réglez 6 mn à 100, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez le jambon coupé grossièrement et les œufs ; mixez quelques secondes à vitesse 8.
- Répartissez le contenu du bol sur les croûtes de tartelettes, nappez chacune avec 1 cuillerée à café de crème fraîche ; parsemez éventuellement de fromage râpé ; mettez à four moyen (thermostat 5/6, 180°) pendant 10 mn.

**NOTE :** si vous préparez les épinards à l'avance, ne garnissez les croûtes qu'au dernier moment.







- Thermomix : 20 mn +  
préparation de la pâte +  
cuisson au four 30 mn

- pâte brisée salée préparée  
par ailleurs avec le Thermomix  
(voir chapitre pâtes)
- 100 g de gruyère
- 2 tranches de jambon
- 2 biscottes
- 4 poireaux
- 30 g de beurre
- 1 grosse cuillerée à soupe  
de farine
- sel - poivre
- noix de muscade râpée
- 2 cuillerées à soupe  
de crème fraîche

## LA TARTE AUX POIREAUX

- Garnissez une tourtière avec la pâte ; piquez le fond de place en place avec les dents d'une fourchette et faire cuire 15 mn à four moyen (thermostat 5/6, 180°).
- Introduisez dans le bol du Thermomix le gruyère coupé en morceaux, le jambon et les biscottes. Mixez 10 secondes à vitesse 8 et versez dans un saladier en attente.
- Coupez les poireaux nettoyés en rondelles fines (vert et blanc) et rangez-les dans le panier de cuisson en tassant.
- Introduisez 2 gobelets d'eau et le panier dans le bol ; réglez 5 mn à 100, vitesse 1 puis à nouveau 10 mn à 90, vitesse 1.
- Videz le contenu du panier sur la pâte puis le contenu du saladier et remettez au four.
- Ajoutez à l'eau contenue dans le bol, le beurre, la farine, le sel, le poivre et la noix de muscade ; réglez 4 mn à 100, vitesse 1 ; à l'arrêt de la minuterie ajoutez la crème fraîche ; laissez tourner 10 secondes à vitesse 1 puis videz la préparation sur les légumes ; faites cuire à four moyen 15 mn..

### VARIANTE :

Vous pouvez remplacer les poireaux par des épinards, des légumes en julienne, des petits pois, etc.

- Thermomix : 1 mn +  
15 mn de cuisson au four

- 12 gros champignons de Paris
- 2 gousses d'ail
- 2 échalotes
- 3 branches de persil
- 150 g de beurre
- sel, poivre

## LES CHAMPIGNONS FARCIS

- Nettoyez les champignons ; séparez les queues des chapeaux.
- Introduisez dans le bol l'ail, les échalotes, le persil et les pieds de champignons, le sel et le poivre ; mixez en vitesse 1.
- Ajoutez peu à peu le beurre divisé en noisettes.
- Emplissez les chapeaux des champignons avec le contenu du bol, posez dans un plat beurré ; mettez à four moyen, thermostat 5/6, 180° pendant 15 mn.

- Thermomix : 40 à 50 secondes +  
45 mn de cuisson au four

- 12 gros oignons doux
- 150 g d'échine de porc
- 100 g de lard gras
- 3 branches de persil
- 2 œufs
- 20 g de beurre
- sel - poivre

## LES OIGNONS FARCIS

- Pelez les oignons, retirez le cœur pour ne laisser qu'environ trois épaisseurs de bulbe.
- Coupez l'échine et le lard en morceaux d'environ 1 1/2 à 2 cm.
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux les viandes puis le persil coupé en deux ou trois morceaux et ce que vous avez retiré des oignons.
- Dès l'introduction du dernier ingrédient ramenez la vitesse à 1, ajoutez les œufs, sel, poivre ; arrêtez l'appareil au bout de 2 à 3 secondes.
- Emplissez les oignons avec la préparation, posez-les dans un plat beurré ; mettez à four moyen (thermostat 5/6, 180°) pendant 45 mn.







- Thermomix : 16 mn +  
30 mn de cuisson au four

- 500 g de carottes
- 1/2 gobelet de farine
- 2 gobelets de lait
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 3 œufs
- 20 g de beurre
- sel - poivre

- Thermomix : 11 mn +  
cuisson au four 35 mn

- 4 œufs
- 1 kg de courgettes
- 1 gobelet de crème fraîche
- 100 g de gruyère râpé
- sel - poivre
- beurre pour le moule

- Thermomix exclusivement :  
7 secondes

- 500 g de carottes
- 2 cuillerées à soupe de vinaigre
- 4 cuillerées à soupe d'huile
- sel - poivre

- Thermomix exclusivement :  
10 secondes environ

- 2 bulbes de fenouil
- 1 citron
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 150 g de cerneaux de noix
- sel - poivre

- Thermomix exclusivement :  
1 mn environ

- 500 g de céleri-rave épluché
- 1 œuf
- 1 cuillerée à soupe de moutarde
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
- 2 1/2 gobelets d'huile, soit 1/4 de litre
- sel - poivre

## LE FLAN DE CAROTTES

- Introduisez dans le bol les carottes épluchées et lavées; mixez 15 secondes à vitesse 8.
- Introduisez dans le bol la farine, le lait, sel et poivre; réglez 15 mn à 90, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez la crème et les œufs en laissant tourner 30 secondes sans chauffer, à vitesse 1.
- Versez la préparation dans un moule à charlotte beurré.
- Couvrez avec un morceau d'aluminium ménager, mettez à four doux (thermostat 4/5, 150°) pendant 30 mn.

## LE SOUFLÉ DE COURGETTES

- Montez les blancs d'œufs en neige ferme.
- Lavez les courgettes, ôtez les extrémités, coupez-les en rondelles sans les éplucher; introduisez-les dans le bol; mixez 1 minute à vitesse 10 puis réglez 8 mn à 100 vitesse 1.
- Egouttez les courgettes dans le panier; appuyez avec la spatule de manière à extraire le maximum de liquide.
- Remettez la purée dans le bol; ajoutez les jaunes d'œufs, la crème et les 3/4 du gruyère; réglez 2 mn à 60 vitesse 1.
- Incorporez délicatement les blancs d'œufs à la préparation; versez dans un moule à soufflé beurré; parsemez la surface avec le reste de gruyère et faites cuire à four chaud (thermostat 7, 210°) pendant 35 mn.
- Servez aussitôt.

## LES CAROTTES RÂPÉES

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol; mixez 7 secondes à vitesse 3 en aidant avec la spatule.

**NOTE :** vous pouvez à volonté, soit parsemer les carottes râpées de persil finement haché, soit introduire 2 branches de persil coupées en deux ou trois morceaux en même temps que les autres ingrédients; vous pouvez aussi remplacer le persil par 1 douzaine de raisins secs rincés à l'eau froide.

## LA SALADE DE FENOUIL

- Dans le bol du Thermomix, mettez 2 cuillerées à soupe de jus de citron, la crème, le sel, le poivre et les bulbes de fenouil coupés en morceaux.
- Mixez 10 à 15 secondes à vitesse 3 en aidant avec la spatule, ajoutez les cerneaux et videz dans le plat de service.

## LE CÉLERI RÈMOULADE

- Mettez dans le bol du Thermomix, l'œuf entier, la moutarde, le vinaigre, sel et poivre; faites tourner à vitesse 5, en versant de l'huile en filet discontinu jusqu'à ce que vous obteniez la consistance d'une mayonnaise.
- Coupez le céleri épluché en morceaux, introduisez-les dans l'appareil. Mixez 20 secondes à vitesse 3.







- Thermomix : 7 mn

- 4 gobelets de lait
- 80 g de beurre
- sel
- poivre
- 800 g de pommes de terre cuites
- facultatif : 1 gobelet de crème fraîche, 2 jaunes d'œufs

## LA PURÉE DE POMMES DE TERRE

- Introduisez dans le bol le lait, le beurre, le sel et le poivre; réglez 6 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, introduisez les pommes de terre dans le bol et mixez 10 secondes à vitesse 1 en remuant avec la spatule, vérifiez si la purée est "lisse" sinon mixez à nouveau à vitesse 1 en aidant toujours avec la spatule. Mais attention, ne mixez pas trop longtemps au risque de rendre la purée "collante".

- Thermomix exclusivement : 21 mn

- 600 g de carottes
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- noix de muscade
- sel - poivre

## PURÉE DE CAROTTES

- Introduisez dans le bol les carottes grattées et lavées; mixez 10 secondes à vitesse 4; videz-les dans le panier.
- Introduisez 2 gobelets d'eau dans le bol, déposez-y le panier et réglez 20 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, égouttez les carottes, videz l'eau du bol; introduisez alors les carottes et tous les autres ingrédients dans le bol; réglez 1 mn à 50 vitesse 10.
- Servez parsemé de cerfeuil ou persil finement ciselé.

- Thermomix exclusivement : 25 mn

- 1 kg de navets
- 1 gobelet 1/2 de crème "fleurette"
- 1 cuillerée à soupe bombée de maizéna
- sel - poivre

## PURÉE DE NAVETS

- Epluchez et lavez les navets; emplissez-en le bol aux trois-quarts; mixez 5 secondes à vitesse 2; ajoutez 1 gobelet de crème et le reste de navets; réglez 25 mn à 100, vitesse 2.
- Mélangez deux fois en cours de cuisson à l'aide de la spatule.
- Après 10 mn ajoutez la maizéna délayée dans le 1/2 gobelet de crème restant; ajoutez sel et poivre; mélangez.
- Vérifiez l'assaisonnement en fin de cuisson.

- Thermomix exclusivement : 21 mn

- 600 g de céleri-rave
- 2 gobelets de crème "fleurette"
- sel - poivre

## PURÉE DE CÉLERI-RAVE

- Introduisez dans le bol le céleri épluché et coupé en morceaux, la crème, le sel, le poivre et 1 gobelet d'eau; mixez 15 secondes à vitesse 8 puis réglez 20 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie mixez quelques secondes à vitesse 12 puis servez aussitôt.

- Thermomix exclusivement : 25 mn

- 800 g de chou-fleur en bouquets soit un beau chou-fleur
- 2 gobelets de crème "fleurette"
- 1 cuillerée à soupe bombée de maizéna
- sel - poivre - muscade

## PURÉE DE CHOU-FLEUR

- Lavez les bouquets de chou-fleur; emplissez-en le bol aux trois-quarts; mixez 5 secondes à vitesse 2; ajoutez 1 1/2 gobelet de crème et le reste de chou-fleur; réglez 25 mn à 100, vitesse 2.
- Mélangez deux fois en cours de cuisson à l'aide de la spatule.
- Après 10 mn ajoutez la maizéna délayée dans le 1/2 gobelet de crème restant; ajoutez sel et poivre et muscade; mélangez.
- Vérifiez l'assaisonnement en fin de cuisson.







• Thermomix exclusivement : 23 mn

- 1 cœur de chou vert de 400 g
- 1/2 boîte de marrons au naturel (280 g environ)
- 1 gobelet de lait
- 25 g de beurre
- sel - poivre

• Thermomix : 4 mn pâte à chou + 1 mn  
+ cuisson des pommes de terre

- Pâte à chou (voir p. 33 chapitre des pâtes)
- 600 g de pommes de terre cuites
- 2 œufs entiers
- 2 jaunes d'œufs
- sel
- poivre

• Thermomix : 10 mn +  
8 mn environ de cuisson à la poêle

- 2 aubergines moyennes (environ 150 g chacune)
- 150 g d'oignons
- 2 branches de persil
- 80 g de beurre
- 1 gobelet de farine
- 2 jaunes d'œufs
- sel - poivre - une pointe de cayenne

• Thermomix : 3 mn +  
6 à 8 mn pour griller les aubergines

- 2 aubergines
- 2 gousses d'ail
- 1 citron
- huile d'olive
- sel - poivre

## LA PURÉE DE CHOU AUX MARRONS

- Coupez le cœur du chou en quatre et ôtez-en la partie dure du centre; lavez-le à l'eau vinaigrée.
- Introduisez la moitié du chou dans le bol du Thermomix et mixez à vitesse 1 en ajoutant peu à peu le reste du chou par l'orifice du couvercle; arrêtez lorsque le tout est finement haché.
- Versez le chou haché dans le panier; introduisez 1/2 litre d'eau dans le bol, puis le panier; réglez 20 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, égouttez le chou, videz l'eau contenue dans le bol et introduisez tous les ingrédients avec le chou égoutté dans le bol; réglez 2 mn à 50, vitesse 4. Servez aussitôt.

## LES POMMES DAUPHINES

- Commencez par préparer la pâte à chou selon la recette et videz-la dans un saladier.
- Introduisez le reste des ingrédients dans le bol; mixez 15 secondes à vitesse 1 en aidant avec la spatule afin que la préparation soit homogène. Si nécessaire mixez à nouveau quelques secondes, toujours à vitesse 1.
- Videz et mélangez délicatement à la pâte à chou.
- Jetez par petites quantités dans la friture chaude; lorsqu'elles remontent à la surface et sont dorées d'un côté, retournez-les; lorsqu'elles sont bien dorées, égouttez-les sur un papier absorbant. Servez chaud.

## LES GAULETTES D'AUBERGINES

- Pelez les aubergines, coupez-les en deux ou trois morceaux; pelez les oignons.
- Introduisez dans le bol les aubergines, les oignons et le persil coupé en deux ou trois morceaux; mixez 10 secondes à vitesse 8.
- Ajoutez la farine, 30 g de beurre, sel et poivre; réglez 10 mn à 90, vitesse 1.
- 1 mn avant l'arrêt de la minuterie, ajoutez les jaunes des œufs et le cayenne.
- Façonnez le contenu du bol en galettes.
- Faites cuire à la poêle, dans le reste du beurre, sur feu doux, 4 mn par face.

**NOTE :** pour servir, vous pouvez napper de purée de tomates.

## LE CAVIAR D'AUBERGINES

- Passez les aubergines à la flamme ou mettez-les au four ou à grill moyen, en les tournant souvent jusqu'à ce que leur peau commence à boursoufler sur toutes les faces, mais ne les laissez pas trop brunir.
- Introduisez dans le bol l'ail pelé, la moitié du citron pelé à vif et débarrassé de ses pépins, la chair des aubergines prélevée avec une cuillère après avoir fendu la peau, sel et poivre.
- Faites tourner l'appareil à vitesse 2, sans chauffer; après 10 secondes incorporez l'huile en filet discontinu exactement comme vous procédez pour une mayonnaise et tout en regardant la préparation assez souvent pour cesser de mixer lorsque vous avez obtenu la consistance d'une purée épaisse et que l'huile n'est plus absorbée.
- Servez très frais.











# Bernard Cousseau et Fils

*Maître Cuisinier*  
Relais de la Poste

route nationale 10 à Magescq 40140 Soustons - tél. (58) 57.70.25

## PETITES MOUSSELINES DE SAUMON

*Thermomix : 11 mn*

*+ 10 mn de cuisson au four  
et à la poêle*

- 1 kg d'épinards
- un tronçon de saumon frais de 600 g
- 4 œufs
- 3 petites branches d'estragon
- 40 g de beurre
- sel - poivre
- 450 g de crème fraîche,  
soit 13 cuillerées à soupe

• *Équeutez, lavez les épinards, jetez-les dans de l'eau en ébullition, égouttez-les aussitôt.*

• *Prélevez les filets du saumon, retirez la peau.*

• *Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez le saumon sur les couteaux; arrêtez aussitôt l'appareil; introduisez sel, poivre, 3 jaunes d'œufs, le dernier œuf entier et 4 cuillerées de crème; mixez 30 secondes à vitesse 5.*

• *Versez cette préparation dans de petits moules individuels beurrés, posez dans un plat contenant de l'eau, mettez à four moyen pendant 10 mn.*

• *Pendant ce temps mettez le reste de la crème dans le bol du Thermomix avec sel et poivre, réglez 10 mn à 50, vitesse 1; la dernière minute, introduisez les feuilles d'estragon.*

• *Egalement pendant la cuisson des mousselines, faites sauter les épinards à la poêle, dans le reste de beurre, pendant une dizaine de minutes, en salant et poivrant et en retournant une fois ou deux.*

• *Pour servir, étalez les épinards sur un plat chaud, démoulez dessus les petites mousselines, nappez avec la crème à l'estragon.*

## BAVAROIS AUX FRAISES

*Thermomix exclusivement : 11 mn*

*+ séjour au réfrigérateur*

- 400 g de fraises
- 1 gobelet 3/4 de sucre semoule
- 6 feuilles de gélatine
- 6 cuillerées à soupe de crème fraîche

• *Dans le bol du Thermomix, mettez les fraises lavées, équeutées, le sucre et la gélatine rincée rapidement à l'eau; réglez 10 mn à 70, vitesse 1. Videz dans un petit saladier, laissez refroidir.*

• *Dans le bol rincé, mettez la crème et un glaçon, faites tourner 1 mn à vitesse 1, sans chauffer. Mêlez la crème fouettée au contenu du saladier. Mettez au réfrigérateur.*

## SABAYON AU SAUTERNES

*Thermomix exclusivement : 10 mn*

- 4 œufs
- 1 gobelet 1/2 de sucre semoule
- 2 gobelets de sauternes

• *Dans le bol du Thermomix, mettez les jaunes des œufs, le sucre et le sauternes. Réglez 10 mn à 60, vitesse 1.*

**NOTE :** *peut se servir avec des pudding ou s'utiliser pour napper des coupes de fruits rafraîchis.*



# les entremets

Les entremets ce sont les gâteaux de riz ou de semoule, mais aussi les beignets, les crêmes, les crêpes, et les préparations diverses au chocolat ou aux fruits qui ne sont pas réellement des pâtisseries ou des friandises. Les entremets se servent aujourd'hui en desserts, mais on a trop oublié qu'ils constituaient également de magnifiques collations et qu'ils étaient un merveilleux moyen de faire prendre un petit déjeuner consistant aux appétits défaillants le matin.

- Thermomix : 20 à 30 secondes  
environ + 15 mn de cuisson en friture

- 1 citron
- 5 gobelets de farine
- 1/2 gobelet de sucre semoule
- 2 œufs
- 50 g de beurre
- 1 cuillerée à soupe de rhum
- 1 pincée de sel
- sucre glace à volonté

## BUGNES LYONNAISES

- Lavez le citron, prélevez la moitié du zeste avec un couteau économe, jetez-le sur les couteaux du Thermomix tournant à vitesse 8, arrêtez aussitôt l'appareil.
- Mettez tous les autres ingrédients dans le bol, faites tourner à vitesse 6, 20 secondes sans chauffer ; regardez la pâte : si elle est trop dure, ce qui dépend essentiellement de la qualité de la farine, ajoutez 1/2 gobelet d'eau et faites à nouveau tourner 10 secondes à la même vitesse, sans chauffer.
- Vérifiez l'élasticité de la pâte : si, lorsque vous y enfoncez le doigt le trou se bouche, façonnez-la en boule, couvrez-la avec un torchon, laissez-la reposer 1 à 2 heures ; si le trou reste imprimé dans la pâte vous pouvez l'abaisser tout de suite.
- Abaissez au rouleau sur une planche légèrement farinée, à 2 mm d'épaisseur ; coupez en rectangles de 7 x 15 cm.
- Plongez à friture chaude ; lorsque les bugnes remontent à la surface ; retournez-les avec l'écumoire ; lorsqu'elles sont bien dorées, égouttez-les.

**NOTE :** pour servir, poudrez abondamment de sucre glace dès que les bugnes sont égouttées

### VARIANTE :

**LES MERVEILLES :** Préparez la même pâte, en supprimant le zeste de citron et remplaçant le rhum par de l'eau de fleurs d'oranger ; si comme précédemment vous trouvez la pâte trop dure, ajoutez non 1/2 gobelet d'eau mais 1/2 gobelet de lait. Découpez l'abaisse en dessins divers, à l'emporte-pièces, ou en bandes que vous nouez comme des rosettes.

- Thermomix : 4 mn +  
15 mn de cuisson en friture

- 2 gobelets de farine
- 100 g de beurre
- 3 œufs
- 1 cuillerée à café d'eau de fleur d'oranger
- 1 cuillerée à café de sucre semoule
- 1 pincée de sel
- sucre glace à volonté

## PETS DE NONNE

- Préparez une pâte à choux (p. 33) en introduisant la fleur d'oranger et le sucre en même temps que les œufs.
- Prélevez la pâte cuillerée par cuillerée, plongez à friture chaude ; retournez avec l'écumoire lorsque les pets de nonne remontent en surface ; égouttez-les lorsqu'ils sont dorés.

**NOTE :** pour servir, poudrez abondamment de sucre glace dès que les pets de nonne sont égouttés







- Thermomix exclusivement : 8 mn 1/2

- 6 jaunes d'œufs
- 1 1/2 gobelet de sucre glace
- 2 1/2 gobelets de vin blanc à température ambiante soit 1/4 de litre
- 2 cuillerées à soupe de Grand Marnier ou Cointreau

## SABAYON BRIGITTE

- Introduisez les œufs et le sucre dans le bol ; réglez 8 mn 1/2 à 80 vitesse 1.
- 5 mn avant la fin ajoutez le vin et le Grand Marnier.
- Dès l'arrêt de la minuterie retirez le bol du socle chaud et videz rapidement.
- Servez aussitôt.

**NOTE :** ce sabayon est délicieux servi dans des coupes individuelles sur une glace à la vanille.

- Thermomix : 5 mn + cuisson au four 40 mn à 1 heure

- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 1 gobelet 1/2 de sucre semoule
- 3 œufs entiers
- 3 jaunes d'œufs
- 1 pincée de sel
- 20 g de beurre pour le moule

## CRÈME RENVERSÉE

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; réglez 5 mn à 70, vitesse 1.
- Versez dans un grand moule ou dans plusieurs moules individuels, de toute façon beurrés ; posez-le ou les moules dans un plat contenant de l'eau chaude ; faites cuire à four moyen (thermostat 5/6, 180°) 40 mn s'il s'agit de petits moules, 1 heure s'il s'agit d'un grand.
- Laissez refroidir et démoulez pour servir.

### VARIANTE :

**CRÈME CARAMEL RENVERSÉE :** Faites fondre 17 morceaux de sucre et 1 gobelet d'eau dans une casserole sur feu vif et lorsque le caramel a une couleur dorée versez dans le ou les moules avant d'y verser la crème pour obtenir une crème caramel.

- Thermomix exclusivement : 7 mn

- 2 œufs
- 1 gobelet de sucre semoule
- 1 cuillerée à soupe bombée de farine ou de maïzena
- 5 gobelets de lait soit 1/2 l
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- beurre

## CRÈME CUITE RAPIDE

- Mettez tous les ingrédients sauf le beurre dans le bol, réglez 7 mn à 90, vitesse 1.
- Dès que la minuterie s'arrête, retirez le bol du socle, mélangez son contenu à la spatule, répartissez dans des petits ramequins individuels beurrés ; laissez refroidir, mettez au réfrigérateur quelques heures avant de servir.

### VARIANTE :

**CRÈME ARLEQUIN :** Une fois la crème cuite et remuée à la spatule, videz-en la moitié dans un pichet. Ajoutez à ce qui reste dans le bol, 1 cuillère à soupe de cacao amer, remettez en place et faites tourner 4 à 5 secondes à vitesse 1, sans chauffer. Pour remplir les ramequins beurrés, videz en même temps, bol dans une main, pichet dans l'autre, les deux préparations. Mettez également au réfrigérateur après refroidissement, quelques heures avant de servir.







• Thermomix exclusivement : 7 mn

- 1 petit gobelet de farine
- 2 œufs entiers et 2 jaunes
- 1 cuillerée à soupe de sucre vanillé
- 1 1/2 gobelet de sucre semoule
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 1 pincée de sel

## CRÈME PÂTISSIÈRE

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol du Thermomix ; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, mixez 5 secondes à vitesse 12.

• Thermomix exclusivement : 5 mn

- crème pâtissière
- 125 g de sucre glace
- 125 g de beurre
- 125 g d'amandes en poudre
- 1/2 gobelet de rhum
- 1 œuf

## CRÈME AUX AMANDES

- Préparez une crème pâtissière comme précédemment mais en divisant les proportions par deux et en réglant 4 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie introduisez le sucre, le beurre par petits morceaux, les amandes, le rhum et l'œuf ; mixez 1 mn à vitesse 8 en aidant avec la spatule.

• Thermomix exclusivement : 4 mn

- crème pâtissière
- 20 g de macarons
- 1 cuillerée à soupe d'amandes effilées
- extrait d'amandes amères

## FRANGIPANE

- Préparez une crème pâtissière comme précédemment mais en divisant les proportions par deux et en ajoutant, en même temps, les macarons, les amandes et l'extrait ; mixez 20 secondes à vitesse 12 puis réglez 4 mn à 100, vitesse 1.

• Thermomix exclusivement : 7 mn

- 1/2 l de lait
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 1 gobelet de sucre semoule
- 6 jaunes d'œufs

## CRÈME ANGLAISE

- Dans le bol du Thermomix, mettez le lait, le sucre vanillé, le sucre semoule et les jaunes des œufs.
- Réglez 7 mn à 90, vitesse 1.

**NOTE :** si de façon accidentelle, la crème vous paraissait grumeleuse, vous avez deux solutions : remettez-la dans le bol, faites tourner 15 à 20 secondes à vitesse 12, sans chauffer (c'est exactement le procédé qu'utilisaient nos grands-mères en versant la crème dans une bouteille qu'elles secouaient). Ou bien remettez-la dans le bol avec une cuillerée à café de fécule de pommes de terre, faites tourner le Thermomix 2 mn à 50, vitesse 1.

### VARIANTES :

**CRÈME AU CAFÉ :** ajoutez au départ dans le bol 1/2 cuillerée à café d'essence de café ou une cuillerée à café de café très fort.

**CRÈME AU CARAMEL :** introduisez dans le bol, en même temps que les autres ingrédients, une dose de caramel tout prêt ; en ce cas mettez la moitié moins de sucre semoule.

**CRÈME AU CHOCOLAT :** avant de mettre tous les ingrédients dans le bol, faites tourner le Thermomix à vitesse 8 et jetez sur les couteaux 80 g de chocolat à cuire.

**CRÈME A LA LIQUEUR OU A L'EAU DE VIE :** préparez la crème anglaise exactement comme ci-dessus ; juste avant d'arrêter l'appareil, introduisez 1 cuillerée à soupe de liqueur de votre choix ou 1 à 2 cuillerées à café d'eau-de-vie (rhum par exemple).



- Thermomix exclusivement : 10 mn

- 125 g de chocolat à cuire
- 50 g de noisettes débarrassées de leur coque et de leur peau
- 50 g de beurre
- 1/2 gobelet de farine
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre

#### VARIANTES :

Vous pouvez ajouter, lorsque vous remuez à la spatule, un peu des mêmes fruits grossièrement concassés, que l'on retrouvera sous la dent en dégustant.

Vous pouvez ajouter, pendant la dernière minute de cuisson une cuillerée à soupe de crème fraîche pour donner de l'onctuosité. Vous pouvez remplacer les noisettes par des cerneaux de noix, ou des amandes.

## CRÈME NOISETTES

- Introduisez dans le bol le chocolat cassé en morceaux et les noisettes ; mixez 20 secondes à vitesse 6.
- Ajoutez le beurre, la farine et le lait ; réglez 10 mn à 100, vitesse 1.
- Retirez aussitôt le socle, mélangez dans le bol avec la spatule, répartissez en ramequins beurrés ; laissez refroidir puis mettez au réfrigérateur quelques heures avant de servir.

- Thermomix exclusivement : 1 mn

- 3/4 d'un gobelet de sucre semoule
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 35 cl de crème fraîche (350 g) très froide
- 1/2 gobelet de lait froid

## CRÈME FOUETTÉE THERMOMIX

- Introduisez dans le bol, le sucre et le sucre vanillé ; mixez 10 secondes à vitesse 8.
- Ajoutez le reste des ingrédients et mixez 50 secondes à vitesse 1. (Surveillez par l'orifice du gobelet).

- Thermomix exclusivement : 5 mn 1/2

- 2 gros citrons
- 2 gobelets de sucre
- 100 g de beurre
- 3 œufs

## CRÈME GARNITURE AU CITRON

- Introduisez dans le bol 1 gobelet 1/2 de liquide composé du jus des deux citrons additionné d'eau ; ajoutez le sucre, le beurre et les œufs ; mixez 15 secondes à vitesse 4 ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1 ; videz aussitôt.

**NOTE :** si, de façon accidentelle, la crème vous paraissait granuleuse, faites tourner 10 secondes à vitesse 12 et videz aussitôt.

#### VARIANTE :

**CRÈME A L'ORANGE :** remplacez les citrons par 2 oranges et ajoutez 1 gobelet de sucre au lieu de 2.

- Thermomix exclusivement : 2 à 3 mn

- 125 g de beurre coupé en morceaux
- 1 gobelet 1/2 de sucre glace
- 1 cuillerée à soupe d'extrait de café

## CRÈME AU BEURRE AU CAFÉ

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 2 à 3 mn à vitesse 1, sans chauffer.

#### VARIANTES :

**CRÈME AU BEURRE AU MOKA :** ajoutez à la crème au beurre au café une cuillerée rase de cacao.

**CRÈME AU BEURRE A LA LIQUEUR :** remplacez la cuillerée d'extrait de café par une cuillerée de cointreau, grand-marnier ou autre.

**CRÈME AU BEURRE A L'ORANGE OU AU CITRON :** ajoutez le zeste râpé d'un demi citron ou d'une demi orange et remplacez l'extrait de café par une cuillerée de jus de fruit.

**CRÈME AU BEURRE A LA VANILLE :** remplacez la cuillerée d'extrait de café par une cuillerée de vanille liquide.



- Thermomix : 13 mn + cuisson au four 35 mn

- 50 g de raisins secs
- 3 cuillerées à soupe de rhum
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 1 petit gobelet de sucre en poudre
- 1 sachet ou 1 cuillerée à soupe de sucre vanillé
- 2 pommes acides
- 1 gobelet 1/2 de semoule fine de blé dur
- 2 œufs
- 10 morceaux de sucre
- 1 goutte de vinaigre

## SEMOULE AUX POMMES ET AU CARMEL

- Ebouillantez les raisins secs et faites-les macérer dans le rhum.
- Versez le lait avec le sucre en poudre et vanillé dans le bol du Thermomix. Réglez 7 mn à 100, vitesse 1.
- Epluchez les pommes et coupez-les en tranches.
- A l'arrêt de la minuterie, ajoutez la semoule et réglez cette fois 5 mn à 60, vitesse 1.
- Ajoutez les 2 œufs et mixez 30 secondes à vitesse 12; incorporez les raisins au rhum, en mélangeant avec la spatule.
- Dans un moule à manqué ou à charlotte, mettez les 10 morceaux de sucre, 2 cuillerées à soupe d'eau et le vinaigre. Portez sur le feu et laissez prendre en caramel, en surveillant attentivement. Recouvrez le fond du moule, sur le caramel, de tranches de pommes et versez dessus la semoule au lait.
- Mettez à cuire à four chaud thermostat 7, 220° pendant 35 mn environ. Démoulez au sortir du four. Servez tiède ou froid.

- Thermomix exclusivement : 2 mn 1/2

- 400 g de framboises fraîches ou surgelées (mais décongelées)
- 1 gobelet de sucre
- 5 feuilles de gélatine
- 3 œufs
- 1 cuillerée à café de jus de citron

## MOUSSE DE FRAMBOISES

- Introduisez les framboises dans le bol; mixez 10 secondes à vitesse 4.
- Passez la purée obtenue à travers un tamis ou une étamine afin de filtrer les pépins.
- Remettez la purée dans le bol rincé; ajoutez le sucre, réglez 2 minutes à 70 vitesse 1.
- Ajoutez la gélatine, les jaunes d'œufs et le jus de citron, mélangez à l'aide de la spatule puis mixez 20 secondes à vitesse 4.
- Laissez refroidir en retirant le bol du socle; incorporez délicatement les blancs d'œufs battus en neige ferme; servez très frais.

**VARIANTES :** MOUSSE DE FRAISES  
MOUSSE DE MÛRES

- Thermomix : 2 mn

- 125 g. de chocolat à croquer
- 1 gobelet de sucre
- 3 œufs
- 1 gobelet de crème fraîche (10 cl)

## MOUSSE AU CHOCOLAT

- Introduisez le chocolat dans le bol; mixez 20 secondes à vitesse 8; ajoutez le sucre; réglez 2 mn à 50 vitesse 1.
- Ajoutez les 3 jaunes d'œufs et la crème fraîche; mixez 15 secondes à vitesse 4.
- Videz dans un saladier; ajoutez très délicatement les blancs montés en neige ferme.
- Servez très frais.

- Thermomix exclusivement : 4 mn

- 50 g de noisettes ou d'amandes sans coque ni peau
- 100 g de chocolat à croquer
- 1 gobelet de lait
- 1/3 à 1 gobelet de sucre semoule selon la qualité du chocolat et selon que l'on préfère une préparation plus ou moins sucrée
- 80 g de beurre

## CHOCOLAT À TARTINER

- Introduisez dans le bol les fruits, le chocolat cassé en morceaux, le lait et le sucre; mixez 1 mn à vitesse 12.
- Réglez 2 mn à 60, vitesse 1.
- Arrêtez, ajoutez le beurre et mixez une dernière fois à vitesse 12 pendant 1 mn, versez en petits pots; laissez refroidir, mettez au réfrigérateur.

**NOTE :** ces petits pots, laissés au froid, peuvent se conserver une semaine.







• Thermomix exclusivement : 4 mn

- 200 g de chocolat à croquer
- 1 gobelet de lait
- 3 œufs
- 50 g de beurre
- Parfum : 1 cuillerée à soupe de rhum ou de whisky ou le zeste rapé d'une orange

• Thermomix exclusivement : 5 mn

- 250 g de chocolat noir
- 300 g de crème fleurette

• Thermomix exclusivement : 5 à 8 mn +  
2 h de refroidissement

- 200 g de chocolat amer
- 1/2 gobelet de sucre glace
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 1 jaune d'œuf
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse
- 2 cuillerées à soupe de cacao amer

• Thermomix exclusivement :  
5 à 8 mn

- 200 g de chocolat amer
- 100 g de beurre
- 30 g de sucre semoule
- 3 à 4 cuillerées à soupe de whisky
- 4 œufs

## MAYONNAISE AU CHOCOLAT

- Introduisez dans le bol le chocolat cassé en morceaux; mixez 10 secondes à vitesse 4.
- Ajoutez le reste des ingrédients et réglez 4 mn à 90 vitesse 1.
- Dès l'arrêt de la minuterie versez le contenu du bol dans des petites coupes individuelles puis mettez au réfrigérateur au moins 2 heures avant de servir.

## CRÈME CHOKLAD

- Introduisez dans le bol le chocolat cassé en morceaux; mixez 30 secondes à vitesse 8.
- Ajoutez la crème; réglez 5 mn à 80, vitesse 1.

**NOTE** la crème est fluide mais cela permet de l'étaler facilement; elle durcit en refroidissant.

## TRUFFES AU CHOCOLAT

- Introduisez dans le bol, le chocolat cassé en morceaux; mixez 10 secondes à vitesse 8 puis à vitesse 12.  
Vérifiez que le chocolat soit entièrement pulvérisé.
- Ajoutez le reste des ingrédients excepté le cacao; réglez 5 mn à 50 vitesse 1. Au bout de ce temps, vous devez obtenir une consistance de pommade. S'il reste des morceaux de chocolat, ce qui peut provenir de la qualité de ce dernier, prolongez le mixage pendant 1 à 3 mn, avec le même réglage.
- Videz dans un petit saladier, mettez 1 h dans le réfrigérateur.
- Lorsque la pâte s'est un peu durcie, façonnez les truffes : poudrez un morceau d'aluminium ménager de cacao; prélevez la préparation par portions de la valeur d'une petite cuillerée à café; roulez dans le cacao.
- Remettez les truffes dans le réfrigérateur pendant 1 h avant de consommer.

**NOTE** : conservez les truffes dans le réfrigérateur; si vous souhaitez leur donner une note plus raffinée, ajoutez 1/3 de gobelet de whisky ou de rhum.

## MARQUISE AU CHOCOLAT

- Mettez 150 g de chocolat dans le bol du Thermomix; mixez 10 secondes à vitesse 4.
- Ajoutez dans le bol le beurre, le sucre, le whisky et les jaunes d'œufs; réglez 5 mn à 50, vitesse 1.
- Au bout de ce temps la préparation doit se présenter comme une pommade onctueuse; si elle n'est pas suffisamment homogène, ce qui peut provenir de la qualité du chocolat, prolongez le mixage pendant 1 à 3 mn, avec le même réglage.
- Versez la préparation dans un moule, incorporez-lui les blancs des œufs battus par ailleurs en neige; égalisez la surface de la préparation, mettez dans le freezer du réfrigérateur ou dans le congélateur pendant au moins 2 heures.
- Au moment de servir, démoulez et parsemez sur la préparation le reste de chocolat râpé en copeaux avec un couteau.

**NOTES** : pour démouler facilement vous pouvez tremper le moule quelques secondes dans de l'eau bouillante. Certaines personnes mettent légèrement plus de sucre, mais ce qui caractérise la marquise, c'est sa légère amertume. Il est possible de présenter en même temps une crème anglaise bien fraîche.







- Thermomix : 12 mn  
pas de cuisson mais 10 à 15 mn environ  
pour "monter" le diplomate
- 1/2 boîte de marrons au naturel
- 100 g de chocolat amer
- 2 gobelets de sucre semoule
- 1 gobelet de whisky  
(ou autre alcool de votre choix, cointreau, etc.)
- 100 g de beurre
- 1 gobelet de sirop de marrons
- des biscuits boudoirs

## DIPLOMATE AUX MARRONS ET AU CHOCOLAT

### à préparer la veille

- Egouttez les marrons.
- Commencez par préparer le sirop qui imbibera les biscuits : mettez dans le bol du Thermomix le sucre et un gobelet d'eau, réglez 5 mn à 90, vitesse 1 ; lorsque la minuterie s'arrête, ajoutez le whisky, tournez encore 2 à 3 secondes à vitesse 1, sans chauffer ; versez la préparation dans une assiette creuse, laissez en attente.
- Introduisez dans le bol le chocolat cassé en morceaux, le beurre, les marrons égouttés et le gobelet de sirop ; réglez 7 mn à 50, vitesse 1.
- Trempez des biscuits, un à un, rapidement dans le sirop ; tapissez-en les parois et le fond d'un moule à charlotte.
- Emplissez le moule par couches alternées de préparation marrons-chocolat et de biscuits trempés, en terminant par des biscuits.
- Pour que le diplomate soit réussi le moule doit être plein ; posez dessus une assiette avec un lourd poids pour tasser la préparation ; mettez au réfrigérateur jusqu'au lendemain.
- Démoulez pour servir.

**NOTE :** si vous utilisez des marrons au sirop, dosez en conséquence le sirop de sucre mais l'ensemble sera moins satisfaisant. Vous pouvez napper de crème "choklad" ou de crème anglaise à la vanille pour servir.

- Thermomix : 5 mn +  
préparation de la pâte +  
40 mn de cuisson au four
- pâte à tarte préparée  
par ailleurs dans le Thermomix  
(pâte brisée ou sablée)
- 20 g de beurre pour le moule
- 1 gobelet de farine
- 2 gobelets de sucre semoule
- 6 œufs
- 1 cuillerée à café d'eau de fleur d'oranger
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- une pincée de sel
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé

## FLAN

- Abaissez la pâte au rouleau, sur une planche légèrement farinée, en la laissant épaisse d'environ 3 mm ; garnissez-en une tourtière beurrée à bords hauts (ou un moule à manqué).
- Dans le bol du Thermomix, mettez tous les autres ingrédients ; réglez 5 mn à 60, vitesse 1.
- Etalez sur la pâte et mettez immédiatement à four moyen (thermostat 5/6, 180°) ; laissez cuire 40 mn.

- Thermomix : 2 mn +  
45 mn de cuisson au four
- 500 g de cerises noires bien mûres
- 60 g de beurre (40 + 20 g)
- 1 bon gobelet de farine
- 1 1/2 gobelet de sucre semoule
- 3 œufs
- 2 1/2 gobelets de lait
- 1 pincée de sel

## CLAFOUTIS

- Lavez les cerises, retirez les queues, laissez ou non les noyaux (dans la véritable recette on les laisse car ils donnent de la saveur, mais la dégustation n'en est pas facilitée), mettez-les dans un plat à four beurré.
- Dans le bol du Thermomix, mettez 40 g de beurre et réglez 1 mn à 50, vitesse 1 ; ajoutez le reste des ingrédients et faites tourner 1 mn à vitesse 2 sans chauffer.
- Versez la préparation sur les cerises, en essayant de ne pas trop les déplacer ; mettez à four moyen thermostat 5/6, 180° pendant 45 mn.
- Servez tiède.

- Thermomix exclusivement : 3 mn

- le jus de 3 citrons
- 2 gobelets de sucre
- 5 feuilles de gélatine
- 4 œufs

## MOUSSE DE CITRON

- Introduisez dans le bol le jus de citron, le sucre, les feuilles de gélatine préalablement ramollies dans de l'eau froide et les jaunes d'œufs.
- Réglez 3 minutes à 60 vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie retirez le bol du socle et laissez refroidir la préparation.
- Incorporez délicatement les blancs d'œufs battus en neige ferme ; versez dans des ramequins et mettez au réfrigérateur.







- Thermomix : 4 mn  
les crêpes étant déjà prêtes +  
quelques minutes de réchauffage sur le feu
- 8 crêpes
- 2 oranges (ou 2 mandarines)
- 1 citron
- 1 gobelet de sucre semoule
- 125 g de beurre
- 1/3 de gobelet de liqueur à l'orange  
(ou à la mandarine) :  
Cointreau - Grand Marnier -  
Mandarine Impériale
- 2/3 de gobelet de fine champagne

## CRÊPES FLAMBÉES

- Lavez les agrumes, prélevez le quart du zeste d'une orange et le quart du zeste du citron avec le couteau économe.
- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez les zestes sur les couteaux ; arrêtez aussitôt l'appareil.
- Mettez dans le bol le jus de tous les fruits, le sucre, le beurre et la liqueur ; réglez 4 mn à 80, vitesse 1.
- Versez le contenu du bol dans un plat supportant le feu et la flamme ; posez sur feu doux, trempez-y une à une les crêpes en les pliant en quatre.
- Lorsque toutes les crêpes sont prêtes, laissez-les dans le plat ; arrosez-les avec le jus de macération jusqu'à ce qu'elles soient bien chaudes.
- Pour les présenter, arrosez-les avec la fine champagne enflammée.

### VARIANTE :

**LES CRÊPES SUZETTE** : préparez-les de la même façon, mais sans flambage final.

- Thermomix exclusivement : 8 mn

- 500 g de pommes reinettes
- 1 à 1/2 gobelet de sucre semoule  
(suivant les goûts)
- un petit morceau de 1/2 cm de  
bâton de cannelle, ou à défaut  
une pincée de cannelle en poudre,  
mais le parfum est moins délicat

## COMPOTE DE POMMES

- Dans le bol du Thermomix, mettez les pommes pelées, coupées en quartiers, le sucre et la cannelle.
- Réglez 8 mn à 100, vitesse 1.

**NOTE** : le jus d'un citron et une noix de beurre avant la cuisson évitent que la compote noircisse.

### VARIANTES

**COMPOTE D'ABRICOTS** : remplacez les pommes par 400 g d'abricots essuyés et dénoyautés et supprimez la cannelle.

**COMPOTE DE CERISES** : remplacez les pommes par 400 g de cerises équeutées et dénoyautés et supprimez la cannelle.

**COMPOTE DE PÊCHES** : remplacez les pommes par 400 g de pêches dénoyautés.

**COMPOTE DE PRUNES** : remplacez les pommes par 400 g de prunes, lavées, épongées et dénoyautés.

**COMPOTE DE RHUBARBE** : passez la pointe d'un petit couteau sous la fine pellicule qui recouvre les tiges, retirez-la sur toutes les faces ; coupez la base et l'extrémité pour « rafraîchir » les tiges ; partagez-la en tronçons d'environ 2 cm chacun. Pesez 400 g de ces tronçons de rhubarbe puis procédez comme pour la compote de pommes.

- Thermomix exclusivement : 10 mn

- 250 g d'abricots secs
- le jus d'une orange

## COMPOTE D'ABRICOTS SECS

- Mettez à tremper les abricots dans le jus d'orange et 3 gobelets d'eau pendant quelques heures.
- Versez le tout dans le bol du Thermomix et mixez 1 mn à vitesse 12, réglez 9 mn à 100, vitesse 1.







- Thermomix exclusivement: 12 mn

- 400 g d'abricots essuyés et dénoyautés
- 400 g de sucre gélifiant
- facultatif: le jus d'un citron

## CONFITURE D'ABRICOTS

- Introduisez les ingrédients dans le bol du Thermomix, réglez 12 mn à 100, vitesse 1.
- Versez dans un pot, fermez hermétiquement et retournez le pot quelques minutes. Laissez refroidir. Cette confiture, se conserve quelques semaines dans le réfrigérateur.

**NOTE:** si vous désirez une confiture avec des morceaux de fruits, coupez 200 g d'abricots en tranches fines, déposez-les dans le panier. Introduisez-le dans le bol au dessus des abricots restants et des 400 g de sucre. En fin de cuisson, versez le contenu du panier dans le bol et mélangez avec la spatule.

### VARIANTES

CONFITURE DE BRUGNONS.

CONFITURE DE CERISES.

CONFITURE DE PÊCHES.

CONFITURE DE POIRES.

CONFITURE DE PRUNES.

- Thermomix exclusivement: 2 mn

- 300 g de sucre glace
- 3 cuillerées à soupe de liquide

## GLAÇAGE

- La préparation est la même pour tous les glaçages. Versez le sucre dans le bol et ajoutez le liquide. Mixez 2 mn, vitesse 1 pour obtenir une pâte bien lisse pouvant être répandue aisément. Coupez le contact de temps à autre pour ramener le mélange au bas du bol. La bonne consistance est atteinte si la glace nappe la spatule. Au besoin, ajoutez un peu d'eau pour l'allonger ou un peu de sucre pour l'épaissir. Étalez uniformément sur le gâteau.

### VARIANTES

**GLAÇAGE VANILLE:** 300 g de sucre en poudre, 1 sachet de sucre vanillé et 3 cuillerées d'eau chaude.

**GLAÇAGE CITRON:** 300 g de sucre en poudre, 2 cuillerées à soupe de jus de citron et 1 cuillerée à soupe d'eau chaude.

**GLAÇAGE ROSE:** 300 g de sucre en poudre, 2 cuillerées à soupe de sirop de framboises ou de cerises et 1 cuillerée à soupe d'eau chaude.

**GLAÇAGE AU RHUM OU AUTRE ALCOOL:** 300 g de sucre en poudre, 1 cuillerée à soupe de rhum ou autre alcool et 1 cuillerée à soupe d'eau chaude.

- Thermomix exclusivement : 10 mn

- 300 g de cassis ou de fraises des jardins ou de fraises des bois ou de framboises ou de groseilles
- sucre en poudre

225 g sucre

## COULIS DE FRUITS ROUGES

- S'il s'agit de cassis ou de groseilles, lavez les grappes, passez-les entre les dents d'une fourchette pour recueillir les baies.
- S'il s'agit de fraises de jardins ou de fraises des bois, lavez, équeutez si nécessaire.
- S'il s'agit de framboises, trie-les une par une en éliminant les fruits souillés ou malsains ; évitez de les laver.
- Dans tous les cas, une fois les fruits préparés, pesez-les ; pesez du sucre : les trois-quarts du poids des fruits.
- Mettez fruits et sucre dans le bol du Thermomix, réglez 10 mn à 90, vitesse 1.
- Versez dans un petit pot, laissez refroidir, couvrez, mettez au réfrigérateur où la préparation peut se conserver pendant 15 jours à 3 semaines.

**NOTES :** ces coulis peuvent être utilisés pour accompagner des fromages blancs frais ou des yaourts. Liquéfiés (il suffit de les verser dans une petite casserole sur feu doux en les remuant) vous pouvez en napper des entremets : crèmes en petits pots, semoule ou riz. Ils peuvent également servir de base à la préparation de glaces.







- Thermomix : 1 mn +  
1 heure de cuisson au four  
1 h de trempage des raisins

- 125 g de raisins secs
- 1/2 gobelet de rhum
- 2 gobelets de farine
- 1 gobelet de sucre semoule
- 4 œufs
- 5 gobelets de lait
- 1 pincée de sel
- 20 g de beurre pour beurrer le moule

- Thermomix exclusivement : 14 mn

- 200 g. de framboises
- 3 gobelets 1/2 de sucre en poudre  
(1 + 2 1/2)
- 8 feuilles de gélatine (2 + 6)
- 2 cuillerées à soupe de crème  
fraîche épaisse
- 6 jaunes d'œufs
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 1/2 gobelet de myrtilles

- Thermomix : 7 mn + crème fouettée

#### LA CHARLOTTE

- 1 boîte 4/4 de poires au sirop
- 20 biscuits à la cuillère
- Eau de vie de poire
- 2 gobelets 1/2 de lait
- 1 gobelet 1/4 de sucre
- 4 jaunes d'œufs
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 3 feuilles de gélatine
- Crème fouettée préparée avec 35 cl  
de crème et 1/4 de gobelet de  
sucre.

#### LE COULIS DE FRAMBOISES

- 250 g de framboises
- Le jus d'1/2 citron
- 1 gobelet de sucre en poudre

## FAR AUX RAISINS

- Rincez rapidement les raisins à l'eau courante, retirez les petites queues encore présentes, mettez dans un bol avec le rhum, laissez tremper pendant 1 h.
- Lorsque les raisins sont prêts, égouttez-les dans le bol du Thermomix pour récupérer ce qui reste du jus de trempage ; disposez les fruits gonflés côte à côte dans un plat à four beurré.
- Dans le bol, ajoutez tous les autres ingrédients ; mixez 1 mn à vitesse 3.
- Versez sur les raisins, très doucement pour ne pas les déplacer bien que le beurre les fasse tenir.
- Mettez à four moyen, thermostat 5/6, 180° pendant 1 heure.

#### VARIANTE :

**FAR AUX PRUNEAUX :** remplacez les raisins secs par 300 g de pruneaux dénoyautés.

## BAVAROIS RUBANNÉ AUX FRUITS ROUGES

- Mettez les framboises dans le bol avec 1 gobelet de sucre et 1/2 gobelet d'eau.
- Réglez 5 mn à 80 vitesse 1.
- Ajoutez 2 feuilles de gélatine préalablement détrempées et la crème fraîche épaisse ; mixez 30 secondes à vitesse 10.
- Passez au tamis et laissez en attente.
- Mettez dans le bol du Thermomix les jaunes d'œufs, 2 gobelets 1/2 de sucre et le lait.
- Réglez 7 minutes à 80 vitesse 1.
- Ajoutez 6 feuilles de gélatine détrempées ; mixez 30 secondes à vitesse 10.
- Débarrassez la moitié dans un bol. Dans l'autre moitié, ajoutez 1/2 gobelet de myrtilles.
- Mixez 1 minute à vitesse 10. Passez au tamis.
- Moulez par couches superposées lorsque les préparations commencent à prendre.

**NOTE :** Vous pouvez utiliser des fruits décongelés.

François CRUAUD - Restaurant Le Reberminard. Ploërmel.

## CHARLOTTE À LA CHAMBOURCIENNE

- Emincez les poires et faites-les macérer 2 ou 3 heures dans l'eau de vie.
- Préparez la crème fouettée.
- Garnissez le fond et les parois d'un moule à charlotte avec les biscuits trempés rapidement dans le sirop de poires.
- Introduisez dans le bol le lait, le sucre, les jaunes d'œufs et le sucre vanillé ; réglez 5 mn à 90 vitesse 1.
- Trempez les feuilles de gélatine dans l'eau froide pour les ramollir puis ajoutez-les à la crème ; mixez 1 mn à vitesse 8 ; laissez tiédir puis incorporez délicatement à la crème fouettée.
- Ajoutez les poires égouttées, mélangez délicatement et versez à l'intérieur du moule ; laissez prendre une nuit au réfrigérateur.
- Démoulez, saupoudrez de sucre glace et nappez du coulis de framboises.

#### LE COULIS :

- Mixez tous les ingrédients à vitesse 8 pendant 1 mn puis filtrez à travers un chinois.



# les pâtisseries

La puissance du Thermomix permet de préparer en quelques minutes les pâtes les plus diverses (voir chapitre spécial).

Il ne faut pas pour autant négliger de prendre soin de bien faire dissoudre le sucre dans les œufs lorsque cela est nécessaire avant d'incorporer la farine ; c'est là une opération à mener préalablement pour éviter les risques de déboires à la cuisson... mais le Thermomix travaillant si rapidement, cela n'est même pas une perte de temps.

• Thermomix : 3 mn +  
cuisson au four 25 mn

- 5 cuillerées à soupe de farine
- 1/2 sachet de levure
- 2 cuillerées à soupe d'huile
- 2 cuillerées à soupe de sucre
- 2 cuillerées à soupe de lait
- 3 œufs
- pommes de préférence reinettes, à volonté ou autres fruits comme poires, abricots, suivant les saisons
- 70 g de beurre  
20 g pour beurrer le moule  
50 g pour la crème

## TARTE MARIE CHRISTINE

- Dans le bol du Thermomix, mettez la farine, la levure, l'huile, le sucre, le lait et 2 œufs ; faites tourner l'appareil 20 secondes à vitesse 5.
- Étalez la préparation dans une tourtière beurrée.
- Disposez dessus des pommes évidées, pelées, coupées en lamelles, en quantité suffisante pour qu'il y ait une bonne épaisseur.
- Poudrez de sucre semoule selon votre goût, en tenant compte de la propre saveur des pommes.
- Dans le bol du Thermomix mettez le reste de beurre, réglez 2 mn à 50, vitesse 1, au bout de 1 mn, ajoutez le dernier œuf entier.
- Versez sur les pommes.
- Mettez à four moyen thermostat 5/6, 180°, pendant 25 mn.

• Thermomix : 1 mn environ +  
cuisson au four 40 mn

- 5 œufs
- 200 g de noix (150 + 50 g)
- 1 pincée de sel
- 1 gobelet 1/2 de sucre
- 1/2 paquet de levure chimique

## NOISETINE JACQUES

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol excepté 50 g de noix en morceaux ; mixez 30 secondes à vitesse 8 ; vérifiez que le mélange est homogène : éventuellement raclez les bords du bol avec la spatule et mixez à nouveau 10 secondes même vitesse.
- Ajoutez les noix en morceaux mixez 5 secondes à vitesse 3 puis versez dans un moule beurré et faites cuire à four moyen 180° thermostat 5/6, 40 mn.



- Thermomix : 40 secondes + cuisson au four 25 mn

- 250 g de beurre mou
- 3 gobelets de sucre
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé ou le zeste d'1/4 de citron
- 4 œufs
- 5 gobelets de farine

## MADELEINES

- Introduisez le beurre, le sucre et la vanille ou le citron dans le bol; mixez 10 secondes à vitesse 5; raclez les parois du bol avec la spatule puis mixez à nouveau 10 secondes.
- Ajoutez les œufs et la farine; mixez 20 secondes à vitesse 5 en aidant avec la spatule.
- Versez dans des moules à madeleines beurrés.
- Faites cuire 20 à 25 mn à four moyen, thermostat 5/6, 180°.

**NOTE :** si vous n'avez pas de moules à madeleines, versez dans un moule rectangulaire beurré; après cuisson vous découperez des rectangles.

- Thermomix: 1 mn + cuisson au four 40 mn + temps pour lever la pâte

- 2 gobelets de lait
- 20 g de levure de boulanger
- 125 g de beurre
- 1 pincée de sel
- 1 gobelet de sucre
- 1 cuillerée à soupe de rhum
- 2 œufs
- 8 gobelets de farine
- Facultatif: 125 g de raisins secs

## KOUGELHOF

- Dans le bol du Thermomix, mettez le lait, la levure, le beurre, sel, sucre et rhum; mixez quelques secondes à vitesse 8 puis réglez 1 mn à 50, vitesse 1.
- Ajoutez les œufs et la farine et mixez 30 secondes à vitesse 7 en travaillant la pâte à l'aide de la spatule.
- Laissez lever la pâte dans le bol jusqu'à ce que le gobelet se soulève (45 à 60 mn).
- Faites redescendre la pâte à l'aide de la spatule, versez-la dans le moule.
- Laissez lever à nouveau dans un endroit tiède (30 mn environ).
- Mettez 40 à 50 mn à four moyen, thermostat 5/6, 180°.

**NOTE :** vous pouvez ajouter les raisins secs au moment de verser la pâte dans le moule en les incorporant peu à peu.

- Thermomix : 2 mn + cuisson au four 45 mn

- 6 œufs
- 1 gobelet 1/2 de sucre
- 1 gobelet de farine
- 1 gobelet de féculé
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé

## GÂTEAU DE SAVOIE

- Introduisez les jaunes d'œufs et le sucre dans le bol; mixez 2 mn à vitesse 4.
- Ajoutez le reste des ingrédients excepté les blancs d'œufs; mixez 10 secondes à vitesse 1, raclez les parois du bol avec la spatule puis mixez à nouveau 5 secondes à vitesse 1.
- Montez les blancs en neige ferme.
- Mélangez délicatement les deux préparations et versez dans un moule à manqué beurré et fariné.
- Faites cuire 45 mn à four moyen, thermostat 5/6, 180°.

**NOTE :** vous pouvez présenter ce gâteau en accompagnement d'une crème mais vous pouvez également le transformer en gâteau de fête : coupez-le en deux; humectez les deux parts avec 1 gobelet de sirop de sucre aromatisé au Kirsch, Grand Marnier ou autre, puis fourrez-le et nappez-le d'une crème au beurre, de crème "choklad", de crème garniture au citron ou de marquise au chocolat.







- Thermomix : 2 mn + cuisson au four 30 mn

- 3 œufs
- 1 1/2 gobelet de sucre en poudre
- 125 g de beurre
- zeste de citron ou orange
- 2 gobelets de farine tamisée
- 1 paquet de levure chimique

- Thermomix : 30 secondes + cuisson au four 40 mn

- 3 œufs
- 1 gobelet de sucre
- 3 gobelets de farine
- 1 paquet de levure chimique
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 1 gobelet d'huile
- 1 gobelet de vin blanc
- le zeste d'un citron ou d'une orange

- Thermomix 20 secondes + cuisson au four 45 mn

- Servez-vous d'un pot de yaourt comme mesure
- 1 yaourt
- 1 pot d'huile
- 3 pots de sucre
- 4 pots de farine
- 1 paquet de levure
- 3 œufs
- 1 parfum (rhum ou cointreau)
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 20 g de beurre pour le moule

- Thermomix : 1 mn + cuisson supplémentaire : 30 mn + 2 h 30 pour laisser lever la pâte

- 5 cuillerées à soupe de lait tiède
- 15 g de levure de boulanger
- 125 g de beurre
- 3 œufs
- 1 pincée de sel
- 1 gobelet de sucre en poudre
- 5 gobelets de farine

## QUATRE-QUARTS THERMOMIX

- Dans le bol du Thermomix, mettez les œufs, le sucre, le beurre et le zeste choisi; réglez 1 minute à 90 vitesse 1; mixez 30 secondes à vitesse 8, revenez en vitesse 2 et ajoutez la farine et la levure par l'orifice du couvercle.
- Beurrez un moule à cake ou un moule à manqué; versez-y la pâte et laissez-la reposer 30 mn à 1 heure.
- Mettez à four moyen, thermostat 5/6, 180° pendant 30 mn environ.

## CAKE FROU-FROU

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol; mixez 20 secondes à vitesse 5; vérifiez que le mélange est homogène; éventuellement raclez les bords du bol avec la spatule et mixez à nouveau 10 secondes même vitesse.
- Versez la préparation dans un moule beurré et fariné et faites cuire 40 mn à four moyen, thermostat 5/6, 180°.

## GÂTEAU AU YAOURT

- Mettez le four à chauffer à four moyen, thermostat 5/6, 180°.
- Mettez tous les ingrédients dans le bol. Mixez 20 secondes à vitesse 7 en aidant avec la spatule.
- Versez la préparation dans un moule beurré et faites cuire 45 mn à four moyen.

## BRIOCHE THERMOMIX

- Dans une tasse, mélangez le lait tiède et la levure.
- Dans le bol du Thermomix introduisez le beurre, les œufs, le sel et le sucre; mixez 30 secondes à vitesse 4.
- Ajoutez la farine et le mélange lait/levure; mixez 20 secondes à vitesse 7; vérifiez que la pâte forme une boule sinon mixez à nouveau quelques secondes.
- Laissez lever dans le bol, 1 h 30 dans un endroit tiède en prenant soin de le couvrir d'un torchon.
- Rompez la pâte et versez-la dans un moule à brioche beurré. Couvrez à nouveau et laissez-la lever une nouvelle fois pendant 1 h. Mettez à four doux pendant 30 à 40 mn.
- Laissez refroidir avant de servir.







- Thermomix : 3 mn + cuisson au four 50 mn

pour 8 personnes :

- 1 gobelet de sucre semoule
- 1/2 gobelet de rhum
- 3 œufs
- 3 gobelets de farine
- une pincée de sel
- 1 sachet de levure chimique
- 125 g de beurre
- 150 g de fruit confits assortis grossièrement hachés et mélangés

pour la décoration

- quelques cerises confites et angéliques

## CAKE

- Beurrez un moule à cake et farinez-le légèrement.
- Dans le bol du Thermomix, mettez le sucre, le rhum, les œufs entiers ; mixez 2 mn à vitesse 4 sans chauffer.
- Ajoutez la farine, le sel, la levure, le beurre ; mixez à nouveau 30 secondes sans chauffer à vitesse 5.
- Faites descendre la pâte dans le moule, avec la spatule, en alternant peu à peu les fruits confits roulés dans un peu de farine.
- Mettez à four chaud thermostat 8/9, 250° sans attendre pour que les fruits confits n'aient pas le temps de descendre ; au bout de 10 mn baissez le four à moyen thermostat 5/6, 175° ; poursuivez la cuisson 40 mn. Vérifiez avec la lame d'un couteau : elle doit ressortir sèche.

- Thermomix : 3 mn + cuisson au four 40 à 45 mn

- 100 g de beurre (à température ambiante)
- 2 gobelets de sucre
- 2 cuillères à café de sucre vanillé
- 3 œufs
- 1/2 gobelet de lait
- 4 1/2 gobelets de farine
- 1 paquet de levure chimique
- 1/2 gobelet de cacao

## GÂTEAU MARBRÉ

- Dans le bol du Thermomix, mettez le beurre, le sucre, le sucre vanillé, les œufs et le lait ; mixez 2 mn à vitesse 1.
- Ajoutez la farine et la levure ; mixez 20 secondes à vitesse 5.
- Versez la moitié de la préparation dans un moule beurré.
- Ajoutez le cacao au contenu restant dans le bol ; mixez 5 secondes à vitesse 5 et versez dans le moule en mélangeant légèrement.
- Mettez sans attendre à four moyen thermostat 5/6, 175°, 40 à 45 mn.

- Thermomix : 30 secondes + repos de la pâte + cuisson au four 20 mn

- 4 petits suisses (grande taille)
- le même poids de farine
- la moitié du poids de beurre en morceaux
- 1/2 paquet de levure chimique
- des barres de chocolat

## GOÛTERS AU CHOCOLAT

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol excepté le chocolat ; mixez 30 secondes à vitesse 6 ; videz sur une assiette et saupoudrez de farine ; laissez reposer 1/2 heure.
- Abaissez la pâte, coupez des rectangles égaux, disposez une barre de chocolat et repliez la pâte en deux en soudant les contours en appuyant avec vos doigts ; faites cuire 20 mn à four chaud thermostat 7/8, 220°.

- Thermomix : 3 à 4 mn + cuisson supplémentaire : 45 mn au four

- 100 g de chocolat amer
- 75 g de beurre
- 20 g de fécule
- 20 g de farine
- 2 gobelets de sucre semoule
- 5 jaunes d'œufs
- 5 blancs battus en neige

## GÂTEAU AU CHOCOLAT

- Préchauffez le four à 200°, thermostat 6/7.
- Introduisez dans le bol le chocolat cassé en morceaux ; mixez 30 secondes à vitesse 12.
- Ajoutez dans le bol, le beurre et réglez 2 mn à 90 à vitesse 1.
- Incorporez ensuite les jaunes d'œufs, le sucre, la farine et la fécule, faites tourner 1 mn à vitesse 3.
- Montez les blancs en neige ferme.
- Mélangez délicatement les deux préparations et versez dans un moule à manqué beurré et fariné.
- Mettez à four que l'on a baissé à thermostat 5/6, 180° et faites cuire 45 mn en laissant la porte du four légèrement entr'ouverte.
- Démoulez tiède et saupoudrez de sucre glace pour décorer ou fourrez-le et nappez-le de crème "choklad"







- Thermomix : 2 mn +  
2 à 3 mn pour la crème au beurre

#### Pour le biscuit

- 6 œufs
- 2 gobelets de sucre
- 1 1/2 gobelet de farine
- 1 pincée de sel

+ crème au beurre préparée par ailleurs  
avec le Thermomix (voir chapitre entremets)

## BISCUIT ROULÉ AU CHOCOLAT

- Dans le bol du Thermomix, mettez 3 œufs entiers, 3 jaunes d'œufs et le sucre ; faites tourner 2 mn à vitesse 6 afin que le mélange blanchisse ; ajoutez la farine et le sel ; mixez 10 secondes à vitesse 3.
- Versez la pâte dans un saladier et incorporez délicatement les 3 blancs des œufs battus en neige très ferme.
- Versez ce mélange sur une grande plaque à pâtisserie ou la lèchefrite du four, recouverte de papier sulfurisé graissé et fariné.
- Mettez à four chaud thermostat 7, 220°, pendant 10 à 15 mn.
- Pendant cette cuisson, préparez la crème au beurre.
- Lorsque le biscuit est cuit : retournez-le sur une feuille d'aluminium ménager mais ne retirez pas le plat avant 1 à 2 mn.
- Dès que vous l'ôtez, étalez très rapidement la crème, roulez sans attendre, si vous ne procédez pas assez rapidement, le biscuit casse.
- Enveloppez d'aluminium, mettez au réfrigérateur.
- Pour servir développez et coupez en tranches.

### VARIANTES :

Vous pouvez fourrer avec de la confiture, de la crème "choklad" ou de la marquise au chocolat.

- Thermomix : 20 secondes  
pour la pâte + 10 mn pour le sirop +  
cuisson au four 25 mn

#### Pour la pâte :

- 4 œufs
- 3 gobelets de farine
- 2 gobelets de sucre
- 1 paquet de levure chimique
- 20 g de beurre pour le moule

#### Pour le sirop :

- 2 1/2 gobelets de sucre semoule
- 1 1/2 gobelet de rhum

## BABA RAPIDE

- Introduisez tous les ingrédients de la pâte dans le bol ; mixez 20 secondes à vitesse 7 en aidant avec la spatule.
- Versez la préparation dans un moule à baba beurré et fariné et faites cuire 25 mn à four moyen thermostat 6, 180°.
- Pendant la cuisson préparez le sirop : introduisez le sucre et cinq gobelets d'eau dans le bol ; réglez 10 mn à 100 vitesse 1 ; introduisez le rhum ; laissez encore tourner quelques secondes.
- Démoulez le baba dans un plat creux et arrosez-le aussitôt avec le sirop.

**NOTES :** vous pouvez le servir avec différentes garnitures : crème pâtissière, crème fouettée, salade de fruits, etc.

- Thermomix : 1 mn +  
cuisson au four 35 mn

#### Caramel :

- 17 morceaux de sucre
- 1 gobelet d'eau

#### Pour la pâte :

- 100 g de beurre
- 4 œufs
- 2 gobelets de sucre
- 3 gobelets de farine
- 1 paquet de levure chimique
- 2 cuillerées de sucre vanillé

#### Garniture :

- 1 boîte 4/4 d'ananas

## GÂTEAU À L'ANANAS

- Dans un moule à hauts bords (moule à manqué) faites un caramel avec le sucre et l'eau ; laissez dorer et refroidir.
- Introduisez dans le bol tous les ingrédients excepté l'ananas ; mixez 30 secondes à vitesse 5.
- Réservez le jus de la boîte d'ananas ; disposez la moitié des tranches sur la caramel, ajoutez l'autre moitié au contenu du bol ; mixez 5 secondes à vitesse 2 puis versez dans le moule ; faites cuire 35 mn à four chaud 220° thermostat 7/8.
- Dès que le gâteau est cuit verser le jus d'ananas sur les bords du gâteau et démoulez aussitôt. Laissez refroidir.







- Thermomix : 5 à 6 mn + cuisson au four 30 mn

- pâte brisée (préparée par ailleurs avec le Thermomix, à partir de 5 gobelets de farine, voir chapitre pâtes)
- crème d'amandes préparée par ailleurs avec le Thermomix (voir chapitre entremets)
- 4 poires au sirop
- 20 g de beurre

## TARTE AMANDINE AUX POIRES

- Garnissez une tourtière beurrée avec la pâte abaissée au rouleau ; piquez le fond de place en place avec les dents d'une fourchette, mettez à four moyen thermostat 5/6, 180°, pendant 10 mn.
- Sortez la pâte du four, garnissez-la avec une couche d'environ 1/2 cm de crème d'amandes.
- Egouttez les poires ; coupez chacune dans la longueur, en deux ; coupez chaque moitié en tranches mais sans séparer celles-ci ; posez les demi-poires ainsi tranchées sur la tarte, en étoile.
- Arrosez avec 1 cuillerée à soupe du sirop et mettez à four moyen pendant 20 mn.

- Thermomix : préparation de la pâte + 5 mn + cuisson au four 35 à 40 mn

- pâte brisée ou sablée préparée avec le Thermomix

Garniture :

- 2 citrons
- 2 gobelets de sucre en poudre
- 3 œufs
- 200 g de beurre

Meringue :

- 3 blancs d'œufs
- 2 gobelets de sucre glace

## TARTE MERINGUÉE AU CITRON

- Garnissez une tourtière beurrée avec la pâte abaissée ; piquez le fond de place en place avec les dents d'une fourchette ; mettez à four thermostat 5/6, 180° pendant 25 mn.
- Garniture : râpez le zeste des deux citrons lavés et introduisez-le dans le bol ainsi que leur jus et les autres ingrédients ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie versez la garniture dans le fond de la tarte, égalisez.

Meringue : battez les blancs d'œufs en neige en y incorporant petit à petit le sucre glace ; couvrez-en la crème au citron et faites cuire de 10 à 15 mn à four thermostat 5/6, 180°, afin que la meringue soit légèrement dorée ; laissez refroidir et mettez au réfrigérateur 1 heure avant de servir.

- Thermomix : préparation de la pâte + 2 minutes + cuisson au four 35 mn

- Pâte brisée sucrée
- 120 g d'amandes en poudre (1/2 gobelet + 2 gobelets 1/2)
- 1 pointe de cannelle
- 15 g de fécule soit 1 petit quart de gobelet
- 2 gobelets de sucre
- 2 oranges
- 1 citron
- 120 g de beurre
- 4 œufs

## TARTE À L'ORANGE

- Faites une pâte sucrée suivant la recette Thermomix enrichie d'1/2 gobelet de poudre d'amande, d'une pointe de cannelle et de 15 g de fécule.
- Garnissez une tourtière beurrée avec la pâte abaissée ; piquez le fond de place en place avec les dents d'une fourchette ; mettez à four moyen, thermostat 5/6, 180° pendant 10 minutes.
- Prélevez le zeste de 2 oranges et faites-les blanchir : déposez-les dans une casserole d'eau froide, portez à ébullition, égouttez et rincez sous l'eau froide.
- Mettez dans le bol du Thermomix 2 gobelets de sucre semoule avec le jus de 2 oranges et d'1 citron. Ajoutez les zestes des 2 oranges préalablement blanchis et hachés très fin.
- Faites tourner 10 secondes à vitesse 1, incorporez ensuite le reste de poudre d'amande et 120 g de beurre.
- Réglez 2 minutes à 60 vitesse 1. Ajoutez 4 œufs un à un en laissant tourner à vitesse 1 sans chauffer.
- Versez cette préparation sur le ou les fonds de tarte préalablement pré-cuits et faites cuire à four moyen, thermostat 5/6, 180° pendant 25 minutes.
- Facultatif : décorez avec de la meringue française. (voir la tarte meringuée au citron).

François CRUAUD - Restaurant Le Reberminard, Ploërmel.







- Thermomix : 20 secondes + cuisson au four 40 mn

- 6 pommes moyennes
- 6 cuillères à café de confiture
- 2 œufs
- 2 gobelets de farine
- 1 gobelet de sucre
- 1 pincée de sel
- 1 gobelet de lait
- 2 cuillères à café de sucre vanillé
- 1 paquet de levure chimique
- 1 cuillère à soupe de sucre glace

## GÂTEAU AUX POMMES

- Creusez les pommes pour les évider, pelez-les.
- Disposez-les dans un plat beurré.
- Emplissez l'intérieur de chaque pomme avec une cuillerée de confiture.
- Introduisez dans le bol du Thermomix tous les autres ingrédients excepté le sucre glace ; mixez 20 secondes à vitesse 5.
- Versez la préparation entre les pommes ; faites cuire à four moyen 180° thermostat 5/6 pendant 40 mn. Saupoudrez de sucre glace à la sortie du four.
- Servez dans le plat de cuisson.

- Thermomix : 5 mn + cuisson au four 25 mn

- 5 blancs d'œufs
- 2 gobelets de sucre semoule
- une pincée de sel
- 250 g de pulpe de coco, éventuellement préparée par ailleurs dans le Thermomix, à partir d'une noix de coco fraîche
- 1 cuillère à café d'huile

## ROCHERS AU COCO

- Dans le bol du Thermomix, mettez les blancs des œufs, le sucre et le sel ; réglez l'appareil 4 mn à 50, à vitesse 2.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez la pulpe de coco, faites encore tourner 1 mn à vitesse 1, sans chauffer.
- Sur la tôle à pâtisserie légèrement huilée, déposez avec une cuillère à soupe des petits tas de préparation, espacés d'environ 3 cm les uns des autres.
- Mettez à four modéré thermostat 4/5, 150° pendant 25 mn.

- Thermomix : préparation de la pâte + cuisson au four 20 à 25 mn + préparation de la crème choisie

## ÉCLAIRS ET CHOUX À LA CRÈME

- Préchauffez le four thermostat 6/7, 200°.
- Sur la tôle à pâtisserie légèrement huilée, étalez la pâte à choux avec la poche à douilles, en bâtonnets d'environ 2 cm de large ou en petits tas, espacés les uns des autres d'environ 3 cm.
- Mettez au four pour 20 à 30 mn.
- À la sortie du four, fendez-les et laissez-les refroidir.
- Garnissez-les ensuite, à votre goût, de crème pâtissière ou de crème fouettée éventuellement mélangée à des morceaux de fruits frais (fraises, framboises, ananas, cerises, etc.) ; saupoudrez le dessus de sucre glace.

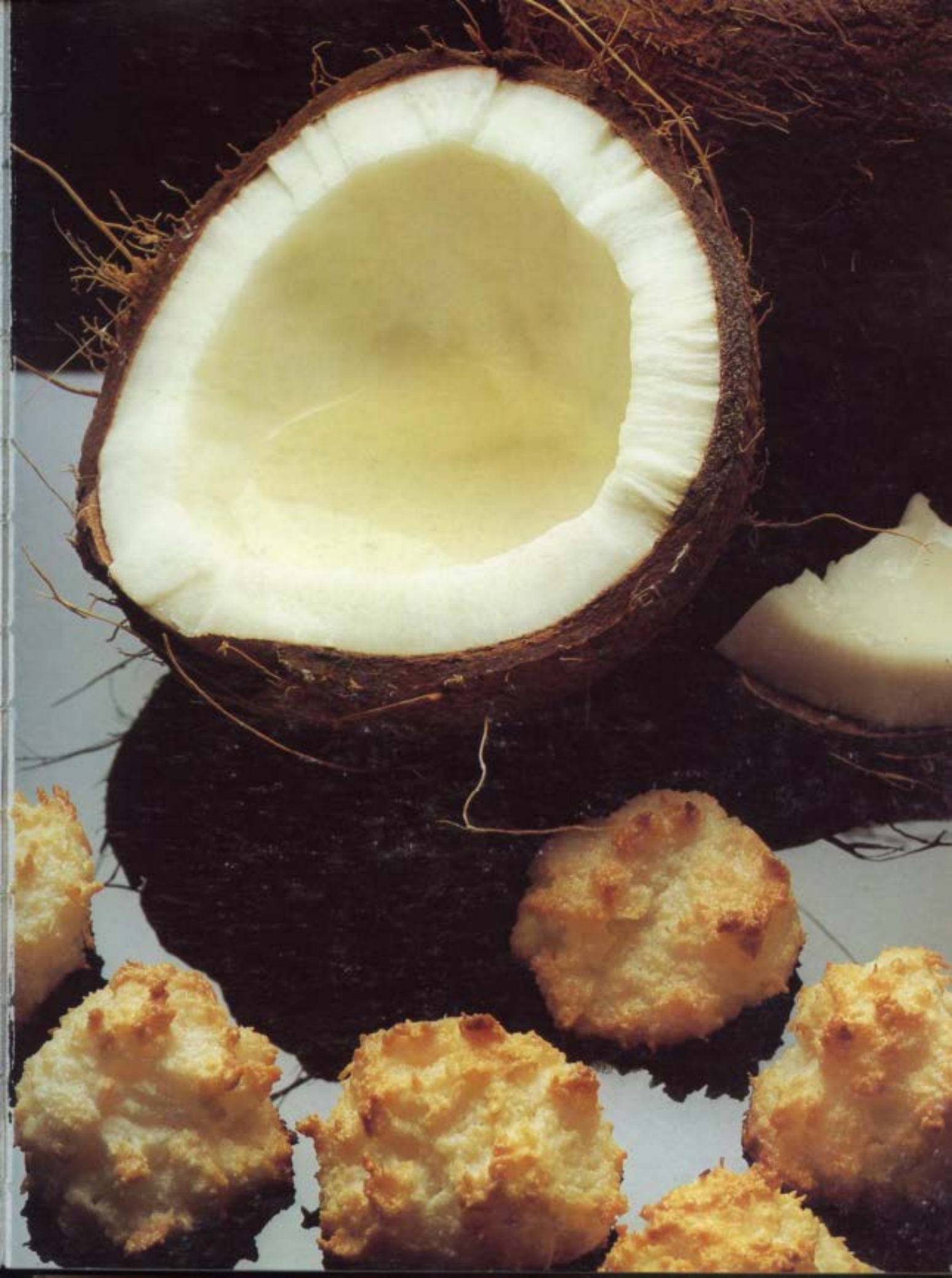
- Thermomix : 5 mn pour la crème + préparation de la pâte + cuisson au four 35 mn

- 600 g de pâte feuilletée dont la détrempe aura été préparée par ailleurs avec le Thermomix (voir chapitre pâtes, p. 38)
- 300 g de crème d'amandes également préparée par ailleurs avec le Thermomix (p. 120)
- 1 œuf

## GALETTE DES ROIS

- Divisez la pâte feuilletée en deux parts égales, abaissez chacune séparément.
- Posez une des abaisses sur la tôle à pâtisserie légèrement farinée, couvrez-la avec la crème d'amandes.
- Placez la seconde abaisse en couvercle ; badigeonnez la surface de la pâte avec un œuf battu en omelette pour qu'elle soit dorée à la sortie du four.
- Mettez à four chaud thermostat 8, 240° pendant 10 mn ; baissez à four moyen thermostat 6, 180°, laissez cuire pendant 25 mn.











# Alain Dutournier

Le Trou-Gascon

40, rue Taine 75012 Paris - tél. 344.34.26

## SOUPE GLACÉE AUX MOULES

*Thermomix : 8 à 9 mn*

*+ le temps d'épluchage des ingrédients de garniture*

*+ 3 h au réfrigérateur*

- 2 l de moules de bouchot
- 6 tomates bien fermes
- 1/2 concombre moyen
- 500 g de fèves en cosses
- 1/2 botte de radis
- 2 échalotes
- 5 champignons de Paris moyens
- 1 gobelet d'huile d'olive
- 1 gobelet de vin blanc sec
- 1 citron
- quelques feuilles de basilic
- sel
- 1 pincée de sucre semoule
- 10 gouttes de Tabasco

- *Coupez les tomates en deux, pressez-les entre les mains pour exprimer l'eau et les graines ; pelez.*
- *Epluchez le concombre, coupez-le en petits dés en éliminant les graines, faites dégorger au sel.*
- *Ecossez les fèves, dérobez-les c'est-à-dire enlevez la seconde peau.*
- *Lavez les radis, coupez-les en rondelles.*
- *Introduisez dans le bol les échalotes, les champignons nettoyés, les tomates et l'huile ; réglez 8 mn à 100, vitesse 1.*
- *Pendant que l'appareil tourne, lavez les moules à grande eau, mettez-les sur feu moyen dans une sauteuse avec le vin ; brassez sans cesse en retirant au fur et à mesure les coquillages qui s'entrouvrent.*
- *Lorsque la minuterie s'arrête, ajoutez à son contenu l'eau des moules soigneusement tamisée, le jus du citron, le sucre et le Tabasco ; faites encore tourner 5 secondes sans chauffer.*
- *Versez le contenu du bol dans une soupière, mettez au réfrigérateur pendant 3 h.*
- *Pour servir, battez la soupe pour émulsionner l'huile figée ; mêlez-lui les dés de concombre rincés et bien éponnés, les fèves, les radis, la chair des moules et le basilic finement ciselé ; rectifiez l'assaisonnement.*



## LES TARTINES AUX ŒUFS BROUILLÉS

*Thermomix exclusivement :  
10 mn environ*

- 4 tranches de pain de campagne
- 8 œufs
- 1 poivron rouge
- 2 gousses d'ail
- 6 filets d'anchois
- 60 g de beurre
- 1/2 cuillerée à soupe d'huile d'olive
- 15 olives noires dénoyautées
- 1 dz de tiges de ciboulette
- sel - poivre

• Faites griller le poivron quelques secondes sur toutes les faces ; enveloppez-le dans du papier d'aluminium ; puis retirez alors la fine pellicule qui se soulève toute seule ; enlevez la queue et les graines intérieures ; coupez-en la moitié en petits dés et réservez.

• Introduisez dans le bol la seconde moitié, 1 gousse d'ail, les filets d'anchois et l'huile ; réglez 5 mn à 100, vitesse 1.

• Pendant ce temps faites griller le pain ; frottez-le avec la dernière gousse d'ail.

• Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez 6 œufs et 2 blancs ; réglez à nouveau 5 mn à 90, vitesse 1 ; 1 mn avant que la minuterie ne s'arrête, introduisez le beurre noisette par noisette ; dans les dernières secondes ajoutez les derniers jaunes d'œufs.

• Dès que la minuterie s'arrête, retirez le bol du socle chaud, mélangez sans attendre le contenu du bol à la spatule en raclant bien le fond, goûtez, rectifiez l'assaisonnement en sel et en poivre ; ajoutez le poivron en dés ainsi que la chair des olives concassées puis étalez sur les tranches de pain et saupoudrez de ciboulette ciselée.

## PÊCHES RAFRAÎCHIES À LA MENTHE

*Thermomix : 10 mn environ  
+ 2 h au moins en réfrigérateur*

- 6 pêches blanches mûres mais fermes
- 6 pêches jaunes à bonne maturité
- 2 cuillerées à soupe de miel
- 2 oranges
- 1/2 cm de morceau de bâton de cannelle
- 8 à 10 feuilles de menthe

• Pelez les pêches blanches, coupez la chair en petits quartiers.

• Dans le bol du Thermomix, mettez la chair des pêches jaunes, le miel, la cannelle, et le jus des oranges, réglez 10 mn à 50, vitesse 1.

• Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez les feuilles de menthe ; faites tourner 5 secondes à vitesse 2, sans chauffer.

• Videz le contenu du bol dans un saladier, mêlez-lui les quartiers de pêches blanches ; mettez au réfrigérateur au moins 2 h avant de servir.



# les crèmes glacées et les sorbets

Grâce au Thermomix il est très facile de réaliser glaces et sorbets même sans sorbettiére ; il vous suffit de procéder ainsi :

Versez la préparation dans un moule à fond très plat, de préférence en aluminium, type moule à glaçons (la préparation glacée en cubes sera plus facile à travailler qu'en un seul gros morceau), et le mettre dans le freezer de votre réfrigérateur.

Lorsque le mélange est pris, sortez-le, battez vigoureusement, c'est-à-dire remettez dans le Thermomix et faites tourner 1 mn à vitesse 12 dans le but de briser les paillettes d'eau qui ont pu se former.

Remettez dans le moule et replacez dans le freezer du réfrigérateur réglé en position froid maximum, soit dans le conservateur à - 18.

La crème fraîche donne de l'onctuosité et du volume aux crèmes glacées ; lorsqu'il y a des œufs et du lait vous pouvez éventuellement la supprimer. Par contre, n'oubliez pas ce truc de professionnel : préférez le sucre glace au sucre semoule, il donne plus de consistance.

• Thermomix : 6 à 8 mn

- 300 g de tranches de mandarines
- 300 g de poires épluchées
- 300 g de myrtilles  
(ou tous autres fruits de votre choix)
- 3 blancs d'œufs
- 1 gobelet 1/2 de sucre en poudre
- 3 gobelets de crème fraîche

Décor :

- crème chantilly
- sucre en granulés multicolores  
(facultatif)

## BÛCHE GLACÉE BAYADÈRE

- Mettez les tranches de mandarines, les bananes en morceaux et les myrtilles dans le congélateur, pendant plusieurs heures.
- Tapissez, d'une feuille d'aluminium, l'intérieur d'un moule à cake.
- Lorsque les fruits sont totalement congelés, prenez l'un d'entre eux : les tranches de mandarines, par exemple. Mettez-les dans le bol du Thermomix avec 1 blanc d'œuf, 1/2 gobelet de sucre et 1 gobelet de crème fraîche. Pulvériser en vitesse 12, en vous aidant de la spatule. Versez la glace dans le moule à cake et remettez au congélateur.
- Lorsque la glace aux mandarines est bien prise au fond du moule, faites la glace aux myrtilles, en procédant de même ; puis la glace aux poires. Remettez le tout dans le congélateur jusqu'au moment de servir.
- Au dessert, démoulez la glace sur un plat de service très froid. Recouvrez de chantilly et décorez de granulés multicolores.

• Thermomix : 7 mn

- 5 gobelets de lait, soit 1/2 litre
- 6 jaunes d'œufs
- 1 gobelet de sucre glace
- 1 cuillerée à café d'essence de café
- 4 cuillerées à soupe de crème fraîche

## CRÈME GLACÉE AU CAFÉ

- Dans le bol du Thermomix, mettez le lait, les jaunes d'œufs, le sucre glace et l'essence de café ; réglez 7 mn à 90, vitesse 1 ; dès la cuisson terminée, retirez le bol du socle chaud et laissez refroidir.
- Lorsque la préparation est froide, ajoutez la crème fraîche ; mixez 20 secondes à vitesse 10.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.



- Thermomix : 8 mn +  
7 à 8 mn de cuisson des amandes

- 50 g d'amandes ayant encore leur seconde peau
- 1 gobelet de sucre semoule
- 5 gobelets de lait, soit 1/2 litre
- 6 jaunes d'œufs
- 1/2 gobelet de sucre glace
- 4 cuillerées à soupe de crème fraîche

- Thermomix : 7 mn

- 150 g de chocolat amer
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 6 jaunes d'œufs
- 1 gobelet de sucre glace
- 4 cuillerées à soupe de crème fraîche

- Thermomix : 7 mn

- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre
- 1 cuillerée à café d'extrait de vanille liquide
- 6 jaunes d'œufs
- 1 gobelet de sucre glace
- 4 cuillerées à soupe de crème fraîche

- Thermomix : 7 mn
- 100 g de pistaches mondées
- 1/4 de cuillerée à café d'essence d'amandes amères
- 1/4 de cuillerée à café d'eau de fleurs d'oranger
- 5 gobelets de lait, soit 1/2 litre
- 6 jaunes d'œufs
- 1 gobelet de sucre glace
- 4 cuillerées à soupe de crème fraîche

- Thermomix : 2 à 3 mn

- 12 morceaux de sucre
- 1 bac de glaçons
- 2 gobelets de lait en poudre
- 1 œuf
- 4 cuillerées à café de sucre vanillé

#### VARIANTES :

**GLACE INSTANTANÉE AU CAFÉ :** remplacez le sucre vanillé par du café lyophilisé.

**GLACE INSTANTANÉE AU CHOCOLAT :** remplacez le sucre vanillé par du cacao.

**GLACE INSTANTANÉE À LA LIQUEUR :** ajoutez 1/2 gobelet de la liqueur de votre goût pour aromatiser la glace à la vanille.

## CRÈME GLACÉE PRALINÉE

- Dans une casserole, sur feu doux, mettez les amandes et le sucre semoule; remuez avec une spatule en bois, jusqu'à ce que la préparation prenne une coloration de caramel d'un blond soutenu.
- Versez le contenu de la casserole dans le bol du Thermomix; mixez 1 mn, vitesse 10.
- Procédez ensuite de la même façon que pour la crème glacée au café.

## CRÈME GLACÉE AU CHOCOLAT

- Procédez de la même façon que pour la crème glacée au café en remplaçant l'essence de café par 150 g de chocolat amer que vous pulvérisez à vitesse 8, avant d'ajouter les autres ingrédients dans le bol.

## CRÈME GLACÉE À LA VANILLE

- Procédez de la même façon que pour la crème glacée au café en remplaçant l'essence de café par une cuillerée à café d'extrait de vanille liquide ou 2 cuillerées à café de sucre vanillé.

## CRÈME GLACÉE À LA PISTACHE

- Introduisez les pistaches, l'essence d'amandes amères et l'eau de fleurs d'oranger dans le bol; mixez 5 secondes à vitesse 8.
- Procédez de la même façon que pour la crème glacée au café.

## CRÈME GLACÉE INSTANTANÉE vanille

- Introduisez le sucre dans le bol et mixez quelques secondes à vitesse 12 afin de le réduire en sucre glace.
- Ajoutez le reste des ingrédients et mixez 30 secondes à vitesse 2 en aidant avec la spatule puis passez progressivement à vitesse 12 en remuant toujours jusqu'à l'obtention d'une crème bien lisse.

**NOTE :** cette crème glacée peut être conservée au freezer du réfrigérateur, mis au froid maximum dans un bac en aluminium.







- Thermomix : 9 mn

- 5 gobelets de lait
- 6 œufs
- 1 gobelet de sucre glace
- 150 g de crème de marrons

## GLACE AUX MARRONS

- Dans le bol du Thermomix, mettez le lait, 2 œufs entiers et les jaunes des autres, et le sucre glace ; réglez 7 mn à 90, vitesse 1 ; laissez refroidir dans le bol.
- Lorsque la préparation est froide, ajoutez la crème de marrons, faites tourner 2 mn à vitesse 1, sans chauffer.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.

- Thermomix : 1 mn

- 2 bananes bien mûres
- 4 gobelets de lait
- 1 gobelet de sucre semoule
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche ou 1 gobelet de lait
- 1 citron

## GLACE A LA BANANE

- Faites congeler les bananes coupées en morceaux.
- Versez le lait dans un bac à glaçons et faites congeler également.
- Introduisez le sucre dans le bol ; mixez 30 secondes à vitesse 12 ; ajoutez la crème fraîche ou le gobelet de lait, les glaçons de lait, les morceaux de banane puis le jus de citron ; mixez à vitesse 6 puis 10 en aidant avec la spatule jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

- Thermomix exclusivement : 2 mn

- 1 ananas à bonne maturité
- sucre glace
- crème fraîche

## PARFAIT À L'ANANAS

- Retirez un chapeau à l'ananas, prélevez la pulpe avec une cuillère, sans abimer l'écorce que vous garderez de côté, soigneusement enveloppée d'aluminium ménager et sans la mettre au réfrigérateur, l'une et l'autre précaution pour qu'elle ne noircisse pas.
- Pesez la pulpe retirée ; introduisez-la dans le bol ; mixez 10 secondes à vitesse 8 ; ajoutez du sucre glace et de la crème fraîche (la moitié du poids de pulpe pour l'un et l'autre de ces deux ingrédients) ; laissez tourner 1 mn à vitesse 1.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.
- Au moment de servir, avec une cuillère mettez le parfait dans l'écorce de l'ananas.

- Thermomix : 1 mn

- 200 g de fraises
- 1 citron
- 100 g de sucre glace
- 40 cl de crème fraîche (400 g)

## GLACE AUX FRAISES

- Lavez, équeutez les fraises ; pressez le citron.
- Dans le bol du Thermomix, mettez les fraises, la moitié du jus de citron, le sucre et la crème.
- Faites tourner l'appareil 1 mn à vitesse 1, sans chauffer.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.

### VARIANTE :

Vous pouvez le la même façon, avec la même quantité de fruits, préparer une GLACE AUX FRAISES DES BOIS.

- Thermomix : 1 mn environ

- 3 gobelets de lait
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 1 œuf
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 1/2 gobelet de sucre
- 250 g de fraises surgelées

## GLACE AUX FRAISES CONGELÉES

- Introduisez dans le bol le lait, la crème, l'œuf et le sucre vanillé ; mixez 10 secondes à vitesse 12 puis versez dans un bac à glaçons et faites geler.
- Introduisez le sucre et les fraises dans le bol ; mixez 10 à 20 secondes à vitesse 4 puis ajoutez les glaçons précédemment préparés, mixez 30 à 40 secondes à vitesse 12 en aidant avec la spatule.
- Servez aussitôt ou remettez la glace dans le freezer.

### VARIANTES :

Remplacez les fraises par du melon pour une glace au melon, de l'ananas pour une glace à l'ananas.



- Thermomix : 1 mn

- 800 g de pêches
- 2 gobelets de sucre semoule

- Thermomix : 5 mn

- 6 citrons verts
- 5 gobelets de sucre semoule

- Thermomix : 5 mn

- mandarines
- 1 citron
- 175 g de sucre semoule

- Thermomix : 5 mn

- 6 fruits de la passion  
(passiflore ou maracujá)
- 5 gobelets de sucre semoule

- Thermomix : 5 mn

- 300 g de cassis
- 75 g de framboises
- 175 g de sucre semoule
- 2 citrons

**VARIANTE :** En remplaçant le cassis par des groseilles rouges, et en ajoutant également des framboises vous pouvez préparer LE SORBET AUX GROSEILLES.

- Thermomix : 5 mn

- 15 feuilles de menthe fraîche bien saines
- 5 gobelets de sucre semoule

## SORBET AUX PÊCHES

- Pelez les pêches ; coupez-les en deux, enlevez les noyaux.
- Mettez les morceaux dans le bol du Thermomix avec le sucre semoule.
- Faites tourner l'appareil 1 mn à vitesse 8, sans chauffer.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.

**NOTE :** ce sorbet peut également être réalisé avec n'importe quel autre fruit, selon les saisons, et peut être accompagné de crème fouettée.

## SORBET AU CITRON VERT

- Pelez les citrons à vif, coupez-les en deux, enlevez les pépins (peau et pépins donneraient trop d'amertume).
- Introduisez tous les ingrédients et 5 gobelets d'eau dans le bol ; réglez 5 mn à 50, vitesse 1.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.

## SORBET AUX MANDARINES

- Epluchez les mandarines, séparez les quartiers, ouvrez-les pour retirer les pépins ; il vous faut obtenir 400 g de pulpe ; pressez le citron.
- Dans le bol du Thermomix mettez la pulpe de mandarine et le jus de citron ; ajoutez le sucre et 1 1/2 gobelet d'eau ; réglez 5 mn à 50, vitesse 1.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.

## SORBET AUX FRUITS DE LA PASSION

- Ouvrez les fruits, prélevez la pulpe avec une petite cuillère. mettez-la dans le bol du Thermomix avec le sucre et 5 gobelets d'eau ; réglez 5 mn à 50, vitesse 1.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.

## SORBET AU CASSIS

- Lavez le cassis, passez les grappes au travers des dents d'une fourchette, au-dessus du bol du Thermomix. Ajoutez les framboises, le sucre, le jus des citrons et 1 1/2 gobelet d'eau ; réglez 5 mn à 50, vitesse 1.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.

## SORBET À LA MENTHE

- Lavez les feuilles de menthe, mettez-les dans le bol du Thermomix avec 1 gobelet d'eau ; faites tourner 10 secondes à vitesse 10 ; arrêtez l'appareil.
- Introduisez le sucre et 4 gobelets d'eau ; réglez 5 mn à 50, vitesse 1.
- Utilisez selon les conseils en début de chapitre.

**NOTE :** ce sorbet ne se consommant pas en très grande quantité et constituant un merveilleux "trou" de milieu de repas ; répartissez le sorbet en petites coupelles ou en petits verres individuels, remettez à - 18 jusqu'au moment de servir. Pour présenter, garnissez avec les sommités des branches de menthe.







# Jean-Pierre Morot-Gaudry

Restaurant Morot-Gaudry

8, rue de la Cavalerie - 75015 Paris - tél. 567.06.85

## CRÈME DE MOUSSEMERONS

*Thermomix exclusivement : 10 à 11 mn*

- 100 g de mousserons frais mais sains, c'est-à-dire sans humidité
- 50 g de riz
- 1 gobelet de crème fraîche
- 1 œuf
- sel - poivre

• Dans le bol du Thermomix, mettez les mousserons, le riz, de l'eau jusqu'au repère 3/4 de litre, sel et poivre; réglez 10 mn à 100, vitesse 1.

• Lorsque la minuterie s'arrête, faites tourner à vitesse 1 sans chauffer, introduisez la crème et le jaune d'œuf, augmentez la vitesse à 12 pendant 5 à 6 secondes.

## BISQUE D'ÉCREVISSES

*Thermomix : 17 mn*

- 12 belles écrevisses
- 1 carotte
- 1 oignon
- 20 g de beurre
- 1 petite branche de céleri
- 4 belles tomates pelées et épépinées
- 50 g de riz cuit
- 1 cuillerée à soupe de cognac
- 1 gobelet de vin blanc sec
- 2 branches d'estragon
- 3 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 1 cuillerée à soupe de concentré de tomate
- sel, poivre

• Pochez les écrevisses dans de l'eau salée 1 mn. Egouttez.

• Otez les queues que vous utiliserez pour une autre préparation (salade ou beignets par exemple).

• Mettez les coffres des écrevisses, la carotte, l'oignon, le beurre, le céleri et les tomates dans le bol et faites tourner 1 mn à vitesse 12.

• Ajoutez le riz, le cognac, le vin blanc, sel, poivre, estragon et le concentré de tomates, complétez d'eau jusqu'au repère 1 litre 1/2 et réglez 15 mn à 100, vitesse 1.

• Passez au chinois fin puis remettez dans le bol, ajoutez la crème et faites tourner 1 mn à vitesse 12.



## SAUCE VERTE FROIDE

*Thermomix exclusivement :*  
1 à 2 mn environ

- 2 branches d'estragon
- 6 branches de cerfeuil
- 1 dz de tiges de ciboulette
- 1/2 botte de cresson
- 1 œuf
- huile
- sel - poivre

• Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux toutes les herbes lavées et essorées; arrêtez aussitôt l'appareil.

• Ajoutez 1 cuillerée à soupe d'eau tiède, sel, poivre et le jaune de l'œuf; faites tourner 3 à 4 secondes à vitesse 12 sans chauffer.

• Ramenez la vitesse à 2, toujours sans chauffer, introduisez de l'huile en filet continu, jusqu'à ce que la sauce prenne une consistance épaisse.

## SAUCE TOMATE AU BASILIC

*Thermomix exclusivement :*  
1 à 2 mn environ

- 4 tomates à maturité, bien fermes
- 4 branches de basilic
- 1 œuf
- huile
- sel - poivre

• Pelez les tomates, coupez-les en deux, pressez-les légèrement entre les mains pour éliminer les pépins et l'eau.

• Introduisez dans le bol les feuilles de basilic et les tomates; mixez 10 secondes à vitesse 8.

• Ajoutez sel et poivre et le jaune d'œuf.

• Faites tourner à vitesse 2, sans chauffer, en versant de l'huile en filet continu, jusqu'à ce que la sauce prenne une consistance épaisse.

## BLANQUETTE DE VEAU

*Thermomix : 1 mn*

- 500 g d'épaule de veau
- 100 g de carottes
- 100 g de navets
- 50 g de champignons de Paris
- 50 g de céleri rave
- 50 g d'oignons
- 1 bouquet garni, 1 clou de girofle
- 100 g de crème fraîche soit 2 cuillerées à soupe
- 2 jaunes d'œufs

• Faites cuire le veau et les légumes lavés et épluchés dans une grande marmite.

• Lorsque le veau est cuit, introduisez la moitié des légumes dans le bol du Thermomix (sans oignon ni bouquet garni); ajoutez 2 gobelets de jus de cuisson et mixez 30 secondes à vitesse 12.

• Ajoutez la crème et les jaunes d'œufs; mixez à nouveau 15 secondes à vitesse 12 puis suivant l'épaisseur rajoutez du jus de cuisson et mixez à nouveau si besoin est.

• Pour servir disposez les morceaux de veau, le reste des légumes et les champignons et nappez de sauce.



# les boissons

## LES BOISSONS FRAICHES

### COCKTAIL DE LÉGUMES PRINTANIER

• Thermomix exclusivement : 1 mn

- 2 belles tomates
- 3 carottes nouvelles
- 2 branches de céleri
- 1 petit blanc de poireau
- 1/2 citron
- Quelques petites branches de basilic (ou basilic en poudre)
- 1 petite échalote
- sel - poivre
- 5 à 6 glaçons

• Lavez, épluchez les légumes et l'échalote; tronçonnez grossièrement les légumes; ôtez l'extrémité amère du citron.

• Dans le bol du Thermomix, mettez le sel, le poivre, les légumes, le demi citron et 1 gobelet d'eau; faites tourner 1 mn à vitesse 12, sans chauffer; introduisez ensuite 3 gobelets d'eau et remixez quelques secondes à vitesse 2.

• Mettez les glaçons dans un pichet, versez dessus le contenu du bol tamisé; servez en verres, présentez des pailles.

### JUS DE TOMATES

• Thermomix : 2 mn

- 4 tomates
- 1 carotte
- 1 petite branche de cœur de céleri
- le jus d'1/2 citron
- 1 cuillerée à soupe de ketchup
- sel - poivre
- 1 dizaine de glaçons

• Introduisez les tomates et la carotte coupée en deux dans le bol; mixez 1 mn à vitesse 10.

• Ajoutez le reste des ingrédients; mixez à nouveau 1 mn, vitesse 8.

### COCKTAIL DE FRUITS D'ÉTÉ

• Thermomix exclusivement : 2 mn

- 4 pêches jaunes
- 100 g de groseilles rouges
- 100 g de framboises
- 1 citron
- 1 gobelet de sucre semoule
- 5 à 6 glaçons

• Pelez les pêches, ouvrez-les, retirez les noyaux; lavez les groseilles, passez les grappes entre les dents d'une fourchette, au-dessus du bol du Thermomix, pour recueillir les baies; pressez le citron.

• Ajoutez aux groseilles les demi-pêches, les framboises, le jus du citron, le sucre et 3 gobelets d'eau; faites tourner 2 mn à vitesse 2, sans chauffer.

• Mettez les glaçons dans un pichet, versez dessus le contenu du bol; servez en verres, présentez des pailles.

### FRUITÉ CITRON

• Thermomix exclusivement : 1 mn

- 1 citron
- 1 gobelet de sucre
- glaçons

• Mettez le sucre et les glaçons dans le bol du Thermomix.

• Faites tourner 30 secondes à vitesse 12.

• Lavez le citron, ôtez les extrémités, coupez-le en deux et mettez-le dans le bol.

• Complétez d'eau jusqu'au repère 1 litre.

• Faites tourner l'appareil 10 secondes à vitesse 10.

• Filtrez.



- Thermomix exclusivement : 6 mn

- 4 gobelets de sucre en poudre
- 2 gobelets d'eau

- Thermomix exclusivement : quelques secondes

- 1 orange non traitée
- 1 citron non traité
- 1 carotte
- 1 gobelet de sucre en poudre
- 5 gobelets d'eau

- Thermomix exclusivement : 1 mn

- 2 oranges
- 1 citron
- 2 cuillerées à soupe de miel
- 2 jaunes d'œufs
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 1/4 de litre de lait
- 5 glaçons

- Thermomix exclusivement : 1 mn

- 4 glaçons
- 200 g de fraises
- 1/2 gobelet de sucre semoule
- 6 gobelets de lait

#### VARIANTES :

Avec la même quantité de fruits : **MILK-SHAKE AUX FRAISES DES BOIS** ou **MILK-SHAKE AUX FRAMBOISES**, ou **MILK-SHAKE A L'ABRICOT**, ou **MILK-SHAKE A LA BANANE**.

- Thermomix exclusivement : 2 mn
- 8 amandes
- 1 cuillerée à soupe de sucre vanillé
- 2 bananes
- 4 gobelets de lait
- 2 cuillerées à soupe rases de levure de bière
- 2 cuillerées à soupe rases de germe de blé
- 1 comprimé de ginseng (facultatif)
- 2 cuillerées à dessert de miel

- Thermomix exclusivement : 3 mn
- 3 cuillerées à café de café soluble
- 18 morceaux de sucre
- 4 gobelets de lait
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche

## SIROP DE SUCRE

- Dans le bol du Thermomix, mettez le sucre et 2 gobelets d'eau.
- Réglez 6 mn à 100, vitesse 1.
- Versez dans un bocal et conservez au frais.

## COCKTAIL THERMOMIX

- Lavez les fruits ; enlevez les extrémités ; coupez-les en quatre pour retirer les pépins.
- Épluchez la carotte.
- Introduisez tous les ingrédients et de l'eau jusqu'à 1 litre ; faites tourner 5 secondes à vitesse 8, sans chauffer.
- Versez le contenu du bol dans un pichet en le tamisant puis mettez les glaçons.

## RÉVEIL MATIN

- Pelez les oranges et le citron ; coupez-les en quatre pour retirer les pépins ; mettez dans le bol du Thermomix avec le reste des ingrédients.
- Faites tourner 1 mn à vitesse 10 sans chauffer.
- Versez le contenu du bol dans un pichet en filtrant.
- Servez sans attendre.

**NOTE :** peut s'accompagner de cognac.

## MILK-SHAKE AUX FRAISES

- Lavez les fraises, équeutez-les
- Mettez tous les ingrédients, y compris les glaçons, dans le bol du Thermomix ; faites tourner 1 mn à vitesse 8.
- Servez en chopes ; présentez des pailles.

## LAIT DU DRAGON

- Introduisez les amandes et la vanille dans le bol, mixez 15 secondes à vitesse 12.
- Ajoutez les bananes coupées en 2, le lait, la levure, le germe de blé, le ginseng et le miel ; mixez 1 mn à vitesse 8 et servez aussitôt.

## CAFÉ LIÉGEOIS

- Introduisez le café, le sucre et 1 gobelet d'eau froide ; mixez 1 mn à vitesse 12.
- Ajoutez le lait et 1 bac de glaçons ; mixez 1 mn 30 à vitesse 8 puis ajoutez la crème fraîche et mixez 30 secondes à vitesse 12. Servez aussitôt.







## LES BOISSONS ALCOOLISÉES

• Thermomix : quelques secondes

### 1 - BOCARDI COCKTAIL

- 1 gobelet de rhum blanc
- 1/4 de gobelet de grenadine ou de liqueur de cassis
- quelques gouttes de citron vert

### 2 - PEPPERMINT GLACE

- 1 gobelet de peppermint
- soda à volonté
- glace pilée

### 3 - ODIL'S COCKTAIL

- 2 gobelets de rhum blanc
- 1/2 gobelet de rhum brun
- 1/2 gobelet de sirop de sucre
- 2 gobelets de jus d'ananas
- 1/2 gobelet de Grand Marnier
- quelques morceaux de fruits
- glace pilée à volonté

### 4 - VODKA-ORANGE

- 1 gobelet de vodka
- 1/2 gobelet d'orangeade (préparation Thermomix)

### 5 - DRY-RHUM

- 1 gobelet de rhum blanc
- 1/4 de gobelet de Noilly
- 1 zeste de citron

### 6 - BLUE CURACO

- 2/3 de gobelet de rhum blanc
- 1/3 de gobelet de curaco bleu
- le jus d'un demi-citron vert

### 7 - PUNCH PLANTEUR

- 2/3 de gobelet de rhum ambré
- 1/3 de gobelet de sirop de sucre de canne
- le jus d'un demi-citron vert
- une feuille de menthe

### 8 - MARTINI-DRY

- 2/3 de gobelet de Martini blanc
- 1/3 de gobelet de gin
- 1 cerise à l'eau-de-vie



## SANGRIA

- Thermomix exclusivement : 1 mn
- 1 gobelet de sucre semoule
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 75 cl de bon vin rouge
- 1/2 gobelet de cognac ou d'eau-de-vie
- 1 orange non traitée coupée en quatre
- 1 citron non traité coupé en quatre
- 1 pêche ou un abricot sans les noyaux (éventuellement au sirop)
- cannelle en poudre (1 pincée)

- Dans le bol du Thermomix, mettez le sucre semoule et le sucre vanillé ; mixez 30 secondes à vitesse 8, sans chauffer ; arrêtez aussitôt l'appareil.
- Ajoutez ensuite le reste des ingrédients en prenant soin au préalable d'enlever les extrémités de l'orange et du citron.
- Mixez 7 secondes à vitesse 7.
- Versez le contenu du bol dans un pichet en tamisant puis mettez au frais avant de servir.







- Thermomix exclusivement: 6 mn environ

- 2 noix de coco
- 1 petit morceau d'écorce de cannelle (ou 1 cuillerée à café en poudre)
- 1/2 noix de muscade (ou 1 cuillerée à café en poudre)
- 1/2 zeste de citron vert
- 250 g de sucre de canne
- 1 boîte de lait concentré sucré
- 1 litre de rhum blanc

## PUNCH COCO

- Ouvrez la noix et cassez-la en morceaux (voir pulpe de coco chapitre des préparations particulières).
- Introduisez dans le bol la cannelle, la noix de muscade, le zeste de citron et le sucre; mixez 1 mn à vitesse 12.
- Ajoutez 1 gobelet d'eau et réglez 3 mn à 100, vitesse 1.
- Dans un pichet mélangez bien le lait concentré et 1/4 de litre de rhum; déposez au-dessus une étamine ou 1 chinois.
- Ajoutez le reste de rhum au contenu du bol ainsi que quelques morceaux de noix de coco fraîche; mixez à vitesse 6 puis ajoutez petit à petit d'autres morceaux en aidant à mélanger avec la spatule, jusqu'à ce que vous ne puissiez plus en faire absorber, faute de liquide dans le bol.
- Versez le tout sur l'étamine ou dans le chinois. Pressez fortement en serrant ou en appuyant avec la spatule pour extraire tout le jus. Remuez et présentez les glaçons à part.

**NOTES :** avec ces propositions vous obtiendrez presque 2 bouteilles de punch coco. A vous de diviser les proportions si vous le souhaitez. Ne mettez pas cette préparation dans le réfrigérateur, elle se solidifierait aussitôt.

- Thermomix exclusivement: 1 mn

- 3/4 de gobelet de rhum blanc
- le jus d'un demi-citron
- 2 cuillerées à soupe de sucre semoule
- 1 banane
- 300 g de glaçons

## PUNCH A LA BANANE

- Dans le bol du Thermomix, mettez tous les ingrédients sauf la glace.
- Mélangez à vitesse 8 quelques secondes.
- Ajoutez les glaçons et mixez à nouveau à vitesse 8 pendant 1 mn en vous aidant de la spatule; s'il reste des morceaux de glace, répétez l'opération.
- Servez immédiatement dans des coupes; présentez avec une paille.

- Thermomix exclusivement: 10 secondes

- 1 gobelet de sirop de sucre
- 3 gobelets de rhum blanc
- 1/2 cuillerée à café de vanille
- 3 glaçons
- le jus d'un citron
- quelques feuilles de menthe
- 1 zeste de citron

## PUNCH DES ÎLES

- Dans le bol du Thermomix, mettez le sirop de sucre, le rhum, le sucre vanille et le jus de citron.
- Mixez 10 secondes à vitesse 4.
- Videz dans un pichet contenant des glaçons. Décorez avec le zeste de citron et la menthe.



- Thermomix exclusivement : 15 secondes

- 1/2 gobelet de jus de citron
- 1 blanc d'œuf
- 1 1/2 gobelet de cointreau
- 3 cuillerées de crème fraîche
- 1 cuillerée à soupe de sucre semoule
- 1 cuillerée à café d'eau de fleur d'oranger
- 6 cubes de glace
- soda

- Thermomix exclusivement : 1 mn

- 2 gobelets de porto
- 2 morceaux de sucre
- 1 jaune d'œuf
- 5 glaçons

- Thermomix exclusivement : 2 mn

- 14 morceaux de sucre
- 1 cuillerée à soupe de sucre vanillé
- 1 œuf entier
- 1 petite boîte de lait concentré non sucré
- 1 gobelet 1/4 de cognac
- 1 gobelet 1/2 de kirsch
- 20 glaçons

- Thermomix : 7 mn environ + 1 mois de macération

- 500 g de cerises (guignes de préférence)
- 250 g de sucre semoule
- 1/2 l d'eau-de-vie de fruits à 45°

## COINTREAU FIZZ

- Dans le bol du Thermomix mettez tous les ingrédients sauf le soda.
- Faites tourner l'appareil 15 secondes à vitesse 8 en vous aidant de la spatule.
- Servez aussitôt dans de grands verres en ajoutant le soda au dernier moment (attention à la mousse).

## PORTO-FLIP

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol. Mixez 1 mn à vitesse 12 et servez aussitôt.

## COCKTAIL DES NEIGES

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 1 mn à vitesse 8 puis 1 mn à vitesse 12 sans chauffer bien entendu.

## LES LIQUEURS DE MÉNAGE

### GUIGNOLET MAISON

- Lavez les cerises, équeutez-les mais ne les dénoyautez pas.
- Introduisez les cerises dans le bol ; mixez 40 secondes à vitesse 8 ; versez le contenu du bol dans un bocal.
- Dans le bol du Thermomix mettez le sucre et 3 gobelets d'eau, réglez 6 mn à 100, vitesse 1 ; laissez refroidir ; ajoutez au contenu du bocal.
- Ajoutez également l'eau-de-vie ; bouchez et laissez macérer 1 mois.
- Au bout de ce temps filtrez, mettez en bouteilles ; bouchez.



- Thermomix : 7 mn environ +  
1 mois 1/2 de macération

- 250 g de prunelles sauvages  
cueillies après les premières gelées
- 250 g de sucre semoule
- 1 l d'eau-de-vie de fruits à 45°

## LIQUEUR DE PRUNELLES

- Lavez les prunelles, retirez les petites queues encore présentes mais laissez les noyaux.
- Introduisez les prunelles dans le bol ; mixez 40 secondes à vitesse 8.
- Ajoutez l'eau-de-vie, versez dans un bocal, bouchez ; laissez macérer 1 mois.
- Au bout de ce temps mettez dans le bol du Thermomix le sucre et 3 gobelets d'eau ; réglez 6 mn à 100, vitesse 1 ; laissez refroidir.
- Tamisez le contenu du bocal, mêlez le jus obtenu au contenu du Thermomix ; mettez en bouteilles, bouchez ; laissez reposer 15 jours avant de consommer.

- Thermomix : 3 mn +  
1 mois de macération

- 1 citron non traité
- 1 clou de girofle
- 400 g de mûres
- 250 g de sucre semoule
- 1/2 l d'eau-de-vie de fruits à 45°

## LIQUEUR DE MÛRES

- Lavez le citron, prélevez le zeste avec un couteau économe.
- Introduisez le zeste, le clou de girofle, les mûres et le sucre dans le bol, faites tourner 3 mn à vitesse 1, sans chauffer.
- Ajoutez l'eau-de-vie, versez en bouteilles en vous aidant d'un entonnoir ; bouchez ; laissez macérer 1 mois.
- Tamisez dans un linge fin, en pressant pour extraire tout le jus des fruits (mettez des gants) ; mettez en bouteilles ; bouchez.

- Thermomix : 7 mn environ +  
2 mois de macération

- 500 g de noisettes fraîches  
débarrassées de leurs feuilles  
mais avec leurs coques
- 1 l d'eau-de-vie de fruits à 45°
- 250 g de sucre semoule

## LIQUEUR DE NOISETTES

- Introduisez les noisettes dans le bol ; mixez 1 mn à vitesse 8.
- Ajoutez l'eau-de-vie, versez en bocal, bouchez ; laissez macérer 2 mois.
- Au bout de ce temps, mettez le sucre et 3 gobelets d'eau dans le bol du Thermomix ; réglez 6 mn à 100, vitesse 1 ; laissez refroidir.
- Filtrez le contenu du bocal, ajoutez le contenu du Thermomix, mettez en bouteilles ; bouchez.

- Thermomix  
exclusivement : 25 secondes  
+ 1 mois de macération

- 1 ananas moyen
- 1 gousse de vanille
- 1 bouteille de rhum blanc (70 cl)
- sirop de sucre :  
4 gobelets de sucre semoule  
2 gobelets d'eau  
(6 mn à 100, vitesse 1)

## LIQUEUR DES ÎLES

- Epluchez l'ananas en ayant soin d'en retirer tous les "yeux" ; retirez également le cœur fibreux et coupez la chair en morceaux ; procédez à toutes ces opérations au-dessus d'un récipient afin de recueillir le jus.
- Introduisez la chair dans le bol ; ajoutez le jus récupéré et la vanille coupée en deux ; mixez 20 secondes à vitesse 5 ; ajoutez le rhum et mixez 5 secondes à vitesse 5.
- Versez cette préparation dans un bocal ; laissez macérer un mois environ.
- Ce laps de temps écoulé, filtrez le mélange pulpe-rhum à travers un chinois sans presser ; laissez décanter afin d'obtenir un liquide bien clair.
- Ajoutez le sirop de sucre, mélangez. Servez bien frais sur de la glace pilée.

**NOTE :** cette liqueur se conserve plusieurs mois dans le réfrigérateur.



## LES BOISSONS CHAUDES

### BAVAROISE AU THE

- Thermomix exclusivement : 8 mn
- 2 1/2 gobelets de thé très fort • 2 1/2 gobelets de lait • 4 jaunes d'œufs • 2 gobelets de sucre semoule • 1 gobelet de rhum

- Dans le bol du Thermomix mettez le thé, le lait, les jaunes des œufs et le sucre ; réglez 8 mn à 90, vitesse 1.
- Au bout de 7 mn, introduisez le rhum.
- Servez très chaud, sans attendre.

**NOTE :** dans la véritable recette d'origine, la bavaroise comporte du sirop de capillaire ; si vous en trouvez, ajoutez-en 2 cuillerées à soupe pour les quantités ci-dessus.

#### VARIANTES :

**BAVAROISE AU CAFE :** remplacez le thé par la même quantité de café très fort.

**BAVAROISE AU CHOCOLAT :** ne mettez pas de thé mais le double de lait et ajoutez 125 g de chocolat à cuire que vous hachez préalablement 10 secondes à vitesse 10.

### CHOCOLAT BRÉSILIEN

- Thermomix exclusivement : 10 mn

- 125 g de chocolat amer • 2 gobelets de café très fort
- 1 gobelet de sucre semoule • 5 gobelets de lait

- Dans le bol du Thermomix mettez le chocolat cassé grossièrement en morceaux ; mixez 10 secondes à vitesse 10.
- Ajoutez le café, réglez 10 mn à 90, vitesse 1.
- Au bout de 3 mn, introduisez le sucre et le lait.
- Lorsque la minuterie s'arrête, versez aussitôt en tasses.

### CHOCOLAT A L'ITALIENNE

- Thermomix exclusivement : 10 mn • 200 g de chocolat amer • 1/2 cm de bâton de cannelle
- 1 cm de gousse de vanille • 7 gobelets de lait

- Dans le bol du Thermomix mettez le chocolat cassé grossièrement en morceaux, la cannelle et la vanille ; mixez 10 secondes à vitesse 10 ; arrêtez aussitôt l'appareil.
- Ajoutez le lait, réglez 10 mn à 90, vitesse 1.
- Dès que la minuterie s'arrête, versez en tasses.

### CHOCOLAT CHAUD

- Thermomix : 5 mn
- 2 barres de chocolat à croquer • 3 gobelets de lait
- 2 ou 3 morceaux de sucre

- Introduisez dans le bol le chocolat coupé en morceaux, le lait et le sucre ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1.

### GROG

- Thermomix exclusivement : 8 mn
- 1/2 gobelet de sucre semoule
- 1 citron non traité • 2 gobelets de rhum ambré

- Dans le bol du Thermomix, mettez le sucre et 6 gobelets d'eau ; réglez 8 mn à 100, vitesse 1.
- Pendant ce temps, lavez le citron, coupez-le en fines rondelles, déposez-en une au fond de chaque verre ou de chaque tasse ; arrosez avec un peu de rhum.
- Répartissez le contenu bouillant du Thermomix.











# les buffets-réceptions

## **Pour être réussi un buffet-repas doit avant tout être pratique .**

Si vous pouvez recevoir avec des petites tables où vos convives pourront s'installer pour déguster à l'aise, vous pouvez envisager un buffet avec des tas de petits plats froids, voire une belle pièce chaude à présenter en temps opportun, mais cela est rarement possible dans les appartements modernes par manque de place ou de matériel.

Pour réussir votre buffet-repas, évitez donc le piège de ces plats multiples qui nécessitent des assiettes et des couverts que vos invités laisseront traîner un peu partout... et vous obligent ensuite à faire la vaisselle car les assiettes à jeter valables pour une réception plein air ne sont pas de mise dans un appartement coquet. Préférez plutôt les canapés et les petites préparations gourmandes-maison, sans craindre le manque d'originalité le Thermomix vous permettant de confectionner une multitude de garnitures variées : mini-tartelettes de toutes natures, mini-choux, mini-pizzas, mini-quiches, etc. Attention aux canapés, ils ne doivent pas être des tranches de pain dans lesquelles il faut mordre, mais de fines et petites tranches pouvant se manger en une seule bouchée.

## **Pour être réussi un buffet-repas doit être suffisamment garni .**

À côté de vos préparations personnelles, vous pouvez prévoir un assortiment d'olives (à condition d'avoir suffisamment de petites coupelles éparpillées pour recueillir les noyaux), des dés de jambon cuit, de jambon cru et de gruyère (d'excellente qualité) piqués sur bâtonnets, pouvant eux-mêmes être à leur tour piqués sur un pamplemousse, un melon, un chou, etc. nus ou enveloppés d'aluminium ménager selon le décor de votre table.

Vous pouvez également commander chez votre boulanger un pain dit "surprise" aux beurre, raisins secs et noix, et répartir sur table des assortiments de fruits secs décoratifs (amandes, noisettes, noix de cajou, pignons, etc.) et des petits fours secs et glacés.

Pour les boissons soyez larges : on consomme beaucoup plus autour d'un buffet qu'autour d'une table. Plusieurs options sont possibles : ou un vin unique, de préférence un cru de terroir pourvu qu'il soit jeune, gouleyant et servi frais ; ou bien un assortiment comportant whisky, jus de fruits, etc.

## **Pour les quantités, sachez qu'il faut compter :**

Pour le buffet : 25 à 30 pièces par personne, mini-canapés et autres préparations.  
Pour la boisson : 1/2 bouteille de vin par personne et de l'eau plate à volonté si vous avez choisi la solution du vin unique ; sinon les bonnes proportions sont, pour 10 personnes :

- 1 bouteille de whisky
  - 10 petites bouteilles d'eau gazeuse
  - 2 maxi-bouteilles d'eau plate
  - 3 bouteilles de champagne
  - 2 l de jus de fruits maison
- (voir chapitre boissons)

auxquelles il faut ajouter obligatoirement une grande quantité de glaçons (certaines maisons spécialisées dans les produits surgelés en vendent en sacs de plusieurs kilos qu'il vous suffit d'entreposer dans votre conservateur).



### Sachez aussi que :

Dans un pain de mie normal vous ferez 100 mini-canapés.

200 g de pâte à pain commandée chez le boulanger ou préparée avec le Thermomix vous donnera 20 mini-pizzas ; parallèlement la même quantité de pâte brisée permettra de confectionner 20 mini-tartelettes salées ou sucrées (voir nos recettes).

1 kg de petits fours secs comporte environ 140 pièces, 1 kg de petits fours glacés 80 seulement.

1 bouteille de whisky fait 15 rations, 1 bouteille de champagne une dizaine de flûtes, 1 litre de jus de fruits, 8 verres.

### Pour gagner du temps à la préparation soyez astucieuse .

Confectionnez d'abord toutes les pâtes destinées aux préparations complémentaires aux canapés que vous avez prévus ; garnissez toutes les croûtes en série.

Ne tartinez pas vos canapés un à un, cela prendrait un temps fou. Si vous choisissez par exemple un pain de mie, ne le coupez pas traditionnellement dans la largeur, mais dans la longueur (votre boulanger, équipé de machines tranchantes, peut faire cela pour vous), vous aurez ainsi des tranches longues qui ne demanderont pas plus de temps à recouvrir qu'un mini-canapé ; coupez ensuite en deux, quatre, huit morceaux ; posez également en série vos garnitures finales : olives, rondelles d'œufs, persil haché, etc.

Si vos garnitures sont rustiques - et surtout pour un buffet-repas - préférez un pain de campagne au levain, au pain de mie, d'autant qu'il se coupe encore plus finement que ce dernier (toujours dans la longueur).

Dans tous les cas n'oubliez jamais qu'un canapé, quel que soit le support, doit toujours être légèrement beurré avant d'être garni, la fine pellicule grasse forme un film protecteur qui évite au pain d'être détrempé par la garniture ; autre avantage, celle-ci garde son humidité donc son moelleux et sa saveur d'origine. Le beurre employé peut être nature, demi-sel, ou aromatisé, tout dépend de sa destination finale.

Si vous préparez les canapés un peu de temps à l'avance, posez-les sur des plateaux que vous enveloppez d'aluminium ménager - ce dernier ne touchant pas les garnitures - et placez dans un endroit frais, cave ou bas du réfrigérateur.

Ces compositions ne sont que des exemples, vous pouvez tout inventer à condition que les saveurs des différents ingrédients s'allient et à condition de ne pas abuser des aliments noircissant à l'air ; la précaution de les associer à d'autres éléments les préservant de l'oxydation étant de toutes façons à prendre.

Vous pouvez aussi donner un thème à votre buffet : régional, exotique, rustique, marin, etc. En ce cas, veillez à ce que la boisson soit également typique.

## QUELQUES SUGGESTIONS DE CANAPÉS

**NOTE :** lorsque l'ingrédient est dit "hachis", il s'agit de cet ingrédient ou de l'ensemble des ingrédients composant le "hachis" jetés tout simplement sur les couteaux du Thermomix tournant à vitesse 8, l'appareil étant arrêté aussitôt.

## CANAPÉS A BASE DE VIANDE

Beurre - hachis d'épinards étuvés, crème fraîche et jambon cuit dit de Paris.

Beurre à la moutarde - hachis de poulet cuit et céleri-branché.

Beurre au curry - hachis de poulet cuit avec soupçon de pulpe de noix de coco.

Beurre - hachis de poulet cuit, persil et citron.

Beurre à la moutarde - Francfort en rondelles.

Beurre aux câpres - pâté de foies de volailles.

Beurre au curry - hachis de porc cuit et pomme légèrement acide.



## CANAPÈS A BASE DE POISSON

Beurre - hachis d'anchois à l'huile égouttés - 1/2 olive noire.  
Beurre au curry - hachis de crabe cuit - rondelle d'œuf dur persil haché.  
Beurre au citron - hachis d'avocat et citron (à mettre en très fine couche) - hachis de crabe - rondelle d'œuf dur.  
Beurre aux câpres - hachis de crevettes décortiquées - rondelle de citron - crevette décortiquée entière.  
Beurre au citron et au poivre - hachis de crevettes décortiquées et de feuilles de laitues lavées et soigneusement essuyées - rondelle d'œuf dur - 1/2 olive noire.  
Beurre au citron - hachis de fond d'artichaut avec un soupçon d'huile (à mettre en très fine couche) - hachis de crevettes décortiquées - rondelle de citron.  
Beurre aux pignons - hachis de roll-mops - rondelle de cornichon.  
Beurre - hachis de filet de hareng saur - lamelle de pomme légèrement acide arrosée de jus de citron.  
Beurre - brandade de morue - 1/2 olive noire.  
Beurre au citron - œufs de saumon.  
Beurre au citron - hachis de sardines à l'huile égouttées, débarrassées de leur peau et arêtes - rondelle d'œuf dur.  
Beurre au citron - hachis de saumon fumé - 1/2 olive noire ou rondelle d'œuf dur et rondelle de citron.  
Beurre à la moutarde - hachis de thon à l'huile - radis rose découpé en fleur.

## CANAPÈS A BASE DE FROMAGES

Beurre au bleu d'Auvergne - hachis de noix ou de pignons.  
Beurre à la moutarde - hachis de camembert et noisettes.  
Beurre au citron - hachis de cresson au demi-sel.  
Beurre au cresson - gruyère en lamelles.  
Beurre aux câpres - hachis de gruyère.  
Beurre - hachis de concombre, gruyère et cayenne.  
Beurre aux graines de sésame - hachis de gruyère - radis rose en fleur.  
Beurre au roquefort - hachis de raisins secs gonflés à l'armagnac.  
Beurre au citron - hachis de roquefort et pluches de cerfeuil.

## CANAPÈS A BASE DE LÉGUMES OU DE FRUITS

Beurre de moutarde - hachis de champignons de Paris crus, citron et persil.  
Beurre au citron - lamelles d'avocat arrosées de jus de citron - hachis de noisettes.  
Beurre au citron - hachis de carottes crues - 1/2 olive noire.  
Beurre à l'ail - hachis de chicorée frisée lavée et bien essuyée avec une pointe d'huile.  
Beurre au poivre - hachis de fèves fraîches dérobées et fromage blanc avec une pointe de sel.  
Beurre au citron - pointes d'asperges cuites.  
Beurre - hachis de betterave rouge cuite, crème fraîche et noix.  
Beurre à la menthe fraîche - hachis de petits pois étuvés au beurre.  
Beurre au curry - hachis de raisins secs gonflés au cognac.  
Beurre au sel de céleri - hachis de concombre pressé après hachage pour en extraire toute l'eau.  
Beurre - ratatouille froide.











# Jean et Pierre Troisgros

*Maîtres-cuisiniers - Traditions et Qualité*  
Relais Gourmand

22, cours de la République - 42300 Roanne - tél. (77) 71.66.97

## POTAGE À LA TOMATE POUR GENS PRESSÉS

*Thermomix exclusivement :  
8 mn environ*

- 800 g de tomates bien fermes
- 1 gros oignon
- 1 cuillerée à soupe de concentré de tomates
- 40 g de beurre
- sel - poivre - Tabasco - vinaigre
- cerfeuil ou estragon
- crème éventuellement

### **Mise en place**

- Pelez les tomates, coupez-les en deux, pressez chaque moitié pour exprimer l'eau de végétation et les pépins.
- Coupez 125 g à 150 g de ces tomates en petits dés réguliers, mettez-les dans un saladier avec sel, poivre et quelques gouttes de vinaigre; tenez au frais.
- Epluchez l'oignon, coupez-le en quatre.

### **Cuisson**

- Introduisez dans le bol du Thermomix l'oignon, le reste des tomates et le concentré; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez le beurre, 4 gouttes de Tabasco et salez; faites tourner 2 à 3 secondes sans chauffer.

### **Finition**

- Videz le contenu du bol dans une soupière (1), ajoutez les dés de tomate et selon votre goût quelques pluches de cerfeuil ou quelques feuilles d'estragon ciselées.
- Servez très chaud.

### **Autres emplois**

*Brute, cette préparation peut servir de sauce tomate pour accompagner toutes les variétés de pâtes alimentaires. Elle peut être servie avec le pot au feu, les œufs pochés ou frits, elle peut être utilisée pour la préparation de sauces piquantes et dérivés.*

(1) à ce stade vous pouvez éventuellement ajouter un peu de crème fraîche.



## CRÈME D'HUÎTRES "AU PIED LEVÉ"

*Thermomix : 5 à 6 mn  
+ la cuisson des petits pois*

- 16 huîtres creuses de bonne taille
- 2 gobelets 1/2 de fumet de poisson (préparé avec des têtes et des arêtes)
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche double
- 50 g de beurre
- 50 g de petits pois écossés
- sel - poivre

### **Mise en place**

- Ouvrez les huîtres en vous plaçant au-dessus d'un petit récipient, détachez la chair, faites-la tomber dedans avec son eau de mer en prenant soin de retenir les différents corps étrangers.
- Faites cuire les petits pois en respectant les normes de cuisson des légumes verts (grande casserole non couverte - eau bouillante salée à 10 g par litre - ébullition vive - refroidissement rapide par glaçons dans l'eau).

### **Cuisson**

- Mettez la chair des huîtres et leur eau de mer dans le bol du Thermomix avec le fumet de poisson; réglez 5 mn à 100, vitesse 2.
- Lorsque la minuterie s'arrête, ajoutez la crème, faites tourner à vitesse 2 en chauffant à 100, jusqu'à ce que l'ébullition se produise; arrêtez l'appareil.
- Faites tourner à vitesse 1, sans chauffer, en introduisant le beurre en petites noix puis faites tourner 2 secondes à vitesse 6.

### **Dressage**

Versez la crème d'huîtres dans une soupière chaude, ajoutez les petits pois en garniture; rectifiez l'assaisonnement et servez immédiatement.

### **Suggestions**

Cette crème peut se préparer avec des coquillages tels que clams, palourdes ou praires. D'autres légumes peuvent servir de garniture, nous pensons à l'oseille ou aux haricots verts. Des petits croûtons de pain de mie sautés au beurre peuvent être servis à part.



# petits restes et grands plats

On a trop souvent l'habitude hélas de présenter les restes tels, sans les accommoder d'une autre façon, au mieux on les décore de quelques feuilles de salade ou on les accompagne d'une mayonnaise. Avec cette optique, il n'est pas rare que les restes en très petite quantité aillent à la poubelle sous prétexte qu'on n'en a pas assez pour en faire un véritable plat. C'est là l'erreur, avec un peu d'astuce le moindre petit morceau de poisson ou de viande peut devenir un grand plat, en très peu de temps si vous utilisez le Thermomix.

- Avec le Thermomix : la préparation complète, prête à servir.
- En restes : poissons ou fruits de mer, viandes, légumes.

## POTAGES

- Dans le bol du Thermomix, mettez les restes, complétez éventuellement avec 1 gobelet de riz rincé à l'eau froide, pour donner de l'onctuosité, une pointe de cayenne, 1 ou 2 tomates bien fermes pour les restes de poissons ; avec les restes de viandes ajoutez plutôt 100 g d'oignons tout simplement, et avec les restes de légumes, 1 ou 2 gobelets de flocons de pommes de terre.
- Versez deux gobelets d'eau, salez et poivrez en fonction du propre assaisonnement des restes ; réglez 10 mn à 100, vitesse 1 ; complétez d'eau jusqu'au repère 1 litre et réglez 2 mn à 100, vitesse 1.
- Pour servir, dans tous les cas, présentez sur table des croûtons frits et du gruyère râpé.

## FRIANDS

### S'il s'agit de restes de viandes :

- Introduisez dans le bol 2 échalotes et 4 branches de persil coupées en trois ou quatre morceaux ; le tiers des restes de viandes et autant de chair à saucisse, 1 œuf, quelques feuilles de basilic, selon votre goût, sel et poivre ; faites tourner 20 secondes à vitesse 8.
- Coupez ce qui reste de viandes en petits dés, mélangez au hachis.
- Abaissez les restes de pâte, divisez en rectangles d'environ 7 x 4 cm ; déposez un petit tas de farce sur la moitié de ces morceaux de pâte, couvrez avec les autres morceaux non garnis ; badigeonnez la surface avec un œuf battu.
- Posez sur la tôle à pâtisserie légèrement humidifiée, mettez à four moyen pendant 20 mn.

### S'il s'agit de restes de légumes :

- Introduisez dans le bol 2 échalotes, 200 g de jambon maigre cuit coupé en morceaux et 2 gobelets de riz cuit ; mixez 30 secondes à vitesse 8.
- Mélangez au contenu du bol les restes de légumes et 1 œuf, sel et poivre.
- Pratiquez ensuite comme pour les friands précédents.



- Avec le Thermomix : la préparation complète, prête à servir.
- En reste : viandes ou volailles.

## PETITS POTS FAÇON RILLETTES

- Dans le bol du Thermomix, mettez 50 g de beurre par 200 g de restes, une pincée de sel et une prise de poivre.
- Faites tourner l'appareil à vitesse 8, jetez les restes sur les couteaux ; arrêtez aussitôt l'appareil.
- Mettez en petits pots de grès individuels, couvrez de petits morceaux d'aluminium ménager ; placez au réfrigérateur quelques heures avant de servir.

**NOTES :** n'employez que le maigre de vos restes. N'utilisez pas la peau, ni la sauce. Avec le lapin et le porc, vous pouvez remplacer le beurre par du saindoux, dans les mêmes proportions. Avec la poule ou le poulet, vous pouvez mettre au départ dans le bol du Thermomix, 50 g de noisettes ou de pistaches mondées par 200 g de restes.

**UTILISATION :** valable seulement pour les restes cuits de chair maigre de lapin, d'oie, de dinde, de poule ou poulet et de porc.

- Avec le Thermomix : la pâte brisée (voir chapitre pâtes) et la préparation de la garniture.
- En restes : poissons et fruits de mer, viandes, légumes.

## TARTELETTES

- Introduisez dans le bol 100 g d'échalotes et 20 g de beurre ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Ajoutez 4 branches de persil coupées en trois ou quatre morceaux, 1/2 gobelet de farine, 4 cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse, sel et poivre ; réglez 10 mn à 90, vitesse 1.
- Abaissez la pâte à 2 cm d'épaisseur, découpez en ronds de la taille nécessaire pour garnir les moules de tartelettes que vous beurrez.
- Répartissez sur la pâte les restes coupés en dés, puis le contenu du bol du Thermomix.
- Mettez sans attendre à four moyen thermostat 5/6, 180° pendant 20 mn.

- Avec le Thermomix : la préparation de la pâte brisée (voir chapitre pâtes) et la préparation de la farce.
- En restes : viandes et légumes.

## RISSOLES

- Introduisez dans le bol 100 g d'échalotes et 20 g de beurre ; réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Introduisez les restes, 1 œuf, sel et poivre ; réglez 20 secondes à vitesse 8, sans chauffer.
- Abaissez la pâte à 2 mm d'épaisseur ; découpez en carrés ou en ronds d'environ 8 cm de côté ou de diamètre ; déposez un petit tas de farce sur chaque morceau ; pliez en deux, pincez sur tout le pourtour avec les doigts pour souder hermétiquement.
- Plongez à friture chaude, retournez avec l'écumoire dès que les rissoles remontent en surface, égouttez lorsqu'elles sont dorées.
- Servez à l'apéritif si vous le désirez ; sinon en entrée ou petit plat en accompagnant d'une salade, en complétant éventuellement avec des œufs mollets.







- Avec le Thermomix : le mixage des ingrédients
- En restes : poissons ou fruits de mer, viandes, légumes, crus ou cuits.

## BOULETTES, CROQUETTES ET GAULETTES

### S'il s'agit de restes de poissons ou fruits de mer :

- Introduisez dans le bol un peu de pain rassis (le tiers du volume des restes), 1 échalote, 4 branches de persil coupées en trois ou quatre morceaux ; les épices de votre choix (cayenne, safran, curry ou simplement sel et poivre en tenant compte que les restes peuvent déjà être assaisonnés) ; ajoutez 1 cuillerée à soupe de lait, 1 ou 2 œufs selon la quantité de restes ; faites tourner 20 secondes à vitesse 8, sans chauffer.

- Façonnez la préparation en mini-boulettes, en petits boudins (croquettes) ou en boulettes ou croquettes aplaties (galettes) ; tournez chaque pièce deux fois de suite dans de l'œuf battu puis dans du pain émietté.
- S'il s'agit de boulettes ou de croquettes, faites cuire en friture chaude ; lorsque la préparation remonte, retournez avec l'écumoire, lorsque les boulettes ou croquettes sont bien dorées, égouttez.
- S'il s'agit de galettes, faites cuire à la poêle dans un peu de beurre, 3 à 4 mn par face.
- Dans tous les cas, servez avec une salade ou des quartiers de citrons.

### S'il s'agit de restes de viandes :

- Introduisez dans le bol 2 oignons, 4 branches de persil coupées en trois ou quatre morceaux ; les restes de viandes, le tiers de chair à saucisse, 1 ou 2 œufs selon la quantité, sel, poivre et éventuellement une pincée de quatre-épices ; faites tourner 20 secondes à vitesse 8, sans chauffer.
- Façonnez en boulettes, croquettes ou galettes, roulez dans un peu de farine ; faites cuire comme les préparations à base de poisson ; servez avec une salade.

### S'il s'agit de restes de légumes :

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8, jetez sur les couteaux un peu d'échine de porc fraîche coupée en morceaux d'environ 2 cm (le tiers du volume des restes) ; arrêtez aussitôt l'appareil.
- Introduisez les restes de légumes ; 1 oignon, 4 branches de persil coupées en trois ou quatre morceaux, du riz cuit (le quart du volume des restes), 1 œuf, sel et poivre ; faites tourner 20 secondes à vitesse 8, sans chauffer.
- Façonnez en boulettes, croquettes ou galettes, panez comme les préparations de poisson, faites cuire de même ; servez avec une omelette.

- Avec le Thermomix : de la pâte à crêpes (voir chapitre pâtes).
- En restes : poissons ou fruits de mer, légumes, fruits.

## CRÊPES

- Faites cuire les crêpes ; coupez les restes en petits dés s'ils sont de poissons ou de fruits ; hachez-les grossièrement s'ils sont de légumes.

### S'il s'agit de restes de poissons ou fruits de mer :

- Nettoyez des champignons de couche (le tiers du volume des restes), coupez-les en dés, faites-les étuver dans une casserole couverte avec 20 g de beurre et le jus d'un citron, pendant 7 à 8 mn ; mélangez à cette préparation les restes en dés et 1 à 2 cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse.
- Étalez la préparation sur les crêpes, roulez, posez côte à côte dans un plat beurré, parsemez de noisettes de beurre, mettez à four moyen thermostat 5/6, 180° pendant 15 mn.

### S'il s'agit de restes de légumes :

- Faites cuire 4 ou 8 œufs à l'eau bouillante, pendant 9 mn, passez sous l'eau froide, égalez.
- Introduisez dans le bol 2 ou 4 oignons coupés en deux (selon l'importance des restes), 20 g de beurre, réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Introduisez les restes de légumes et un peu de gruyère râpé, faites tourner 2 à 3 secondes à vitesse 1.
- Sur les crêpes, étalez le contenu du bol du Thermomix, ajoutez 1 œuf dur coupé en tranches ; roulez ; faites cuire comme les crêpes précédentes.

### S'il s'agit de restes de fruits :

- Avec le Thermomix, préparez une crème pâtissière (voir chapitre entremets).
- Étalez sur les crêpes en ajoutant les restes de fruits en dés ; roulez ; posez dans un plat à four beurré, côte à côte ; poudrez de sucre glace ; parsemez de noisettes de beurre, mettez à four moyen pendant 20 mn.

**NOTE :** si vous ajoutez à la garniture des crêpes, c'est-à-dire à la crème pâtissière et aux dés de fruits, un peu de blancs d'œufs battus en neige ferme, vous aurez des crêpes soufflées ; en ce cas ne les roulez pas mais pliez-les simplement en deux.







- Avec le Thermomix : une béchamel (voir chapitre sauces).
- En restes : poissons et fruits de mer, viandes, légumes.

#### Première formule :

- Avec le Thermomix : la sauce Mornay (voir chapitre sauces).
- En restes : poissons ou fruits de mer, viandes, légumes.

#### Deuxième formule :

- une purée de pommes de terre
- En restes : poisson ou fruits de mer, viandes, légumes.

- Avec le Thermomix : mixage de la farce
- En restes : poissons et fruits de mer, viandes.

- Avec le Thermomix : de la pâte à beignets (voir chapitre pâtes).
- En restes : des morceaux de poisson, de la chair de coquillages, des légumes cuits (carottes, salsifis, par exemple) ou crus (une demi aubergine ou une dernière courgette), des fruits (une poire, une tranche d'ananas, quelques cerises entre autres), etc.

## SOUFFLÉS

- Ajoutez à la béchamel encore dans le bol du Thermomix, 4 jaunes d'œufs, faites tourner 10 secondes à vitesse 1, versez dans un saladier
- Incorporez les restes coupés en petits dés ou grossièrement hachés, et les blancs des œufs battus en neige ferme, vérifiez l'assaisonnement.
- Versez dans un moule beurré (ou dans des moules individuels), mettez à four moyen thermostat 5/6, 180° pendant 20 mn; servez dès la sortie du four sinon les soufflés retombent.

## GRATINS

- Quelle que soit la nature du reste, préparez la Mornay; étalez-en la moitié dans un plat à four ou dans des petits plats individuels; disposez les restes en couche, en les coupant éventuellement en morceaux s'ils sont gros; nappez avec les restes de sauce.
- Mettez à four moyen thermostat 5/6, 180° pendant 20 mn.
- Si vos restes sont insuffisants pour constituer un plat, vous pouvez leur joindre 1 œuf mollet (cuit 6 mn à l'eau bouillante) par personne, que vous disposez entre les deux couches de sauce avec les restes.
- Procédez exactement de la même façon, en grand plat ou en petits plats individuels, par couches alternées, la sauce étant remplacée par la purée.

## LÉGUMES ET ŒUFS FARCIS

- Introduisez dans le bol 50 g d'échalotes, une petite poignée d'oseille, queues coupées à 2 cm environ et 20 g de beurre, réglez 5 mn à 80, vitesse 1.
- Faites cuire des œufs 9 mn à l'eau bouillante, passez-les sous l'eau froide, égalez; coupez-les en deux dans leur longueur, prélevez les jaunes.
- Lorsque la minuterie du Thermomix s'arrête, introduisez dans le bol les jaunes des œufs durs, les restes quels qu'ils soient, sel et poivre; faites tourner 30 secondes à vitesse 1.
- Garnissez les demi-blancs avec la farce, disposez-les sur un lit de laitue ciselée que vous pouvez éventuellement assaisonner et mêler de petits croûtons aillés.

## BEIGNETS

- Trempez les restes dans la pâte, plongez à friture chaude, retournez avec l'écumoire lorsque les beignets remontent à la surface, égouttez-les lorsqu'ils sont bien dorés.
- Pour servir; s'il s'agit de restes salés, accompagnez de quartiers de citrons ou d'une salade verte; s'il s'agit de restes sucrés, poudrez de sucre glace.
- Si vos restes sont de nature variée, servez des beignets mélangés à la mode du fritto misto italien.



## et pour bébé...



Au début de son existence, le nouveau-né ne s'alimente qu'avec du lait. Cependant cette alimentation exclusivement lactée n'est pas suffisante pour une croissance normale, dès que l'on dépasse les premiers mois. Il est en effet très vite nécessaire d'augmenter la ration calorique quotidienne en maintenant l'apport journalier de lait, mais surtout d'introduire vitamines, sels minéraux, protides et lipides animaux et végétaux.

Sans ces modifications, l'état de nutrition de l'enfant ne serait pas bon, offrant un terrain propice à l'éclosion de maladies.

La diversification de l'alimentation se fera progressivement, en introduisant les fruits, les légumes et les aliments carnés, sous des formes culinaires assimilables par cet enfant encore édenté et dont les organes digestifs doivent être ménagés.

Certes, il existe de nombreuses préparations industrielles de petits pots d'aliments à usage infantile de bonne qualité, mais la préparation domestique de ces mêmes aliments est réalisable et intéressante à plusieurs titres.

Le prix de revient est nettement moindre d'autant plus qu'il est souvent possible d'utiliser une partie des aliments du repas familial : la soustraction d'une cuillerée de haricots verts, d'une petite pomme de terre ou d'un petit morceau de viande n'entraînera pas une grosse dépense. De plus, cette manière d'agir fait litière de l'argument "gain de temps" qui préside à l'utilisation des petits pots industriels.

D'autre part, la préparation familiale des aliments en respecte la diversité des goûts, au contraire des cuissons industrielles. L'enfant accomplit ainsi très tôt cette "éducation de goût" qui participe à l'élaboration de sa personnalité.

Enfin, sur le plan psychologique, l'on peut dire que l'enfant n'absorbe pas seulement la nourriture, mais aussi l'amour que sa mère a mis à sa préparation.

Le Thermomix VORWERK aide à la réalisation de ces objectifs. Les recettes qui figurent dans ce livre ont été élaborées en fonction des besoins nutritionnels de chaque âge.

A stylized, handwritten signature in black ink, which appears to read 'Nicole Stora-Castaing'. The signature is fluid and cursive, with a long horizontal line extending from the end.

**DOCTEUR NICOLE STORA-CASTAING**

PÉDIATRE - ANCIEN INTERNE DES HÔPITAUX DE PARIS  
ANCIEN CHEF DE CLINIQUE DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS  
MÉDECIN-ASSISTANT DE L'HÔPITAL BRETONNEAU











## BÉBÉ A 3 MOIS

Jusqu'à présent, son alimentation ne comprenait que des biberons de lait et quelques cuillerées à café de jus de fruits : maintenant son régime va commencer à se transformer et à se diversifier par l'introduction des légumes.

L'apparition des carottes dans un biberon, puis des autres légumes, obligeront le bébé à s'habituer à des goûts différents.

Ce changement doit se faire lentement, et pour commencer, par un biberon de soupe de carottes.

Progressivement, vous passerez ensuite aux autres légumes.

### PURÉE DE CAROTTES

• Thermomix : 15 à 16 mn

- 150 g de carottes, soit 2 carottes moyennes
- 50 g de pomme de terre, soit 1 pomme de terre moyenne
- 3 gobelets d'eau
- 1 noisette de beurre frais

• Epluchez les carottes et la pomme de terre, lavez-les rapidement et introduisez-les, coupées en 2, dans le bol ; mixez 5 secondes à vitesse 1 puis versez-les dans le panier.

• Introduisez 3 gobelets d'eau dans le bol, puis le panier ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.

• A l'arrêt de la minuterie, versez le contenu du panier dans le bol contenant le reste d'eau de cuisson, ajoutez le beurre et mixez 10 secondes à vitesse 8.

### PURÉE DE LÉGUMES

• Thermomix : 15 à 16 mn

- 1 pomme de terre de 50 g
- environ 100 g de carottes
- 3 à 4 feuilles de laitue
- 3 gobelets d'eau
- 1 branche de persil
- 1 noisette de beurre frais

• Epluchez et lavez les légumes ; introduisez les pommes de terre et carottes dans le bol ; mixez 5 secondes à vitesse 1 puis versez-les dans le panier.

• Introduisez la laitue et l'eau dans le bol ; déposez-y le panier ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.

• A l'arrêt de la minuterie, videz le contenu du panier dans le bol, ajoutez le beurre et le persil ; mixez 20 secondes à vitesse 8. Versez dans le biberon.

## BÉBÉ A 4 MOIS

Votre bébé grandit. Vous pouvez commencer à lui donner à manger à la cuillère. Vous commencerez d'abord par quelques cuillerées, par exemple le dessert, met sucré naturellement qui sera plus facilement admis par le bébé, sans apport supplémentaire de sucre.

### CONSEILS POUR LE PREMIER REPAS À LA CUILLÈRE

Enveloppez le bébé dans une couche, en emprisonnant ses bras. Inclinez légèrement l'enfant, ne remplissez la cuillère qu'à moitié. Appuyez le dessous de la cuillère sur la gencive inférieure et servez-vous de la lèvre supérieure pour faire glisser la compote vers le palais.

Laissez le bébé tranquillement avaler et respirer entre chaque cuillère. Si besoin est, ramassez ce qui tombe ou ce qu'il crache. La consistance de la compote doit être d'abord assez fluide. Ayez de la patience, ne vous découragez pas : ce n'est qu'après plusieurs expériences que vous arriverez à un résultat satisfaisant.



• Thermomix : 15 à 16 mn

- 130 à 150 g de haricots verts fins
- 1 pomme de terre de 60 à 80 g
- 2 gobelets 1/2 d'eau
- 1 noisette de beurre
- 1 brin de persil cru

• Thermomix : 15 mn

- 2 pommes de terre moyennes, soit 100 g
- 1 poignée de feuilles vertes de laitue
- 2 gobelets 1/2 d'eau
- 1 noisette de beurre

• Thermomix : 15 mn

- 150 g de haricots verts fins
- 1 cuillerée à soupe de crème de tapioca
- 4 à 5 mesures de lait en poudre
- 2 gobelets d'eau
- 1 noisette de beurre

• Thermomix : 15 à 16 mn

- 1 carotte moyenne, environ 80 g
- 6 à 8 haricots verts, environ 30 à 40 g
- 1 pomme de terre moyenne de 50 à 60 g
- 2 cm de blanc de poireau
- 2 ou 3 feuilles vertes de laitue
- 3 gobelets d'eau
- 1 noisette de beurre
- 1 brin de persil

## PURÉE DE HARICOTS VERTS

- Epluchez les haricots verts et la pomme de terre ; lavez-les rapidement. Coupez la pomme de terre en tranches fines, mettez-les dans le panier.
- Introduisez les haricots et l'eau dans le bol ; mixez 20 secondes à vitesse 12 ; introduisez le panier et réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie videz le contenu du panier dans le bol, ajoutez le beurre et le persil ; mixez 15 à 20 secondes à vitesse 8. Versez dans une assiette, si vous donnez à manger à la cuillère ou dans un biberon.

**NOTE :** il est possible d'ajouter un peu de lait en poudre, selon l'avis de votre pédiatre, et suivant la quantité de lait prise par le bébé dans la journée.

## PURÉE DE POMMES DE TERRE À LA LAITUE

- Epluchez et lavez les pommes de terre, coupez-les en rondelles fines, mettez-les dans le panier.
- Lavez les feuilles de laitue et introduisez-les dans le bol ; ajoutez l'eau puis déposez le panier dans le bol ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie videz le contenu du panier dans le bol, ajoutez le beurre et mixez 10 secondes à vitesse 8.

## CRÈME DE TAPIOCA AUX HARICOTS VERTS

- Epluchez les haricots verts, lavez-les rapidement ; introduisez-les dans le bol avec l'eau ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- Après 10 mn ajoutez la crème de tapioca, puis quelques instants avant la fin, le beurre ; versez dans une assiette ou un biberon.

**NOTE :** Vous pouvez ajouter deux ou trois mesures de lait en poudre, selon l'avis de votre pédiatre, et suivant la quantité de lait prise par le bébé, dans la journée.

## PREMIER POTAGE AUX LÉGUMES DE BÉBÉ

- Epluchez tous les légumes, lavez-les rapidement : introduisez la carotte, les haricots et la pomme de terre dans le bol ; mixez 5 secondes à vitesse 1 puis versez-les dans le panier.
- Dans le bol introduisez le poireau, la laitue et l'eau ; mixez 10 secondes à vitesse 12 ; ajoutez le panier dans le bol ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie videz le contenu du panier dans le bol ; ajoutez le beurre et le persil ; mixez 20 secondes à vitesse 8 ; versez dans une assiette ou un biberon.

## LA VIANDE DANS L'ALIMENTATION DE BÉBÉ

Suivant l'avis de votre pédiatre, vous allez pouvoir commencer à donner au bébé, soit 30 g de viande bien maigre et bien cuite, soit 40 g de poisson maigre.

La viande, riche en protéines, est un aliment de croissance qui doit être donné en quantité raisonnable.

Pour cela : suivez strictement les avis de votre pédiatre.



## CONSEILS

La viande rouge ou la viande blanche ont la même valeur nutritive. La viande doit toujours être bien cuite, afin que les parasites éventuels soient détruits par la cuisson. Par exemple, le bœuf et le porc, insuffisamment cuits peuvent transmettre le ver solitaire. Le mouton peut transmettre la toxoplasmose.

## CONSEILS POUR CUIRE LA VIANDE

10 minutes de cuisson dans le Thermomix.

### POULET, LÉGUMES VARIÉS

• Thermomix : 15 à 16 mn

- 30 g de poulet cuit
- 1 carotte
- 1 pomme de terre
- 1 poignée de haricots verts
- quelques feuilles de salade verte, en tout 200 g de légumes environ
- 2 gobelets d'eau
- 1 brin de persil
- 1 noisette de beurre (facultatif, 1 ou 2 doses de lait en poudre selon l'avis du pédiatre)

- Epluchez et lavez rapidement tous les légumes; introduisez la carotte, la pomme de terre et les haricots verts dans le bol; mixez 10 secondes à vitesse 1 puis versez-les dans le panier.
- Dans le bol introduisez le poulet, la salade et l'eau; mixez 10 secondes à vitesse 12; ajoutez le panier dans le bol; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie videz le contenu du panier dans le bol; ajoutez le beurre; mixez 20 secondes à vitesse 8; versez dans une assiette.

### JAMBON, POMME DE TERRE, SALADE

• Thermomix : 15 mn

- 30 g de jambon bien maigre
- 1 belle pomme de terre (100 g environ)
- 1 poignée de feuilles vertes de salade
- 2 gobelets 1/2 d'eau
- 1 noisette de beurre

- Lavez soigneusement les feuilles de salade; épluchez la pomme de terre, coupez-la en tranches fines, déposez-les dans le panier.
- Introduisez dans le bol le jambon, la salade et l'eau; mixez 10 secondes à vitesse 12; déposez le panier dans le bol et réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie videz le contenu du panier dans le bol; ajoutez-y le beurre; mixez 10 à 15 secondes à vitesse 8.

### BOEUF, CAROTTES

• Thermomix : 15 mn

- 25 à 30 g de viande de bœuf
- 150 g de carottes
- 1 pomme de terre moyenne (60 g environ)
- 2 gobelets 1/2 d'eau
- 1 noisette de beurre

- Epluchez et lavez les carottes et la pomme de terre; introduisez-les dans le bol; mixez 5 secondes à vitesse 1 puis versez-les dans le panier.
- Introduisez l'eau et le panier dans le bol; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- Après 5 mn de cuisson, introduisez le bœuf coupé en petits cubes par l'orifice du couvercle.
- A l'arrêt de la minuterie videz le contenu du panier dans le bol; ajoutez le beurre; mixez 20 secondes à vitesse 8.







## LE POISSON DANS L'ALIMENTATION DE BÉBÉ

C'est un aliment riche en phosphore, en iode et en sels minéraux. Il doit figurer dans les menus de bébé.

Les poissons dits maigres, tels que merlan, limande, carrelet, sole, dorme, colin, raie, peuvent être donnés cuits et mélangés à la purée de légumes.

## CUISSON DU POISSON

Soit cuit dans le panier pendant 8 à 10 minutes.

Soit mixé dans le Thermomix avec les légumes et cuit pendant 8 minutes.

## CHOIX DU POISSON

Le poisson doit être très frais. Pour cela, prévenez le poissonnier qu'il est destiné pour un bébé.

Un poisson frais doit avoir l'œil clair, l'ouïe rouge, un aspect luisant et ne pas dégager d'odeur d'ammoniaque.

Il doit être acheté et consommé le jour même.

## PURÉE ROSE À LA LIMANDE

• Thermomix : 17 mn

Pour un repas

- 30 g de filet de limande
- 2 carottes moyennes, soit environ 130 g de carottes
- 1 pomme de terre 50 à 60 g
- 2 gobelets 1/2 d'eau
- 1 noisette de beurre
- 1 filet de jus de citron
- 1 brin de persil frais

• Epluchez et lavez soigneusement carottes et pommes de terre; introduisez-les dans le bol; mixez 5 secondes à vitesse 1 puis versez-les dans le panier.

• Introduisez l'eau et le panier dans le bol; réglez 16 mn à 100, vitesse 1; après 8 mn ajoutez le poisson par l'orifice du couvercle.

• A l'arrêt de la minuterie, videz le contenu du panier dans le bol, ajoutez le beurre, le jus de citron et le persil; mixez 20 secondes à vitesse 8.

## PURÉE PRINTANIÈRE AU MERLAN

• Thermomix : 17 mn

Pour un repas

- 30 g de filet de merlan
  - 2 carottes
  - 1 pomme de terre
  - 1 poignée de feuilles de laitue
  - 1 brin de cerfeuil en tout 175 à 180 g de légumes environ
  - 1 noisette de beurre
  - 1 demi-cuillerée à café de jus de citron
  - 2 gobelets d'eau
- Facultatif : doses de lait toujours selon l'avis du pédiatre

• Epluchez les légumes, lavez-les soigneusement et rapidement; introduisez les carottes et pommes de terre dans le bol; mixez 5 secondes à vitesse 1 puis versez-les dans le panier.

• Introduisez la laitue, le cerfeuil, l'eau et le panier dans le bol; réglez 16 mn à 100, vitesse 1; après 8 mn ajoutez le poisson par l'orifice du couvercle.

• A l'arrêt de la minuterie, videz le contenu du panier dans le bol, ajoutez le beurre et le jus de citron; mixez 20 secondes à vitesse 8.

**PETIT CONSEIL :** le jus de citron étant mélangé à la purée chaude, il perd une partie de ses vitamines C, mais cela habitue le bébé au goût du citron. Il faut dès son plus jeune âge l'habituer à des goûts différents. C'est ainsi que vous mélangerez à la purée, soit un petit brin de persil frais bien lavé, soit un brin de cerfeuil frais, soit un brin d'estragon frais. Ainsi il s'habituerà à manger de tout.



## SUGGESTIONS DE MENUS

MATIN	Bouillie instantanée au lait	Bouillie instantanée (changez de variété chaque jour)	Bouillie aux céréales	Bouillie	Bouillie instantanée
10 HEURES	Jus de clémentine	Jus d'orange-pamplemousse mélangés	Jus d'orange	Jus de raisin	Jus de citron au miel
MIDI	Purée de haricots verts, compote de pommes au citron	Purée rose à la limande, compote pommes-bananes	Colin aux herbes compote banane-miel	Poulet, légumes variés, compote de pommes-groseilles	Bœuf-carottes, compote pommes-poires à la vanille
4 HEURES	Biberon de lait	Biberon de lait	Biberon de lait	Biberon de lait	Biberon de lait
SOIR	Crème de tapioca aux haricots verts, préparée avec le reste des haricots cuits le matin	Potage à la carotte préparé en même temps que la purée du matin	Potage aux légumes préparé pour 2 jours tenez au réfrigérateur dans le biberon	Potage aux légumes	Potage aux carottes dans lequel vous ajouterez une poignée de verdure



## DESSERTS

Vers 4 mois, vous commencerez à donner au bébé des desserts. Pas de banane avant 5 mois.

Prenez l'habitude de donner des desserts aux fruits crus sans autre apport de sucre. Dans les fruits cuits, ajouter le minimum de sucre.

### PREMIÈRE COMPOTE DE POMME

#### consistance fluide

- Introduisez dans le bol la pomme épluchée et coupée en quartiers, le sucre et l'eau ; réglez 5 mn à 100, vitesse 1.
- Versez dans une tasse, laissez refroidir.

**NOTE :** la quantité d'eau peut varier selon la variété de pomme employée. Vous pouvez toujours ajouter un peu d'eau minérale si la compote vous paraît trop épaisse pour le bébé. Cette recette est une recette de compote fluide. Ajoutez dans la compote froide quelques gouttes de citron, juste au moment de la donner au bébé : n'oubliez pas que le jus de citron perd très vite ses vitamines au contact de l'air.

### COMPOTE DE POMMES - BANANES

- Epluchez la demi-pomme, coupez-la en deux. Pelez la banane. Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; réglez 5 mn à 100, vitesse 1. Versez dans une petite tasse, laissez refroidir.

**NOTE :** vous pouvez ajouter au moment de le donner au bébé, quelques gouttes de jus d'orange, de clémentine ou de pamplemousse dans cette compote.

### COMPOTE DE POMMES AU CITRON

#### recette plus épaisse

- Pelez la pomme, coupez-la en quartiers. Lavez très soigneusement le citron à l'aide d'une petite brosse, brossez énergiquement le zeste, essuyez-le sur un torchon. Frottez alors le morceau de sucre sur une face contre le zeste de citron, de façon à ce que le sucre devienne jaune
- Introduisez tous les ingrédients excepté le citron dans le bol ; réglez 4 mn à 100, vitesse 1. Versez dans une tasse, laissez refroidir.

**NOTE :** vous pouvez toujours ajouter, au moment de la donner au bébé, un filet de jus de citron.

• Thermomix : 5 mn

- 1 pomme moyenne (environ 150 g)
- 1 cuillerée à café de sucre semoule
- 1 gobelet d'eau minérale

• Thermomix : 5 mn

- 1/2 banane
- 1/2 pomme (environ 50 à 60 g)
- 1 gobelet d'eau, quelques gouttes de jus de citron
- 1 cuillerée à café de sucre semoule

• Thermomix : 4 mn

- 1 pomme moyenne (150 g environ)  
les meilleures variétés à employer pour la compote de pommes sont les Canadas, les Boskoop, les Melrose qui sont des variétés qui cuisent très rapidement et qui donnent une compote plus onctueuse
- 1 morceau de sucre
- 1 citron non traité
- 3/4 de gobelet d'eau







## BÉBÉ À 6 MOIS

Votre bébé à 6 mois environ, maintenant vous pouvez lui donner de temps en temps :

- soit un jaune d'œuf très frais (pour commencer la moitié d'un, une fois par semaine) ;
- soit 30 à 40 g de gruyère ou de fromage à pâte cuite mélangé à la purée de légumes.

Les repas de légumes sont entièrement donnés à la cuillère.

Vous pouvez donner à votre bébé des légumes tels que : haricots verts, cresson, tomates, courgettes, fenouil, etc., en tenant compte évidemment de son goût : mais pour cela diversifiez les purées de légumes. Toutefois, les épinards ne seront introduits qu'à partir de 1 an.

Bébé à 6 mois, il doit commencer à boire un peu d'eau minérale pendant, ou après, le repas de midi et du soir. Habituez-le à boire tout de suite dans une timbale.

## LES ŒUFS

L'œuf est généralement bien accepté par le bébé : il est d'un emploi facile, d'un goût agréable, d'une haute valeur nutritive, très énergétique et d'une excellente digestibilité. Pour commencer, vous donnerez au bébé la moitié d'un jaune d'œuf dur, mélangé à la purée ; le jaune est beaucoup plus riche et plus digeste que le blanc. Le blanc ne doit pas être donné avant 1 an.

## CONSEILS

L'œuf, étant une cellule vivante, ne doit être conservé que quelques jours au réfrigérateur : si vous êtes à la campagne ou si vous pouvez vous procurer des œufs du jour, le meilleur moment pour consommer l'œuf est 24 h après la ponte.

La coquille étant poreuse, veillez à ce qu'elle soit bien propre et non fêlée. Pensez à sortir l'œuf du réfrigérateur 15 mn environ avant de le faire cuire.

## LE FROMAGE

Le fromage, produit du lait caillé, est riche en calcium : c'est un aliment presque complet et très digeste.

Il y a plusieurs sortes de fromages :

1° Les fromages frais, les fromages non fermentés : fromage blanc, petit suisse, yaourt, etc.

2° Les fromages à pâte cuite : gruyère, mimolette, cantal, etc.

3° Les fromages fermentés à pâte fleurie : camembert, brie, coulommiers.

4° Les fromages persillés : roquefort, bleu, etc.

Pour l'instant, vous donnerez au bébé 30 à 40 g de fromage à pâte cuite, c'est-à-dire principalement du gruyère mélangé à la purée de légumes.

## LES PURÉES

Vous préparerez la purée de légumes pour les repas du midi et du soir. Une fois préparée, vous la partagerez en deux et vous ajouterez la viande dans la purée pour le déjeuner, le reste sera conservé dans un biberon pour le repas du soir, et tenu au réfrigérateur.



• Thermomix : 16 mn

- 250 g de légumes verts épluchés, soit carottes, poireaux, céleri, salade, persil
- 100 g de pommes de terre
- 3 gobelets d'eau
- 1 noisette de beurre

## RECETTE TYPE DE PURÉE DE LÉGUMES DEUX REPAS

- Epluchez et lavez les légumes ; introduisez-les dans le bol ; mixez 5 à 10 secondes à vitesse 1 puis versez-les dans le panier.
- Introduisez l'eau et le panier dans le bol ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, videz le contenu du panier dans le bol ; mixez 20 secondes à vitesse 8. Vous obtenez avec cette recette environ 450 g de purée de légumes. Vous ajouterez une noisette de beurre pour chaque repas.

**NOTE :** cette recette est une base qui peut être réalisée dans toutes les recettes de légumes. Elle a l'avantage d'être préparée pour deux repas. Cette recette permet aux mamans de choisir la quantité de légumes verts par rapport aux féculents selon le régime de bébé. Vous pouvez donc varier la quantité de pommes de terre, soit l'augmenter, soit la diminuer.

• Thermomix : 16 mn

Pour deux repas

- 250 g de carottes et céleri-rave  
vous commencerez à mettre beaucoup plus de carottes que de céleri (le céleri est un goût nouveau pour le bébé, vous lui en donnerez d'abord une petite quantité que vous pourrez augmenter par la suite)
- 100 g de pommes de terre
- 3 gobelets d'eau
- 1 noisette de beurre

## PURÉE DE CAROTTES-CÉLERI

accompagnement, bœuf ou mouton)

- Procédez comme pour la recette ci-dessus.

**VARIANTE :**

Pour le potage du soir, vous pouvez ajouter 1 brin de persil, de cerfeuil, de ciboulette ou d'estragon.

• Thermomix : 7 mn

Pour un repas

- 2 gobelets d'eau (soit 200 g d'eau)
- 1 cuillerée à soupe légèrement bombée de crème de riz
- quelques feuilles de cresson
- 1 ou 2 feuilles vertes de laitue
- 1 branche de persil
- 1 noisette de beurre

## POTAGE VERDURETTE

- Nettoyez soigneusement la verdure ; introduisez-la dans le bol avec la crème de riz et l'eau ; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.
- Lorsque la minuterie s'arrête, ajoutez le beurre.

**VARIANTE :**

La verdure peut varier selon ce que vous possédez ou selon les saisons ; vous pouvez y ajouter 1 ou 2 branches de cerfeuil frais, un petit morceau d'estragon ou quelques tiges de ciboulette.

**CONSEILS :** le cresson que vous employez doit toujours être lié par une bande portant la mention "cressonnière contrôlée". Du cresson provenant d'une cressonnière non surveillée peut transmettre la douve du foie.

• Thermomix : 15 mn

Pour un repas :

- 1 artichaut cuit (l'artichaut cuit doit être consommé dans les heures qui suivent sa cuisson. Vous donnerez donc le fond d'artichaut au bébé le jour où vous ferez cuire des artichauts pour toute la famille, ce qui simplifiera votre travail)
- 100 g de carottes
- 2 gobelets d'eau
- 1 noisette de beurre

## PURÉE D'ARTICHAUT - CAROTTES

- Pelez les carottes, lavez-les et introduisez-les dans le bol avec 2 gobelets d'eau ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- Pendant ce temps détachez les feuilles de l'artichaut, grattez-les à l'aide d'une petite cuillère, défaites le fond, retirez le foin.
- A l'arrêt de la minuterie, ajoutez toute la chair d'artichaut à la purée de carottes, ajoutez le beurre ; mixez 10 secondes à vitesse 4. Cette purée peut être agrémentée de poisson, de viande, cuits, d'un jaune d'œuf ou de gruyère râpé.



• Thermomix : 17 mn

Pour un repas

- 40 g de colin
- 150 g de pommes de terre
- 3 gobelets d'eau
- 2 mesures de lait
- 1 noisette de beurre

## PURÉE DE COLIN

- Epluchez et lavez les pommes de terre, coupez-les en rondelles fines ; mettez-les dans le panier.
- Introduisez l'eau et le panier dans le bol ; réglez 16 mn à 100, vitesse 1 ; après 8 mn ajoutez le poisson par l'orifice du couvercle.
- Lorsque la minuterie s'arrête, retirez le panier, versez le liquide de cuisson dans un bol ; mesurez 1 gobelet d'eau de cuisson, versez-le dans le bol du Thermomix, ajoutez le poisson, les pommes de terre, le lait en poudre, le beurre. Faites tourner 20 secondes à vitesse 8. Versez dans une assiette.

### VARIANTE :

Vous pouvez ajouter un filet de citron dans cette purée, ou 10 g de gruyère râpé, ou 1 brin de persil cru que vous mixerez au dernier moment. Si la purée vous paraît un peu épaisse, il est toujours possible d'ajouter un peu plus d'eau de cuisson.

• Thermomix : 16 mn

Pour un repas

- 40 g de filet de merlan
- 100 g de chou-fleur cuit  
*(vous préparerez cette purée le jour où vous ferez cuire du chou-fleur pour toute la famille)*
- 50 g de pommes de terre
- 1 gobelet d'eau
- 1 noisette de beurre
- 1 mesure de lait

## PURÉE DE MERLAN AU CHOU-FLEUR (à partir de 8 mois)

- Epluchez et lavez la pomme de terre, coupez-la en rondelles fines ; mettez-les dans le panier.
- Introduisez l'eau et le panier dans le bol ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1 ; après 5 mn ajoutez le poisson par l'orifice du couvercle.
- A l'arrêt de la minuterie, videz le contenu du panier dans le bol, ajoutez le chou-fleur cuit, le beurre et le lait ; mixez 30 secondes à vitesse 4.

## DESSERT

Le dessert est toujours pour le bébé un moment de joie. Il faut donc profiter de cet instant pour les varier.

Et si parfois, votre bébé refuse un aliment nouveau, sous couvert du sucré, vous arriverez à lui faire manger à peu près tous les fruits qui lui apportent ainsi : glucides, protéines et vitamines C.

• Thermomix : 3 mn

- 1 banane bien mûre et tigrée  
(environ 100 g) pelée et en morceaux
- 1 cuillerée à café de sucre
- 1 pincée de sucre vanillé
- 1 gobelet de lait

## PURÉE À LA BANANE

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; réglez 3 mn à 60, vitesse 1.

### VARIANTE :

**PURÉE DE BANANE À L'ORANGE :** vous remplacerez le lait et la vanille par 1 gobelet de jus d'orange.



## SUGGESTIONS DE MENUS

MATIN	Bouillie au lait aux céréales	Bouillie instantanée	Bouillie au lait	Bouillie au lait	Bouillie instantanée
10 HEURES	Jus de pamplemousse	Jus d'ananas	Jus de clémentine	Jus de citron au miel	Jus d'orange
MIDI	Purée de fenouil au poisson, pommes-poires râpées	Purée de riz à la pulpe de tomate, purée de fruits de saison	Purée de carottes, céleri, bœuf, compote de banane au citron	Purée de haricots verts, mouton, compote de pommes	Jambon pommes de terre, épinards, pommes-poires râpées
4 HEURES	Biberon de lait	Biberon de lait	Biberon de lait	Biberon de lait	Biberon de lait
SOIR	Potage fenouil laitue	Potage verdurette	Potage carottes céleri plus persil	Crème aux haricots verts	Potage aux légumes variés

## BÉBÉ ENTRE 9 ET 12 MOIS

Votre bébé peut maintenant manger tous les légumes, les fruits, les viandes et les poissons. Il faut donc que vous vous employiez tout spécialement à éduquer son goût ; pour cela, variez continuellement son alimentation afin qu'il apprenne à manger de tout.

Vous devez équilibrer son alimentation entre les légumes verts et les farineux ou féculents.

Vous donnerez à votre bébé des menus bicolores ou tricolores.

Exemple : dans une journée, vous ne devez donner qu'une seule fois des pommes de terre ou du riz ; mais au moins un ou deux légumes frais (carottes, haricots verts, épinards, tomates, fenouil, courgettes, etc.).

## CONSEILS POUR LE LAIT

Le lait arrive maintenant sur le marché sous de très nombreuses formes ; lisez donc très attentivement les étiquettes pour choisir en bonne connaissance celui qui vous convient ou que vous désirez acheter ; plusieurs sortes de laits vous sont offertes :

**1° LAIT CRU** lait entier, vendu directement dans une ferme ou dans le commerce en carton paraffiné portant la mention "lait cru", sans date sur le carton.

Consommation : à faire bouillir avec un anti-monte-lait pendant au moins 15 mn, puis tenir au frais ; à consommer dans les 24 heures.

**2° LAIT FRAIS PASTEURISÉ** conditionné en carton plastique ou verre ; date limite de vente inscrite en langage clair.

Consommation : à conserver au frais ; à faire bouillir 5 mn avec un anti-monte-lait s'il est destiné au bébé ; peut se conserver pendant 2 jours ; il existe le même lait en demi-écrémé, soit 15,45 g de matière grasse au lieu de 34 g pour le lait entier ; les mêmes indications sont valables pour le lait demi-écrémé que pour le précédent.

**3° LAIT STÉRILISÉ** conditionné en bouteilles plastifiées ou packs, stérilisé à 120 °C pendant 20 mn ; date limite de vente : 3 mois.

Conservation : se conserve à une température ambiante dans l'obscurité de préférence pendant 3 mois ; ébullition inutile pour la consommation ; à conserver pendant 24 heures au frais, une fois l'emballage ouvert. Le même existe en demi-écrémé.

**4° LAIT FERMENTÉ** (ou buttermilk) : lait écrémé fermenté ; stérilisé par ultra-haute température ; conditionné sous carton ; date visible, à conserver au frais.

Consommation : à utiliser tel quel, sucré ou aromatisé ; ou pour la confection de différents entremets légers.

**5° LAIT CONCENTRÉ** (sucré ou non, présenté en boîte ou en tube) : conservation à température ambiante puis, une fois ouvert, au frais pendant 2 jours maximum.

**6° LAIT EN POUDRE** (1<sup>er</sup> âge - 2<sup>e</sup> âge) : conditionné en boîte carton ; à conserver au sec à une température fraîche. Éviter la chaleur (date visible).

Consommation : doit être utilisé dans le mois qui suit la date ; une fois le paquet ouvert, doit être utilisé sous 8 à 10 jours.

• Thermomix : 3 mn

- 2 gobelets de lait
- 2 biscottes
- 1 pointe d'ail
- 1 branche de persil cru

## SOUPE AU LAIT

• Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 20 secondes à vitesse 3, puis réglez 3 mn à 50, vitesse 1.

### VARIANTE :

**SOUPE AU LAIT A LA TOMATE** : vous ajouterez à tous les ingrédients, la pulpe c'est-à-dire sans la peau ni les pépins, d'une belle tomate bien mûre, puis vous procéderez de même pour la recette.

## CRÈME D'ARTICHAUTS

Vous ajouterez le fond d'un artichaut cuit, juste avant de préparer la soupe. Ce potage sera légèrement plus épais que la recette de soupe au lait simple.



## SOUPE AU LAIT AUX HERBES

Remplacez l'ail par quelques feuilles de cresson, une branche de persil, quelques feuilles vertes de laitue, une branche d'estragon ou quelques feuilles de cerfeuil.

• Thermomix : 15 mn

- 80 g de carottes crues
- 1 gobelet 1/2 de lait
- 1 cuillerée à soupe de maizéna

## CRÈME DE CAROTTES

• Epluchez, lavez la carotte, coupez-la en tronçons ; introduisez tous les ingrédients dans le bol ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.

**VARIANTE :**

**CRÈME DE CAROTTES AU CERFEUIL :** à la fin de la recette, vous ajoutez le cerfeuil, mixez quelques secondes à vitesse 1.

• Thermomix : 16 mn

- 40 g d'escalope de dinde
- 100 g de carottes crues
- 60 g de pommes de terre crues
- 2 gobelets de lait
- 1 noisette de beurre
- facultatif : 2 feuilles d'estragon

## DINDE AUX CAROTTES

• Epluchez et lavez les carottes et la pomme de terre ; introduisez-les dans le bol ; mixez 5 secondes à vitesse 1 puis versez-les dans le panier.

• Introduisez le lait et le panier dans le bol ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1 ; après 5 mn introduisez la viande par l'orifice du couvercle.

• A l'arrêt de la minuterie, videz le contenu du panier dans le bol, ajoutez le beurre et éventuellement l'estragon ; mixez 20 secondes à vitesse 8.

• Thermomix : 17 mn

- 150 g de petites courgettes
- 80 g de pommes de terre
- 3 gobelets d'eau
- 1 branche de persil
- 1 gobelet de lait
- 1 noisette de beurre
- 20 g de gruyère
- 1 jaune d'œuf

## PURÉE DE COURGETTES

• Coupez l'extrémité des courgettes, épluchez la pomme de terre, lavez les légumes et coupez-les en rondelles fines ; mettez-les dans le panier.

• Introduisez l'eau et le panier dans le bol ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.

• A l'arrêt de la minuterie, jetez l'eau de cuisson des légumes ; introduisez dans le bol le contenu du panier ainsi que les autres ingrédients ; réglez 2 minutes à 100, vitesse 1.

**CONSEIL :** choisissez de petites courgettes, afin qu'elles n'aient pas de pépins à l'intérieur.

• Thermomix : 15 mn

- une demi-cervelle de mouton très fraîche
- 120 g de pommes de terre
- 2 gobelets d'eau
- 1 gobelet de lait
- 1 cuillerée à café de jus de citron
- 1 petite branche de persil cru
- 1 noisette de beurre

## PURÉE DE POMMES DE TERRE À LA CERVELLE

• Nettoyez la cervelle sous l'eau froide afin d'éliminer la peau et les vaisseaux sanguins ; épluchez les pommes de terre, lavez-les, coupez-les en rondelles fines ; déposez-les dans le panier ; posez la cervelle par dessus.

• Introduisez l'eau et le panier dans le bol ; réglez 15 mn à 100, vitesse 1.

• Lorsque la minuterie s'arrête, retirez l'eau de cuisson ; versez les pommes de terre, la cervelle dans le bol, ajoutez le lait, la noisette de beurre, le petit brin de persil. Faites tourner quelques secondes à vitesse 1. Versez dans l'assiette, arrosez avec le jus de citron.

**NOTE :** vous pouvez utiliser l'eau de cuisson des pommes de terre et de la cervelle et ajouter deux mesures ou trois de lait en poudre. La quantité d'eau de cuisson peut varier selon la consistance que vous désirez obtenir pour la purée.

- Thermomix : 6 mn

- 40 g de viande de mouton bien maigre
- 1/2 gobelet d'eau
- 1 artichaut que vous venez de faire cuire
- 1/2 gobelet de lait
- 1 noisette de beurre

## MOUTON À L'ARTICHAUT

- Faites tourner le Thermomix à vitesse 8 ; jetez les morceaux de mouton sur les couteaux ; arrêtez l'appareil 3 secondes après. Ajoutez l'eau. Réglez 6 mn à 100, vitesse 1.
- Pendant ce temps effeuillez l'artichaut, grattez les feuilles à l'aide d'une petite cuillère, retirez le foin, coupez le fond en morceaux. Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez la chair d'artichaut, le lait, la noisette de beurre ; faites tourner 10 secondes à vitesse 4.

## LE GOÛTER

Votre bébé ne veut peut-être plus du biberon de 4 heures ; mais il doit toujours boire 1/2 litre de lait dans sa journée. Essayez d'agrémenter le biberon de parfums différents (voir recettes suivantes).

C'est peut-être aussi le moment de remplacer le lait par un goûter à la cuillère à base de fromage blanc ou de yaourt.

Quelques propositions de recettes de goûters variés à base de fruits :

- Thermomix : 3 mn
- 1 banane moyenne bien mûre
- 1 gobelet 1/2 de lait
- 1 morceau de sucre
- 1 pointe de vanille

## LAIT À LA BANANE

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; réglez 3 mn à 60, vitesse 1.

- Thermomix : 20 secondes ou 3 mn

## LAIT AU CAMEL

- 1 gobelet 1/2 de lait
- 1 cuillerée à soupe de caramel liquide

- Versez le lait et le caramel dans le bol ; mixez à vitesse 1, pendant 20 secondes. Si vous le voulez froid, vous le servez tel que ; pour l'obtenir chaud, réglez 3 minutes à 50, vitesse 1. Vous obtenez une boisson liquide.

- Thermomix : 20 à 30 secondes ou 3 mn

## LAIT ROSE

- 1 gobelet 1/2 de lait
- 1 cuillerée à soupe de gelée de framboises

- Versez le lait et la gelée dans le bol ; mixez 20 à 30 secondes à vitesse 12. Pour le donner froid, versez-le tel que ; si vous le voulez chaud, réglez 3 mn à 50, à vitesse 1.

### VARIANTE:

Vous pouvez remplacer la gelée de framboises par de la gelée de groseilles, de cassis, de myrtilles, par de la confiture d'abricots, de fraises, etc.

- Thermomix : 20 secondes
- 3 cuillerées à soupe de corn flakes (vous en avez des variétés très différentes, plus ou moins sucrées, vous devrez donc en tenir compte pour l'apport de sucre ou de confiture complémentaire)
- 1 yaourt nature
- 2 cuillerées à café de confiture

## CORN FLAKES AU YAOURT

- Versez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 10 secondes en vitesse 1 ; rassemblez tous les ingrédients dans le fond du bol à l'aide de la spatule ; mixez 10 secondes à vitesse 12.





• Thermomix : 23 secondes

- 3 cuillerées à soupe de corn flakes
- 2 cuillerées à soupe de compote de pommes sucrée
- 1/2 yaourt

• Thermomix : 20 secondes +  
5 mn pour le sirop + cuisson au four 25 mn

Pour un gâteau pour 6 personnes :

Pour le gâteau :

- 1 yaourt nature (une fois vidé de son contenu : le contenant servira de mesure)
- 2 pots de sucre
- 3 pots de farine
- les 3/4 du pot d'huile ou de beurre fondu
- 2 œufs
- 1 orange
- 1 cuillerée à soupe de crème fraîche
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 1/2 paquet de levure

Pour le sirop :

- 2 oranges, 1 citron
- 1/2 gobelet d'eau
- 80 g de sucre

• Thermomix : 4 mn

- 1 bel abricot
- 1 cuillerée à café de sucre
- 1 cuillerée à soupe d'eau
- 1 yaourt

• Thermomix : 10 secondes

- 50 g de fraises bien mûres
- 1 cuillerée à soupe de sucre
- 1 gobelet de fromage blanc
- 1/2 gobelet de lait

## CORN FLAKES AUX POMMES

### pour utiliser un petit reste de compote sucrée

- Versez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 5 secondes à vitesse 1 ; rassemblez tous les ingrédients dans le fond du bol à l'aide de la spatule ; mixez 20 secondes à vitesse 12.

### VARIANTE :

Vous pouvez remplacer la compote de pommes par une autre compote de fruits, soit abricots, poires, pêches, etc.

## 1<sup>er</sup> GÂTEAU D'ANNIVERSAIRE - GÂTEAU À L'ORANGE

Préparez le gâteau : lavez l'orange, râpez le zeste ; introduisez-le dans le bol avec tous les autres ingrédients du gâteau ; mixez 20 secondes à vitesse 7. Beurrez un moule à manqué d'environ 25 centimètres ; versez la pâte ; laissez-la reposer pendant 1 heure à température ambiante. Puis allumez le four à température moyenne (thermostat 5/6, 180°) ; faites cuire le gâteau pendant 25 minutes. Pendant que le gâteau cuit, préparez le sirop d'orange : pressez le jus des deux oranges et du citron ; mettez-le dans le bol avec le sucre et l'eau ; réglez 5 minutes à 100, vitesse 1. Sortez le gâteau du four ; démoulez-le sur un plat, arrosez-le aussitôt avec le sirop d'orange ; laissez-le refroidir.

**NOTE :** ce gâteau peut se faire la veille ; vous pouvez également le décorer avec des fruits confits.

## YAOURT À L'ABRICOT

- Introduisez l'abricot lavé et dénoyauté, le sucre et l'eau dans le bol ; réglez 3 mn à 100 vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie mixez 20 secondes à vitesse 12 puis laissez refroidir la préparation.
- Ajoutez le yaourt et mixez 10 secondes à vitesse 3.

## FROMAGE BLANC AUX FRAISES

- Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 10 secondes à vitesse 12.
- Vous pouvez remplacer le fromage blanc par du yaourt.

### VARIANTE :

Vous pouvez remplacer les fraises par des morceaux d'ananas.



## SUGGESTIONS DE MENUS

MATIN	Bouillie	Bouillie aux céréales	Bouillie	Bouillie instantanée	Bouillie
10 HEURES	Jus de fruit	Jus de fruit	Jus de fruit	Jus de fruit	Jus de fruit
MIDI	Purée de pommes de terre à la cervelle, purée d'ananas	Purée de merlan au chou-fleur, purée de banane crue	Foie de veau poché à l'artichaut, pommes banane à l'orange	Purée de courgettes (œufs), petit pot à la vanille	Dinde aux carottes, purée de fruits variés
4 HEURES	Lait au caramel, gâteau sec	Corn Flakes au yaourt	Corn Flakes aux pommes	Lait rose	Goûter à la banane
SOIR	Crème aux herbes, yaourt à l'ananas	Potage verdurette, compote de pêches ou autres fruits cuits	Soupe au lait, compote de fruits rouges	Potage légumes variés, yaourt aux framboises	Crème de carottes, yaourt au citron

# TABLE DES MATIÈRES

• Recettes de chef

## A

Pages

Abricots, compote d'	128
Abricots, confiture d'	130
Abricots, milk-shake à l'	158
Abricots secs, compote d'	128
Acras de morue	82
Aiguillettes de dinde	91
Aïoli	16
Alcool, glaçage à l'	130
Amandes hachées	12
Amandes, crème aux	120
Amandine, tarte aux poires	142
Ananas congelé, glace à	152
Ananas, gâteau à l'	140
Ananas, parfait à l'	152
Anchois, beurre d'	32
Anchois, œufs farcis aux	70
Anchois, sauce aux	18
Anguilles au vert	82
Antillaise, crabe à l'	75
Arlésienne, sauce	20
• Artichauts, crème d', de Michel Kerever	101
Artichauts, crème d'	46
• Artichauts, fonds à la crème d', de Gérard Vié	67
• Artichauts, velouté glacé au homard, d'Edouard Carlier	43
Aspics de foies de volailles	90
Aubergines, caviar d'	112
Aubergines, galettes d'	112
Aurore, sauce	25
• Avocat, terrine d', de Roland Magne	85

## B

Baba rapide	140
Banane, glace à la	152
Banane, milk-shake à la	158
Banane, punch à la	162
• Basilic, sauce tomate au, de Jean-Pierre Morot-Gaudry	156
Batarde, sauce	22
• Bavarois aux fraises, de Bernard Cousseau et Fils	115
• Bavarois aux fraises des bois, d'Edouard Carlier	44
Bavarois de crabe frais à l'oseille	78
Bavaroise au café	165
Bavaroise au chocolat	165
Bavaroise au thé	165
Bavarois rubanné aux fruits rouges	132
Béarnaise, sauce	20
Béchamel, sauce	22
Beignets de langoustines au curry	76
Beignets de morue	80
Beignets, pâte à	33
Beignets (restes)	180
Bettes, pain au coulis de tomate	103
Beurre	28
Beurre au bleu	30
Beurre blanc	18
Beurre, crème au, à la liqueur	121
Beurre, crème au, à la vanille	121
Beurre, crème au, à l'orange ou citron	121
Beurre, crème au café	121
Beurre, crème au moka	121

## C

Café, bavaroise au	165
Café, crème anglaise au	120
Café, crème au beurre au	121
Café, crème glacée au	149
Café, crème glacée instantanée au	150
Café liégeois	158
Café moulu	13
Cailles aux pruneaux	94
Caillettes	96
Cake	138
Cake frou frou	136
Cake surprise	62
Calmars farcis	74
Campagnard, pâté	88
Canapés à base de fromages	170
Canapés à base de légumes	170
Canapés à base de poisson	170
Canapés à base de viande	169
Canard à l'orange, pâté de	88
Caramel, crème anglaise au	120
Caramel, semoule aux pommes et au	122
Carotte, flans de chou-fleur au coulis de	102
Carottes, flan de	108
Carottes, purée de	110
Carottes rapées	108
Cassis, sorbet au	153
Caviar d'aubergines	112
Céleri-rave, purée de	110
Céleri remoulade	108
• Cerfeuil, soupe d'écrevisses au, de Paul, Marc et Jean-Pierre Haeblerlin	27

Beurre d'anchois	32
Beurre d'écrevisse	28
Beurre de homard	28
Beurre de noisettes ou de noix	32
Beurre d'escargots	30
Beurre d'estragon	30
Beurre maître d'hôtel	30
Beurre marchand de vin	32
Beurre rouge	34
Beurre Suzette	32
Biscuit roulé au chocolat	140
Bisque de crevettes	52
• Bisque d'écrevisses, de Jean-Pierre Morot-Gaudry	155
Blanche, sauce	22
Blancs d'œufs en neige	13
• Blanquette, sauce pour, de Jean-Pierre Morot-Gaudry	156
Bleu, beurre au	30
Blue curaco	160
Bocardi cocktail	160
Boironaise, sauce	25
Bordelaise, sauce	22
Boulettes de viande sauce italienne	98
Boulettes orientales	94
Boulettes, croquettes et galettes (restes)	178
• Brandade de haddock, de Bernard Fournier	55
Brandade de morue	80
Brioche au thon	64
Brioche, œufs en	69
Brioche, saucisson en	62
Brioche Thermomix	136
Brisée, pâte	36
Brouillade au fromage	73
Brouillade aux truffes	73
Brouillés, œufs	73
Brugnons, confiture de	130
Bûche glacée bayadère	149
Bugnes lyonnaises	116



Cerises, compote de .....	128
Cerises, confiture de .....	130
• Champagne, hûtres au, de William Druet et Michel Roque .....	113
• Champagne, sabayon au, de Paul, Marc et Jean-Pierre Haeblerlin .....	27
• Champagne, sabayon au, de Roland Magne .....	85
Champignons, crème de .....	46
Champignon farcis .....	106
Champignons secs .....	13
Champignons, tarte aux .....	103
Chapelure .....	12
Charlotte à la chambourcienne .....	132
Chocolat à l'italienne .....	165
Chocolat à tartiner .....	122
Chocolat, bavaoise au .....	165
Chocolat, biscuit roulé au .....	140
Chocolat brésilien .....	165
Chocolat chaud .....	165
Chocolat, crème anglaise au .....	120
Chocolat, crème glacée au .....	150
Chocolat, crème glacée instantanée au .....	150
Chocolat, diplomate aux marrons et au .....	126
Chocolat, gâteau au .....	138
Chocolat, marquise au .....	124
Chocolat, mayonnaise au .....	124
Chocolat, mousse au .....	122
Chocolat, pains au .....	138
• Chocolat, petits soufflés glacés au, de Jacques Le Divillec .....	102
Chocolat, truffes au .....	124
Choron, sauce .....	20
Chou-fleur, au coulis de carotte, flans de .....	102
Chou-fleurs, purée de .....	110
Choux à la crème .....	144
Choux aux marrons, purée de .....	112
Choux farcis au ris de veau .....	64
Choux, pâte à .....	33
Citron, crème au beurre au .....	121
Citron, crème garniture au .....	121
Citron fruité .....	157
Citron, glaçage au .....	130
Citron, mousse au .....	126
Citron, tarte meringuée au .....	142
Citron vert, sorbet au .....	153
Clafoutis .....	126
Cocktail Bocardi .....	160
Cocktail de crevettes .....	74
Cocktail de fruits d'été .....	157
Cocktail de légumes printaniers .....	157
Cocktail des neiges .....	163
Cocktail Odil's .....	160
Cocktail Thermomix .....	158
Coco, pulpe de .....	10
Coco, punch .....	162
Coco, rochers au .....	144
Cointreau fizz .....	163
Compote d'abricots .....	128
Compote d'abricots secs .....	128
Compote de cerises .....	128
Compote de pêches .....	128
Compote de pommes .....	128
Compote de prunes .....	128
Compote de rhubarbe .....	128
Confiture d'abricots .....	130
Confiture de brugnons .....	130
Confiture de pêches .....	130
Confiture de poires .....	130
Confiture de prunes .....	130
Coquilles Saint-Jacques, mousse de .....	76
Coulis de carotte, flans de chou-fleur .....	102
Coulis de fruits rouges .....	130
Coulis de tomate, mousse de jambon au .....	91

Coulis de tomate, pain de bettes .....	103
• Courgettes aux moules, flan de, d'Edouard Carlier .....	44
Courgettes, soufflé de .....	108
Crabe à l'antillaise .....	75
Crabe aux herbes .....	75
Crabe frais à l'oseille, bevarois de .....	78
Crème arlequin .....	118
Crème au beurre au café .....	121
Crème au beurre au moka .....	121
Crème au beurre à la liqueur .....	121
Crème au beurre à l'orange ou au citron .....	121
Crème au beurre à la vanille .....	121
Crème aux amandes .....	120
Crème anglaise au café .....	120
Crème anglaise au caramel .....	120
Crème anglaise au chocolat .....	120
Crème anglaise à la liqueur ou eau de vie .....	120
Crème anglaise à la vanille .....	120
Crème choklad .....	124
Crème cuite rapide .....	118
Crème d'artichauts .....	46
• Crème d'artichauts, de Michel Kerever .....	101
Crème de champignons .....	46
Crème de fromage .....	64
Crème de fromage-champignons .....	64
Crème de jambon .....	64
• Crème de laitue, de Bernard Fournier .....	55
Crème de mariscos .....	52
• Crème de mousserons, de Jean-Pierre Morot-Gaudry .....	155
• Crème d'hûtres « Au pied levé », de Jean et Pierre Troisgros .....	174
Crème d'oseille, turban à la .....	60
Crème, éclairs et choux à la .....	144
Crème fouettée Thermomix .....	121
Crème garniture au citron .....	121
Crème glacée au café .....	149
Crème glacée au chocolat .....	150
Crème glacée à la pistache .....	150
Crème glacée à la vanille .....	150
Crème glacée instantanée à la liqueur .....	150
Crème glacée instantanée à la vanille .....	150
Crème glacée instantanée au café .....	150
Crème glacée instantanée au chocolat .....	150
Crème glacée pralinée .....	150
Crème noisettes .....	121
Crème pâtissière .....	120
Crème renversée .....	118
Crème sauce .....	22
Crêpes flambées .....	128
Crêpes, pâte à .....	38
Crêpes (restes) .....	178
Cresson, mousse de coquilles Saint-Jacques, sauce .....	76
Cressonnade à la nage .....	50
Crevettes, bisque de .....	52
Crevettes, cocktail de .....	74
Crevettes, sauce Thermomix .....	25
Croquettes, boulettes et galettes (restes) .....	178
Curry, beignets de langoustines au .....	76
Curry, moules au .....	75
Curry, sauce .....	24

## D

Dauphines, pommes .....	112
Déllice de foies aux Riesling .....	90
Dieppoise, sauce .....	22
Dinde, aiguillettes de .....	91
Dinde, farce pour .....	40
Diplomate aux marrons et au chocolat .....	126



Dry rhum .....	160
Dubarry économique, velouté .....	48
Duxelles .....	20

## E

Eau de vie, crème anglaise à l' .....	120
Eclairs et choux à la crème .....	144
Ecrevisses, beurre d' .....	28
• Ecrevisses au cerfeuil, soupe d', de Paul, Marc et Jean-Pierre Haerberlin .....	27
• Ecrevisses, bisque d', de Jean-Pierre Morot-Gaudry .....	155
Empenadas chiliens .....	98
Epinards, flan aux .....	104
Epinards, œufs en gâteau aux .....	72
Epinards, tartelettes d' .....	104
Escargots, beurre d' .....	30
Estragon, beurre d' .....	30

## F

Faisan, salmis de .....	96
Far aux pruneaux .....	122
Far aux raisins .....	132
Farce pour dinde ou oie .....	40
Farce pour gibiers .....	40
Farce pour légumes .....	39
Farce pour poisson .....	40
Farce pour viandes de boucherie .....	40
Fenouil, salade de .....	108
Feuilleté au jambon .....	58
Feuilleté, pâte .....	38
Filets de soles à l'orange .....	78
Fines herbes, omelette moelleuse aux .....	70
Flambées, crêpes .....	128
Flan .....	126
Flan aux épinards .....	104
Flan de carottes .....	108
• Flan de courgettes aux moules, d'Edouard Carlier .....	44
Flans de chou-fleur au coulis de carotte .....	102
• Foie gras aux huîtres, soupe de, de Gérard Vié .....	67
Foies au Riesling, délice de .....	90
Foies de volailles, les aspics de .....	90
Foie, pâte de .....	90
• Fonds d'artichauts à la crème d'artichauts, de Gérard Vié .....	67
Fondue de tomates .....	24
Fraises, bavares aux .....	115
Fraises congelées, glace aux .....	152
• Fraises des bois, bavares aux, d'Edouard Carlier .....	44
Fraises des bois, glace aux .....	152
Fraises des bois, milk shake aux .....	158
Fraises, glace aux .....	152
Fraises, milk shake aux .....	158
Frangipane .....	120
• Framboise granité, sorbet aux, de Gérard Vié .....	68
Framboises, milk shake aux .....	158
Framboises, mousse de .....	122
Friands (restes) .....	175
Fromage, brouillade au .....	69
Fromage-champignons, crème de .....	64
Fromage, crème de .....	64
Fromage, raper du .....	8
Fromage, soufflé au .....	56
Fromage, soufflé rapide au .....	56
Fromage, tartelettes au .....	62
Fruité, citron .....	157
Fruits de la passion, sorbet aux .....	153
Fruits d'été, cocktail de .....	157
Fruits rouges, bavares rubanné aux .....	132
Fruits rouges, coulis de .....	130

• Fruits rouges, soupe de, de Gérard Vié .....	68
--	----

## G

Galette des rois .....	144
Galettes, boulettes, croquettes (restes) .....	178
Galettes d'aubergines .....	112
Galettes de pommes de terre .....	104
Galettes de sarrasin, pâte à .....	34
Garniture, crème au citron .....	121
Gâteau à l'ananas .....	140
Gâteau au chocolat .....	138
Gâteau au yaourt .....	136
Gâteau aux pommes .....	144
Gâteau de Savoie .....	134
Gâteau marbré .....	138
Gazpacho .....	48
Gibier, farce pour .....	40
Glaçage à l'alcool .....	130
Glaçage au citron .....	130
Glaçage au rose .....	130
Glaçage à la vanille .....	130
Glace à la banane .....	152
Glace à l'ananas congelé .....	152
Glace aux fraises congelées .....	152
Glace aux fraises des bois .....	152
Glace au melon .....	152
Glace aux marrons .....	152
Glace pilée .....	12
Gnocchi à la romaine .....	103
Gratin de poisson .....	82
Gratin raviolé .....	102
Gratins (restes) .....	180
Grog .....	165
Guignolet maison .....	163

## H

Haddock, brandade de .....	55
Hamburgers aux oignons .....	94
Herbes, crabe aux .....	74
Hollandaise, sauce .....	24
Homard, beurre de .....	28
• Homard, velouté glacé d'artichauts, d'Edouard Carlier .....	43
• Huîtres au Champagne, de William Druet et Michel Roque .....	15
• Huîtres, crème d', « Au pied levé », de Jean et Pierre Troigros .....	174
• Huîtres, soupe de foie gras aux, de Gérard Vié .....	67

## I

Iles, liqueur des .....	164
-------------------------	-----

## J

Jambon au coulis de tomate, mousse de .....	91
Jambon, crème de .....	64
Jambon, feuilleté au .....	58
Jambon, terrinettes de .....	86
Julienne, légumes en .....	12
Julienne, potage .....	48
Jus de tomates .....	157

## K

Kougelhof .....	134
-----------------	-----



## L

Lait du dragon	158
• Laitue, crème de, de Bernard Fournier	55
Langoustines au curry, beignets de	76
Lapin, terrine de	86
Lasagnes	92
Légumes en Julienne	12
Légumes et œufs farcis	180
Légumes secs	12
Légumes, farce pour	39
Légumes, potage de	48
Liqueur, crème anglaise à la	120
Liqueur, crème au beurre à la	121
Liqueur, crème glacée instantanée à la	140
Liqueur de mûres	164
Liqueur de noisettes	164
Liqueur de prunelles	164
Liqueur des îles	164
• Loup, suprême aux blancs de poireaux, de William Druet et Michel Roque	15

## M

Madeleines	134
Madère, sauce	20
Maître d'hôtel, beurre	30
• Mandarine, sabayon à la, de Bernard Fournier	55
Mandarine, sorbet à la	153
Marbré, gâteau	138
Marchand de vin, beurre	32
Mariscos, crème de	52
Marquise au chocolat	124
Marrons et chocolat, diplomate aux	126
Marrons, glace aux	152
Marrons, purée de chou aux	112
Martini, dry	160
Matelotte, œufs pochés en	72
Mayonnaise, sauce	16
Mayonnaise au chocolat	124
Melon congelé, sorbet au	152
• Menthe, pêches rafraîchies à la, Alain Dutournier	148
Menthe, sorbet à la	153
Merveilles	116
Milk shake à la banane	158
Milk shake à l'abricot	158
Milk shake aux fraises	158
Milk shake aux fraises des bois	158
Milk shake aux framboises	158
Minestone	46
Moka, crème au beurre au	123
Mornay, sauce	22
Morue, acras de	82
Morue, beignets de	80
Morue bédictine	80
Morue, brandade de	80
Moules au curry	75
• Moules, flan de courgettes aux, d'Edouard Carlier	44
• Moules, soupe de, de Michel Kerever	133
• Moules, soupe glacée aux, d'Alain Dutournier	147
Moussaka	91
Mousse au chocolat	122
Mousse au citron	126
Mousse de coquilles Saint-Jacques sauce cresson	76
Mousse de framboises	122
Mousse de jambon au coulis de tomate	91
Mousse de poulet au poivre vert	60
• Mousseline de pois frais, de Michel Kerever	101
• Mousselines de saumon, de Bernard Cousseau et Fils	115

• Mousserons, crème de, de Jean-Pierre Morot-Gaudry	155
Moutarde, sauce	22
Moutarde, œufs mollets à la	72
Mûres, liqueur de	164

## N

Navets, purée de	110
Noisetine Jacques	133
Noisette, beurre de	32
Noisettes, crème	121
Noisettes hachées	12
Noisettes, liqueur de	164
Noix, beurre de	32
Noix hachées	12
Nouilles, pâte à	34

## O

Œufs à la normande	69
Œufs à la tripe	72
Œufs blancs en neige	13
Œufs, broullade au fromage	69
Œufs, broullade aux truffes	69
Œufs brouillés	73
• Œufs brouillés, tartines aux, d'Alain Dutournier	148
Œufs durs à la sauce rémoulade	73
Œufs en brioches	69
Œufs en gâteau aux épinards	72
Œufs farcis aux anchois	70
Œufs farcis, légumes (restes)	180
Œufs mollets à la moutarde	72
Œufs pochés en matelotte	72
Odil's cocktail	160
Oie, farce pour	40
Oignons farcis	106
Oignons, hamburger aux	94
Oignons, soupe d'	50
Omelette au fromage	70
Omelette moelleuse aux fines herbes	70
Orange, crème au beurre à l'	121
Orange, filets de sole à l'	78
Orange, pâte de canard à l'	78
Orange, tarte à l'	142
Orange, pâte de canard en croûte	78
Orange, vodka	160
Orientales, boulettes	94
Oseille, bavarois de crabe frais à l'	78
Oseille, soupe d'	50
Oseille, turban à la crème d'	60

## P

Pain, pâte à	36
Pains au chocolat	138
Pain de bettes au coulis de tomate	103
Paloise, sauce	20
Parfait à l'ananas	152
Pâte à beignets	33
Pâte à choux	33
Pâte à crêpes	38
Pâte à galettes de sarrasin	34
Pâte à nouilles	34
Pâte à pain	36
Pâte à pizza rapide	34
Pâte brisée	36
Pâté campagnard	88
Pâté de canard à l'orange	88
Pâté de canard à l'orange en croûte	88
Pâté de foie	90



Pâte feuilletée	38
Pâte sablée	34
Pâtissière, crème	120
Paupiettes de soles	78
Paupiettes de veau	92
Pêches, compote de	128
Pêches, confiture de	130
Pêches rafraîchies à la menthe, d'Alain Dutournier	148
Pêches, sorbet aux	153
Peppermint glacé	160
Persil haché	10
Persil haché à conserver	10
• Petites mousselines de saumon, de Bernard Cousseau et Fils	115
Petits pots façon rillettes (restes)	176
Pets de nonne	116
Piquante, sauce	22
Pistache, crème glacée à la	150
Pizza calabraise	58
Pizza de Palerme	58
Pizza napolitaine	58
Pizza, pâte à	34
Poireaux, pommes de terre, potage aux	46
Poireaux, tarte aux	106
Poires, confiture de	130
Poires, tarte amandine aux	142
• Pois frais, mousseline de, de Michel Kerever	101
Poisson, farce pour	40
Poisson, gratin de	82
Poisson, sauce	22
Poissons, soupe de	52
Poisson, terrine de	80
Poivre vert, mousse de poulet au	60
Pommes, compote de	128
Pommes dauphines	112
Pommes de terre, galettes de	104
Pommes de terre, potage aux poireaux et aux	46
Pommes de terre, purée de	110
Pommes et caramel, semoule aux	122
Pommes, gâteau aux	144
Porto flip	163
Potage à la cru	45
• Potage à la tomate pour « gens pressés », de Jean et Pierre Troisgros	173
Potage de légumes	48
Potage Julienne	48
Potage poireaux - pommes de terre	46
Potages (restes)	175
Potiron, soupe de	50
Poulet, mousse au poivre vert	60
Poulette, sauce	25
Pralinée, crème glacée	150
Pruneaux, câlées aux	94
Pruneaux, far au	122
Prunelles, liqueur de	164
Prunes, compote de	128
Prunes, confiture de	130
Pulpe de coco	10
Punch à la banane	162
Punch coco	162
Punch des îles	162
Punch planteur	160
Purée de carottes	110
Purée de céleri-rave	110
Purée de chou aux marrons	112
Purée de chou-fleur	110
Purée de navets	110
Purée de pommes de terre	110
Purée de pommes de terre à la laitue	185

## Q

Quatre-quarts	136
---------------	-----

Quiche lorraine	60
Quiche sans pâte	62

## R

Raisins, far aux	132
Râper du fromage	8
Rémoulade, oeufs durs à la sauce	73
Restes	175
Réveil matin	158
Riesling, le délice de foies au	90
Rhubarbe, compote de	128
Rhum Dry	160
Rillettes, petits pots façon	176
Ris de veau, choux farcis au	64
Rissoles (restes)	176
Rochers au coco	144
Rois, galette des	144
Romaine, gnocchi à la	103
Roquefort, tourte au	58
Rose, glaçage au	130
Roulé au chocolat, biscuit	140

## S

• Sabayon à la mandarine, de Bernard Fournier	55
• Sabayon au Champagne, de Paul, Marc et Jean-Pierre Haerberlin	27
• Sabayon au Champagne, de Roland Magne	85
• Sabayon au Sauternes, de Bernard Cousseau et Fils	115
Sabayon Brigitte	118
Sablée, pâte	34
Salade de fenouil	108
Salmis de faisan	96
Sangria	160
Sarrasin, pâte à galettes de	34
Sauce aioli	16
Sauce allemande Thermomix	25
Sauce arlésienne	20
Sauce aurore	25
Sauce aux anchois	18
Sauce batarde	22
Sauce béarnaise	20
Sauce béchamel	22
Sauce beurre blanc	18
Sauce blanche	22
Sauce bordelaise	22
Sauce choron	20
Sauce crème	22
Sauce crevette Thermomix	25
Sauce curry	24
Sauce dieppoise	22
Sauce duxelles	20
Sauce gribiche	18
Sauce hollandaise	24
Sauce italienne, boulettes de viande	98
Sauce madère	20
Sauce mayonnaise	16
Sauce mornay	22
Sauce moutarde	22
Sauce paloise	20
Sauce piquante	22
Sauce poisson	22
Sauce poulette	25
• Sauce pour blanquette, de Jean-Pierre Morot-Gaudry	156
Sauce ravigote	18
Sauce rémoulade, oeufs durs à la	73
Sauce suprême	25



Sauce tartare .....	16
Sauce tomate à la viande .....	25
• Sauce tomate au basilic, de Jean-Pierre Morot-Gaudry .....	156
Sauce tomate rapide .....	24
• Sauce verte froide, de Jean-Pierre Morot-Gaudry .....	156
Sauce vinaigrette .....	18
Saucisson en brioche .....	62
• Saumon, <i>petites mousselines</i> , de Bernard Cousseau et Fils .....	115
• Sauternes, <i>sabayon au</i> , de Bernard Cousseau et Fils .....	115
• Savoie, <i>gâteau de</i> .....	134
Semoule aux pommes et au caramel .....	122
Sirup de sucre .....	158
Sole, <i>filets à l'orange</i> .....	78
Sole, <i>paupiettes de</i> .....	78
Sorbet à la menthe .....	153
Sorbet au cassis .....	153
Sorbet au citron vert .....	153
• Sorbet aux framboises granité, de Gérard Vié .....	68
Sorbet aux fruits de la passion .....	153
Sorbet aux mandarines .....	153
Sorbet aux pêches .....	153
Soufflé au fromage .....	56
Soufflé de courgettes .....	108
Soufflé rapide au fromage .....	56
Soufflés (restes) .....	180
• Soupe d'écrevisses au cerfeuil, de Paul, Marc et Jean-Pierre Haeblerlin .....	27
• Soupe de foie gras aux huîtres, de Gérard Vié .....	67
• Soupe de fruits rouges, de Gérard Vié .....	68
• Soupe de moules, de Michel Kerever .....	101
Soupe d'oignons .....	50
Soupe d'oseille .....	50
Soupe de poissons .....	52
Soupe de potiron .....	50
• Soupe glacée aux moules, d'Alain Dutournier .....	147
Steak tartare .....	92
Sucre en poudre .....	10
Sucre glace .....	10
Sucre, <i>sirup de</i> .....	158
Sucre vanillé .....	8
• Suprême de loup aux blancs de poireaux, de William Druet et Michel Roque .....	15
Suprême, <i>sauce</i> .....	25
Suzette, <i>beurre</i> .....	32
Suzette, <i>crêpes</i> .....	128

## T

Taboulé .....	102
Taramasalata façon grecque .....	76
Tartare, <i>steak</i> .....	92
Tarte à l'orange .....	142
Tartare, <i>sauce</i> .....	16
Tarte amandine aux poires .....	142
Tarte aux champignons .....	103
Tarte aux poireaux .....	106
Tarte Marie-Christine .....	133
Tarte meringuée au citron .....	142
Tartelettes au fromage .....	62
Tartelettes d'épinards .....	104
Tartelettes (restes) .....	176
• Tartines aux œufs brouillés, d'Alain Dutournier .....	148
• Terrine d'avocat, de Roland Magne .....	85
Terrine de lapin .....	86
Terrine de poisson .....	80
Terrinettes de jambon .....	86
Thé, <i>bavaroise au</i> .....	165
Thon, <i>brioche au</i> .....	64

Tomates farcies .....	96
• Tomates au basilic, <i>sauce</i> , de Jean-Pierre Morot-Gaudry .....	156
Tomate, <i>coulis de</i> , <i>pain de bettes</i> .....	103
Tomates, <i>fondue de</i> .....	24
Tomates, <i>jus de</i> .....	157
• Tomate, <i>potage à la</i> , pour « gens pressés », de Jean et Pierre Troisgros .....	173
Tomate à la viande, <i>sauce</i> .....	25
Tomates, <i>sauce rapide</i> .....	24
Tripe, <i>œufs à la</i> .....	73
Truffes au chocolat .....	124
Truffes, <i>brouillade aux</i> .....	69
Tourte au roquefort .....	58
Turbau à la crème d'oseille .....	60

## V

Vanille, <i>crème anglaise à la</i> .....	120
Vanille, <i>crème au beurre à la</i> .....	121
Vanille, <i>crème glacée à la</i> .....	150
Vanille, <i>crème glacée instantanée à la</i> .....	150
Vanille, <i>glacage à la</i> .....	130
Veau, <i>choux farcis au ris de</i> .....	64
Veau, <i>paupiettes de</i> .....	92
Velouté Dubarry économique .....	48
• Velouté glacé d'artichauts au homard, d'Edouard Carlier .....	43
Vert, <i>anguilles au</i> .....	82
Viande, <i>boulettes de</i> .....	98
Viande de boucherie, <i>farce pour</i> .....	40
Viande hachée .....	12
Viande, <i>sauce tomate à la</i> .....	25
Vinaigrette, <i>sauce</i> .....	18
Vodka orange .....	160
Volaille, <i>farce pour</i> .....	40
Volailles, <i>les aspics de foies de</i> .....	90

## W

Welsh Rarebit .....	56
---------------------	----

## Y

Yaourt, <i>gâteau au</i> .....	136
--------------------------------	-----



COPYRIGHT by VORWERK INTERNATIONAL AG - WOLLERAU - SUISSE  
Toutes reproductions, même partielles, interdites.

*Nous remercions pour leur participation:*

*Cécile Merichard, Rédactrice en chef de Cuisine Naturelle  
et Céline Vence, Journaliste gastronomique.*

*Jean-Louis Blech-Lainé, Dominique Engelhard,  
Jean Mouney, Manfred Keelov,  
Photographes.*

*Michèle Carles, Tante Quenelle, Jacqueline Saulnier,  
Elisabeth Lotté, Odile Volpe assistée d'Odile Lorber,  
Stylistes.*

*André Bredin, Isabelle Duplessy - Publimages  
Maquettes, mise en pages.*

*Certains objets ont été gracieusement prêtés par:  
Rosenthal Studio-Haus, Porcelaine, Les Magasins Réunis,  
Olivette, les 4 Saisons, La Table à Loup*

Service après-vente "Thermomix" pour la France  
**VORWERK FRANCE s.a.**  
30, avenue de l'Amiral-Lemonnier  
78160 MARLY-LE-ROI  
Tél.: (1) 39 58 39 40





# Vos premiers pas avec le Thermomix...

## ■ Le potage de légumes

- 2 carottes moyennes
- 2 pommes de terre moyennes
- 1 petit poireau
- 1 branche de céleri
- 1 petit navet
- 3 brins de persil ou de cerfeuil
- 1 cuillerée à soupe de sel
- 1 bonne prise de poivre
- 20 g de beurre

Facultatif : un cube de bouillon



• Epluchez et lavez les légumes, coupez-les en deux; introduisez-les dans le bol; fermez et verrouillez; mixez 10 secondes à vitesse 1.

• Retirez le couvercle; videz environ les 3/4 du contenu du bol dans le panier; ajoutez de l'eau aux légumes restant dans le bol jusqu'à hauteur des couteaux; ajoutez le sel et le poivre et éventuellement le bouillon. Introduisez le panier dans le bol; fermez et verrouillez.

• Réglez 18 mn à 100, vitesse 1.



## ■ Julienne



A l'arrêt de la minuterie, ouvrez, retirez le panier, ajoutez de l'eau dans le bol jusqu'à 1 litre (grand trait). Fermez et verrouillez.

• Réglez à nouveau 2 mn à 100, vitesse 1.

• Videz le contenu du panier dans une soupière. Ajoutez le beurre.

• Au nouvel arrêt de la minuterie, versez le contenu du bol dans la soupière et mélangez.

## ■ Velouté



• A l'arrêt de la minuterie, ouvrez, versez le contenu du panier dans le bol. Fermez et verrouillez.

• Mixez 1 mn à vitesse 12.

• Ajoutez de l'eau chaude dans le bol jusqu'à 1 litre ainsi que le beurre.

• Réglez 2 mn à 100, vitesse 1.

• A l'arrêt de la minuterie, servez.

## ■ La mayonnaise



- 1 œuf + 1 jaune
- 1 cuillerée à café de sel
- 1 prise de poivre
- 1 cuillerée à soupe de moutarde
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre ou de jus de citron
- 3 gobelets d'huile



• Dans le bol du Thermomix, introduisez les œufs, le sel, le poivre, la moutarde et le vinaigre; introduisez ensuite le panier (ceci afin que la mayonnaise ne soit pas projetée et soit donc plus facile à vider).

• Fermez et verrouillez.

• Mixez à vitesse 5 et versez l'huile en mince filet sur le

couvercle, elle s'écoulera entre le couvercle et le gobelet. Arrêtez quelques secondes après l'introduction du dernier filet d'huile.

Note: en utilisant des ingrédients à la même température, votre succès est assuré.



## La viande hachée

- Dénervez soigneusement la viande crue ou cuite que vous souhaitez hacher.
- Coupez la viande en cubes de 2 à 3 cm.
- Le Thermomix en marche, vitesse 8, prenez une poignée de ces cubes de viande et laissez-les tomber rapidement par l'orifice du couvercle. Arrêtez aussitôt. Ouvrez, videz le contenu du bol et recommencez l'opération.

### Attention !

- Ne hachez pas plus de 200 g de viande à la fois.
- Si la viande est trop hachée, vous n'effectuez pas le hachage assez rapidement.



## La crème cuite à la vanille

- 1/2 litre de lait
- 2 œufs
- 1 gobelet de sucre semoule
- 1 cuillerée à soupe bombée de farine ou Maïzena
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé ou 1 sachet



- Versez le lait dans le bol jusqu'au premier trait; ajoutez les autres ingrédients, fermez et verrouillez; réglez 7 mn à 90, vitesse 1.

- Dès l'arrêt de la minuterie, retirez le bol du socle, mélangez son contenu à la spatule et versez dans une jatte ou dans des coupes individuelles.

### Attention !

- Si vous utilisez du lait écrémé, augmentez légèrement la quantité de farine ou Maïzena. Si vous utilisez du lait de ferme, diminuez-la.
- Votre crème va épaissir en refroidissant.
- Si vous la jugez trop épaisse, vous pouvez ajouter 1/2 à 1 gobelet de lait et mixer 30 secondes à vitesse 8.
- Si au contraire, elle semble trop liquide, ajoutez 1 cuillerée à café de farine ou de Maïzena et réglez à nouveau 4 mn à 90, vitesse 1.



## Le sorbet citron minute

- 1 citron
- 1 1/2 gobelet de sucre en poudre
- 1/2 gobelet de jus de fruits
- 2 bacs de glaçons

Facultatif: 1 blanc d'œuf, 1 sachet de sucre vanillé



- Epluchez le citron, coupez-le en quatre et ôtez les pépins.
- Introduisez le sucre dans le bol, fermez le Thermomix, et mixez 10 secondes à vitesse 10.
- Ouvrez et ajoutez le reste des ingrédients dans le bol et un bac de glaçons. Fermez.
- Mixez en vitesse 4 en aidant avec la spatule par l'orifice du couvercle en ramenant les glaçons sur les couteaux. Vérifiez que tous les glaçons sont pulvérisés puis ajoutez peu à peu le reste des glaçons en mixant de la même façon. Terminez en mixant quelques secondes à vitesse 10.



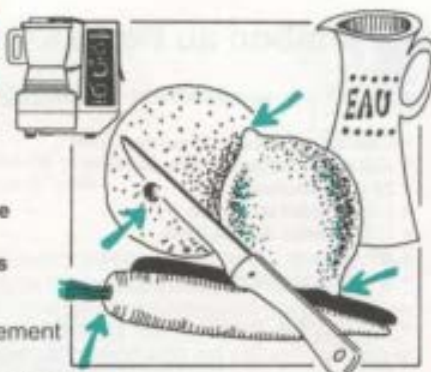


## ■ Le cocktail thermomix

- 1 orange
- 1 citron
- 1 carotte
- 1 gobelet de sucre en poudre
- Quelques glaçons

• Lavez soigneusement à l'eau chaude une orange et un citron.

- Ôtez leurs extrémités et coupez-les en quatre.
- Epluchez et lavez la carotte.
- Introduisez tous les ingrédients dans le bol; complétez d'eau jusqu'à 1 litre (grand trait).
- Placez le couvercle, verrouillez.
- Mixez 5 secondes à vitesse 8.
- Retirez le couvercle; placez le filtre à jus dans le bol et versez dans un pichet.



### Attention! :

- Ce cocktail de fruits est un produit naturel sans aucun conservateur chimique, consommez-le dans les 24 heures, en le conservant dans un récipient non métallique.
- Si votre jus est épais, vous mixez trop longtemps, la pulpe est alors trop fine et passe dans les trous du filtre.

## ...et les suivants...

### ■ Le potage à la tomate

• Thermomix exclusivement: 12 mn



- 1 livre de belles tomates mûres
- 3 cuillerées à soupe de semoule de riz
- 1 gros oignon
- sel - poivre
- 3 brins de persil ou d'estragon
- 1 cuillerée à soupe de concentré de tomates
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche

• Introduisez tous les ingrédients dans le bol excepté la crème; réglez 12 mn à 100, vitesse 1.  
• Quelques instants avant la fin introduisez la crème fraîche, rectifiez l'assaisonnement et servez avec des petits croûtons.

### ■ Le velouté de volaille

• Thermomix exclusivement: 15 mn



- 1 bol de restes de blanc de volaille ou 2 cubes de bouillon de volaille
- 1 ou 2 branches d'estragon ou de l'estragon séché.
- sel - poivre
- 1 gobelet 1/2 de tapioca
- 1 grosse cuillerée à soupe de crème fraîche
- 1 œuf

• Dans le bol, introduisez le blanc de volaille ou le bouillon, l'estragon, le sel, le poivre et de l'eau jusqu'à 1 litre; réglez 15 mn à 100; vitesse 1.  
• 6 mn avant l'arrêt de la minuterie, ajoutez le tapioca.  
• A l'arrêt de la minuterie ajoutez la crème et l'œuf; rectifiez l'assaisonnement et servez aussitôt.

### ■ La sauce béchamel

• Thermomix exclusivement: 7mn



- 1 petit gobelet de farine
- 30 g de beurre
- 5 gobelets de lait, soit 1/2 litre
- sel, poivre
- noix de muscade

• Introduisez tous les ingrédients dans le bol; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.

#### Variantes:

#### La sauce Aurore:

• Ajoutez 1 à 2 cuillerées de concentré de tomates (selon votre goût).

#### La sauce Poulette:

• Remplacez le lait par du bouillon de volaille. Ajoutez à la fin 1 œuf et le jus d'1/2 citron.

#### La sauce au curry

• Remplacez le lait par du bouillon de volaille. Ajoutez à la fin 1 œuf, 2 cuillerées à soupe de crème fraîche, 1 pincée de curry (ou plus selon votre goût)

### ■ La pâte Brisée

• Thermomix: 10 à 15 secondes



- 1 cuillerée à soupe d'huile
- 5 gobelets de farine
- 125 g de beurre coupé en morceaux
- 1 pincée de sel

• Introduisez tous les ingrédients dans le bol; ajoutez 1 petit gobelet d'eau; mixez 10 à 15 secondes à vitesse 6.  
• Saupoudrez un peu de farine si nécessaire et videz la pâte.  
Note: vous pouvez utiliser la pâte immédiatement ou la laisser reposer.



## ■ La quiche lorraine



**Thermomix : 5 mn + 30 mn de cuisson au four**  
+ préparation et repos de la pâte.

- pâte brisée
- 200 g de lard de poitrine maigre demi-sel blanchi ou de jambon ou de bacon
- 1/2 gobelet de farine
- 45 g de beurre
- 2 1/2 gobelets de lait
- 3 œufs
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 100 g de gruyère râpé
- sel - poivre

- Abaissez la pâte et garnissez-en une tourtière beurrée; piquez le fond de place en place avec les dents d'une fourchette; mettez à four moyen thermostat 5/6, 180° pendant 10 mn.
- Introduisez la farine, le beurre, le lait, le sel et le poivre dans le bol; réglez 5 mn à 90, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie ajoutez les œufs, la crème fraîche et la moitié du gruyère râpé.
- Répartissez le lard en dés sur la pâte puis ajoutez le contenu du bol; saupoudrez du reste de gruyère et remettez à four moyen pendant 20 mn.
- Servez très chaud à la sortie du four.

### Variantes :

#### ■ La quiche aux champignons

- Remplacez le lard par 300 g de champignons, lavés, broyés et coupés en lamelles.

#### ■ La quiche au poisson

- Remplacez le lard par 300 g de restes de poisson cuits ou de filets frais ou surgelés pochés quelques minutes dans un court bouillon.

## ■ Les émincés de bœuf à la hongroise



**Thermomix exclusivement : 25 mn**  
+ 2 heures pour la marinade

- 500 g de steak épais (faux-filet ou rumsteak)
- 4 oignons moyens
- 1 gobelet de vin blanc
- 1 cuillerée à soupe d'huile
- thym, laurier
- sel, poivre
- 2 gobelets de crème fraîche liquide (soit 20 cl)
- 1 cuillerée à soupe de paprika

- Coupez la viande en lamelles.
- Mettez-les à mariner dans un mélange de : 1 oignon en rondelles, vin blanc, huile, thym, laurier, poivre; retournez bien toutes les lamelles de viande dans le mélange; laissez mariner 2 heures environ.
- Egouttez la viande et déposez-la dans le panier.
- Passez la marinade et versez-la dans le bol; ajoutez la crème, le paprika, du sel et du poivre puis introduisez le panier.
- Réglez 25 mn à 100, vitesse 1.
- Servez les émincés de bœufs recouverts de sauce.

Note : vous pouvez accompagner les émincés de bœuf à la hongroise, de pommes de terre cuites à l'eau ou à la vapeur, de riz ou de pâtes. N'oubliez pas de les saupoudrer joliment de paprika, au dernier moment.

## ■ Le jambon au Porto



**Thermomix exclusivement : 16 mn**

- 4 belles tranches de jambon cuit
- 150 g de champignons de Paris
- 25 g de beurre
- 1/2 gobelet de farine
- 1/2 tablette de bouillon
- sel, poivre
- 3/4 de gobelet de Porto

- Roulez les tranches de jambon et déposez-les dans le panier; ajoutez les champignons nettoyés et émincés.
- Introduisez le reste des ingrédients dans le bol excepté le Porto, ajoutez 2,5 gobelets d'eau, déposez-y le panier.
- Réglez 15 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie, introduisez le Porto par l'orifice du couvercle; laissez tourner une minute.
- Rectifiez l'assaisonnement puis servez aussitôt le contenu du panier nappé de la sauce.

## ■ Le saucisson chaud, pommes à l'huile



**Thermomix exclusivement : 30 mn**

- 4 pommes de terre moyennes
- 2 saucisses de Montbéliard ou 1 petit saucisson à cuire (fumé ou non)
- 2 gobelets de vin blanc
- 4 échalotes
- sel, poivre
- 1 petit gobelet d'huile
- persil

- Déposez dans le panier : 2 échalotes en tranches, les pommes de terre coupées en très petits dés et les saucisses ou saucisson en tranches un peu épaisses.
- Dans le bol du Thermomix introduisez 2 échalotes, 1/2 gobelet d'eau, le vin blanc, du sel et du poivre. Déposez-y le panier rempli; réglez 30 mn à 100, vitesse 1.
- A l'arrêt de la minuterie versez le contenu du panier dans un saladier; arrosez d'huile et d'1/2 gobelet de vin de cuisson. Remuez; rectifiez l'assaisonnement; parsemez de persil haché; servez aussitôt.

## ■ Les cervelles d'agneau sauce Madère ou Porto



**Thermomix exclusivement : 20 mn**

- 4 cervelles d'agneau
- sel, poivre
- 1 cuillerée à soupe de câpres
- 1 cuillerée à soupe de moutarde forte
- 2 belles échalotes
- 2 gobelets de crème fraîche soit 20 cl
- 1 gobelet de lait
- 1 cuillerée à café de Maizena
- 1 gobelet de Madère ou de Porto

- Salez et poivrez les cervelles; déposez-les dans le panier avec les câpres.
- Introduisez le reste des ingrédients dans le bol puis déposez-y le panier; réglez 20 mn à 100, vitesse 1.
- Rectifiez l'assaisonnement puis servez aussitôt les cervelles nappées de la sauce.



## ■ Les carottes râpées

• Thermomix exclusivement : 15 secondes



- 500 g de carottes
- 2 cuillerées à soupe de vinaigre
- 4 cuillerées à soupe d'huile
- sel, poivre

• Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; mixez 10 à 15 secondes à vitesse 3 en aidant avec la spatule.

Note : Vous pouvez introduire 2 branches de persil coupées en deux ou trois morceaux et une ou deux échalotes en même temps que les autres ingrédients.

## ■ La purée de fonds d'artichauts

• Thermomix : 6 mn + 5 mn de cuisson pour les fonds d'artichauts



- 40 g de beurre
- 1/2 gobelet de farine
- 2 gobelets de lait
- sel, poivre
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 1 boîte 4/4 de fonds d'artichauts

• Introduisez le beurre, la farine, le lait, du sel et du poivre dans le bol ; réglez 5 mn à 100, vitesse 1.

• Mettez les fonds d'artichauts 5 mn dans de l'eau bouillante ; égouttez-les bien.

• Ajoutez-les au contenu du bol ainsi que la crème fraîche ; mixez 1 minute à vitesse 8.

## ■ La crème pâtissière

• Thermomix exclusivement : 7 mn



- 1 petit gobelet de farine
- 2 œufs entiers et 2 jaunes
- 1 cuillerée à soupe de sucre vanillé
- 1 1/2 gobelet de sucre semoule
- 5 gobelets de lait soit 1/2 litre

• Introduisez tous les ingrédients dans le bol ; réglez 7 mn à 100, vitesse 1.

• A l'arrêt de la minuterie mixez 5 secondes à vitesse 12 et videz aussitôt.

Note : sert à fourrer des gâteaux.

## ■ La mousse au chocolat

• Thermomix : 3 à 4 mn + blancs en neige.



- 125 g de chocolat à croquer
- 2 gobelets de sucre
- 1 gobelet de crème fraîche
- 3 œufs

• Mixez le chocolat coupé en morceaux 30 secondes à vitesse 6 ; ajoutez le sucre et la crème ; réglez 3 mn à 50, vitesse 1.

• A l'arrêt de la minuterie ajoutez les jaunes d'œufs et laissez tourner quelques secondes.

• Videz dans un saladier et ajoutez délicatement les blancs montés en neige.

• Servez très frais.

## ■ Le gâteau Nicole

• Thermomix : 1 mn 1/2 + cuisson au four 40 mn



- 2 gobelets 1/2 de sucre
- 4 gobelets de farine
- 3 œufs
- 1 paquet de levure

• Introduisez le sucre et les œufs dans le bol ; ajoutez 1 gobelet 1/2 d'eau ; mixez 1 mn à vitesse 4.

• Ajoutez la farine et la levure ; mixez 15 secondes à vitesse 6 en aidant avec la spatule.

• Versez dans un moule à manqué beurré ; faites cuire 40 mn à four moyen thermostat 5, 150°.

Note : quand le gâteau est froid, vous pouvez le couper en deux et le fourrer et le napper de confiture ou de crème pâtissière.

## ■ L'ardéchois

• Thermomix : 3 mn 1/2 + cuisson au four 40 mn



- 2 œufs
- 1 gobelet de sucre
- 1/4 de gobelet de rhum
- 1 pincée de sel
- 100 g de beurre
- 250 g de crème de marrons vanillée ou 3 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 2 gobelets de farine
- 1 sachet de levure

• Introduisez les œufs, le sucre, le rhum et le sel dans le bol ; mixez 1 mn à vitesse 4.

• Ajoutez le beurre et la crème de marrons ; réglez 2 mn à 50, vitesse 1.

• Ajoutez la farine et la levure ; mixez 30 secondes à vitesse 4 en aidant avec la spatule.

• Versez dans un moule à manqué beurré ; faites cuire 40 mn à four moyen thermostat 5, 150°.

## ■ Le sorbet ananas

- 1 ananas moyen
- 1 à 2 gobelets de sucre en poudre selon votre goût
- 2 cuillerées à café de sucre vanillé
- 1/2 gobelet de jus de citron
- 1/2 gobelet de rhum ou d'eau
- 1 blanc d'œuf



• Retirez la pulpe d'un ananas moyen. Mettez les morceaux dans le congélateur ou le freezer du réfrigérateur, de façon à ce qu'ils soient gelés.

• Introduisez les sucres dans le bol ; mixez 10 secondes à vitesse 12 ; ajoutez le reste des ingrédients.

• Mixez 1 minute à vitesse 8 en aidant avec la spatule.

• Éventuellement, arrêtez, retirez le couvercle et faites redescendre les morceaux qui pourraient se coller aux parois, puis passez progressivement à vitesse 12 en remuant toujours jusqu'à l'obtention d'une crème bien lisse.

• Servez aussitôt.

### Variantes :

#### ■ Sorbet poire



• Remplacez l'ananas par 4 poires bien mûres coupées en quatre (pour ôter le cœur) et le rhum par de l'alcool de poire ou du jus de fruits.

#### ■ Sorbet fraises-framboises



Remplacez l'ananas par 300 g de fruits et le rhum par du kirsch ou du jus de fruits.