

THERMOMIX® ET MOI

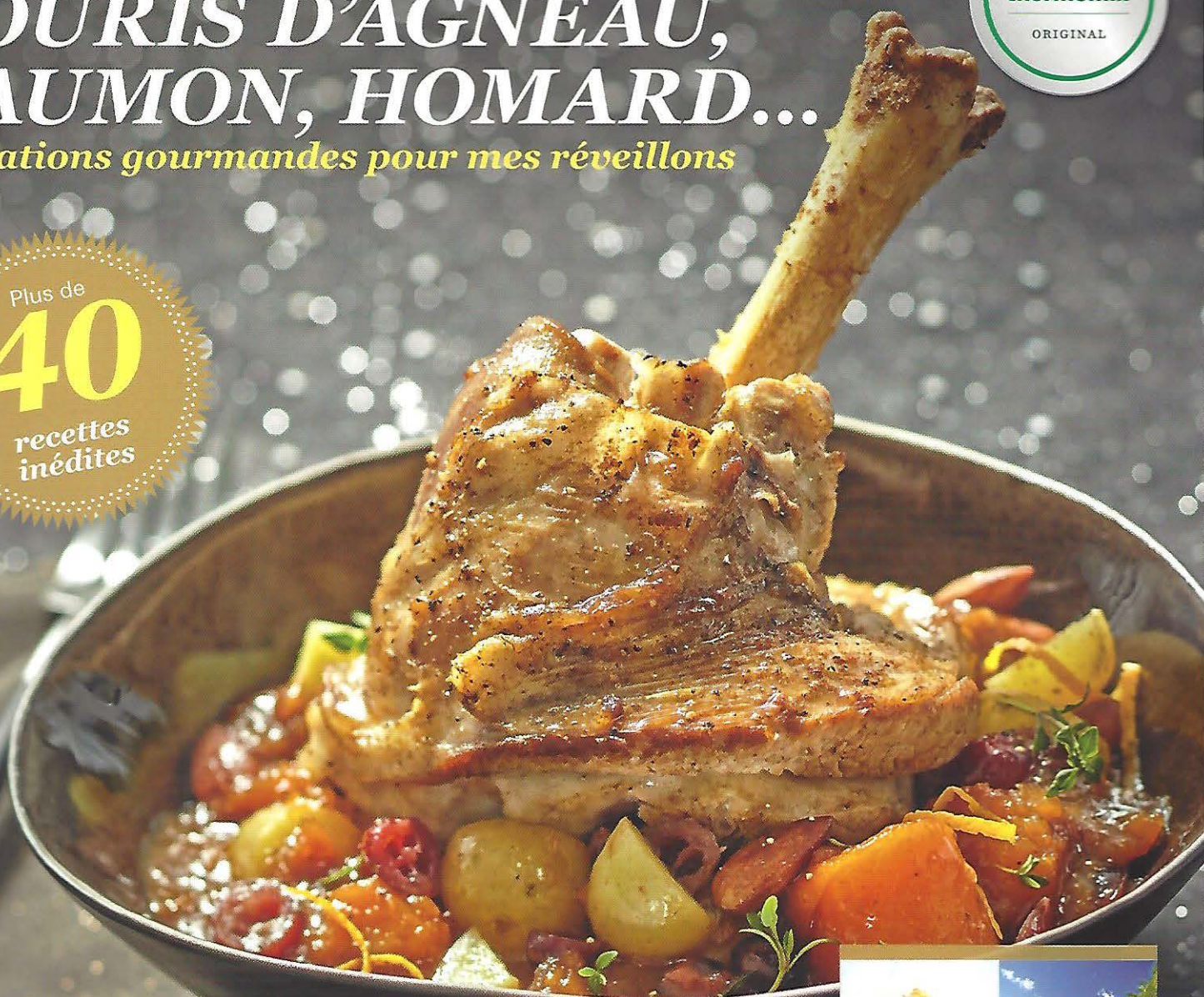
Enchantez votre expérience culinaire

N°6 · HIVER 2016 · 8 €



SOURIS D'AGNEAU, SAUMON, HOMARD...

Variations gourmandes pour mes réveillons



En cuisine avec Kévin

« **MON MENU SURPRISE AU FOIE GRAS** »

Balade

INSTANTS FÉERIQUES À PARIS

www.thermomix.fr



Dans mon placard

Les saveurs sucrées
de la fête foraine

Évasion aux Caraïbes

Les Antilles, terres de
soleil et de gastronomie

À l'aube du nouvel an



VINCENT BALDENSPERGER

Le sapin s'apprête à briller, la table à revêtir sa nappe des grands jours... La douceur de la fin d'année prend ses aises dans la maison et annonce, avec elle, des moments tendres en famille ou entre amis où l'on savoure pleinement le plaisir

d'être ensemble. Si les cadeaux se préparent, la gourmandise n'est jamais bien loin. Les menus s'envisagent, se réfléchissent et l'on teste même certaines recettes à l'avance afin d'être parfaitement prêt pour le jour J.

Pour vous y aider, « Thermomix® et Moi » a revêtu sa plus belle robe. Pour vous accompagner dans vos préparatifs, bien sûr, mais aussi pour devenir votre tremplin vers une année 2017 savoureuse et inoubliable. Pour cultiver le goût du **partage**, en vous donnant des idées et des conseils pour inviter vos proches à se retrouver, en ces soirs de réveillons, autour de la table. Une sélection de produits exceptionnels, des recettes de fête afin d'élaborer le plus beau des menus, des créations toutes particulières pour les amateurs de foie gras, un pas à pas pour décorer votre intérieur avec goût... sont ainsi regroupés dans ce numéro.

Insufflez un maximum de **joie** dans votre quotidien en passant en cuisine avec vos enfants, par exemple. Ou en ajoutant un petit grain de **folie** aux traditions qui rythment le début de l'année. Tirer les Rois, célébrer la Chandeleur, improviser un goûter aux saveurs de fête foraine et de carnaval... sont autant de recettes vers le **bonheur**.

Ce bonheur justement, nous sommes persuadés qu'il peut se cultiver autour d'un bon dîner. Ce n'est pas pour rien que 93 % des Français* pensent que le simple fait de « passer à table » est tout aussi important que le contenu de l'assiette. Ce nouveau numéro est donc, une fois encore, l'occasion de perpétuer l'art de recevoir à la française, et de mettre les petits plats dans les grands. Toute l'équipe vous souhaite de magnifiques fêtes et une très belle année 2017, gourmande et inspirante.

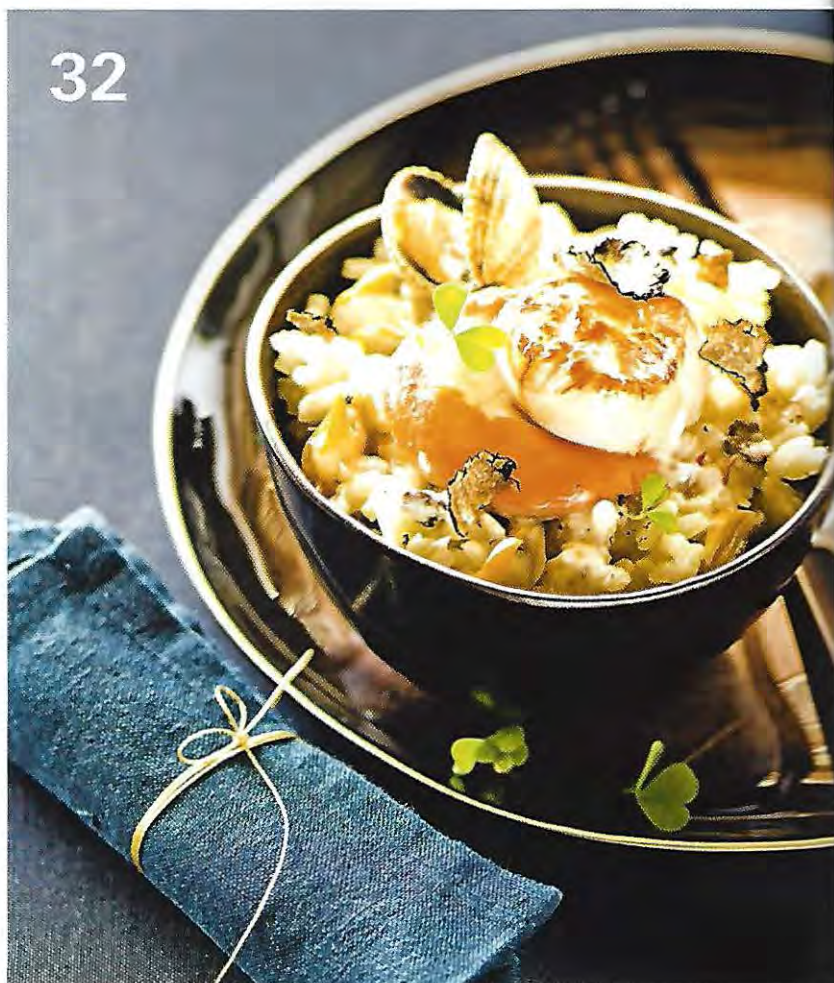
Sophie Hanon-Jaure
Directrice de la publication



C'est la saison p. 18



Pour vous abonner, rendez-vous en page 57
ou directement sur le site www.thermomix.fr/mag



SOMMAIRE

06 *Index des recettes*

07 *Ma recette star*

La coquille Saint-Jacques pour ouvrir les festivités.

08 *Nouveautés*

La gastronomie évolue et promet toujours de belles surprises. Voici le meilleur des tendances.

09 *Agenda*

Une sélection d'événements, de nouveautés et d'actualités à ne pas manquer cet automne.

10 *Inspiration*

Saison cocooning au cœur du chalet.

12 *Actu Thermomix®*

Toutes les infos concernant votre fidèle compagnon de cuisine.

14 *LE CHEF ET MOI*

En cuisine avec... Sébastien Richard, chef privé à Marseille

Avec lui, découvrez le chocolat dans tous ses états.

18 *MON MARCHÉ CRÉATIF DE FÊTES*

20 *Mangue, fruit de la Passion, litchi*

Mon trio tropical de l'hiver.

26 *Les meilleures huîtres en dégustation*

Marennes Oléron, belon, fine de claire... succombez.

30 *Le boudin blanc, un condensé de tradition*

Avec de la truffe, des pommes ou du foie gras, tout lui va.

32 *La truffe et ses secrets*

Découvrez toutes les subtilités du diamant noir du Périgord.

34 *Panais et patate douce, duo de légumes d'antan*

Des légumes-racines incontournables.

38 *Le saint-nectaire, prince d'Auvergne*

Tout sur ce fromage façonné sur la terre des volcans.

40 *THERMOMIX® AU QUOTIDIEN*

42 *Des idées dans mon placard*

Les saveurs sucrées de la fête foraine.

45 *Coup de bluff*

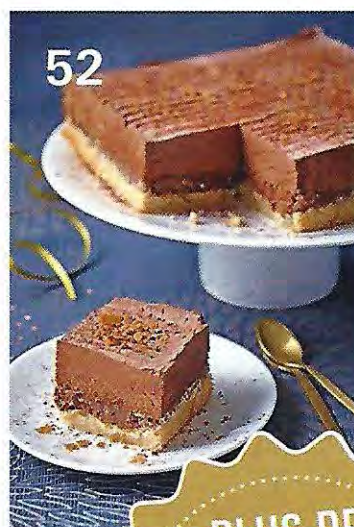
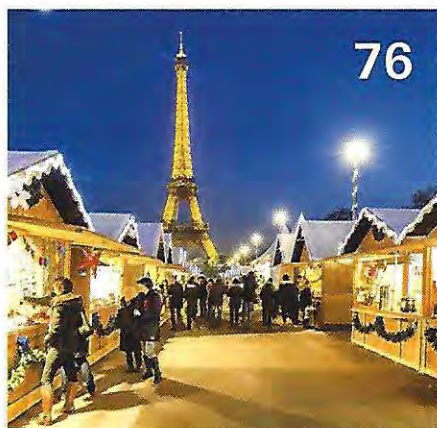
La galette des Rois se modernise.

48 *La santé dans mon assiette*

Le kiwi, un soleil vert qui rayonne de bienfaits.

50 *Thermomix® et les enfants*

Ce sont eux qui font la bûche !



52 *Secrets de fan*

Vos recettes du réveillon.

54 *Top chrono*

Mon apéro prêt en avance.

56 *DIY*

Petit cadeau gourmand.

58 *Déco pas à pas*

Un Noël en or et blanc.

60 *Thermomix® et lui*

Kévin se lance dans un menu tout foie gras.

64 *DOSSIER RECETTES*

Spécial réveillons de fin d'année

Variations gourmandes pour ma table de fête.

76 *BALADE GOURMANDE*

Un Noël féerique à Paris

Du marché des Enfants Rouges aux allées de Rungis, nous vous guidons dans la capitale des mets d'exception.

82 *SAVEURS D'AILLEURS*

La cuisine colorée d'Outre-mer

Parmi les îles françaises, Guadeloupe et Martinique, nous ouvrent les portes de leur délicieuse cuisine exotique.

90 *Ma belle histoire Thermomix®*

Gwenhaëlle découvre depuis septembre toutes les possibilités qu'offre le Cook-key®...

91 *Blogueuse*

Rencontre avec... Thermovivie, fan de cuisine sucrée.

92 *L'événement Thermomix®*

Bertrand Lengaigne raconte le lancement du Thermomix® connecté. Une révolution en cuisine !

94 *Ma vie chez Thermomix®*

Rencontre avec l'équipe du Service Clients Thermomix® : « Rendre service c'est dans notre ADN ».

96 *Les recettes page à page*

Mes recettes au fil du magazine.

98 *Prochain numéro*

EN UN COUP D'ŒIL

Mes recettes, par type et par ordre alphabétique, pour Thermomix® TM5 ou TM31



BOISSONS ET BOUCHÉES APÉRITIVES

Cocktail citron-gingembre et champagne	55
Chocolat martiniquais	88
Cromesquis de saint-nectaire	39
Cuillères de boudin blanc et pain d'épices sur confit d'oignons	31
Petits choux aux escargots	66
Petits croissants au saumon et fromage frais	54

ENTRÉES

Carpaccio de saumon, sorbet litchi au poivre sauvage	23
Huîtres farcies à la fondue de poireau	29
Île flottante au foie gras	62
Opéra de foie gras	63
Pancakes aux petits pois	91
Pannacotta au foie gras, compotée pomme-betterave aux épices	55
Roulé de saumon et pamplemousse, crème ciboulette	67
Salade de crabe aux fruits de la Passion	22
Soufflé à la fourme d'Ambert	72
Tartelette au saint-nectaire	39
Velouté de champignons et chantilly au foie gras	79
Velouté de patate douce et panais aux langoustines	37



PLATS

Boudin blanc pané aux noisettes et cèpes, raisins et compotée de pommes	31
Coquille Saint-Jacques gratinée	7
Gnocchis de patate douce	36
Homard sauce newburg et purée de potiron	68
Nage iodée de sot-l'y-laisse aux huîtres	28
Risotto aux coquillages et à la truffe	33
Souris d'agneau à l'orange et aux épices	71
Tarte au brie de Meaux, poires, courgettes et pâte sablée noisette	80



DESSERTS ET AUTRES DOUCEURS

Beignets aux pommes	44
Brioche roulée comme une galette des Rois	47
Bûche de Noël façon forêt-noire	53
Bûche roulée vanille-chocolat	51
Bûche sorbet aux trois parfums	73
Charlotte mangue-Passion	25
Churros	44
Couronne feuilletée à la frangipane	46
Gâteau de crêpes roulées	43
Le chocolat dans tous ses états	16
Mousse mascarpone à la vanille sur compotée de mangues	24
Pain au beurre	88
Pannacotta coco-kiwi	49
Paris-brest en bouchée	81
Pièges aux spéculoos	53
Sphère chocolat-mandarine	74
Sucre à la fève tonka	56
Tourment d'amour à la goyave	89
Trianon	52

Dans les recettes, les éléments entre parenthèses indiquent les instructions pour le modèle TM31.

Pour ouvrir les festivités...

LA SAINT-JACQUES TRÔNE DANS LES ASSIETTES. ET SI ELLE S’AFFICHE COMME LA REINE DU BAL, C’EST BIEN POUR LA SUBTILITÉ DE SES SAVEURS ET SON FONDANT. ON S’EMPRESSE DE PLONGER SA FOURCHETTE DANS SA COQUILLE GRATINÉE...

PHOTO RECETTE ET STYLISME DE **D3 STUDIO**



Coquille Saint-Jacques gratinée

6 portions

- 50 g de beurre demi-sel, et un peu pour dorer les coquilles
- 14 noix de saint-jacques avec corail, coupées en gros morceaux
- 150 g de crème liquide, 30% m.g. min.
- 70 g d'échalotes, coupées en deux
- 250 g de champignons de Paris, coupés en quatre ou en six
- 180 g de vin blanc sec
- 150 g d'eau
- ½ c. à café de sel, à ajuster en fonction des goûts

- 30 g de farine de blé
- 50 g de chapelure
- Ustensile(s)** : 6 coquilles vides

1. Mettre 20 g de beurre et 2 noix de saint-jacques dans le bol, puis rissoler **5 min/120°C/vitesse 1 (TM31 : 5 min/Varoma/vitesse 1)**, sans le gobelet doseur.
2. Ajouter la crème liquide, chauffer **8 min/80°C/vitesse 2**, puis mixer **20 sec/vitesse 10**. Transvaser dans un récipient et réserver. Nettoyer le bol.
3. Mettre les échalotes dans le bol et hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
4. Ajouter les 30 g de beurre restants et les champignons, puis rissoler **5 min/120°C/vitesse 1 (TM31 : 5 min/Varoma/vitesse 1)**,

sans le gobelet doseur.

5. Ajouter le vin blanc, l'eau et le sel puis mijoter **5 min/120°C/vitesse 2 (TM31 : 5 min/Varoma/vitesse 2)**, sans le gobelet doseur.

6. Préchauffer le four en mode gril.

7. Ajouter la farine et la préparation à base de saint-jacques, puis cuire **5 min/120°C/vitesse 2 (TM31 : 5 min/Varoma/vitesse 2)**. Disposer 2 saint-jacques par coquille, recouvrir de préparation. Saupoudrer de chapelure, agrémenter chaque coquille d'une noisette de beurre, puis enfourner et gratiner 5-8 minutes. Servir chaud.

⚡ 15 min 🕒 45 min 🍳 Facile 🍴 Pour 1 portion :
1135 kJ / 271 kcal / Protéines 14 g / Glucides 15 g /
Lipides 17 g



VOICI NOTRE SÉLECTION DES PRODUITS QUI VONT MARQUER LA PLANÈTE FOOD. TEXTE DE **CAROLINE PACREAU**

TEXTE DE CAROLINE PACREAU

Épicée et brune, la bière de Noël fait office de boisson traditionnelle et artisanale. Pour autant, son côté terroir fait parfois hésiter à la servir le soir du réveillon. C'était sans compter sur cette création Jenlain en édition limitée. Dans cette jolie bouteille graphique se cache sa dernière création, subtile et délicate en bouche. Ses saveurs de malt torréfié et sa légère amertume pourraient bien ravir sur le foie gras, mais aussi au moment du dessert ! 4,20 € l'unité.



S'il reste l' incontournable des fêtes de fin d'année, le chocolat se métamorphose et s'anoblit pour proposer toujours plus de nouveautés surprenantes. Par le goût, Jeff de Bruges étonne, notamment avec son chocolat au lait avec gianduja noisettes et crêpe dentelle (3,75 € la tablette). Une explosion de saveurs en bouche avec cette création inédite et surprenante de fraîcheur. Mais le chocolat devient également œuvre d'art. Il impressionne et amuse, comme ce jeu de cartes (8 €), créé par la maison Chaudun (véritable orfèvrerie du chocolat !). Mais si belles soient ses créations, résistons-nous à y croquer ?

Événements à ne pas manquer

LA SAISON PROMET DE BELLES FÊTES GASTRONOMIQUES. VOICI UNE SÉLECTION DES PLUS BEAUX FESTIVALS ET MANIFESTATIONS... ENTRE TERROIR, DÉCOUVERTES ET FESTIVITÉS. TEXTE DE CAROLINE PACREAU



VILLE D'ÉPERNAY

LA VOIE ROYALE DU CHAMPAGNE EN HABITS DE LUMIÈRE

Du 9 au 11 décembre, Épernay met à l'honneur son statut de « capitale du champagne » avec trois jours de festivités pour redécouvrir vignobles, gastronomie et patrimoine. Tout au long du week-end, les caves ouvriront leurs portes pour des visites et dégustations. Dès vendredi, sur l'avenue de Champagne, classée site représentatif des Coteaux, Maisons et Caves de Champagne, inscrits au Patrimoine mondial de l'Unesco, une grande parade d'ouverture invitera les passants à déambuler jusqu'à la Maison Mercier pour admirer un magnifique feu d'artifice. Le samedi, la gastronomie sera à l'honneur, halle Saint-Thibault avec des dégustations de recettes de chefs. Et l'on n'oublie pas les enfants ! L'après-midi, un grand goûter gratuit leur sera réservé. Toutes les infos sur Habitsdelumiere.epernay.fr



BRIZIUS/STOCKPHOTO

LE DIAMANT NOIR DU PÉRIGORD

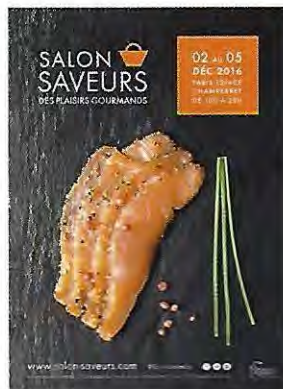
La truffe est la plus prestigieuse des gourmandises. Pour la découvrir vraiment, rendez-vous à Sarlat le week-end des 14 et 15 janvier pour la fête de la truffe du Périgord noir. Comme tous les ans, les producteurs s'allient pour proposer ateliers, conférences, démonstrations... l'occasion pour les visiteurs de percer les mystères de ce produit exceptionnel, mais aussi de profiter des nombreuses dégustations de tapas périgourdines à la truffe et au foie gras, proposées par les restaurants de la ville sur la place de la Liberté. En attendant, lors des fêtes de fin d'année, n'hésitez pas à réaliser notre recette à la truffe en page 33 de ce numéro. Toutes les infos sur Sarlat-tourisme.com

PROGRAMME SKI-RACLETTE

Pour la troisième année consécutive, la raclette de Savoie part en tournée dans les stations de ski et les villes touristiques des Pays de Savoie Mont-Blanc. Au programme, dégustations gratuites de ce plat au fromage artisanal fondu. À La Clusaz le 19 décembre, aux Menuires le 20, à Méribel le 27, à Valmorel le 3 février. Retrouvez toutes les dates de la tournée sur Raclette-de-savoie.fr



ANNE-SOPHIE L'HOMME-CHARLY DESLANDES



LA FRANCE DE BOUCHE

Innovation, authenticité, savoir-faire... Chaque année, le meilleur de la gastronomie française se retrouve à Paris pour le salon Saveurs des plaisirs gourmands. Ainsi, du 2 au 5 décembre prochain, pour la 20^e édition de cet événement, des producteurs et artisans de tout l'Hexagone seront réunis pour proposer aux gourmands de passage leurs produits d'exception. L'espace Champerret deviendra ainsi, durant quelques jours, le théâtre de la gastronomie française avec un grand G. Toutes les infos sur Salon-saveurs.com

Saison cocooning

BOIS, LAINE, FOURRURE, ACCESSOIRES ET MOTIFS ALPINS... ON APPREND À UTILISER LES MATIÈRES BRUTES POUR CRÉER UN DÉCOR DE CHALET. UNE AMBIANCE COSY OÙ LES FLOCONS DE NEIGE APPORTENT UNE BONNE DOSE DE RÉCONFORT. TEXTE DE MARGOT DOBRSKA



BONNET RÉINVENTÉ

Bouchon Beanie en silicone, 16,50 € le lot de 2, Monkey Business sur Pa-design.com



TROMPE-L'ŒIL

Bougie led imitation bois, 22,90 €, sur Luminaire.fr



APRÈS L'EFFORT, LE RÉCONFORT

Tasses en dolomite, 23 € les 2, Côté Table (en boutique).



BIEN AU CHAUD

Ces petits sacs en toile de jute et ruban en satin sont fabriqués dans les Pyrénées. Au pied du sapin, ils emballent les cadeaux de façon originale et personnalisée. 24 € (78 x 51 cm) sur A-qui-s.fr



À L'ATTENTION DU PÈRE NOËL...

Des mini-bouteilles de lait, pour attendre le Père Noël le 24 au soir. Elles peuvent aussi servir de soliflore sur votre table. 10,50 € les 4 (h. 14 cm) sur Hollyparty.com



Un Noël en rouge et blanc, dans la plus pure tradition. Ambiance créée par Côté table.

**EN MINIATURE**

Petite décoration à suspendre, skis en bois, 2 €, Agura au BHV Marais.

**VOILÀ NOTRE HÔTE !**

Housse de coussin, 28 € (45 x 45 cm), sur Laissezluciefaire.com



Rouges, blancs et verts, ces motifs évoquent l'hiver à la montagne. Une escapade sans quitter la table. Assiettes cerf rouge et flocons, 15,50 € pièce, assiette de présentation sapins, 35 € pièce. Ambiance Côté Table (en boutique).

DE BLANC VÊTUE

Théière Lotus en fonte, intérieur émaillé, anse cuivrée, 49 € sur Semadesign-deco.fr

**À TABLE !**

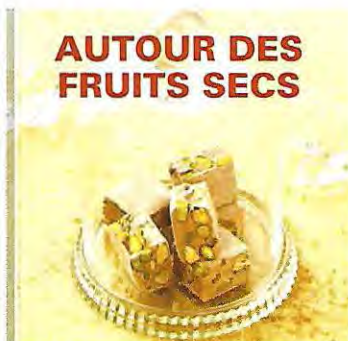
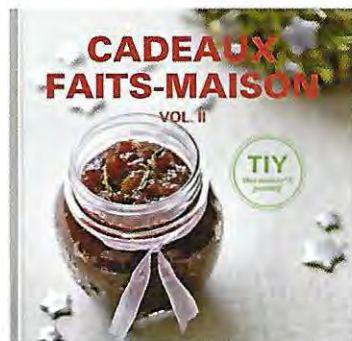
Assiettes bois de cerf en porcelaine. Assiette à dessert, 3,99 €, plate, 4,99 €, Monoprix.

**EN PISTE !**

Set de 4 assiettes creuses collection Skieurs, 24 € le lot, sur Chehoma.com

Il y a du nouveau !

INTERNET, LIVRES, ACTUS...
ON VOUS DIT TOUT.



VOS COLLECTIONS SUR COOKIDOO.FR

Déjà plus de 2 000 recettes sur Cookidoo.fr ! Que vous soyez les heureux propriétaires d'un Cook-Key® ou que vous préfériez acheter des collections une par une, Cookidoo® est un espace d'inspiration qui s'étoffe chaque mois. Découvrez les nouvelles collections de recettes...



CALENDRIER DE L'AVENT

Du 1^{er} au 24 décembre, pour patienter jusqu'à Noël, venez découvrir quotidiennement les surprises qui se cachent derrière les cases du calendrier de l'Avent Thermomix® de la page Facebook Thermomix® France.

De nombreux cadeaux à gagner vous attendent...

Venez tenter votre chance sur [Facebook.com/ThermomixFranceOfficiel](https://www.facebook.com/ThermomixFranceOfficiel)

ANIMATION CLIENTS

Du 21 novembre au 18 décembre 2016, organisez une dégustation avec trois ami(e)s et recevez, en plus de votre cadeau client*, ce superbe calendrier 2017 élaboré pour vous avec nos neuf chefs partenaires Signatures et Talents. Douze recettes sucrées et salées créées par des chefs de prestige. Bonne dégustation ! En outre, sur cette même période, votre conseiller(ère) vous proposera un menu et des recettes thématiques pour les fêtes. Profitez-en !

*Un livre à choisir parmi la sélection suivante : « Tout Chocolat », « Pains et Viennoiseries » et « Forme et Vitalité ».

ANIMATION NOUVEAUX CLIENTS

Pour les fêtes de fin d'année, vous souhaitez offrir ou vous offrir le Thermomix® ? Pour toute commande effectuée auprès de votre conseiller(ère) du 7 novembre au 18 décembre 2016, vous recevrez cette jolie boîte cadeau Thermomix®, contenant le livre « Cuisine rapide ». Idéale à placer sous le sapin en attendant l'arrivée du Thermomix® dans votre cuisine !



THERMOMIX® S'AFFICHE DÉSORMAIS SUR PINTEREST !

Chaque jour, des millions d'internautes se rendent sur Pinterest, un lieu d'inspiration basé sur des photos et visuels attrayants. On y trouve de nouvelles idées, en fonction de ses centres d'intérêt, comme une recette de cuisine par exemple ! Afin

d'accroître encore le rayonnement de Thermomix® et de l'univers culinaire qui l'accompagne sur les réseaux sociaux, Thermomix® se lance dans cette nouvelle aventure. Rejoignez-nous vite : [Fr.pinterest.com/thermomixfrance](https://fr.pinterest.com/thermomixfrance)



THERMOMIX® OUVRE SON BLOG !

Sur le site [Thermomix.fr](https://www.thermomix.fr), découvrez une nouvelle rubrique : **Le Blog de Thermomix®** !

Venez y retrouver des trucs et astuces, et des informations :

- L'actualité de Thermomix®.
 - Les tendances culinaires.
 - Des focus sur les produits de saison.
- Rendez-vous vite sur [Thermomix.fr](https://www.thermomix.fr) rubrique « Le Blog » !

Les règles d'utilisation Thermomix® *ABC*

Il est votre atout du quotidien. Pourtant, que vous soyez débutant ou expert, vous remettre en tête quelques consignes d'utilisation est indispensable. Comme si vous révisiez le code de la route !

Mixer des sauces, hacher des aromates, cuisiner des soupes et des plats mijotés... Avec son ensemble couteau, son moteur puissant et son bol de mixage chauffant, le Thermomix® vous aide à créer de délicieux menus chaque jour. Mais, en plus de bien savoir quels ingrédients utiliser pour votre recette, savez-vous comment utiliser votre Thermomix® correctement et en toute sécurité ?

Pour que vous puissiez connaître plus facilement votre robot culinaire préféré, nous avons rassemblé pour vous toutes les règles de sécurité essentielles au sein de Thermomix® ABC. Que vous ayez juste terminé de déballer votre nouvel appareil culinaire ou que vous soyez déjà un chef Thermomix® expérimenté, il est aussi important de connaître les règles Thermomix® ABC que les plats préférés de vos proches.

JETONS UN ŒIL AUX SIX RECOMMANDATIONS LES PLUS IMPORTANTES DE THERMOMIX® ABC :



N'utilisez votre Thermomix® TM31 qu'avec le joint d'étanchéité vert inséré dans le couvercle du bol de mixage. Remplacez le joint tous les deux ans, ou plus tôt s'il est endommagé.



N'utilisez que le gobelet doseur original Thermomix®. Ne recouvrez jamais le gobelet doseur, sinon, la vapeur ne pourra pas s'en échapper.



Ne dépassez jamais le niveau de remplissage maximal de votre bol de mixage, du panier de cuisson ou du Varoma.



N'utilisez que les pièces et accessoires originaux fournis avec votre Thermomix® et spécialement conçus pour lui.



Réduisez toujours la vitesse progressivement et attendez trois secondes, le temps nécessaire pour que les aliments travaillés se soient stabilisés, avant d'ouvrir le couvercle du bol. Ouvrez le bol avec soin, n'essayez jamais de forcer.



Les pièces du Thermomix® deviendront chaudes quand elles seront chauffées à une température dépassant les 60°C. Dans ce cas, ne touchez jamais le gobelet doseur.



EN CUISINE... AVEC SÉBASTIEN RICHARD

En cette fin d'année, le partage et la passion sont les premiers invités des repas de famille. Sébastien Richard, chef privé à Marseille, dévoile une recette inédite et chocolatée à Cathy, conseillère Thermomix®, pour épater les papilles des invités.

TEXTE DE FANNY RIGAL PHOTOS DE FRÉDÉRIQUE THOMAS

AU CŒUR DE MARSEILLE, dans un cadre enchanteur, le chef cuisinier Sébastien Richard nous attend. Entre terre et mer, face au Vieux-Port et à la célèbre basilique Notre-Dame-de-la-Garde, là où la cité phocéenne ouvre ses bras pour nous offrir ses plus beaux atours, l'hôtel InterContinental jouit d'un panorama exceptionnel. Luxe et raffinement sont les mots-clés. Et avec le charmant sourire du chef, la magie opère. Dans le huis clos de la cuisine, les idées fusent et les préparations commencent pour un dessert de fête. « Le chocolat dans tous ses états », rien que le nom met l'eau à la bouche...

SON PARCOURS EXEMPLAIRE, le chef le commence à Tours, dans un restaurant étoilé, en tant qu'apprenti. Il prend ensuite ses marques et part travailler avec

Thierry Marx, auprès de qui il apprend rigueur et technique. Puis il s'installe à Nîmes et cuisine aux côtés de Patrick Pagès, un chef étoilé de renom installé dans les Cévennes. Il décide enfin, en 1998, d'ouvrir son propre restaurant, La Table de Sébastien, à Istres. Dix ans plus tard, il obtient la mention « Grand de Demain » du guide Gault & Millau, et seulement deux ans après, en 2010, son travail est consacré par une première étoile au Michelin. Aujourd'hui, il vient de vendre son restaurant pour devenir chef privé à Marseille. Avec lui, la cuisine se teinte de modernité avec des plats qui réussissent des alliances originales et auxquels il apporte une touche festive par une présentation recherchée, premier appel, selon lui, à la gourmandise.

POUR LUI, « NOËL EST UNE FÊTE FAMILIALE OÙ TOUT LE MONDE SE RASSEMBLE, partage de bons moments. » Entre les cadeaux du Père Noël et les bons repas, Sébastien adore voir briller les yeux de ses enfants pendant cette période magique. Pour le réveillon, c'est lui qui s'occupe du repas et il ne dédaigne pas préparer des plats traditionnels comme la pintade et le chapon. Mais, amoureux de la mer, c'est le poisson qu'il préfère cuisiner : « Les poissons entiers sont parfaits et font sensation, comme un loup en croûte de sel qui aura une texture fondante et beaucoup de saveurs. » En dessert, il propose une recette au chocolat et à la mangue, pour une touche gourmande et exotique qui va titiller le palais.

POUR RÉALISER CES RECETTES, Lionel Levy, ami de longue date de Sébastien Richard, lui a ouvert les portes de son restaurant, L'Alcyone. En cuisine, Cathy attend les instructions du chef. Un peu en retrait, elle est impatiente de commencer la recette car elle adore découvrir de nouvelles préparations. Cathy connaît Thermomix® depuis 20 ans déjà : invitée à une dégustation, ce fut le coup de foudre. Cette jeune grand-mère aime recevoir et concocter des petits plats pour toute la famille. De l'entrée au dessert, Cathy adore créer et utilise toutes les fonctions du Thermomix® : « Que ce soit des verrines pour l'apéro, des soupes et des purées en plat ou bien des gâteaux, j'use et j'abuse de mon seul appareil ménager. Même les plaques de cuisson deviennent inutiles ! »

Le chef commence par expliquer la recette à son élève du

Sébastien a trouvé en Cathy, une aide-pâtissière idéale. L'élaboration d'une telle recette, c'est du sérieux ! Ce qui n'empêche pas de travailler dans la bonne humeur.



Le chef met la touche finale à sa création... Il est temps de passer à la dégustation. Un moment partagé de bonheur gustatif.



jour. Cathy est très studieuse et écoute attentivement chaque étape. Le Thermomix® prend place dans la cuisine face aux poêles et casseroles en cuivre. Dans ce décor mélangeant tradition et modernité, les deux protagonistes s'attellent à la première partie de la recette, la gelée de mangue. Cathy connaît par cœur les fonctions de son appareil fétiche et s'exécute sans aucune hésitation.

LA RECETTE PREND FORME, le chef passe à la fabrication du sablé breton au cacao et conseille de prendre « un chocolat à 70 % de cacao » pour un dessert plein d'intensité. Autre astuce : « Pour une alternative sans gluten, remplacez la farine de blé par un mélange de farines de riz et de châtaigne. » Cathy prend ses marques et s'approprie la recette, devançant même parfois le chef. Le Thermomix® ne chôme pas avec la préparation du bavaise au cacao et des tuiles, il n'a droit à une pause qu'au moment du dressage. Petit coup de chaud avec les tuiles qui sortent du four, il faut faire vite ! Avec beaucoup de minutie, le chef assemble tous les éléments dans l'assiette et saupoudre son dessert, au dernier moment, d'une herbe assez originale, le shizo, au surprenant goût de cumin. Il ne reste plus qu'à servir à table : effet garanti !

Nous remercions l'Hôtel InterContinental et son restaurant L'Alcyone pour leur accueil. 1 place Daviel, 13002 Marseille - Tél. 04 13 42 42 42





2



3



8



9



13



13



13



17



18

Le chocolat dans tous ses états

🍴 6 portions

La gelée de mangue

- 3 feuilles de gélatine alimentaire (1,9 g/feuille) et un récipient d'eau froide
- 500 g de purée de mangue ou 400 g de mangue et 100 g de jus de mangue
- 1 gousse de vanille, fendue en deux dans la longueur

Le sablé breton au chocolat

- 3 jaunes d'œufs
- 130 g de sucre en poudre
- 170 g de beurre demi-sel, mou
- 175 g de farine de blé
- 1 c. à café de levure chimique
- 1 pincée de fleur de sel
- 4 c. à soupe de cacao en poudre

La bavaroise au chocolat

- 3 feuilles de gélatine alimentaire (1,9 g/feuille) et un récipient d'eau froide
- 150 g de lait entier
- 150 g de crème liquide, 30% m.g. min.
- 2 jaunes d'œufs

- 125 g de chocolat noir 70 % de cacao, détaillé en morceaux

Les tuiles au chocolat

- 100 g de sucre glace
- 2 blancs d'œufs
- 100 g de beurre mou
- 50 g de farine de blé
- 25 g de cacao en poudre

Le dressage

- 20 g de cacao en poudre, et un peu pour la finition
- quelques feuilles de shiso
- quelques noisettes, torréfiées et coupées en deux

Ustensiles : rouleau à pâtisserie, papier cuisson, 2 plaques à pâtisserie (29 x 31 cm env.), emporte-pièce, toile de cuisson (type Silpat), fouet

La gelée de mangue

1. Mettre les feuilles de gélatine à ramollir dans un récipient d'eau froide.
2. Mettre la purée de mangue, les graines et la gousse de vanille évidée dans le bol, puis chauffer **2 min/75°C/vitesse 2 (TM31 : 2 min/80°C/vitesse 2)**.
3. Ajouter la gélatine égouttée et mélanger **40 sec/vitesse 3**. Retirer la gousse de vanille. Transvaser dans un plateau creux (env. 30 x 20 cm), puis réserver au congélateur. Nettoyer le bol.

Le sablé breton au chocolat

4. **Insérer le fouet.** Mettre les jaunes d'œufs et le sucre dans le bol, puis fouetter **2 min/vitesse 3**.
5. Ajouter le beurre et mélanger **40 sec/vitesse 4**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
6. Ajouter la farine, la levure chimique, la fleur de sel et le cacao en poudre, puis mélanger **1 min/vitesse 3**. **Retirer le fouet.** Transvaser la pâte dans un récipient et réserver 1 heure au frais. Nettoyer le bol et le fouet.
7. Préchauffer le four à 175°C (Th. 5-6).
8. Étaler la pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie entre deux feuilles de papier cuisson sur une épaisseur de 7 mm environ. Retirer la feuille de papier cuisson du dessus, puis déposer la feuille de pâte sur une plaque à pâtisserie.

Enfourner et cuire 8 minutes à 175°C.

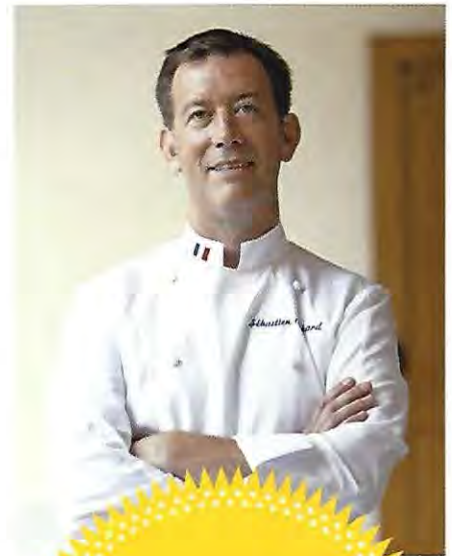
9. À l'aide de 6 emporte-pièce rectangulaires (12 x 4 cm), détailler des sablés, puis les déposer, avec l'emporte-pièce, sur une autre plaque à pâtisserie. Réserver.

La bavaroise au chocolat

10. Mettre les feuilles de gélatine à ramollir dans un récipient d'eau froide.
11. Mettre le lait, la crème liquide et les jaunes d'œufs dans le bol, puis cuire **8 min/85°C/vitesse 2 (TM31 : 8 min/90°C/vitesse 2)**.
12. Ajouter la gélatine égouttée et le chocolat noir, puis mélanger **30 sec/vitesse 5**. Laisser tiédir dans le bol 30 minutes à température ambiante.
13. Verser un fond de bavaroise dans chaque emporte-pièce, sur le sablé, et laisser prendre 15 minutes au congélateur. Pendant ce temps, détailler 6 bandes de gelée de mangue (12 x 2 cm). Une fois les fonds de bavaroise pris, placer au centre de chacun une bande de gelée de mangue, puis couvrir avec le reste de bavaroise et réserver au réfrigérateur. Laisser le reste de gelée ramollir à température ambiante dans un récipient. Nettoyer le bol.

Les tuiles au chocolat

14. Préchauffer le four à 170°C (Th. 5-6).
15. **Insérer le fouet.** Mettre le sucre glace, les blancs d'œufs et le beurre dans le bol, puis mélanger **30 sec/vitesse 4**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.



Découvrez le pas à pas de la recette en vidéo sur notre chaîne YouTube : www.youtube.com/c/ThermomixFrance

16. Ajouter la farine et le cacao en poudre, puis mélanger **30 sec/vitesse 2**. **Retirer le fouet.**
17. Étaler une fine couche de pâte à tuiles sur une plaque recouverte d'une toile de cuisson (type Silpat), puis enfourner et cuire 5 minutes à 170°C. Sortir la plaque du four, puis détailler 6 rectangles de la même taille que les entremets à l'aide d'un emporte-pièce.

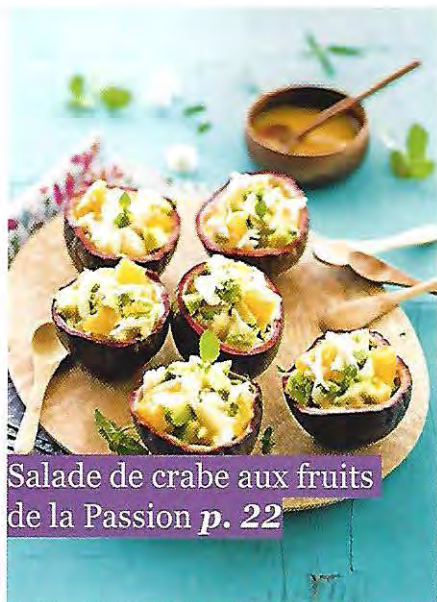
Le dressage

18. Démouler les entremets, puis les saupoudrer de cacao en poudre. Fouetter énergiquement le reste de gelée de mangue, puis décorer l'assiette d'une virgule de mangue. Saupoudrer l'assiette d'un peu de cacao puis y déposer l'entremets. Décorer avec une tuile au chocolat et agrémenter de feuilles de shiso. Disposer les noisettes torréfiées sur l'entremets et servir aussitôt.

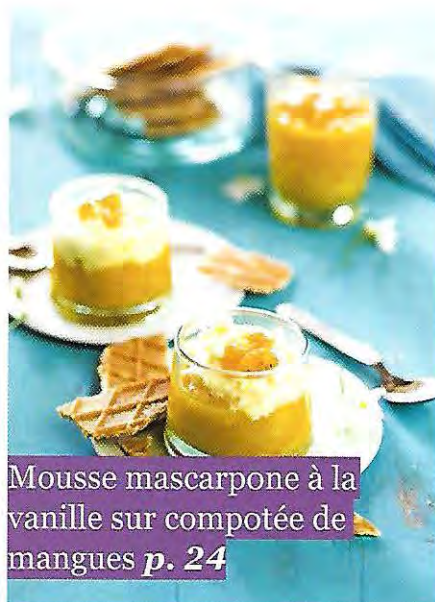


⚡ 45 min ⏱ 3 h 15 min 🌟 Difficile

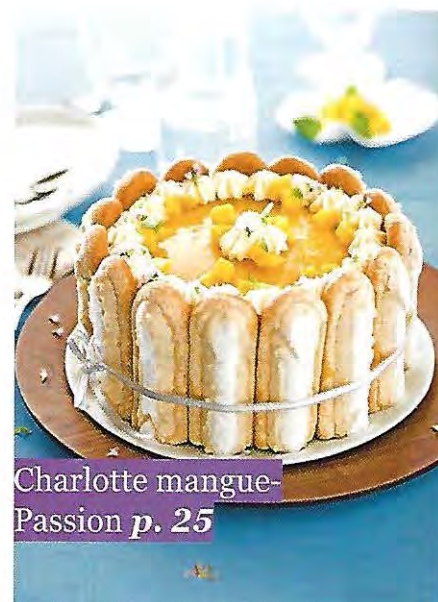
🍽 Pour 1 portion : 3984 kJ / 954 kcal / Protéines 16 g / Glucides 76 g / Lipides 65 g



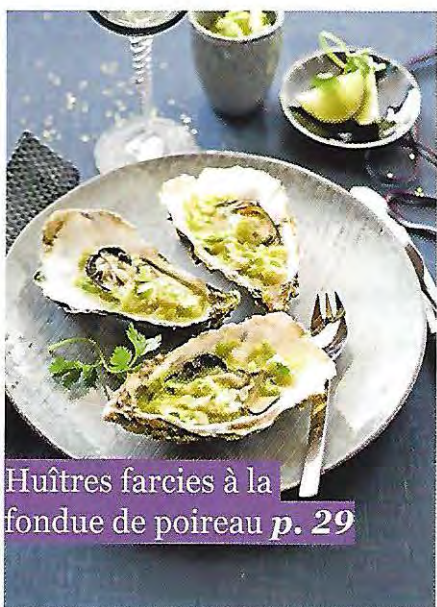
Salade de crabe aux fruits
de la Passion p. 22



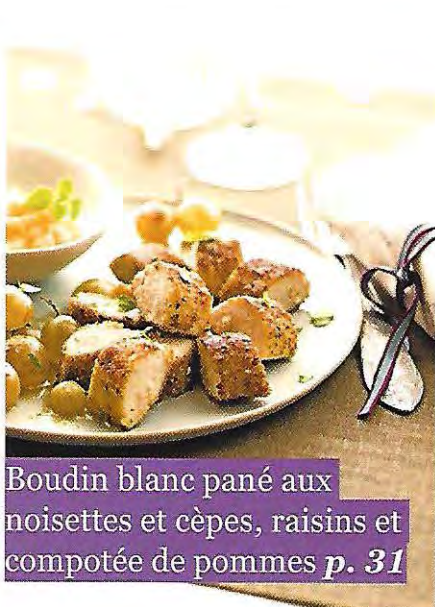
Mousse mascarpone à la
vanille sur compotée de
mangues p. 24



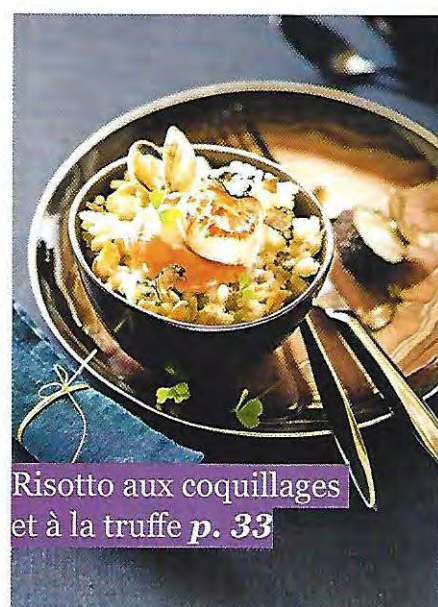
Charlotte mangue-
Passion p. 25



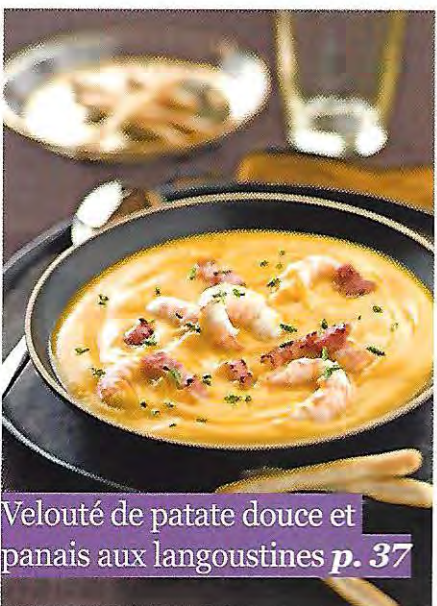
Huîtres farcies à la
fondue de poireau p. 29



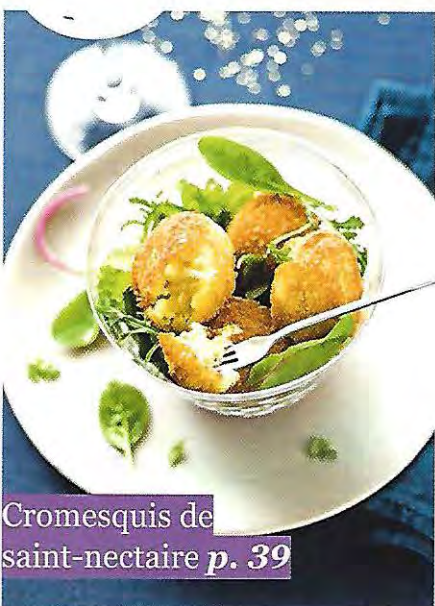
Boudin blanc pané aux
noisettes et cèpes, raisins et
compotée de pommes p. 31



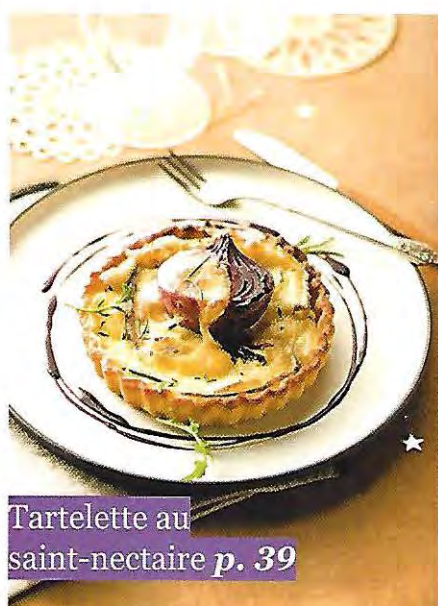
Risotto aux coquillages
et à la truffe p. 33



Velouté de patate douce et
panais aux langoustines p. 37



Croques au
saint-nectaire p. 39



Tartelette au
saint-nectaire p. 39

C'EST LA SAISON

Mes recettes créatives pour la fin d'année

TEXTE DE FANNY RIGAL PHOTOS RECETTES ET ÉTAPES DE LAURENT GRIVET STYLISME DE GAËLLE GOUMAND



LES CONSEILS DE FRÉDÉRIC JAUNAUT

Avec ses trente ans d'expérience culinaire, ce Meilleur Ouvrier de France fruitier primeur est l'expert incontournable des fruits et légumes. Profitez de sa connaissance et de ses conseils avisés pour choisir, conserver et cuisiner vos produits de saison.

MANGUE, FRUIT DE LA PASSION, LITCHI : MON TRIO TROPICAL

Tout droit venus des Dom-Tom, d'Afrique ou d'Asie, ils pétillent, apportent fraîcheur et acidité, et invitent au voyage. Associés à la viande blanche, au poisson ou en carpaccio, ils se servent à toutes les sauces dans un tourbillon exotique riche en saveurs et en couleurs !

DES MILLIERS DE VARIÉTÉS

Il existe une multitude de variétés de mangue dans le monde. En Inde, on en dénombre même plus d'un millier. Les fruits consommés en France (africains au printemps, latino-américains le reste de l'année) se nomment joliment « Amélie », « Kent », « Tommy Atkins », « Palmer », « Zill », « Keitt ». Ces variétés diffèrent par la couleur de leur épiderme et de leur chair ainsi que la consistance et le parfum de cette dernière. Il existe également des variétés des Antilles comme les mangues « José » ou « Julie » qui sont excellentes mais ne sont commercialisées que sur place du fait de leur fragilité.

COMMENT LA CHOISIR ?

La couleur de sa peau varie selon le stade de maturité et, surtout, de la variété. Difficile de s'y fier pour faire le bon choix ! Prenez plutôt celles qui sont souples au toucher : réalisez une légère pression avec les doigts, la chair doit céder légèrement. La peau doit être intacte, saine, propre, exempte de taches noires ou de tavelures. Ces dernières témoignent des dommages causés par le froid.

COMMENT LA CONSERVER ?

Mûre, la mangue doit être consommée très vite pour lui conserver ses qualités gustatives. Elle ne supporte pas les températures inférieures à 8 °C : pas de réfrigérateur ! Ce fruit se congèle soit en purée, soit cuit au sirop.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le fruit de la Passion pousse sur une liane : la grenadille. Son nom fait directement référence à la Passion du Christ, puisque la fleur de passiflore, son autre nom, en reproduirait les différents symboles : la couronne d'épines, les apôtres, les cinq plaies du Christ, les clous.

UN PEU D'HISTOIRE

Le manguié est l'un des arbres fruitiers les plus anciennement cultivés. Il est mentionné pour la première fois au début du XIV^e siècle, par un certain Friar Jordanus. Partant d'Inde où il pousse à l'état sauvage, l'arbre arrive en Afrique grâce aux migrations arabes, puis en Amérique latine, implanté par les Portugais. Ils nommèrent le fruit « manga », une transformation du nom indien « man-gay ».



BIEN LE CHOISIR

Ne vous trompez pas ! Plus la peau du fruit de la Passion sera fripée, plus il sera arrivé à maturité. Toutefois, soupesez-le : s'il est trop léger, il s'est sûrement asséché. Vous pouvez l'acheter lisse et le laisser mûrir, chez vous, à température ambiante.

FRUIT FESTIF

Le litchi chevelu est l'autre nom donné au ramboutan, cousin des litchis. Ce fruit asiatique provient plus spécifiquement de Malaisie, de Thaïlande et d'Indonésie. Au moment de le servir, retirez juste le dessus de la coque afin que ses « cheveux » entourent le fruit à la manière d'une fleur. Effet garanti !

LE BON PRODUIT

Fruit délicat au goût caractéristique de rose, le litchi doit être assez dur au toucher et avoir une écorce intacte. Il ne faut pas choisir des fruits à la peau craquelée, synonyme de trop grande maturité. La peau est rose avec quelques nuances de jaune.



Salade de crabe aux fruits de la Passion

🍴 6 portions

- 2 jaunes d'œufs
- 1 c. à soupe de moutarde
- 3 fruits de la Passion
- 2 pincées de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 2 pincées de poivre, à ajuster en fonction des goûts
- 70 g d'huile de tournesol
- 6 pinces de crabe, décortiquées (300-400 g env. de chair)
- 1 avocat, coupé en cubes
- 1 orange, détaillée en segments coupés en deux

1. Insérer le fouet. Mettre les jaunes d'œufs, la moutarde, la pulpe des fruits de la Passion, le sel et le poivre dans le bol, puis fouetter **1 min 30 sec/ vitesse 3**, en versant très lentement l'huile sur le couvercle du bol de manière à ce qu'elle tombe en mince filet autour du gobelet doseur sur le fouet en marche. **Retirer le fouet.** Transvaser le contenu du bol dans un récipient et réserver.

2. Décortiquer les pinces de crabe, puis les mettre dans un récipient. Y ajouter les cubes d'avocat, les demi-segments d'orange et la sauce, puis mélanger délicatement. Garnir chaque demi-coque de fruits de la Passion de cette préparation, puis servir aussitôt.

Variante(s)

- Les grains de fruit de la Passion apportent du croquant à la recette. Si vous souhaitez vous en passer, filtrez la pulpe en tout début de recette à l'aide d'une passoire fine et utilisez seulement le jus.



Servez avec un muscat.

⏱ 30 min 🕒 35 min 🍴 Facile

📊 Pour 1 portion : 1037 kJ / 250 kcal / Protéines 14 g / Glucides 4 g / Lipides 20 g

Carpaccio de saumon, sorbet litchi au poivre sauvage

6 portions

Le sorbet au litchi (la veille)

- 80 g de sucre en poudre
- 1 c. à café de poivre sauvage
- 100 g d'eau
- 300 g de litchis frais, épluchés et dénoyautés

- 1 citron vert (le jus seulement)

Le carpaccio de saumon (le jour même)

- 350 g de saumon frais sans la peau
- 6 pincées de poivre, à ajuster en

fonction des goûts

- 6 pincées de sel, à ajuster en

fonction des goûts

- 6 brins de coriandre fraîche, ciselés

- 20 g d'huile d'olive

Ustensile(s) : bac à glaçons

Le sorbet au litchi (la veille)

1. Mettre le sucre et le poivre sauvage dans le bol, puis pulvériser

10 sec/vitesse 10. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

2. Ajouter l'eau et chauffer **5 min/120°C/vitesse 2 (TM31 : 5 min/Varoma/vitesse 2)**, sans le gobelet doseur.

3. Ajouter les litchis et le jus de citron, puis mixer **30 sec/vitesse 10.**

Transvaser dans des bacs à glaçons et placer au congélateur 1 nuit.

Le carpaccio de saumon (le jour même)

4. Tailler le saumon en fines tranches et les disposer sur les assiettes de service. Assaisonner avec le poivre, le sel, la coriandre et 1 filet d'huile d'olive.

5. Mettre les glaçons de sorbet au litchi dans le bol, puis mixer **20 sec/vitesse 6**, en vous aidant de la spatule. Déposer une quenelle de sorbet litchi sur chaque assiette, puis servir aussitôt accompagné de toasts ou de blinis tièdes.



Servez avec un pouilly-fumé.

10 min 12 h Facile

Pour 1 portion : 897 kJ / 213 kcal / Protéines 12 g / Glucides 21 g / Lipides 9 g



Mousse mascarpone à la vanille sur compotée de mangues

6 verrines

La compotée de mangues

- 250 g de mangue mûre, coupée en morceaux (1-2 mangues en fonction des variétés)

- 1 gousse de vanille, fendue en deux dans la longueur

- 1 citron vert (le jus seulement)

La mousse mascarpone

- 3 œufs, blancs et jaunes séparés

- 80 g de sucre en poudre

- 1 dose de safran en poudre

- 250 g de mascarpone

Ustensile(s) : 6 verrines

La compotée de mangues

1. Mettre la chair de mangue dans le bol et mixer **2 sec/vitesse 3**.

2. Ajouter la gousse de vanille et le jus de citron vert, puis cuire

5 min/50°C/vitesse 1. Transvaser dans un récipient et réserver au réfrigérateur. Nettoyer et essuyer le bol.

La mousse mascarpone

3. Mettre les jaunes d'œufs, le sucre et le safran dans le bol, puis mélanger

1 min/vitesse 4.

4. Ajouter le mascarpone et mélanger

30 sec/vitesse 4. Transvaser dans un récipient et réserver. Nettoyer et essuyer soigneusement le bol.

5. Mettre les blancs d'œufs dans le bol, **insérer le fouet**, puis fouetter

1-3 min/vitesse 3. Mélanger délicatement les blancs en neige à la préparation précédente à l'aide de la spatule. Répartir la compotée de

mangues au fond de 6 verrines, puis napper de mousse mascarpone (en vous aidant éventuellement d'une poche à douille). Réserver 3 heures minimum au réfrigérateur avant de déguster bien frais.

Conseil(s) :

- Parsemez vos mousses de noix de coco râpée à la vanille. Pour cela, mettez 50 g de noix de coco râpée et une gousse de vanille dans le bol, puis mixer **10 sec/vitesse 10**.



Servez avec un beaumes-de-venise blanc.

10 min 3 h 20 Facile

Pour 1 verrine : 1227 kJ / 292 kcal / Protéines 6 g / Glucides 21 g / Lipides 21 g



Charlotte mangue-Passion

8 parts

La base spéculoos

- 200 g de spéculoos
- 70 g de beurre doux, mou
- La mousse à la mangue
- 6 feuilles de gélatine alimentaire (1,9 g/feuille) et un récipient d'eau froide
- 350 g de mangue mûre, coupée en morceaux
- 120 g de sucre en poudre
- 40 g d'eau
- 10 g de vinaigre balsamique blanc
- 2 blancs d'œufs
- 350 g de crème liquide, 30% m.g. min., très froide

Le miroir au fruit de la Passion

- 3 feuilles de gélatine alimentaire (1,9 g/feuille) et un récipient d'eau froide
- 250 g de jus de fruit de la Passion
- La décoration

- 300 g de biscuits à la cuillère
 - 80 g de jus de fruit de la Passion
 - 100 g de mangue mûre, coupée en dés (1 cm env.)
 - quelques feuilles de menthe fraîche
- Ustensile(s) :** plaque à pâtisserie (29 x 31 cm env.), papier cuisson, cercle à pâtisserie (Ø 18-20 cm), casserole, thermomètre à sucre

La base spéculoos

1. Déposer un cercle à pâtisserie sur une plaque tapissée de papier cuisson.
2. Mettre les spéculoos et le beurre dans le bol, puis mixer **10 sec/vitesse 5**. Répartir la préparation dans le cercle à pâtisserie en veillant à ne pas laisser d'espace entre le moule et la préparation, puis en lisser la surface. Réserver au réfrigérateur. Nettoyer le bol.

La mousse à la mangue

3. Mettre les feuilles de gélatine à ramollir dans un récipient d'eau froide.
4. Mettre la mangue dans le bol et mixer **10 sec/vitesse 10**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
5. Chauffer **5 min/60°C/vitesse 1**.
6. Ajouter la gélatine égouttée et mélanger **3 sec/vitesse 4**. Transvaser dans un récipient et réserver. Nettoyer et essuyer soigneusement le bol.



7. Faire chauffer le sucre, l'eau et le vinaigre balsamique blanc à 110°C dans une casserole. Utiliser un thermomètre à sucre pour contrôler la montée de la température. **Insérer le fouet**. Mettre les blancs d'œufs dans le bol et fouetter

10 min/vitesse 3. Pendant ce temps, verser doucement le sirop obtenu par l'orifice du couvercle sur le fouet en marche afin d'obtenir une meringue italienne. **Retirer le fouet**. Incorporer délicatement la meringue à la purée de mangue à l'aide de la spatule. Nettoyer, essuyer et refroidir le bol et le fouet.

8. Mettre la crème liquide dans le bol. **Insérer le fouet** et fouetter **2-3 min/vitesse 3** ou jusqu'à l'obtention d'une crème fouettée. **Retirer le fouet**. Ajouter délicatement, la crème fouettée à la préparation à la mangue. Verser le mélange sur la base spéculoos, lisser la surface et réserver 3 heures au réfrigérateur. Nettoyer et essuyer soigneusement le bol.

Le miroir au fruit de la Passion

9. Mettre les feuilles de gélatine à ramollir dans un récipient d'eau froide.
10. Mettre 100 g de jus de fruit de la Passion dans le bol, puis chauffer **5 min/60°C/vitesse 1**.
11. Ajouter la gélatine égouttée et mélanger **3 sec/vitesse 4**.
12. Ajouter les 150 g de jus de fruit de la Passion restants, puis mélanger

3 sec/vitesse 4. Transvaser dans un récipient et laisser refroidir 15 minutes à température ambiante avant de verser le miroir sur la mousse à la mangue, lisser la surface puis placer 1 heure environ au réfrigérateur.

La décoration

13. Démouler la charlotte, tremper légèrement les biscuits dans le jus de fruit de la Passion et les disposer harmonieusement autour du gâteau, puis décorer avec les dés de mangue et quelques feuilles de menthe. Déguster bien frais.

Conseil(s) :

- Préférez du jus de fruit de la Passion acheté dans le commerce. Un jus réalisé à la maison serait trop acide pour cette recette.



Servez avec un crémant du Jura.

40 min 5 h Facile Pour 1 part : 2321 kJ / 553 kcal / Protéines 9 g / Glucides 69 g / Lipides 27 g



13

LES MEILLEURES HUÎTRES EN DÉGUSTATION

Marennes Oléron, belon, fine de claire... avec son goût subtilement iodé, sa texture fondante ou plus ferme, l'huître est la reine des repas de fêtes.

MARENNES OLÉRON

L'affinage en claires est une pratique unique au monde. Les huîtres grandissent dans des parcs qui sont d'anciens marais salants et elles diversifient ainsi leur alimentation. Elles sont distinguées par un premier Label Rouge en 1989, puis un second dix ans plus tard. En 2009, le travail des ostréiculteurs charentais est de nouveau récompensé par l'obtention d'une indication géographique protégée (IGP).

A DÉGUSTER

La fine de claire est l'huître préférée des consommateurs. Cultivée entre terre et mer, elle se gorge subtilement de saveurs marines. On la déguste nature avec du vinaigre, du citron, du vin blanc sec, ou chaude avec un sabayon au champagne.



DANS MON PANIER

On varie les plaisirs en mélangeant deux variétés, des plates et des creuses. À gauche dans le panier, des huîtres sauvages de Sarzeau que l'on trouve dans le golfe du Morbihan. Ces creuses se caractérisent par une coquille allongée. Pour les rondes et plates, on peut proposer les bretonnes Prat-Ar-Coum, comme ici à droite, ou se tourner vers les belons, toujours en Bretagne, ou, plus au sud, celles du bassin de Thau (huîtres de Bouzigues).

CHOISIR ET CONSERVER

Vérifiez que les huîtres soient bien fermées. Elles doivent être lourdes, c'est la preuve qu'elles n'ont pas perdu leur eau et qu'elles sont bien vivantes. Le calibrage correspond à l'indice de remplissage des coquilles. Une huître creuse de calibre 1 pèse entre 111 g et 150 g alors que celle de calibre 5 pèse entre 30 et 45 g. Elles se conservent dans un endroit frais pendant une dizaine de jours. On les place à plat, coquille bombée dessous et couvertes d'un torchon humide ou d'aigues.

TRÉSOR NUTRITIONNEL

Aliment complet et riche en nutriments, l'huître est pleine de bienfaits pour l'organisme grâce à sa forte teneur en fer, magnésium, calcium et potassium, mais aussi en vitamines et protéines. Elle est aussi très peu calorique (environ 40 kcal pour une huître de calibre 2) et très digeste.

ASTUCES

Pour cuisiner les huîtres, choisissez les plus grosses, c'est-à-dire celles de calibre 0 ou 1. Leur chair convient mieux à la cuisson. Vos huîtres s'ouvriront d'elles-mêmes si vous les chauffez légèrement dans le Varoma. Cuisinez-les ensuite selon vos goûts : pochées dans un bouillon parfumé (dans le panier cuisson), ou gratinées quelques minutes au four avec la garniture de votre choix (fondue de poireaux, sabayon, échalotes).



Nage iodée de sot-l'y-laisse aux huîtres

6 portions

- 24 sot-l'y-laisse de poulet ou 12 sot-l'y-laisse de dinde
- 30 g de sauce de soja
- 20 g de mirin
- 12 grosses huîtres creuses, non ouvertes
- 5 g de gingembre frais
- 80 g d'oignons nouveaux
- 650 g d'eau
- 1 cube de bouillon de légumes
- 200 g de carottes, taillées en julienne
- 150 g de radis noir, taillé en julienne
- 1 tige de citronnelle fraîche, finement ciselée
- 20 brins de ciboulette fraîche, ciselés

Ustensile(s) : passoire fine

1. Mettre les sot-l'y-laisse à mariner dans un récipient avec la sauce soja et le mirin. Disposer les huîtres dans le Varoma.
2. Mettre le gingembre et les oignons nouveaux dans le bol, puis hacher **5 sec/vitesse 5**.
3. Ajouter l'eau et le cube de bouillon, mettre en place le Varoma, insérer le plateau vapeur, y déposer les sot-l'y-laisse, en versant la marinade, puis cuire à la vapeur **20 min/Varoma/vitesse 1**. Retirer l'ensemble Varoma et réserver au chaud. Filtrer le contenu du bol au-dessus d'un récipient à l'aide d'une passoire fine. Rincer le bol et remettre le bouillon filtré dans le bol.
4. Ajouter les carottes, le radis noir et la citronnelle, puis cuire **10 min/100°C/vitesse 1**. Pendant ce

temps, retirer les huîtres de leur coquille et réserver. Répartir les légumes, 4 sot-l'y-laisse et 2 huîtres par assiette, puis couvrir de bouillon chaud. Parsemer de ciboulette et servir aussitôt.

Conseil(s) :


- Vous trouverez le mirin en épicerie asiatique ou au rayon « Produits du monde » de votre supermarché.
- Les sot-l'y-laisse de dinde et de poulet n'ont pas la même taille. Ajustez donc le nombre de morceaux de viande à utiliser dans votre recette en fonction de la viande choisie.



Servez avec un graves.

⚡ 10 min ⌚ 40 min 🍴 Facile 🍴 Pour 1 portion : 763 kJ / 181 kcal / Protéines 26 g / Glucides 9 g / Lipides 5 g

Huîtres farcies à la fondue de poireau

 12 huîtres

- 500 g d'eau
- 12 grosses huîtres creuses
- 200 g de poireaux, coupés en tronçons
- 20 g de beurre doux
- 2 pincées de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 2 pincées de poivre noir, moulu,

à ajuster en fonction des goûts
- 20 g de vinaigre balsamique blanc

1. Mettre l'eau dans le bol, puis mettre en place le Varoma. Placer les huîtres dans le Varoma et cuire à la vapeur **12 min/Varoma/vitesse 2**. Les huîtres seront entrouvertes et beaucoup plus faciles à ouvrir. Retirer le Varoma. Laisser les huîtres dans la coquille du bas et les disposer sur un plat de service. Vider et rincer le bol.


2. Mettre les poireaux dans le bol et mixer **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

3. Ajouter le beurre, le sel, le poivre et le vinaigre balsamique blanc, puis mijoter **24 min/120°C/vitesse 1 (TM31 : 24 min/100°C/vitesse 1)**, sans le gobelet doseur. Garnir les huîtres de fondue de poireau encore chaude et déguster aussitôt.



Servez avec un sancerre.

 10 min  45 min  Facile

 Pour 1 huître : 101 kJ / 24 kcal / Protéines 1 g / Glucides 2 g / Lipides 2 g



LE BOUDIN BLANC, UN CONDENSÉ DE TRADITION

Chaque fin d'année, il se revisite avec des truffes, des pommes ou encore du foie gras. Il se nuance ainsi en fonction des régions et des terroirs gastronomiques pour apporter toute sa douceur à nos menus de fête.

UN PEU D'HISTOIRE

Servi, à l'origine, sous forme de bouillie avec du lait et du pain, ce n'est qu'au XVII^e siècle que le boudin blanc trouve sa forme définitive. Mélange de viande blanche, de lait, d'œuf et de pain, la mixture s'insère dans un boyau de porc ou de bœuf puis cuit dans de l'eau non salée.

DÉGUSTATION

Le boudin blanc s'adapte à tous les modes de cuisson et se marie très bien avec les fruits : pommes, abricots, fruits exotiques... On l'apprécie également truffé ou accompagné d'une purée de céleri.

VARIÉTÉS RÉGIONALES

Chaque région s'approprie la recette et apporte ses caractéristiques locales. On trouve, entre autres, l'onctueux et crémeux boudin blanc de Rethel, dans les Ardennes, titulaire d'une Indication géographique protégée (IGP), le boudin blanc catalan gorgé d'herbes aromatiques ou encore la croustillante bougnette de Castres, dans le Tarn.

Boudin blanc pané aux noisettes et cèpes, raisins et compotée de pommes

 8 portions

- 30 g de noisettes émondées
- 20 g de parmesan
- 10 g de cèpes déshydratés
- 30 g de biscottes
- 10 g de beurre doux, et un peu pour la cuisson
- 700 g de pommes, coupées en dés (1 cm env.)
- 2 pincées de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 1 pincée de poivre, à ajuster en fonction des goûts
- 8 boudins blancs (200 g chacun env.), sans peau

- 40 g de farine de blé
 - 3 œufs battus
 - 350 g de raisins blancs, sans pépins
- Ustensile(s) : poêle antiadhésive, poêle

1. Mettre les noisettes, le parmesan, les cèpes et les biscottes dans le bol, puis mixer **10 sec/vitesse 10**. Transvaser la chapelure dans un récipient et réserver.

2. Mettre le beurre, les pommes, le sel et le poivre dans le bol, puis compoter. **15 min/100°C/🌀/vitesse 2**. Pendant ce temps, couper les boudins en deux dans la longueur, remplir une assiette de farine, une autre d'œufs battus et une troisième de chapelure aux cèpes et noisettes. Tremper chaque demi-boudin dans la farine, dans l'œuf puis dans la chapelure. Chauffer une poêle avec du beurre et y faire dorer les boudins de chaque côté. Réserver dans une assiette, puis faire dorer les raisins dans la poêle encore bien chaude. Servir les boudins



panés, accompagnés de raisins poêlés et compotée de pommes.




Servez avec un montlouis-sur-loire.

🕒 20 min 🕒 40 min 🍳 Facile 📊 Pour 1 portion : 2793 kJ / 26 kcal / Protéines 26 g / Glucides 35 g / Lipides 48 g



Cuillères de boudin blanc et pain d'épices sur confit d'oignons

 20 cuillères

- Le crumble au pain d'épices
- 50 g de sucre roux
 - 1 orange non traitée (zeste et jus)

- 100 g de farine de blé
 - 100 g de beurre demi-sel, mou
 - 2 c. à café d'épices à pain d'épices
- Le confit d'oignons

- 200 g d'oignons, coupés en deux
- 30 g de beurre demi-sel
- 80 g de sucre roux
- 50 g de crème de vinaigre balsamique noir
- ½ c. à café de sel, à ajuster en fonction des goûts

- Le boudin blanc
- 20 g de beurre doux
 - 3 boudins blancs, coupés en rondelles (1,5 cm env.)
- Ustensile(s) : plaque de four, papier cuisson, poêle antiadhésive, cuillères à hors-d'œuvre

Le crumble au pain d'épices

1. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6). Tapisser une plaque de four de papier cuisson.

2. Mettre le sucre et le zeste de l'orange dans le bol, puis mixer **10 sec/vitesse 10**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

3. Ajouter la farine, le beurre et les épices à pain d'épices, puis mixer

3 sec/vitesse 6. Étaler sur la plaque de cuisson, puis enfourner et cuire 10-15 minutes à 180°C. Nettoyer le bol.

Le confit d'oignons

4. Mettre les oignons dans le bol et hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

5. Ajouter le beurre, le sucre roux, la crème de vinaigre balsamique et le sel, puis confire **20 min/Varoma/vitesse 1**, sans le gobelet doseur.

Le boudin blanc

6. Chauffer une poêle avec le beurre et y faire dorer les rondelles de boudin de chaque côté, puis déglacer avec le jus d'orange. Disposer un fond de confit d'oignons dans des cuillères à hors-d'œuvre, puis poser les rondelles de boudin dessus. Finir en parsemant de crumble au pain d'épices et déguster encore tiède.



Servez avec un anjou-gamay.

🕒 15 min 🕒 55 min 🍳 Facile 📊 Pour 1 cuillère : 754 kJ / 181 kcal / Protéines 4 g / Glucides 14 g / Lipides 12 g

LA TRUFFE ET SES SECRETS

Diamant noir du Périgord, la truffe s'invite sur nos tables pour des mets d'exception. Subtile, boisée et même sucrée, sa saveur embaume les assiettes et leur donne cette petite touche luxueuse. Crue ou cuite, on perce le mystère de ce diamant noir.

CARTE D'IDENTITÉ

La truffe est la fructification d'un champignon vivant en symbiose avec un arbre (chêne, noisetier, mais aussi charme, tilleul, saule...).

Il en existe plus de trente variétés. En France on trouve : *tuber melanosporum*, la truffe noire ; *tuber brumale*, musquée ; *tuber uncinatum*, de Bourgogne ; *tuber aestivum*, blanche d'été.

UN PEU D'HISTOIRE...

Des tables d'argile babyloniennes (3700 av. J.-C.) font déjà mention de la truffe. Oubliée au Moyen Âge, il faut attendre la Renaissance pour qu'elle revienne en cuisine et gagne ses lettres de noblesse grâce aux papes venus en Avignon.

LA CHOISIR

La truffe doit être ferme sous les doigts, ni trop molle ni trop sèche, et vendue nettoyée. Elle doit sentir la forêt. Enfin, elle doit être noire avec des veines blanches. S'il n'y en a pas, c'est qu'elle a subi le gel.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le nom « truffe du Périgord » ne désigne que la variété botanique et non son origine. Vous pourrez trouver de la truffe du Périgord dans le Sud-Est, en Italie et en Espagne.

LA CONSERVER

Les truffes perdent rapidement leur parfum et leurs qualités gustatives. Enveloppez-les dans un linge et déposez-les au réfrigérateur dans une boîte hermétique en plastique alimentaire. Vous pouvez y placer des œufs, ils en prendront l'odeur et le goût. Si vous la congélez, prenez soin de l'envelopper pour qu'elle ne brûle pas au contact du froid.

Risotto aux coquillages et à la truffe

6 portions

- 60 g de parmesan, coupé en morceaux (3 cm env.)
 - 100 g d'échalotes, coupées en deux
 - 40 g de beurre doux
 - 25 g d'huile d'olive, et un peu pour la cuisson
 - 320 g de riz spécial risotto, type carnaroli ou arborio
 - 100 g de vin blanc sec
 - 600 g d'eau
 - 1 cube de bouillon de volaille
 - 2 pincées de sel, à ajuster en fonction des goûts
 - 500 g de coques fraîches, préalablement dégorgées
 - 500 g de palourdes, préalablement dégorgées
 - 250 g de noix de saint-jacques avec corail
 - 80 g de crème liquide
 - 3-5 g de truffe fraîche, et un peu pour la finition
- Ustensile(s) : poêle antiadhésive

1. Mettre le parmesan dans le bol et râper **10 sec/vitesse 10**. Transvaser dans un récipient et réserver.
2. Mettre les échalotes dans le bol et hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
3. Ajouter le beurre et l'huile d'olive, puis rissoler **3 min/120°C/vitesse 1 (TM31 : 3 min/Varoma/vitesse 1)**, sans le gobelet doseur.
4. Ajouter le riz et rissoler **3 min/120°C/vitesse 1 (TM31 : 3 min/Varoma/vitesse 1)**, sans le gobelet doseur.
5. Ajouter le vin blanc sec puis cuire **1 min/100°C/vitesse 1**, sans le gobelet doseur. Si nécessaire, racler le fond du bol à l'aide de la spatule pour décoller le riz.
6. Ajouter l'eau, le cube de bouillon et le sel, mettre en place le Varoma, y déposer les coques et les palourdes, puis cuire **12-14 min/Varoma/☞/vitesse 1**. Pendant ce temps, chauffer une poêle avec 1 filet d'huile d'olive et y faire dorer les saint-jacques. Retirer le Varoma et réserver. Transvaser le risotto dans un

récipient et laisser reposer au chaud.

7. Mettre la crème, le parmesan râpé et la truffe dans le bol puis mixer **2 sec/vitesse 5**. Verser la crème à la truffe sur le risotto et mélanger délicatement à l'aide de la spatule, puis laisser reposer 5 minutes. Pendant ce temps, décoquiller les fruits de mer et en réserver trois de chaque avec leur coquille pour la décoration. Mélanger délicatement les coques et les palourdes avec le risotto, disposer les saint-jacques avec les coquillages, puis finir avec un peu de truffe râpée. Servir aussitôt.



Servez avec un alsace-pinot-gris blanc.

Conseil(s) :

- À l'issue de l'étape 6, si tous les coquillages ne sont pas ouverts, transvasez le risotto dans un récipient, réalisez la crème à la truffe et mélangez-la au risotto. Rincez votre bol et mettez 400 g d'eau. Mettez de nouveau en place le Varoma avec les coquillages et faites cuire à **Varoma/vitesse ☞**, le temps nécessaire à la cuisson de tous les coquillages, puis finissez la recette comme indiqué.

20 min 45 min Facile

Pour 1 portion : 1871 kJ / 445 kcal / Protéines 19 g / Glucides 46 g / Lipides 20 g



PANAIS ET PATATE DOUCE, DUO DE LÉGUMES D'ANTAN

Sortis de l'oubli il y a déjà quelques années, ces légumes-racines sont devenus des incontournables des mois d'hiver. Entre le sucré de la patate douce et le caractère du panais, le festin de Noël se réveille grâce à ces garnitures qui vont épater vos invités.

COMMENT LE CHOISIR ?

Le panais est disponible de mai à mars, mais son pic de production commence en novembre. Choisissez-le ferme, sans traces de coups et légèrement brillant. Il se conserve quelques jours au frais dans le bac à légumes.

ON NE JETTE RIEN !

On le cuisine cru (en dips ou râpé) ou cuit (en soupe, purée, gratin...). Quant aux fanes, elles parfument les soupes ou les bouillons à merveille. Hachées, mélangez-les à de la salade ou incorporez-les dans un pesto, une quiche ou une purée de pomme de terre.

ROND, LONG ET DEMI-LONG

Il existe plusieurs variétés de *pastinaca sativa*, autrement dit, de panais. Le plus courant, dont la forme est proche de la carotte, est le demi-long de Guernesey, mais on trouve aussi le panais rond, d'un diamètre variant de 12 à 15 cm, et le long, pouvant atteindre les 45 cm !



PETITE HISTOIRE

Mystérieux tubercule, la patate douce serait la première plante domestiquée par l'homme. Elle est originaire d'Amérique du Sud, et plus particulièrement du Pérou où elle est encore très consommée. Importée en Europe par les Espagnols et les Portugais, elle n'est dégustée en France que depuis 1750 (Louis XV en était friand). Elle a surtout été promue par l'épouse de Napoléon I^{er}, Joséphine de Beauharnais. Avant de tomber en désuétude au profit de la pomme de terre...

LE MOT DE FRÉDÉRIC JAUNAU

LA PATATE DOUCE

Il en existe 400 variétés dont la peau peut varier du blanc, jaune, rouge au violacé, alors que la chair est blanche, jaune ou orangée. Citons la jaune de Malaga, la grosse d'Afrique ou la rouge d'Amérique. De nos jours, la Chine, l'Indonésie, le Vietnam, l'Ouganda, le Japon et l'Inde sont les plus grands producteurs de patates douces.

La conservation

Crue, elle ne doit jamais être conservée dans le réfrigérateur ni surgelée. Elles deviennent dures. Stockez-la dans un endroit frais et sec, telle une cave.

Comment la choisir ?

Choisissez un bulbe bien dur et de couleur uniformément orange foncé. Il aura une valeur nutritive plus élevée et un goût bien doux.

POUR LES ENFANTS

Consommable dès le début de la diversification de l'alimentation des bébés, son côté sucré plaît. Plus tard, vers 8 mois, ajoutez du fromage fondant et un peu de jambon blanc pour un repas complet.

SES BIENFAITS

La patate douce présente de nombreux atouts santé grâce à sa teneur élevée en antioxydants, minéraux et vitamine A. La consommation de ce légume tropical diminue le mauvais cholestérol. Les variétés à chair orangée sont également riches en bêta-carotène. On n'oublie pas les feuilles ! Cuisinez-les comme les épinards et vous obtiendrez un plat riche en vitamines C et A, qui favorise la vue et la croissance.

Gnocchis de patate douce

 4 portions

- 500 g d'eau
- 300 g de patate douce, coupée en cubes (3 cm env.)
- Le pesto aux herbes
- 8 brins de coriandre
- 8 brins de cerfeuil
- 3 c. à soupe de levure nutritionnelle (voir « Conseil(s) ») (facultatif)
- 30 g de pignons de pin
- 1 gousse d'ail
- 2 pincées de fleur de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 30 g d'huile d'olive ou d'huile de noix

Les gnocchis

- 80 g de fécule de pomme de terre
 - 80 g de farine de riz complet, et un peu pour fariner
 - 1 jaune d'œuf
 - 2 pincées de fleur de sel, à ajuster en fonction des goûts
 - 2 tours de moulin de poivre 5 baies, à ajuster en fonction des goûts
 - 15 g d'huile d'olive
 - 500 g de pousses d'épinards frais
- Ustensile(s) : casserole, poêle antiadhésive

1. Mettre l'eau dans le bol, insérer le panier cuisson, y mettre la patate douce, puis cuire à la vapeur

15 min/Varoma/vitesse 4. Retirer le panier cuisson et laisser la patate douce refroidir. Vider le bol.



3

Le pesto aux herbes

2. Mettre la coriandre, le cerfeuil, la levure nutritionnelle, les pignons de pin, l'ail et la fleur de sel dans le bol, puis mixer **5 sec/vitesse 5** en versant progressivement l'huile d'olive par l'orifice du couvercle sur les couteaux en marche. Transvaser dans un récipient et réserver. Nettoyer le bol.

Les gnocchis




3. Mettre la patate douce cuite, la fécule de pomme de terre, la farine de riz, le jaune d'œuf, la fleur de sel et le poivre, puis mélanger **30 sec/vitesse 4**. Transvaser la pâte dans un saladier et attendre qu'elle refroidisse. Une fois la pâte refroidie, la transvaser sur un plan de travail saupoudré de farine de riz et former un boudin (Ø 1,5 cm). Découper des sections de 2 cm et les marquer à l'aide d'une fourchette pour imprimer des rainures. Chauffer une casserole avec une grande quantité d'eau salée. Plonger les gnocchis dans l'eau bouillante et les sortir dès qu'ils remontent à la surface, puis les déposer dans un égouttoir. Chauffer une poêle avec l'huile d'olive, y dorer les gnocchis, puis y faire revenir légèrement les épinards. Servir la poêlée de gnocchis aux épinards, arrosée d'un filet de pesto aux herbes. Déguster aussitôt.


Conseil(s) :

- Afin d'apporter une touche de fraîcheur, ajoutez dans chaque assiette une quenelle de fromage blanc de chèvre.
- La levure nutritionnelle est encore rare en magasin. Ses qualités nutritives et son bon goût restent pourtant à découvrir. Direction les magasins de diététique pour partir à la rencontre de ce produit.



Servez avec un vouvray.

 20 min  40 min  Facile

 Pour 1 portion : 1734 kJ / 413 kcal / Protéines 10 g / Glucides 51 g / Lipides 19 g





Velouté de patate douce et panais aux langoustines

6 portions

- 100 g d'oignon coupé en deux
- 20 g de beurre doux
- 400 g de patates douces, coupées en cubes (3 cm env.)
- 200 g de panais, coupé en cubes (3 cm env.)
- 900 g d'eau
- ½ cube de bouillon de volaille ou cube de bouillon de légumes
- 100 g de lait concentré non sucré
- ½ c. à café de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 3 tours de moulin de poivre 5 baies, à ajuster en fonction des goûts
- 100 g de lard, type *lardo di Colonnata*
- 1 000 g de langoustines cuites
- 10 brins de ciboulette fraîche, ciselés

Ustensile(s) : poêle antiadhésive

1. Mettre l'oignon dans le bol et hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
2. Ajouter le beurre et rissoler **5 min/120°C/vitesse 1 (TM31 : 5 min/Varoma/vitesse 1)**, sans le gobelet doseur.
3. Ajouter les patates douces, le panais, l'eau et le cube de bouillon de volaille, puis cuire **20 min/110°C/vitesse 1.5 (TM31 : 20 min/Varoma/vitesse 1.5)**. Pendant ce temps, décortiquer les langoustines.
4. Ajouter le lait concentré, le sel et le poivre, puis mixer **1 min/vitesse 10**. Chauffer une poêle et y faire fondre le *lardo di Colonnata*, puis poêler rapidement les langoustines pour les colorer légèrement. Verser le velouté dans des assiettes creuses, puis répartir les langoustines et finir en parsemant de ciboulette avant de déguster.

Information(s) :

- Le *lardo di Colonnata* est réputé comme étant l'un des meilleurs lards du monde. Cette variété italienne profite d'une maturation très longue qui lui permet de se gorger d'arômes. Sa texture fond totalement dans une poêle chaude, remplaçant les matières grasses classiques (beurre, huile...). À découvrir en épicerie fine ou italienne.

Variante(s)

- Remplacez le *lardo di Colonnata* par des lardons : poêlez-les à l'étape 4, puis faites revenir les langoustines dans la graisse des lardons. Ajoutez les lardons au velouté avant de déguster.



Servez avec un chablis.

20 min 45 min Facile

Pour 1 portion : 1114 kJ / 265 kcal / Protéines 20 g / Glucides 23 g / Lipides 10 g

LE SAINT-NECTAIRE, PRINCE D'Auvergne

Il nous raconte les pâturages du Puy-de-Dôme et du Cantal où les vaches paissent jusqu'à l'automne pour nous offrir une pâte souple, plus ou moins crémeuse selon l'affinage. Si vous en parlez à un Auvergnat, il vous dira – très objectivement – que c'est le meilleur fromage du monde !

TERRITOIRE DE L'AOP

Sur les flancs des volcans d'Auvergne, les pâturages offrent de nombreuses variétés de plantes et de fleurs. À cheval sur le Puy-de-Dôme et le Cantal, l'appellation saint-nectaire est la plus petite d'Europe avec seulement 1 800 km². Une nature sauvage qui offre un garde-manger extraordinaire et des paysages à couper le souffle.

PATIENCE, LE MAÎTRE MOT

L'affinage est l'étape-clé de la fabrication. Dans une cave à la température comprise entre 8°C et 12°C, le saint-nectaire prend son temps et requiert une ventilation ainsi qu'un taux d'humidité et de fraîcheur constants. Il lui faudra au minimum 28 jours pour développer ses arômes. Lavé à l'eau salée puis brossé et retourné régulièrement, il arrive ensuite sur nos tables pour offrir son inimitable goût de noisette.

LES FAVEURS DU ROI SOLEIL

Au Moyen Âge, il est vu comme un fromage secondaire réservé aux petits producteurs de lait. Quand le maréchal Henri de Senneterre le fait déguster au roi Louis XIV, le saint-nectaire acquiert ses lettres de noblesse pour s'inscrire dans la légende. Et il n'est pas prêt de laisser sa place !

SECRETS DE DÉGUSTATION

Sur un plateau de fromage, il s'accompagne à merveille de fruits de saison comme le raisin ou la figue. Pour rehausser son parfum de noisette, on le cuisine en tarte, tourte, croustillant ou broche.

UNE AFFAIRE DE GOÛT

Fabrique à base de lait pasteurisé pour le laitier ou de lait cru pour le fermier, le saint-nectaire offre deux versions pour plaire au plus grand nombre. On choisit alors, entre l'onctuosité et la douceur du premier et l'intensité du second.

Cromesquis de saint-nectaire

18 cromesquis

- 60 g de courgette
- 1 gousse d'ail
- 450 g de saint-nectaire, coupé en morceaux (3 cm env.)
- 60 g de vin blanc
- 1 œuf
- 2 c. à café de bicarbonate de sodium
- 120 g de farine de blé
- 100 g de lait
- 30 g de chapelure
- 500 g d'huile de friture

Ustensile(s) : poêle à frire, papier absorbant

1. Mettre la courgette et l'ail dans le bol, puis hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

- Ajouter le saint-nectaire et mixer **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
- Ajouter le vin blanc et cuire **5 min/100°C/vitesse 2**.
- Ajouter l'œuf, le bicarbonate, la farine et le lait, puis mélanger **20 sec/vitesse 7**. Transvaser dans un récipient et laisser refroidir 15 minutes au réfrigérateur.
- Prélever des boulettes de pâte de la taille d'une balle de ping-pong, les rouler dans la paume de la main et les couvrir de chapelure. Chauffer une poêle avec l'huile de friture, ou une friteuse (à 180-190°C), puis déposer les cromesquis et les laisser dorer 1-2 minutes sur toutes les faces. Retirer les cromesquis et les déposer sur du papier absorbant. Déguster chaud, pour que le fromage soit encore coulant, accompagné par exemple d'une salade verte.



Conseil(s) :

- Si la pâte est trop molle pour former les cromesquis, mettez-la au réfrigérateur pour qu'elle durcisse un peu.



Servez avec un pauillac.

10 min 45 min Facile Pour 1 cromesquis : 724 kJ / 174 kcal / Protéines 7 g / Glucides 6 g / Lipides 13 g



Tartlette au saint-nectaire

8 portions

La pâte feuilletée au romarin

- ½ c. à café de sel
 - 1 branche de romarin frais, effeuillée
 - 200 g de farine de blé, et un peu pour fariner
 - 200 g de beurre doux, préalablement congelé en petits morceaux (1-2 cm env.), et un peu pour les moules
 - 90 g d'eau froide
- La garniture
- 4 oignons rouges, de taille identique et coupés en deux

- 1 gousse d'ail
 - 1 c. à soupe de fond de veau
 - 100 g de vin rouge
 - 250 g de banyuls
 - 240 g de saint-nectaire, coupé en morceaux de 30 g env.
 - 8 pincées de poivre moulu, à ajuster en fonction des goûts
- Ustensile(s)** : film alimentaire, rouleau à pâtisserie, papier cuisson, moules à tartlette, emporte-pièce (Ø 10 cm)

La pâte feuilletée au romarin

- Mettre le sel, le romarin et la farine dans le bol, puis mixer **10 sec/vitesse 10**.
- Ajouter le beurre et l'eau froide, puis mélanger **20 sec/vitesse 6**. Retirer la pâte du bol, former une boule et l'aplatir en un carré approximatif. L'envelopper de film alimentaire et réfrigérer 20 minutes.
- Déballer la pâte sur un plan de travail légèrement fariné. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie, l'abaisser en un rectangle dont la longueur fait trois fois la largeur (60 x 20 cm). La plier en trois et la faire pivoter d'un quart de tour de manière à avoir le pli sur la gauche. Répéter l'opération complète deux fois, puis réfrigérer à nouveau 20 minutes ou placer au congélateur 5 minutes.

La garniture

- Tapisser le plateau vapeur de papier cuisson et y déposer les demi-oignons rouges. Insérer le plateau vapeur.
- Préchauffer le four à 200°C (Th. 6-7). Beurrer et fariner 8 moules à tartlette (Ø 8 cm).
- Mettre l'ail, le fond de veau, le vin rouge et le banyuls dans le bol, mettre en place l'ensemble Varoma, puis cuire à la vapeur **12 min/Varoma/vitesse 2**. Pendant ce temps, étaler la pâte feuilletée sur un plan de travail fariné et y découper des disques à l'aide d'un emporte-pièce (Ø 10 cm). Retirer l'ensemble Varoma.
- Garnir les moules avec les cercles de pâte et poser dessus un demi-oignon rouge, côté plat vers le haut. Ajouter un morceau de saint-nectaire puis poivrer. Enfourner et cuire 15 minutes à 200°C. Pendant ce temps, réduire la sauce **13 min/Varoma/vitesse 1**. Servir les tartlettes nappées d'un filet de sauce au banyuls et accompagnées par exemple d'un mesclun.



Servez avec un gigondas.

15 min 1 h 30 Facile Pour 1 portion : 1731 kJ / 416 kcal / Protéines 11 g / Glucides 24 g / Lipides 30 g



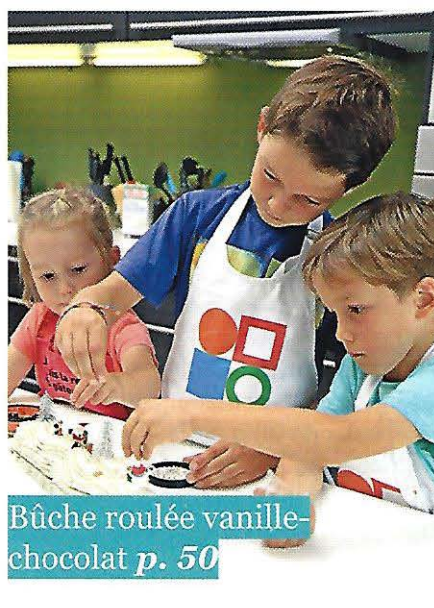
Les saveurs sucrées
de la fête foraine **p. 42**



La galette des Rois
se modernise **p. 45**



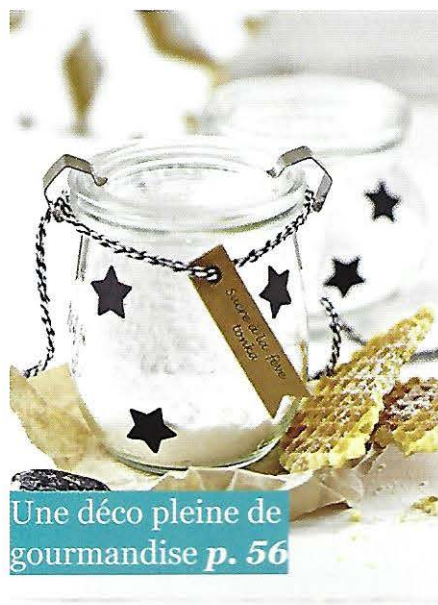
Le kiwi, un soleil vert
qui rayonne de bienfaits **p. 48**



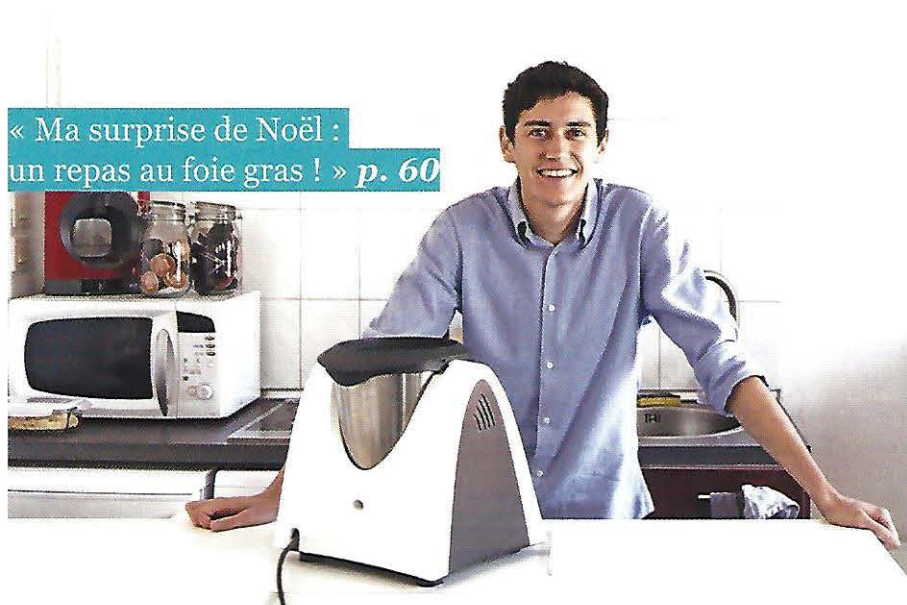
Bûche roulée vanille-
chocolat **p. 50**



Mon apéro prêt en avance
p. 55



Une déco pleine de
gourmandise **p. 56**



« Ma surprise de Noël :
un repas au foie gras ! » **p. 60**

THERMOMIX® AU QUOTIDIEN

Je me simplifie la vie



Les saveurs sucrées de la fête foraine

TRÈS VITE APRÈS NOËL, C'EST DÉJÀ LA CHANDELEUR ! ET SI, CETTE ANNÉE, ON PROFITAIT DES FESTIVITÉS POUR ORGANISER UN GOÛTER DIGNE DE LA FOIRE DU TRÔNE ? CRÊPES, CHURROS ET BEIGNETS SONT À DÉGUSTER EN FAMILLE OU ENTRE AMIS.

TEXTE DE CAROLINE PACREAU PHOTOS RECETTES ET STYLISME DE D3 STUDIO

L'avantage de toutes ces recettes ? Elles se réalisent à partir des mêmes ingrédients : un peu de farine, de sucre, de beurre et parfois de lait. Plus que la pâte, c'est donc la façon de façonner et de cuire les beignets, churros et crêpes qui fait la différence. Voici quelques conseils pour les réussir à coup sûr.

Bien choisir sa farine. Il existe plusieurs types de blés. Chacun a des qualités bien différentes. L'épeautre, tout d'abord, est considéré comme l'ancêtre du blé. Très peu raffiné, il a un goût puissant, sûrement trop pour réaliser les recettes stars de la fête foraine. Viennent ensuite le blé dur, qui entre dans la fabrication des pâtes, des semoules et du boulgour, et le blé tendre (ou froment), utilisé par les pâtisseries. C'est aussi ce dernier que l'on retrouve dans nos placards sous les appellations T45, T80, T150... qui indiquent son degré de raffinement. Plus le numéro suivant le T (pour « type ») est élevé, plus la farine est complète : comme elle a davantage conservé son écorce, son

intérêt nutritionnel sera meilleur. Elle a également un goût plus rustique et lève moins à la cuisson, ce qui donne des pâtisseries plus compactes. Pour réaliser beignets, churros et crêpes, une farine T45 ou T55 est idéale. Ce sont les plus blanches, mais aussi les plus classiques et économiques. Elles vont permettre à la pâte de bien lever pour réaliser des douceurs moelleuses, aérées et gourmandes !

Pour une bonne friture. On commence par choisir une huile résistant à la montée en température. Exit donc celle de noix ou de noisette, on choisit une huile d'arachide, dont le goût neutre convient très bien aux fritures sucrées. On vérifie sa température, idéalement entre 165 et 180°C. Pas de thermomètre de cuisine ? On jette un petit morceau de pain dans l'huile : s'il crépite et que de petites bulles se forment autour, la température est bonne. Il est temps d'y plonger beignets et churros, tandis que les crêpes dorent à la poêle. Le goûter est fin prêt !

Gâteau de crêpes roulées

🍴 12 parts

Les crêpes

- 50 g de beurre, et un peu pour la poêle
- 500 g de lait
- 4 œufs
- 60 g de sucre en poudre
- 500 g de farine de blé
- 100 g d'eau

La garniture

- 200 g de chocolat noir, détaillé en morceaux
- 4 pincées de poivre sauvage, à ajuster en fonction des goûts
- 200 g de crème fraîche liquide, 35% de m.g.
- 500 g de poires au sirop, égouttées et émincées finement

Ustensile(s) : poêle antiadhésive, torchon, film alimentaire

Les crêpes

1. Mettre le beurre dans le bol et faire fondre **2 min/70°C/vitesse 2**.
2. Ajouter le lait, les œufs, le sucre et la farine, puis mixer **20 sec/vitesse 4**.
3. Ajouter l'eau et mélanger



15 sec/vitesse 3. La pâte doit avoir la consistance d'une crème liquide. Si elle semble trop épaisse, ajouter encore un peu d'eau.

4. Chauffer une poêle antiadhésive et y verser 1 louche de pâte en faisant tourner la poêle pour couvrir entièrement le fond. Cuire 2-3 minutes ou jusqu'à coloration dorée des bords. Retourner la crêpe et cuire 1 minute, puis procéder de même avec le reste de pâte. Étaler les crêpes sur un torchon propre et les laisser refroidir. Nettoyer le bol.

La garniture

5. Mettre le chocolat dans le bol et râper **7 sec/vitesse 10**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

6. Faire fondre **5 min/50°C/vitesse 2**.

7. Ajouter le poivre et la crème liquide, puis mélanger **30 sec/vitesse 3**.

8. Étaler 8 crêpes sur le plan de travail, en deux rangées et en superposant légèrement les bords. Tartiner toute la

surface de ganache au chocolat puis ajouter les lamelles de poire. Rabattre les bords des crêpes pour obtenir un joli rectangle, puis rouler pour obtenir une bûche. Filmer en serrant bien et réserver au frais 2-3 heures. Servir frais, accompagné éventuellement d'une sauce au chocolat.

Conseil(s) :

- Cette recette vous permet de faire une douzaine de crêpes environ. Suivant la taille de votre poêle, vous pourrez donc en utiliser une ou deux de plus pour faire ce gâteau.
- Si elle est antiadhésive, il n'est pas nécessaire de beurrer votre poêle car la pâte contient déjà du beurre. En outre, sans matière grasse, la couleur de vos crêpes sera plus jolie.

⚡ 30 min ⌚ 4 h 30 🍴 Facile

📊 Pour 1 part : 1718 kJ / 408 kcal / Protéines 9 g / Glucide 53 g / Lipides 18 g





Churros

🍴 8 portions

- 500 g d'eau
- 1 000 g d'huile de friture
- 200 g de farine
- ½ c. à café de sel
- 1 c. à café de levure chimique
- 100 g de sucre en poudre

Ustensile(s) : friteuse, poche à douille à embout cannelé, papier absorbant

1. Mettre l'eau dans le bol et chauffer **5 min/100°C/vitesse 2**. Pendant ce temps, mettre l'huile à chauffer dans une friteuse.

2. Ajouter la farine, le sel et la levure chimique au contenu du bol, puis mélanger **15 sec/vitesse 4**. Transvaser dans une poche à douille à embout cannelé. Presser délicatement la poche à douille d'une main et, de l'autre, détailler à l'aide d'une paire de ciseaux des tronçons de 15 cm au-dessus de la friteuse. Laisser cuire 4 minutes environ jusqu'à ce que les churros soient bien dorés. Les égoutter sur un papier absorbant, puis les enrober de sucre. Servir aussitôt.

🕒 10 min 🕒 25 min 🍴 Facile 📊 Pour 1 portion : 1511 kJ / 361 kcal / Protéines 3 g / Glucides 31 g / Lipides 25 g

Beignets aux pommes

🍴 25 beignets

- 3 blancs d'œufs
- 200 g de farine
- 2 jaunes d'œufs
- 1 pincée de sel
- 20 g de levure boulangère fraîche
- 80 g de sucre
- 200 g de lait
- 30 g de calvados (facultatif)
- 800 g de pommes, coupées en rondelles (0,5 cm env.)
- 250 g d'huile de friture

Ustensile(s) : poêle à frire, papier absorbant

1. Insérer le fouet. Mettre les blancs d'œufs dans le bol et fouetter **1-3 min/vitesse 3**. **Retirer le fouet.** Transvaser dans un récipient et réserver.
2. Mettre la farine, les jaunes d'œufs, le sel, la levure boulangère, 20 g de sucre et le lait dans le bol, puis mélanger **30 sec/vitesse 5**. Incorporer aux blancs en neige à l'aide de la spatule. Laisser la pâte pousser au frais pendant 30 minutes.
3. Pendant ce temps, mettre le calvados et 10 g de sucre dans un récipient et y faire tremper les rondelles de pomme.
4. Mettre l'huile de friture à chauffer dans une poêle. Quand l'huile est bien chaude, tremper les rondelles de pomme dans la pâte à beignets, puis les plonger dans l'huile chaude et laisser frire jusqu'à ce que le beignet soit doré. Le poser ensuite



sur un plat tapissé de papier absorbant. Renouveler l'opération avec le reste de pommes. Saupoudrer les beignets de sucre avant de servir rapidement.


🕒 20 min 🕒 1 h 20 🍴 Facile 📊 Pour 1 beignet : 470 kJ / 112 kcal / Protéines 2 g / Glucides 13 g / Lipides 6 g

La galette des Rois se modernise

ET SI ON DONNAIT UN PETIT COUP DE PEPS À LA TRADITION ?

AVEC CES DEUX CRÉATIONS, LES CUISINIERS ET CUISINIÈRES À LA RECHERCHE DE NOUVEAUTÉS DEVRAIENT SANS AUCUN DOUTE DÉCROCHER LA COURONNE DE LA GALETTE LA PLUS ORIGINALE !

PHOTO RECETTES, ÉTAPE ET STYLISME D3 STUDIO



Plutôt gâteau brioché ou galette frangipane ? Le premier se sert en Lorraine, en Alsace et en Bretagne. Dans le Sud de la France, le gâteau devient couronne et se pare, en Provence, de délicieux fruits confits. La galette fait la réputation de la moitié nord de l'Hexagone et en particulier de Paris où la frangipane se décline au chocolat ou au caramel. Et si nous mixions les recettes pour surprendre les palais ?



Couronne feuilletée à la frangipane

🍰 6 parts

La crème frangipane

- 250 g de lait
- 4 œufs
- 30 g de fécule de maïs, et un peu pour le sucre glace
- 150 g de sucre en poudre
- 100 g de beurre doux, en morceaux
- 150 g d'amande en poudre

La pâte feuilletée

- 200 g de beurre demi-sel congelé
- 200 g de farine de blé, et un peu pour le plan de travail
- 90 g d'eau froide
- 1 c. à café de sel
- 1 œuf, battu avec 1 pincée de sel

Ustensile(s) : film alimentaire, rouleau à pâtisserie, plaque à pâtisserie recouverte de papier cuisson, emporte-pièce (Ø 6 cm), poche à douille à embout uni, pinceau de cuisine

La crème frangipane

1. Mettre le lait, 2 œufs et la fécule de maïs dans le bol, puis cuire **8 min/100°C/vitesse 3.5**. Transvaser dans un récipient, filmer au contact et réserver au réfrigérateur jusqu'à complet refroidissement. Nettoyer et essuyer le bol.
2. Mettre le sucre et 1 c. à café de fécule de maïs dans le bol, puis mixer **10 sec/vitesse 10**.
3. **Insérer le fouet**, ajouter le beurre et les 2 œufs restants, puis fouetter **4 min/vitesse 3**.
4. Ajouter l'amande en poudre et fouetter **30 sec/vitesse 3**. **Retirer le fouet**. Transvaser dans un second récipient et réserver au réfrigérateur. Nettoyer le bol.
5. Une fois la crème pâtissière refroidie, la mettre dans le bol, ajouter la crème d'amande et mélanger **20 sec/vitesse 4**. Transvaser dans un récipient et réserver. Nettoyer le bol.

La pâte feuilletée

6. Mettre le beurre, la farine, l'eau froide et le sel dans le bol, puis mélanger **20 sec/vitesse 6**. Retirer la pâte du bol, former une boule et l'aplatir en un carré approximatif. Envelopper la pâte de film alimentaire et réfrigérer 20 minutes.
 7. Déballez la pâte et la poser sur le plan de travail légèrement fariné. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie, l'abaisser en un rectangle dont la longueur fait trois fois la largeur (60 x 20 cm). Plier la pâte en trois et la faire pivoter d'un quart de tour de manière à avoir le pli sur la gauche. Répéter l'opération complète deux fois, puis réfrigérer à nouveau 20 minutes ou placer 5 minutes au congélateur.
 8. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6). Tapisser une plaque à pâtisserie de papier cuisson et réserver.
 9. Déposer la pâte sur un plan de travail fariné, puis l'étaler en un rectangle de 5 mm d'épaisseur. À l'aide d'un emporte-pièce (Ø 6 cm), réaliser 24-26 cercles. En déposer la moitié sur la plaque préparée de manière à former une couronne. Transvaser la crème frangipane dans une poche à douille à embout uni, puis en garnir chaque cercle en prenant soin de laisser 2 cm de pâte non garnie tout autour. Couvrir chaque cercle d'un second cercle de pâte, puis souder les bords en appuyant délicatement avec les doigts. Chiqueter les bords de la pâte (voir « Conseil(s) »), dessiner de jolis motifs sur chaque mini-galette, puis réaliser une cheminée en leur centre. À l'aide d'un pinceau de cuisine, badigeonner d'œuf battu, puis enfourner et cuire 35 minutes à 180°C. Servir tiède ou froid.
- Conseil(s) :**
- Réservez le reste de crème frangipane au congélateur pour une utilisation ultérieure.
 - « Chiqueter » une pâte consiste à marquer le bord de deux abaisses de pâte feuilletée superposées, avec le dos d'un couteau, de manière à ramener la pâte légèrement vers soi pour réaliser un décor régulier. Cela aide, en outre, à la soudure.
 - Adaptez le nombre de parts à la taille des emporte-pièce que vous utilisez.

🕒 30 min 🕒 2 h 🌿 Moyen

📊 Pour 1 part : 3038 kJ / 732 kcal /

Protéines 13 g / Glucides 35 g / Lipides 60 g

Brioche roulée comme une galette des Rois

 12 parts

- 400 g de farine de blé, et un peu pour fariner
- 15 g de levure boulangère fraîche
- 100 g de lait
- 4 œufs (dont 1 pour la dorure)
- 50 g de sucre en poudre
- 30 g d'eau de fleur d'oranger
- 170 g de beurre demi-sel, en morceaux
- 100 g d'un mélange de fruits confits
- 20 g de rhum
- 80 g de sucre en grains

Ustensile(s) : torchon, plaque à pâtisserie (29 x 36 cm env.), papier cuisson, rouleau à pâtisserie, pinceau de cuisine

Encore plus
d'inspirations
dans la collection
« Galettes
des Rois »
sur www.cookidoo.fr

1. Mettre la farine, la levure boulangère, le lait, 3 œufs, le sucre et 20 g d'eau de fleur d'oranger dans le bol, puis pétrir **4 min/1** (TM31 : **4 min/1**).

2. Ajouter le beurre et pétrir **2 min/1** (TM31 : **2 min/1**). Transvaser dans un récipient fariné, couvrir d'un torchon, puis réserver 2 heures au réfrigérateur.

3. Tapisser une plaque à pâtisserie de papier cuisson. Mettre les morceaux de fruits confits à mariner avec le rhum dans un saladier et réserver.

4. Transvaser la pâte sur un plan de travail fariné, puis la rabattre avec la paume de la main. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie, étaler la pâte en un rectangle (30 x 40 cm). Parsemer de fruits confits égouttés, rouler le rectangle sur lui-même puis y détailler des morceaux de 4 cm d'épaisseur. Insérer une fève dans l'un des morceaux, puis les disposer harmonieusement sur la plaque préparée de façon à former une jolie couronne. Couvrir d'un torchon et laisser pousser 1 heure à température ambiante.

5. 15 minutes avant la fin du temps de pousse, préchauffer le four à 180°C (Th. 6).

6. À l'aide d'un pinceau de cuisine,



badigeonner la brioche d'œuf battu, saupoudrer de sucre en grains, puis badigeonner avec les 10 g d'eau de fleur d'oranger restants. Enfourner et cuire 30-35 minutes à 180°C. Servir tiède ou refroidi.


Conseil(s) :

- Pour une brioche toute chaude au petit déjeuner, préparez la pâte la veille et laissez-la pousser toute la nuit au réfrigérateur. Le lendemain, reprenez la recette à l'étape 4.



Servez avec un vin de paille ou un jurançon.

 15 min  3 h 50  Moyen

 Pour 1 part : 1329 kJ / 316 kcal /

Protéines 6 g / Glucides 40 g / Lipides 14 g





Le kiwi, un soleil vert qui rayonne de bienfaits

DERRIÈRE SA PEAU BRUNE VELOUTÉE SE CACHE UN CONCENTRÉ DE VITAMINES, FIBRES ET MINÉRAUX ESSENTIELS POUR AFFRONTER L'HIVER. REVUE DE DÉTAIL DE CE FRUIT QU'ON EMPORTE PARTOUT.

TEXTE DE ANNE BERNABEU PHOTO RECETTE ET STYLISME DE D3 STUDIO

Le kiwi que nous connaissons pèse environ 100 g et a, à maturité, une chair verte. Il doit être choisi ferme, sans être dur, et sans taches. Si le fruit n'est pas assez mûr, il est préférable d'attendre pour en déguster la saveur douce. Il se conserve très bien à température ambiante ou au réfrigérateur.

Le fruit de l'actinidia est une excellente source de vitamines C et K. On considère ce fruit comme un concentré de vitamine C, puisqu'il apporte 115 % des besoins quotidiens, soit plus du double de l'orange. Le kiwi est aussi une source d'autres micronutriments, même s'ils sont en moindre proportion : vitamine B9 (18 % des besoins quotidiens), vitamine E, cuivre et potassium. Il doit sa couleur caractéristique à la chlorophylle, habituellement typique d'un

fruit non mûr. Il est donc une exception dans le monde végétal puisque chez lui la chlorophylle ne se dégrade pas totalement.

De par sa richesse en vitamine C, ce petit fruit est bénéfique pour la santé : système immunitaire, fabrication de collagène (pour les os, la peau, les gencives...), protection contre le stress oxydatif... Il permet aussi une meilleure assimilation du fer et participe ainsi à la prévention de l'anémie, d'autant plus qu'il est source de folate et de cuivre.

Un seul kiwi renferme une bonne quantité de fibres (2,7 g) et constitue une bonne source d'antioxydants. Des études scientifiques associent sa consommation quotidienne à des bienfaits dans les cas de constipation, cicatrisation ou de maladies cardio-vasculaires.

Pannacotta coco-kiwi

🍽️ 6 portions

- 400 g de lait de coco
- 30 g de sucre roux en poudre
- 1 g d'agar-agar (1 sachet)
- 450-500 g de kiwis, épluchés
- 125 g de fruits rouges variés

Ustensile(s) : 6 coupes à dessert

1. Mettre le lait de coco, le sucre roux et l'agar-agar dans le bol, mélanger

15 sec/vitesse 5 puis chauffer

7 min/100°C/vitesse 2. Répartir dans 6 coupes à dessert, laisser refroidir à température ambiante 30 minutes, puis réserver au réfrigérateur 1-2 heures.

2. Quand la base de lait de coco est froide et ferme, prélever 6 tranches de kiwi pour la décoration finale. Mettre le reste des kiwis dans le bol, puis mixer **10 sec/vitesse 4.** Répartir la purée de kiwi entre les 6 coupes, décorer chacune

d'une tranche de kiwi et d'une cuillerée de fruits rouges. Servir aussitôt.



Servez avec un vouvray moelleux ou un coteaux-du-loir demi-sec frais

🕒 10 min 🕒 3 h 🧑 Facile

📊 Pour 1 portion : 858 kJ / 206 kcal / Protéines 2 g / Glucides 17 g / Lipides 15 g



Ce sont eux qui font la bûche !



Retrouvez d'autres
recettes dans la
collection
« **BÛCHES DE NOËL** »
à retrouver sur
www.cookidoo.fr



À savoir

Pour éviter de casser le biscuit, veillez à le rouler dans le torchon dès son démoulage, quand il est encore chaud.

Cette année le dessert de Noël sera fait à six petites mains. Celles de Baptiste, Gabin et Inès. Et Mélanie, leur maman, ne s'en plaint pas !

PHOTOS DE BENOÎT CABANES STYLISME DE LAURENT VALLÉE

Bûche roulée vanille-chocolat

🍰 8 parts

La pâte à biscuit roulé au chocolat

- 4 œufs
- 2 jaunes d'œufs
- 125 g de sucre en poudre
- 25 g de farine de blé
- 25 g de fécule de pomme de terre
- 25 g de cacao en poudre
- 55 g de beurre fondu

La crème mascarpone à la vanille

- 30 g de sucre vanillé maison
- 250 g de mascarpone
- 250 g de crème liquide, 30% m.g. min.

Ustensile(s) : plaque à pâtisserie (29 x 31 cm env.), papier cuisson, torchon, spatule coudée Inox

La pâte à biscuit roulé au chocolat

1. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6). Tapisser une plaque à pâtisserie de papier cuisson.

- 2. Insérer le fouet.** Mettre les œufs entiers, les jaunes et le sucre dans le bol, puis fouetter **6 min/37°C/vitesse 4**. Fouetter de nouveau **6 min/vitesse 4**.
- 3.** Ajouter la farine, la fécule et le cacao en poudre, puis mélanger **4 sec/vitesse 3**.
- 4.** Ajouter le beurre et mélanger **2 sec/vitesse 2**. **Retirer le fouet.** Transvaser sur la plaque préparée, puis enfourner et cuire 10-12 minutes à 180°C. Sortir la plaque du four, faire glisser la feuille de papier cuisson sur un plan de travail et la retourner sur un torchon humide. Rouler le biscuit et laisser refroidir. Nettoyer le bol et le fouet.

La crème mascarpone à la vanille

5. Insérer le fouet. Mettre le sucre vanillé, le mascarpone et la crème liquide dans le bol, puis fouetter

1-2 min/vitesse 3 ou jusqu'à l'obtention d'une crème fouettée. Dérouler le biscuit, puis, à l'aide d'une spatule coudée, le garnir avec la moitié de la crème. Rouler le biscuit de nouveau. Badigeonner la bûche avec le reste de crème de façon régulière, puis réaliser des traits pour donner un effet bois à l'aide d'une fourchette. Réserver au réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Détailler les côtés de la bûche à l'aide d'un couteau, transvaser sur un plat de service et décorer avec des petits personnages de Noël, puis servir aussitôt.

⏱ 25 min 🕒 2 h 🍴 Facile

📊 Pour 1 part : 1881 kJ / 451 kcal / Protéines 8 g / Glucides 27 g / Lipides 35 g

Vos recettes du réveillon

À EN CROIRE L'ESPACE RECETTES, LA PÉRIODE DE FIN D'ANNÉE VOUS INSPIRE ! VOICI TROIS GOURMANDISES BLUFFANTES ET DÉLICIEUSEMENT RÉGRESSIVES POUR FINIR EN BEAUTÉ UN REPAS DE FÊTE. PHOTOS ET STYLISME DE D3 STUDIO



Tranon

10 parts

La dacquoise

- 3 blancs d'œufs
- 35 g de sucre en poudre
- 90 g d'amande en poudre
- 100 g de sucre glace maison

Le croustillant

- 200 g de chocolat au lait au praliné, détaillé en morceaux
- 40 g de pralin
- 18 biscuits Gavottes émiettés

La mousse au chocolat

- 350 g de crème liquide, très froide
- 40 g de sucre en poudre
- 300 g de chocolat noir, détaillé en morceaux

La décoration

- 10 g de cacao en poudre, non sucré
- 2 biscuits Gavottes, émiettés

Ustensile(s) : plaque de four, papier cuisson, cadre à pâtisserie rectangulaire (30 x 26 cm)

La dacquoise

1. Préchauffer le four à 170°C (Th. 5-6). Tapisser une plaque de four de papier cuisson et y poser un cadre à pâtisserie

rectangulaire (30 x 26 cm).

2. **Insérer le fouet.** Mettre les blancs d'œufs dans le bol et fouetter 2-3 min/vitesse 3 en ajoutant le sucre au bout de la première minute par l'orifice du couvercle sur le fouet en marche. Pendant ce temps, mélanger la poudre d'amande et le sucre glace dans un récipient. Incorporer délicatement les blancs à la poudre d'amande à l'aide de la spatule. Verser la préparation dans le cadre préparé, puis enfourner et cuire 15 minutes à 170°C. Sortir du four et laisser refroidir dans le cadre. Nettoyer le bol et le fouet.

Le croustillant

3. Mettre le chocolat au praliné dans le bol et faire fondre 5 min/50°C/vitesse 1. 4. Ajouter le pralin et les Gavottes, puis mélanger 15 sec/vitesse 4. Couvrir la dacquoise froide de cette préparation. Nettoyer et essuyer soigneusement le bol.

La mousse au chocolat

5. **Insérer le fouet.** Mettre la crème et le sucre dans le bol et fouetter 2-3 min/vitesse 3 ou jusqu'à ce que la crème ait la consistance d'une crème fouettée. **Retirer le fouet.** Transvaser dans un récipient et réserver. Nettoyer et

essuyer le bol.

6. Mettre le chocolat dans le bol et faire fondre 5 min/55°C/vitesse 1 (TM31 : 5 min/50°C/vitesse 1). Transvaser le chocolat dans un second saladier, laisser refroidir légèrement et mélanger un tiers de la crème à l'aide de la spatule, puis ajouter le reste de crème et mélanger délicatement le tout. Répartir cette mousse sur le biscuit et laisser prendre au frais 2-3 heures.

La décoration

7. Au moment de servir, retirer le cadre, saupoudrer le gâteau de cacao et de biscuits émiettés, puis déguster aussitôt.

30 min 3 h Facile

Pour 1 part : 2405 kJ / 576 kcal / Protéines 8 g / Glucides 48 g / Lipides 44 g

Recette proposée par Natou 1602

Merci à Natou 1602, AL 3X et Vanish13 pour leurs recettes !

Vous aussi, venez partager vos recettes favorites ou trouver de l'inspiration parmi plus de 25 000 recettes développées par les utilisateurs du Thermomix®, sur www.espace-recettes.fr

Bûche de Noël façon forêt-noire

 10 parts

La génoise

- 6 œufs
- 200 g de sucre en poudre
- 150 g de farine de blé
- 2 c. à soupe rases de cacao en poudre, non sucré
- La garniture
- 350 g de crème fraîche liquide, 30% m.g., très froide
- 40 g de sucre glace, et un peu pour la crème
- 1 sachet de Chantifix Vahiné (7 g env.)
- 20 g de kirsch
- 400 g de griottes au sirop (fruits et jus)

Ustensile(s) : plaque de four, papier cuisson, torchon

La génoise

1. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6). Couvrir une plaque de four de papier cuisson.
2. **Insérer le fouet.** Mettre 3 blancs d'œufs (réserver les jaunes) dans le bol et fouetter **4 min/37°C/vitesse 4**. **Retirer le fouet.** Transvaser les blancs dans un saladier et réserver. Nettoyer et essuyer le bol et le fouet.

3. Mettre les 3 jaunes d'œufs réservés, les 3 œufs entiers restants et le sucre dans le bol, puis mélanger **2 min/vitesse 6**.
4. Ajouter la farine et le cacao amer, puis mixer **10 sec/vitesse 3**. Incorporer délicatement la préparation aux œufs en neige. Nettoyer le bol.
5. Verser le mélange sur la plaque de four préparée, puis enfourner et cuire 12 à 15 minutes à 180°C.
6. À la sortie du four, retourner la génoise sur un torchon humide et la rouler, puis laisser refroidir 20 minutes à température ambiante (voir « Conseil(s) »).

La garniture

7. **Insérer le fouet.** Mettre la crème liquide et le sucre glace dans le bol, puis fouetter **2 min/vitesse 3**. Mélanger le Chantifix à un peu de sucre glace dans une tasse.
8. Ajouter ce mélange au contenu du bol. Fouetter de nouveau environ **1 min/vitesse 3** ou jusqu'à l'obtention d'une chantilly. Surveiller attentivement la chantilly pour qu'elle ne se transforme pas en beurre.
9. Mélanger le sirop des griottes avec le kirsch dans un récipient. Dérouler délicatement la génoise refroidie et l'imbibber de ce sirop. Couvrir la génoise de chantilly et garnir de griottes, puis rouler




de nouveau la génoise sur elle-même. Réserver au réfrigérateur 40 minutes. Couper les extrémités de la bûche, puis la napper de crème chantilly et réaliser des stries à l'aide d'une fourchette. Décorer de chocolat râpé et de griottes, puis réserver 1 heure au frais avant de servir.

Conseil(s) :

- À l'étape 6, si votre papier cuisson reste collé à la génoise après la cuisson au four, laissez-le et roulez-le dans le torchon. Il se retirera facilement lorsqu'il aura été humidifié par le torchon.

 20 min  2 h 30  Facile

 Pour 1 part : 1494 kJ / 356 kcal / Protéines 8 g / Glucides 44 g / Lipides 17 g

Recette proposée par **Vanish13**



Pièges aux spéculoos

 30 pièces

La pâte

- 250 g de biscuits spéculoos
- 100 g de beurre demi-sel, coupé en morceaux
- 150 g de lait concentré sucré
- La ganache
- 100 g de chocolat noir 70% de cacao,

détaillé en morceaux

- 100 g de crème fraîche épaisse, 30% m.g.
- 50 g de pistaches décortiquées, non salées

Ustensile(s) : papier cuisson, moule à tarte rectangulaire (20 x 15 cm)

La pâte


1. Mettre les spéculoos dans le bol et mixer **Turbo/0,5 sec/1 fois (TM31 : ☐/Turbo/0,5 sec/1 fois)**.
2. Ajouter le beurre et mixer **Turbo/2 sec/1 fois (TM31 : ☐/Turbo/2 sec/1 fois)**.
3. Ajouter le lait concentré et mélanger **40 sec/vitesse 3.5** en vous aidant de la spatule. Chemiser un petit moule rectangulaire (20 x 15 cm) de papier cuisson, puis étaler la pâte sur une épaisseur de 2 cm environ. Réserver

1 heure au réfrigérateur. Nettoyer le bol.

La ganache

4. Mettre le chocolat dans le bol et râper **10 sec/vitesse 10**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
5. Faire fondre **3 min/50°C/vitesse 2**.
6. Ajouter la crème fraîche et mélanger **1 min/vitesse 4**. Répartir cette ganache sur le biscuit et réserver au frais au moins 2 heures. Couper les biscuits en bouchées (5 x 3 cm). Garnir chacune d'une pistache et garder au frais jusqu'au moment de servir.

 10 min  3 h 15  Facile

 Pour 1 pièce : 527 kJ / 126 kcal / Protéines 1 g / Glucides 11 g / Lipides 9 g

Recette proposée par **AL 3X**

Mon apéro prêt en avance

CES RECETTES, QUI ONT L'AVANTAGE DE SE DÉGUSTER FROIDES, SONT IDÉALES POUR PROFITER PLEINEMENT DE SES INVITÉS UNE FOIS L'HEURE DES FESTIVITÉS ARRIVÉE. PHOTO RECETTÉ ET STYLISME DE D3 STUDIO



Petits croissants au saumon et fromage frais

🍞 15 croissants

- 1 pâte feuilletée, maison
- 1 œuf battu
- 15 g de graines de sésame
- 10 tranches de saumon fumé
- 50 g de beurre doux, mou
- 100 g de fromage frais, type Philadelphia
- ½ c. à soupe de pâte de wasabi, prête à l'emploi
- 1 oignon rouge, coupé en fines lamelles
- 50 g de pomme granny-smith, coupée en très fines lamelles

Ustensile(s) : plaque de four, papier cuisson, pinceau de cuisine, poche à douille à embout cannelé

1. Préchauffer le four à 200°C (Th. 6-7). Tapisser une plaque de four de papier cuisson.

2. Étaler la pâte feuilletée en rectangle (15 x 45 cm), puis découper 15 triangles dans la largeur. Rouler les triangles sur eux-mêmes pour former de petits croissants, puis les déposer sur la plaque préparée. Badigeonner chaque croissant d'œuf à l'aide d'un pinceau de cuisine, puis parsemer de graines de sésame. Enfourner et cuire 15 minutes à 200°C.

3. Mettre le saumon fumé dans le bol et hacher **2 sec/vitesse 4**. Transvaser dans un récipient et réserver.

Mettre le beurre, le fromage frais et le wasabi dans le bol, puis mixer

30 sec/vitesse 6.5. Transvaser la préparation dans une poche à douille munie d'un embout cannelé. Découper les mini-croissants refroidis en deux dans l'épaisseur, tasser légèrement l'intérieur de la base avec le doigt et y répartir un peu de saumon haché. Disposer quelques pointes de fromage au wasabi, décorer de fines lamelles d'oignon rouge et de pomme, puis refermer le croissant. Déguster froid en apéritif.

🕒 25 min 🕒 1 h 🍴 Moyen

📊 Pour 1 croissant : 927 kJ / 223 kcal /

Protéines 9 g / Glucides 9 g / Lipides 17 g

Pannacotta au foie gras, compotée pomme-betterave aux épices

🍷 10 verrines

Les pannacottas au foie gras (la veille)

- 1,5 feuille de gélatine alimentaire (1,9 g/feuille) et un récipient d'eau froide
- 500 g de crème liquide
- 200 g de foie gras mi-cuit, coupé en cubes
- 4 pincées de fleur de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 4 tours de moulin de poivre 5 baies, à ajuster en fonction des goûts

La compotée pomme-betterave aux épices (le jour même)

- 100 g de betterave crue, coupée en morceaux
- 200 g de pommes à cuire, coupées en dés (1 cm env.)
- 20 g d'huile d'olive
- 2 pincées de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 2 tours de moulin de poivre 5 baies, à ajuster en fonction des goûts
- 2 pincées d'épices cajuns

Ustensile(s) : 10 verrines

Les pannacottas au foie gras (la veille)

1. Mettre les feuilles de gélatine à ramollir dans un récipient d'eau froide.

2. Mettre 200 g de crème liquide et le foie gras dans le bol, puis chauffer **5 min/70 °C/vitesse 1**.

3. Ajouter la gélatine égouttée et mélanger **10 sec/vitesse 6**.

4. Ajouter les 300 g de crème restants, le sel et le poivre, puis mélanger **20 sec/vitesse 5**. Verser la pannacotta dans 10 verrines et réserver 1 nuit au réfrigérateur.

La compotée pomme-betterave aux épices (le jour même)

5. Mettre la betterave dans le bol et hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule. Recommencer le hachage si nécessaire afin d'obtenir des morceaux assez réguliers.

6. Ajouter les pommes, l'huile d'olive, le sel, le poivre et les épices cajuns, puis mijoter **15 min/100°C/🌀/vitesse 4**, sans gobelet doseur. Disposer un peu de compotée de pomme-betterave refroidie sur chaque pannacotta et accompagner, éventuellement, de gressins au sésame.

Variante(s)

- Remplacez la pomme par de la pêche : réduisez alors le temps de cuisson à 8 minutes.

⏱ 20 min 🕒 12 h 🍴 Facile

📊 Pour 1 verrine : 1194 kJ / 289 kcal /
Protéines 4 g / Glucides 6 g / Lipides 28 g



Cocktail citron-gingembre et champagne

🍷 1 bouteille (0,75 l)

- 1 c. à café de poivre de Sarawak
- 100 g de sucre de canne
- 20 g de gingembre frais
- 2 citrons jaunes, non traités (le jus seulement)
- 1 bouteille de champagne

Ustensile(s) : passoire fine, flûtes à champagne

1. Mettre le poivre de Sarawak, le sucre de canne et le gingembre dans le bol, puis mixer **10 sec/vitesse 10**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
2. Ajouter le jus de citron et chauffer **4 min/Varoma/vitesse 2**, sans le gobelet doseur. Filtrer le contenu du bol à l'aide d'une passoire fine au-dessus d'un récipient. Réserver 30 minutes à température ambiante avant de placer au réfrigérateur. Servir un fond de sirop dans une flûte à champagne, puis compléter avec le champagne bien frais. Servir aussitôt éventuellement agrémenté d'un zeste de citron jaune.

⏱ 10 min 🕒 1 h 15 🍴 Facile

📊 Pour la recette complète : 4047 kJ / 960 kcal /
Protéines 3 g / Glucides 117 g / Lipides 1 g



Retrouvez d'autres idées d'amuse-bouches dans le carnet « Apéritifs dînatoires », sur la boutique en ligne www.thermomix.fr

Une déco pleine de gourmandise

PETITE ATTENTION PLEINE DE DOUCEUR, CE POT DE SUCRE À LA FÈVE TONKA TROUVE SA PLACE SUR NOTRE TABLE DE FÊTE, TOUT PRÈS DES ASSIETTES. S'IL PEUT SE DÉGUSTER DÈS LE DESSERT, CE PETIT CADEAU FAIT ÉGALEMENT OFFICE DE PHOTOPHORE SOUVENIR POUR CHACUN DES CONVIVES. TEXTE DE **AUDREY LEBREDONCHEL**



TIY

Thermomix® it yourself

Pour la réalisation

Utilisez autant de petits pots à confiture (avec couvercle) que vous avez de convives.

À l'aide d'un perforateur adapté, réalisez des petites étoiles (ou le motif de votre choix) dans du papier Canson* et collez-les sur les bocaux avec une colle à papier (disponible en magasin de loisirs créatifs). Laissez sécher une nuit. Entourez votre création d'un ruban ou d'une ficelle après y avoir suspendu l'étiquette.

Pour réaliser des étiquettes personnalisées, rien de plus simple, rendez-vous sur notre site Internet www.thermomix.fr, rubrique « Promotions et Actualités », choisissez le modèle d'étiquette, ajoutez votre propre texte, imprimez-les et décidez vos réalisations.

Retrouvez également des idées pour réaliser des paniers gourmands à offrir sur notre chaîne YouTube : <https://www.youtube.com/c/ThermomixFrance>

Sucre à la fève tonka

🍷 1 bocal (200 g)

- 200 g de sucre en poudre
- 1 fève tonka

1. Mettre le sucre en poudre et la fève tonka dans le bol, puis moulin **30 sec/vitesse 10**. Transvaser dans un pot hermétique et utiliser selon les besoins et les envies.

Conseil(s) :

- Utilisez ce sucre pour parfumer yaourts, riz au lait ou gaufres.
- Stocké dans un pot hermétique, il se conserve très bien en gardant toute sa saveur pendant 3 mois.

⚡ 5 min 🕒 5 min 🌟 Facile

📖 Pour la recette complète : 3409 kJ / 814 kcal / Protéines 0 g / Glucides 202 g / Lipides 0 g

VOTRE *magazine trimestriel*

POUR ENCHANTER VOTRE EXPÉRIENCE CULINAIRE

ABONNEZ-VOUS EN PROFITANT DE NOS OFFRES SPÉCIALES !

**OFFRE
SPÉCIALE**
2ans

ABONNEMENT 2 ANS - 8 NUMÉROS
40€ AU LIEU DE 64€
soit 3 numéros offerts

Offre valable jusqu'au 30/06/2017



**OFFRE
SPÉCIALE**
1an

ABONNEMENT 1 AN - 4 NUMÉROS
24€ AU LIEU DE 32€
soit 1 numéro offert

Offre valable jusqu'au 30/06/2017

BULLETIN D'ABONNEMENT

☐ Oui, je profite de l'offre spéciale d'abonnement de 2 ans au magazine "Thermomix® et Moi", pour 40€ au lieu de 64€, soit 8 numéros dont 3 offerts.

☐ Oui, je profite de l'offre spéciale d'abonnement de 1 an au magazine "Thermomix® et Moi", pour 24€ au lieu de 32€, soit 4 numéros dont 1 offert.

CODE PROMOTION ▼

A 0 6

MES COORDONNÉES (PAYEUR DE L'ABONNEMENT) ▼

CIVILITÉ: M. ☐ Mme ☐

PRÉNOM*

NOM*

COMPLÉMENT D'ADRESSE (RÉSIDENT, ESC., BAT.)

NUMÉRO* VOIE (RUE, BD, AV, CH, IMP...)*

LIEU-DIT/BP

CODE POSTAL* VILLE*

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE DATE DE NAISSANCE

ADRESSE E-MAIL POUR RECEVOIR UNE CONFIRMATION DE VOTRE COMMANDE

COORDONNÉES DE L'ABONNÉ (SI DIFFÉRENT DU PAYEUR) ▼

CIVILITÉ: M. ☐ Mme ☐

PRÉNOM DE L'ABONNÉ*

NOM DE L'ABONNÉ*

COMPLÉMENT D'ADRESSE (RÉSIDENT, ESC., BAT.)

NUMÉRO* VOIE (RUE, BD, AV, CH, IMP...)*

LIEU-DIT/BP

CODE POSTAL* VILLE*

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE DATE DE NAISSANCE

ADRESSE E-MAIL

MODE DE RÈGLEMENT ▼

- ☐ Je joins mon chèque de 40€ à l'ordre de Vorwerk France.
- ☐ Je joins mon chèque de 24€ à l'ordre de Vorwerk France.

Bulletin d'abonnement à renvoyer avec votre règlement à :
Service abonnement "Thermomix® et Moi"
56 rue du Rocher, 75008 PARIS

Plus rapide, vous pouvez aussi vous abonner :
Par Internet : www.thermomix.fr/mag

Le 1^{er} numéro de votre abonnement dépend de la date de souscription.
Il est indiqué sur la boutique en ligne.

Offre réservée à la France métropolitaine, valable jusqu'au 30/06/2017

Les champs obligatoires marqués d'un * doivent être remplis pour le bon traitement de votre demande d'abonnement.

Les données personnelles vous concernant ont pour objet de permettre à VORWERK FRANCE de mieux vous connaître et de traiter votre demande d'abonnement et la gestion de celui-ci. Elles sont destinées exclusivement à VORWERK FRANCE, responsable du traitement de ces données. Elles sont toutefois susceptibles d'être communiquées à des prestataires ou des sous-traitants pour les seuls besoins du traitement de votre abonnement.

Vous êtes susceptibles de recevoir des offres commerciales de VORWERK FRANCE pour des produits et services analogues. Si vous ne le souhaitez pas, cochez la case ci-contre ☐.

Conformément à la loi "Informatique et libertés" du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès aux données qui vous concernent, de rectification et de suppression de celles-ci ainsi que d'opposition à leur usage. Vous pouvez exercer l'un quelconque de ces droits en vous adressant à : VORWERK France, Département de la Relation Client, 539 route de Saint-Joseph, 44308 Nantes Cedex 3. Pour toute information complémentaire : Par téléphone : 01 44 70 04 44 (de 9 h 30 à 12 h 30 et de 14 h à 17 h, du lundi au vendredi). Le délai de réception de votre 1^{er} numéro dépend du calendrier de parution du magazine.

Un Noël or et blanc

POUR ILLUMINER SA TABLE DE NOËL, RIEN DE TEL QU'UNE DÉCORATION GRAPHIQUE, BASÉE SUR DEUX TEINTES HARMONIEUSES ET TRÈS ÉLÉGANTES : LE BLANC ET LE DORÉ. TEXTE ET PHOTOS DE SANDRA COLLET



Et si, pour mettre en valeur son menu de réveillon, on se tournait vers une ambiance à la fois moderne, chaleureuse et raffinée ? L'idée : opter pour du linge de maison noble, une déco épurée et un duo de couleurs festives qui fonctionnent très bien à l'unisson... De quoi susciter l'émerveillement des convives, avant même que le premier plat ne soit servi ! Pour commencer, choisissez une très jolie nappe blanche. Une base à la fois neutre mais chic, qui permet ensuite de s'exprimer pour faire pétiller ses objets déco. Suivez donc la tendance qui consiste à se tourner vers des matières naturelles et prestigieuses, comme le lin

ou le chanvre. Ici, le modèle choisi est en chanvre pur, fabriqué en France (à partir de 119 €, Couleur Chanvre). Les serviettes sont issues de la même collection (à partir de 9 €). Pour mettre en valeur les assiettes unies blanches, optez pour des couverts dorés (ici, 29,90 € le lot de 4 fourchettes, 29,90 € le lot de 4 couteaux, 22,90 € le lot de 4 cuillères à café, Cyrillus Maison). Reste ensuite à donner vie à cette mise en place : vous avez carte blanche... avec quelques touches en or !

1. Pour la forêt sous cloche, découpez des gabarits de sapin de tailles différentes dans une sélection de feuilles de papier



3



4



2

et choisissez celle qui vous convient). Réduisez-la à un format adapté, puis imprimez-la sur le même papier cartonné blanc en autant d'exemplaires que d'invités. Découpez chaque trophée à l'aide du cutter de précision. Une fois la tête de cerf découpée, insérez-la dans l'espace du centre de la pliure de chaque porte-nom. Vous pouvez aussi réaliser ces porte-noms avec une silhouette de sapin.

3. Pour la décoration des serviettes, peignez en blanc des pommes de pin ramassées dans la forêt (ou bien 1,99 € le lot de 4, Cultura). Recouvrez-les au pinceau de colle liquide, puis saupoudrez-les de paillettes hologramme or brillant (2,99 €, Cultura). Pliez la serviette comme sur la photo, puis entourez-la de fil doré métallisé (2,59 €, DMC Custom by Me).

4. Pour les pots pailletés, récupérez des pots de yaourt ou des bouteilles en verre. Peignez-les à l'aide de peinture acrylique ou de bombe aérosol or (4,29 € les 150 ml, Cultura). Une fois la peinture sèche, recouvrez la zone basse de colle liquide, puis saupoudrez de paillettes or (3,49 €, Cultura). Suggestion : ornez la séparation peinture-paillettes de fil doré.

5. Pour la boule à neige, trouvez un joli bocal en verre et une figurine. Il peut s'agir d'un faon, d'un ours, d'un lapin, mais aussi, pourquoi pas, d'une pomme de pin ou d'une décoration de Noël. Elle doit simplement être suffisamment grande pour être visible. Fixez à l'aide d'une colle waterproof ou ultra forte la figurine sur



5

l'intérieur du couvercle. Appuyez bien sur les pattes de l'animal, puis laissez sécher. Remplissez le bocal d'eau presque à ras bord, puis versez une bonne quantité de poudre de paillettes. Plongez la figurine dans l'eau pailletée puis refermez le bocal. Entourez le couvercle de fil doré. Retournez l'ensemble afin de voir la poudre tomber comme de la neige.

6. Pour compléter la table, allez piocher dans la vaisselle de famille pour dénicher de jolis plats avec cloches en verre, afin de les orner de boules blanches ou dorées et de créer ainsi un nouveau point de lumière. Faute de service de ce genre, on peut disposer des boules de Noël dans un large vase transparent. Enfin, côté verdure, sublimes une orchidée ou une composition florale blanche en entourant son pot de guirlandes de perles ou de rubans en tissu doré.



6

à motifs (Mahé blanc et étoiles dorées, Mahé blanc et pois dorés, kraft Bazzill, kraft à filaire doré, à partir de 1,79 € la feuille, Cultura). Si vous souhaitez un découpage plus précis, optez pour un cutter de précision. Pour chaque sapin, collez deux faces de papier identiques, l'une sur l'autre. Insérez un cure-dents à la base pour faire figure de tronc. Piquez le tout dans une rondelle de bois assez épaisse, puis recouvrez l'ensemble d'une cloche en verre (10,99 €, Cultura).

2. Pour les porte-noms trophée, découpez des rectangles de papier cartonné blanc de 7 x 10 cm. Pour chaque modèle : pliez le rectangle dans la largeur en deux, puis faites une incision de 1,5 cm au centre de chaque pliure. Sur une face du porte-nom, tamponnez (ou imprimez ou écrivez à la plume) le prénom du convive. Pour réaliser la tête de cerf, cherchez sur Internet une silhouette assez simple de tête de cerf avec buste (tapez « silhouette de tête de cerf » dans votre moteur de recherche



« Ma surprise de Noël : un repas au foie gras ! »

KÉVIN BOURIEZ, KINÉSITHÉRAPEUTE TOULOUSAIN, PROFITE D'UN WEEK-END OÙ SA COMPAGNE, CLOTILDE, S'EST OFFERT UN PEU DE DÉTENTE ENTRE COPINES EN CORSE, POUR TESTER SON REPAS DE NOËL SURPRISE. RÉPÉTITION GÉNÉRALE DANS SA CUISINE ! TEXTE DE AMANDA SCHREPF SANZ PHOTOS DE THOMAS DURIO STYLISME DE MATHILDE LONCLE

Dans la cuisine de ce lumineux deux-pièces situé dans le quartier des Chalets, à Toulouse, à deux pas des Minimes et de la place Arnaud-Bernard, Kévin, 23 ans, s'agite. À portée de main : liqueur de café, maury, chocolat en poudre, sucre... et deux généreux foies gras frais. Car, cette année, il compte faire la surprise à sa compagne Clotilde de lui offrir un repas de Noël digne d'un chef. « Je vais faire une île flottante au foie gras en entrée suivie d'un opéra également au foie gras. Nous aimons beaucoup ça. Cela nous arrive de nous faire des pâtes au foie gras. Pas tout le temps, quand même ! »

Sur le bar, le TM31 offert par Clotilde, tient bonne place. Tandis que la gelée au maury cuit dans le bol, Kévin raconte comment il a adopté le Thermomix® : « Au début je me suis un peu moqué de Clotilde en lui disant qu'elle ne faisait pas de la vraie cuisine ! Elle m'a vite rétorqué : "Tu utilises un fouet ? Tu utilises un mixeur ? Tu utilises une cocotte ? Alors tu utilises déjà tous les ustensiles qui sont intégrés dans le Thermomix® !" Et elle avait raison. »

Sans compter que le TM31 a changé sa vie d'étudiant : « On a souvent tendance à mal manger. Les repas tournent vite autour des pâtes, du riz... Avec le TM31 je me suis lancé dans des plats que je n'aurais même pas envisagés, comme le petit salé aux lentilles. C'est sûr, étudiant, j'ai mangé beaucoup plus équilibré et ça continue aujourd'hui. »

Depuis, les livres de recettes Thermomix® sont devenus monnaie courante dans l'appartement : « Je note mes envies et je regarde s'il n'y a pas une recette ou alors je vais en piocher une quand je manque d'inspiration. C'est aussi très pratique le soir quand on rentre un peu tard. Il est possible de se préparer un bon menu très rapidement : quiche, risotto, omelette... des classiques mais des valeurs sûres. » Et, même si Clotilde et Kévin sont déjà dans la vie active, les soirées entre copains ne manquent pas. « Nous aimons bien nous retrouver à la maison pour un dîner, puis sortir ensuite boire un verre et faire la fête. Je crois qu'ils aiment bien notre cuisine », sourit-il.

La sonnerie de fin de cuisson retentit. La gelée au maury est prête : « C'est le moment où on va voir si mon montage tient le coup ! », rit Kévin. A priori, pas de souci, le cadre à pâtisserie est bien fermé hermétiquement avec le film alimentaire. La gelée s'étale dans le fond. Kévin place le tout au frais et entreprend la réalisation du biscuit aux noix avant de l'enfourner pour 18 minutes.

Vient le moment de déveiner les foies gras. L'opération semble délicate mais pour un kinésithérapeute qui a fait sa première année de médecine, la tâche s'annonce plus facile. « Le secret consiste à bien séparer les deux lobes puis à chercher la veine principale, au centre, et tirer délicatement. Il ne faut pas avoir peur de mettre les mains dans le foie, voire à le déstructurer un peu ! Il y a deux autres veines secondaires qui irriguent les côtés du foie », pointe-t-il. L'opération finie, Kévin regroupe les deux lobes et les met à tremper dans une marinade de maury, chocolat, café et liqueur de café.

Après trente minutes de marinade, Kévin sort le foie gras et le place dans le Varoma, bien enroulé dans du film alimentaire. Plus que quelques minutes de cuisson et l'opéra est prêt à être dressé. Avant de déposer les premières tranches de foie sur la gelée au maury, le kinésithérapeute précise : « Il ne faut pas attendre



que le foie refroidisse puisque le but est que les morceaux qui vont être placés en couche dans le cadre à pâtisserie s'agglomèrent pour former une délicieuse mousse. » Gelée, foie gras, biscuit, foie gras, biscuit... couche après couche l'opéra grandit. « Je vais le laisser reposer jusqu'à demain pour que les différentes couches s'imprègnent. »

Pendant ce temps, Kévin se propose de réaliser les îles flottantes au foie gras. « Je ferai cette recette le jour même contrairement à l'opéra que je devrai commencer la veille pour garantir une bonne tenue au démoulage. Cette recette est aussi intéressante pour ça : moins de travail le jour J ! », confie-t-il.

Moins de trente minutes plus tard, le Toulousain dresse déjà des verrines avec la crème au foie gras et dépose sur chacune d'entre elles un nuage de blanc en neige. L'effet est bluffant, dans les petites tasses on dirait une vraie crème anglaise. Une entrée qui fait un écho parfait à l'opéra sucré-salé qui viendra ensuite.

Loin de Toulouse, Clotilde ne se doute pas du travail accompli par Kévin et du repas qui lui sera servi dans quelques jours. En attendant, ce week-end, ce sera dégustation entre amis.



Île flottante au foie gras

🍴 12 verrines

- 300 g de bouillon de volaille maison
- 140 g de foie gras de canard cru, coupé en morceaux
- 80 g de foie gras mi-cuit
- 5 œufs, jaunes et blancs séparés
- 3 pincées de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 2 pincées de poivre, fraîchement moulu, à ajuster en fonction des goûts

Ustensile(s) : 12 verrines

1. Mettre le bouillon de volaille, le foie gras de canard cru et le foie gras mi-cuit dans le bol, puis cuire **5 min/70°C/vitesse 2**. Mixer **10 sec/vitesse 10**. Transvaser dans un récipient muni d'un bec verseur et réserver.

2. Insérer le fouet. Mettre les jaunes d'œufs, le sel et le poivre dans le bol, puis fouetter **6 min/70°C/vitesse 3.5**, en versant doucement le bouillon au foie gras par l'orifice du couvercle sur le fouet en marche. **Retirer le fouet.** Répartir dans 12 verrines. Nettoyer et essuyer soigneusement le bol et le fouet.

3. Insérer le fouet. Mettre les blancs d'œufs dans le bol et monter en neige **6 min/70°C/vitesse 3.5**. **Retirer le fouet.** Répartir 1 c. à soupe de blanc en

neige sur chaque verrine. Agrémenter par exemple de poivre fraîchement moulu, d'1 pincée d'épices à foie gras ou de sel truffé, et servir sans attendre.

Conseil(s) :

- Servez l'île flottante accompagnée de tranches de pain d'épices légèrement toastées.

⏱ 5 min ⏱ 25 min 🍳 Facile

📊 Pour 1 verrine : 417 kJ / 101 kcal / Protéines 1 g / Glucides <1 g / Lipides 10 g

*Merci à l'agence Thermomix®
de Metz pour cette recette.*





Opéra de foie gras

15 parts

La gelée au maury

- 2 feuilles de gélatine alimentaire (1,9 g/feuille) et un récipient d'eau froide

- 200 g de maury
- 20 g de chocolat noir amer

Le biscuit aux noix

- 85 g de sucre en poudre
- 20 g de fécule de maïs
- 75 g de cerneaux de noix
- 2 œufs entiers
- 10 g de beurre doux
- 2 blancs d'œufs

Le foie gras

- 1 foie gras de canard cru (400-500 g env.)
- 2 c. à café de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 40 g de maury
- 10 g de liqueur de café
- 1 c. à café de cacao en poudre
- ½ c. à café de café instantané
- 600 g d'eau

Ustensile(s) : cadre à pâtisserie carré (17 x 17 cm env.), film alimentaire, papier cuisson, plaque à pâtisserie (29 x 36 cm env.)

La gelée au maury

1. Tapisser le fond d'un cadre à pâtisserie (17 x 17 cm) de film alimentaire, en rabattant l'excédent vers les parois extérieures de façon à le rendre hermétique.
2. Mettre les feuilles de gélatine à ramollir dans un récipient d'eau froide.
3. Mettre le maury dans le bol et réduire

10 min/120°C/vitesse 1 (TM31 : 10 min/Varoma/vitesse 1), sans le gobelet doseur.

4. Ajouter la gélatine égouttée et le chocolat, puis mélanger 30 sec/vitesse 3. Verser la préparation dans le cadre préparé et réserver au réfrigérateur. Nettoyer le bol.

Le biscuit aux noix

5. Mettre 75 g de sucre dans le bol et mixer 10 sec/vitesse 10. Râcler les parois du bol à l'aide de la spatule.
6. Ajouter la fécule de maïs et les cerneaux de noix, puis mixer 10 sec/vitesse 10.
7. Ajouter les œufs entiers et le beurre, puis mélanger 1 min/vitesse 5. Transvaser dans un récipient et réserver. Nettoyer et essuyer soigneusement le bol.
8. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6). Tapisser une plaque à pâtisserie de papier cuisson et réserver.
9. **Insérer le fouet.** Mettre les blancs d'œufs dans le bol et fouetter 1-3 min/vitesse 3, en ajoutant au bout d'1 minute les 10 g de sucre restants petit à petit par l'orifice du couvercle sur le fouet en marche. **Retirer le fouet.** Incorporer délicatement les blancs en neige au mélange sucre-noix à l'aide de la spatule, puis verser la pâte sur la plaque préparée. Enfourner et cuire 18 minutes à 180°C. Nettoyer et essuyer le bol.

Le foie gras

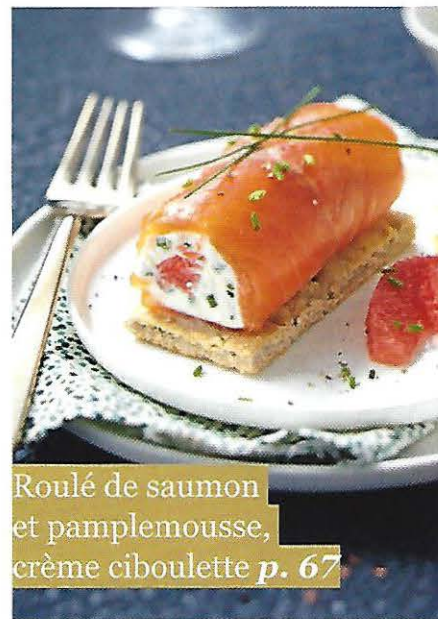
10. Séparer les lobes de foie gras de canard et les déveiner en retirant soigneusement les veines de bout en bout à l'aide d'un couteau pointu. Mettre les lobes de foie gras déveinés dans un saladier et les saler, puis réserver.
11. Mettre le maury, la liqueur de café, le cacao et le café soluble dans le bol, puis mélanger 20 sec/vitesse 3. Verser cette marinade sur les foies, puis laisser macérer 30 minutes minimum au réfrigérateur. Retourner les lobes de foie gras et laisser macérer à nouveau 30 minutes au frais.
12. Reconstituer le foie gras à la main, le déposer au centre d'une feuille de film alimentaire (50 cm env.), filmer le foie en chassant bien l'air et le rouler pour former un saucisson. Renouveler l'opération avec 3 autres feuilles, en serrant bien les extrémités à chaque fois. Faire un nœud avec les extrémités de la dernière feuille.
13. Mettre l'eau dans le bol. Mettre en place le Varoma et y mettre le foie gras filmé, puis cuire à la vapeur 12 min/Varoma/vitesse 2.
14. Retourner délicatement le foie gras filmé et prolonger la cuisson vapeur 12 min/Varoma/vitesse 2. Pendant ce temps, préparer un saladier rempli d'eau très froide et de glaçons. Y plonger le foie gras pour stopper sa cuisson.
15. Déballez le foie gras encore tiède sur une planche à découper, escaloper de fines tranches et en garnir la surface du cadre de gelée. Découper un carré de biscuit de la taille du cadre et le poser sur le foie gras. Renouveler l'opération avec une autre couche de foie gras et un autre carré de biscuit. Tapisser la surface du biscuit de film alimentaire et poser un poids lourd sur toute la surface. Réserver 1-2 jours au réfrigérateur. Démouler en retournant l'opéra, détailler en rectangles (3 x 5 cm) et servir aussitôt.

30 min 24 h Difficile Pour 1 part : 1167 kJ / 282 kcal / Protéines 5 g / Glucides 8 g / Lipides 25 g



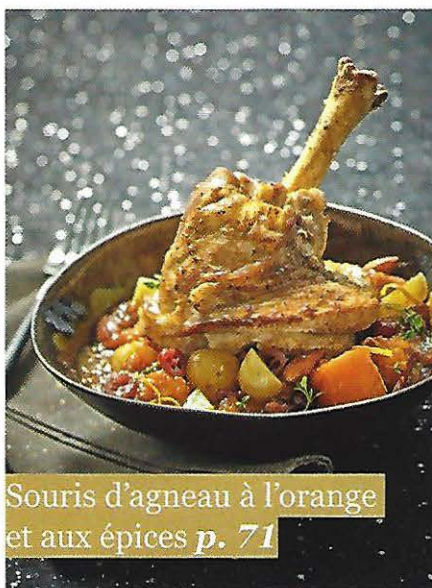


Petits choux
aux escargots **p. 66**



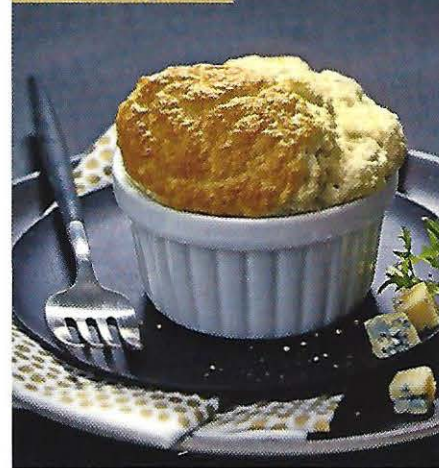
Roulé de saumon
et pamplemousse,
crème ciboulette **p. 67**

Homard sauce newburg
et purée de potiron **p. 68**



Souris d'agneau à l'orange
et aux épices **p. 71**

Soufflé à la fourme
d'Ambert **p. 72**



Bûche sorbet
en couches **p. 73**



Sphère chocolat-mandarine **p. 74**

DOSSIER SPÉCIAL RÉVEILLON

Variations gourmandes pour ma table de fête

PHOTOS RECETTES ÉTAPES ET STYLISME DE D3 STUDIO

Petits choux aux escargots

🍴 40 choux

La pâte à choux

- 150 g d'eau
- 80 g de beurre, coupé en morceaux
- ½ c. à café de sel
- 2 c. à café de sucre
- 120 g de farine
- 3 œufs

La garniture provençale

- 4 brins de persil frais, équeutés
- 100 g de tomates séchées à l'huile, coupées en deux
- 50 g de poivrons rouges grillés, en conserve, coupés en morceaux
- 100 g d'escargots cuits, en conserve

La garniture au beurre d'escargot

- 4 brins de persil frais, équeutés
- 1 gousse d'ail
- 100 g de beurre demi-sel
- 1 pincée de poivre, à ajuster en fonction des goûts
- 100 g d'escargots cuits, en conserve

Ustensile(s) : plaque de four, papier cuisson, poche à douille à embout uni

La pâte à choux

1. Préchauffer le four à 200°C (Th. 6-7). Tapisser une plaque de four de papier cuisson et réserver.

2. Mettre l'eau, le beurre, le sel et le sucre dans le bol, puis chauffer **5 min/100°C/vitesse 3**.

3. Ajouter la farine et mélanger **1 min/vitesse 3** sans le gobelet doseur. Retirer le bol et le couvercle, puis laisser la pâte refroidir 10 minutes.

4. Remettre le bol sur son socle et mélanger **2 min/vitesse 3**, en ajoutant les œufs un par un par l'orifice du couvercle sur les couteaux en marche.

5. Transvaser la pâte dans une poche à douille à embout uni, puis former des choux sur la plaque préparée, en les espaçant de 5 cm. Enfourner et cuire 15-20 minutes à 200°C. Pendant ce temps, préparer la garniture. En fin de cuisson, entrouvrir légèrement la porte du four 10 minutes pour laisser les choux sécher. Nettoyer et essuyer le bol.

La garniture provençale

6. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6).

7. Mettre le persil dans le bol et hacher **5 sec/vitesse 7**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

8. Ajouter les tomates et les poivrons, puis mixer **10 sec/vitesse 5**. Garnir les choux de cette préparation, ajouter un escargot par chou, puis enfourner et cuire de nouveau 5-10 minutes à 180°C. Retirer les choux et laisser le four allumé pour la cuisson suivante. Nettoyer le bol.

La garniture au beurre d'escargot

9. Mettre le persil et l'ail dans le bol, puis hacher **5 sec/vitesse 7**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

10. Ajouter le beurre et le poivre, puis mixer **5 sec/vitesse 6**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

11. Mixer de nouveau **20 sec/vitesse 4**. Mettre un escargot par chou, le recouvrir généreusement de beurre aillé, puis enfourner et cuire 5-10 minutes à 180°C. Servir sans attendre.



Servez avec un saint-véran.

⏱ 30 min 🕒 1 h 30 🍳 Facile

📊 Pour 1 chou provençal : 146 kJ / 35 kcal / Protéines

< 1 g / Glucides 3 g / Lipides 2 g

Pour 1 chou au beurre d'escargot : 195 kJ / 47 kcal /

Protéines < 1 g / Glucides 2,5 g / Lipides 4 g



Pour des escargots de très bonne qualité, direction une escargotière où ces gastéropodes sont élevés dans les règles de l'art.

Choisissez de grandes tranches de saumon pour réussir votre montage à coup sûr.



Roulé de saumon et pamplemousse, crème ciboulette

16 portions

Le sablé parmesan et sarrasin

- 130 g de parmesan, coupé en morceaux
 - 70 g de farine de sarrasin
 - 120 g de farine de blé
 - 1 c. à café de levure chimique
 - 100 g de beurre demi-sel, coupé en morceaux
- ### Le roulé de saumon
- 100 g de fromage type Philadelphia, très froid
 - 50 g de crème liquide, 30% m.g., très froide
 - 30 g de jus de citron
 - 10 g de ciboulette fraîche, ciselée
 - 1 pincée de sel, à ajuster en fonction des goûts
 - 4 pincées de poivre, à ajuster en fonction des goûts
 - 8 tranches de saumon fumé
 - 2 pamplemousses roses, détaillés en suprêmes

Ustensile(s) : film alimentaire, papier cuisson, rouleau à pâtisserie, plaque de four

Le sablé parmesan et sarrasin

1. Mettre le parmesan dans le bol et râper **8 sec/vitesse 7**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
2. Ajouter la farine de sarrasin, la farine de blé, la levure chimique et le beurre, puis mixer **30 sec/vitesse 6**. Transvaser la pâte sur une feuille de film alimentaire, former une boule, puis l'envelopper. Réserver la pâte 15 minutes au réfrigérateur avant utilisation.
3. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6).
4. Étaler la pâte entre deux feuilles de papier cuisson à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Faire glisser les feuilles de papier cuisson sur une plaque de four et retirer délicatement celle du dessus, puis enfourner et cuire 15-20 minutes à 180°C. Détailler 16 sablés en rectangles (8 x 3 cm env.) avant que la pâte ne refroidisse. Nettoyer le bol.

Le roulé de saumon

5. **Insérer le fouet.** Mettre le fromage frais, la crème liquide et le jus de citron dans le bol, puis fouetter

- 1-2 min/vitesse 3.** Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

- 6.** Ajouter la ciboulette, le sel et le poivre, puis mélanger **5 sec/vitesse 2**.

Retirer le fouet.

- 7.** Poser une tranche de saumon fumé sur un film alimentaire et la tartiner de crème à la ciboulette. Déposer 3 suprêmes de pamplemousse sur le bord et rouler. Envelopper de film alimentaire en serrant bien. Reproduire l'opération avec le reste des ingrédients, puis réserver 1 h 45 au réfrigérateur.
- 8.** Déballer les roulés et les couper en fonction de la longueur des sablés, puis les poser dessus. Servir bien frais, accompagné éventuellement d'une salade d'herbes fraîches.

Conseil(s) :

- Inutile d'attendre 1 h 45 que vos roulés refroidissent si tous vos ingrédients sont, initialement, très frais.



Servez avec un jurançon sec.

20 min 2 h 45 Facile

Pour 1 portion : 809 kJ / 193 kcal / Protéines 10 g / Glucides 10 g / Lipides 13 g

Homard sauce newburg et purée de potiron

🍴 2 portions

La cuisson du homard

- 2 300 g d'eau
- 50 g de gros sel
- 20 g de fenouil, coupé en tronçons
- 1 homard

Le beurre au corail

- 100 g de beurre demi-sel, coupé en morceaux

La sauce newburg et la purée de potiron

- 10 g d'échalote, coupée en deux
- 1 gousse d'ail
- 30 g de carotte
- 50 g de blanc de poireau
- 20 g d'huile d'olive
- 25 g de porto rouge ou de xérès
- 300 g d'eau
- 20 g de concentré de tomate
- 400 g de chair de potiron, coupée en cubes
- 40 g de crème liquide, 30% m.g.
- 2 pincées de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 2 pincées de poivre, à ajuster en fonction des goûts
- 5 g de farine de blé

Ustensile(s) : faitout (Ø 30 cm), passoire fine

La cuisson du homard

1. Mettre l'eau, le gros sel et le fenouil dans une grande casserole ou un faitout et porter à ébullition. Plonger le homard dans l'eau et laisser cuire 10 minutes environ suivant sa grosseur. Plonger le homard cuit dans un récipient d'eau froide pour arrêter la cuisson. Décortiquer le homard : séparer la tête du reste du corps et séparer les pinces. Découper la carapace et sortir le tronc, puis fendre les pinces et sortir leur chair. Réserver les parties comestibles et les mettre au frais. Mettre les parties dures de l'intérieur de la tête et les petites pattes dans un récipient et réserver.

Le beurre au corail

2. Mettre les parties molles de la tête (40 g env.) et le beurre dans le bol, puis mélanger **1 min/vitesse 4** en augmentant progressivement la vitesse. Transvaser dans un second récipient et réserver au frais.

La sauce newburg et la purée de potiron

3. Mettre l'échalote, l'ail, la carotte et le poireau dans le bol, puis hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

4. Ajouter l'huile et les parties dures du homard réservées, puis rissoler

5 min/120°C/vitesse 1

(TM31 : **5 min/Varoma/vitesse 1**), sans le gobelet doseur.

5. Ajouter le porto, 200 g d'eau et le concentré de tomate, puis concasser **Turbo/2 sec/2 fois**

(TM31 : **Turbo/2 sec/2 fois**).

6. Ajouter les 100 g d'eau restants.

Insérer le panier cuisson et y mettre le potiron, puis cuire **15 min/Varoma/vitesse 1**.

7. Retirer le panier cuisson et réserver, puis mixer **10 sec/vitesse 10**. Filtrer le jus dans une passoire fine au-dessus d'un récipient. Rincer le bol.

8. Mettre la crème liquide, le sel, le poivre et le potiron cuit dans le bol, puis mixer **40 sec/vitesse 5**. Transvaser dans un récipient et réserver au chaud.

9. Mettre la sauce filtrée dans le bol et réduire **10 min/Varoma/vitesse 1**. Il reste environ 150 g de sauce dans le bol.

10. Ajouter la farine et cuire **3 min/100°C/vitesse 3**. Laisser le bol refroidir 5 minutes environ, jusqu'à ce que la température descende à 60°C. Chauffer **5 min/60°C/vitesse 2** et ajouter le beurre au corail bien froid petit à petit par l'orifice du couvercle sur les couteaux en marche. Disposer un peu de purée de potiron et des morceaux de homard, puis napper de sauce. Servir aussitôt.

Variante(s) :

- Remplacez la purée de potiron par une autre variété de courge.



Servez avec un chablis ou un saucerre blanc.

🕒 30 min 🍳 1 h 15 🍴 Facile

🍽 Pour 1 portion : 2753 kJ / 665 kcal /

Protéines 21 g / Glucides 10 g / Lipides 60 g





Un homard de 650 g environ a été cuisiné ici. Avec un plus gros, augmentez légèrement le temps de cuisson dans l'eau bouillante.



Commandez vos souris d'agneau en avance chez votre boucher et demandez à celui-ci de bien les préparer pour faciliter votre recette.

Souris d'agneau à l'orange et aux épices

 4 portions


- 80 g d'oignon, coupé en deux
 - 3 gousses d'ail
 - 300 g de carottes, coupées en tronçons (2 cm env.)
 - 1 bouquet garni
 - 10 g de beurre doux, et un peu pour la cuisson
 - 4 souris d'agneau (1 000 g env.)
 - 30 g de sucre roux
 - 100 g de vinaigre de cidre
 - 550 g d'eau
 - 700 g de pommes de terre, coupées en cubes (2 cm env.)
 - 150 g de jus d'orange
 - ½ c. à café de sel, à ajuster en fonction des goûts
 - 3 pincées de poivre noir, fraîchement moulu, à ajuster en fonction des goûts
 - 1 c. à café de cinq épices, à ajuster en fonction des goûts
 - 70 g de canneberges
 - 30 g d'amandes décortiquées
 - 300 g de navets boule d'or, coupés en cubes (2 cm env.)
 - 2 c. à soupe de fond de veau
- Ustensile(s) :** poêle antiadhésive, papier cuisson

1. Mettre l'oignon dans le bol et hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
2. Ajouter les gousses d'ail, les carottes, le bouquet garni et le beurre, puis rissoler **7 min/120°C/vitesse 1 (TM31 : 7 min/Varoma/vitesse 1)** sans le gobelet doseur. Pendant ce temps, chauffer une poêle avec un peu de beurre et y faire dorer les souris d'agneau.
3. Ajouter le sucre roux, le vinaigre et l'eau au contenu du bol. Mettre en place le Varoma. Déposer le fouet au fond du Varoma, puis couvrir l'intérieur du Varoma de 2 feuilles de papier cuisson superposées pour créer un contenant hermétique. Déposer les souris d'agneau dans le Varoma, arroser avec le jus d'orange, saler, poivrer, ajouter le cinq épices, les canneberges, les amandes et les navets, puis cuire à la vapeur **30 min/Varoma/vitesse 1**. Retirer le Varoma et réserver. Insérer le panier cuisson et y peser les pommes de terre. Remettre le Varoma en place, puis cuire de nouveau à la vapeur **30 min/Varoma/vitesse 1**. Retirer le Varoma et le panier cuisson, puis réserver au chaud.
4. Ajouter le fond de veau et le jus obtenu dans le Varoma au contenu du bol, réduire la sauce **10-15 min/Varoma/vitesse 2**, sans gobelet doseur. Transvaser le contenu du Varoma et du panier cuisson dans un plat de service, puis napper de sauce. Servir aussitôt.



Servez avec un côte-rôtie.

 10 min  1 h 40  Facile

 Pour 1 portion : 3178 kJ / 759 kcal /

Protéines 41 g / Glucides 38 g / Lipides 31 g

Soufflé à la fourme d'Ambert

🍴 6 portions

- 30 g de beurre demi-sel, et un peu pour les moules
- 30 g de farine de blé, et un peu pour les moules
- 250 g de lait
- 150 g de fourme d'Ambert, coupée en morceaux
- 4 pincées de poivre cinq baies
- 2 jaunes d'œufs
- 5 blancs d'œufs

Ustensile(s) : film alimentaire, 6 moules à soufflé individuels en céramique

1. Mettre le beurre, la farine et le lait dans le bol, puis cuire **8 min/100°C/vitesse 3**.
2. Ajouter la fourme d'Ambert et le poivre, puis mélanger **20 sec/vitesse 5**.
3. Ajouter les jaunes d'œufs et mélanger **10 sec/vitesse 5**. Transvaser la préparation dans un saladier et filmer au contact. Nettoyer et essuyer soigneusement le bol.
4. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6). Beurrer et fariner 6 mini-moules à soufflé.
5. **Insérer le fouet**. Mettre les blancs d'œufs dans le bol et fouetter **2-3 min/vitesse 3** ou jusqu'à ce que les blancs soient fermes. Retirer le fouet. À l'aide de la spatule, incorporer délicatement les blancs en neige à la préparation à base de fromage. Répartir la préparation dans les moules, puis

enfourner et cuire 16 minutes à 180°C. Servir chaud, accompagné d'une salade.

Conseil(s) :

- Veillez à ne pas ouvrir le four durant la cuisson, auquel cas vos soufflés retomberaient inexorablement.

Variante(s) :

- Utilisez les mêmes proportions pour un gros soufflé à partager. Cuit dans un grand plat, le soufflé retombera moins vite.



Servez avec un côtes-du-jura vin jaune.

🕒 10 min 🕒 40 min 🍴 Facile

🍷 Pour 1 portion : 814 kJ / 195 kcal / Protéines 11 g / Glucides 6 g / Lipides 14 g



Une salade de mâche au noix se marie parfaitement avec ce soufflé.

Des fruits au sirop sont utilisés ici pour plus de facilité, mais cette bûche se prépare aussi avec des fruits frais congelés. À défaut de moule à bûche, vous pouvez utiliser un moule à cake.



Bûche sorbet aux trois parfums

🍰 8 parts

- 350 g d'ananas au sirop, coupé en morceaux, égoutté puis congelé
- 400 g de griottes dénoyautées au sirop, égouttées puis congelées
- 500 g de poires au sirop, coupées en morceaux, égouttées puis congelées

Ustensile(s) : moule à bûche ou moule à cake (26 cm env.)

1. Mettre l'ananas dans le bol et mixer **20 sec/vitesse 6** en vous aidant de la spatule. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

2. Insérer le fouet et fouetter

20 sec/vitesse 4. Retirer le fouet.

Transvaser le contenu du bol dans un moule à bûche, puis égaliser avec le dos d'une cuillère à soupe. Réserver au congélateur. Nettoyer le bol et le fouet.

3. Mettre les cerises dans le bol et mixer **20 sec/vitesse 6** en vous aidant de la spatule. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

4. Insérer le fouet, puis fouetter **20 sec/vitesse 4. Retirer le fouet.**

Transvaser dans le moule à bûche, sur le sorbet ananas, puis égaliser avec le dos d'une cuillère à soupe. Réserver au congélateur. Nettoyer le bol et le fouet.

5. Mettre les morceaux de poires dans le bol, puis mixer **20 sec/vitesse 6** en vous aidant de la spatule. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

6. Insérer le fouet et fouetter

20 sec/vitesse 3. Retirer le fouet.

Transvaser dans le moule à bûche, sur le sorbet de griotte, puis égaliser avec le dos d'une cuillère à soupe. Réserver entre 30 minutes et 1 heure au congélateur. Au moment de servir, passer le moule à bûche sous l'eau chaude, puis démouler la bûche. Déguster aussitôt, éventuellement accompagnée d'un coulis de fruits ou d'une chantilly.



Servez avec un coteaux-du-layon.

🕒 15 min 🕒 1 h 20 🌿 Facile

📊 Pour 1 part : 429 kJ / 101 kcal / Protéines < 1 g / Glucides 25 g / Lipides < 1 g

Sphère chocolat-mandarine

🍴 8 portions

La gelée de mandarine (la veille)

- 2 feuilles de gélatine alimentaire (1,9 g/feuille) et un récipient d'eau froide
- 200 g de jus de mandarine (2-3 mandarines env.)

La mousse au chocolat (la veille)

- 200 g de chocolat noir, détaillé en morceaux
- 100 g de mascarpone, très froid
- 150 g de crème liquide, 30% m.g. min., très froide
- 3 œufs (blancs et jaunes séparés)
- Le glaçage miroir et la finition (la veille)
- 2 feuilles de gélatine alimentaire (1,9 g/feuille) et un récipient d'eau froide
- 90 g d'eau
- 110 g de sucre en poudre
- 65 g de crème liquide
- 35 g de cacao en poudre
- 8 biscuits sablés au beurre, type Roudor

Ustensile(s) : mini-moules demi-sphère (Ø 2 cm), moules demi-sphères (Ø 5 cm), fouet, spatule coudée Inox, papier cuisson

La gelée de mandarine (la veille)

1. Mettre les feuilles de gélatine à ramollir dans un récipient d'eau froide.
2. Mettre la moitié du jus de mandarine dans le bol, puis chauffer **2 min/70°C/vitesse 1**.
3. Ajouter la gélatine égouttée, puis mélanger **10 sec/vitesse 3**.
4. Ajouter le reste de jus de mandarine, puis mélanger **5 sec/vitesse 4**. Répartir dans 8 mini-moules demi-sphère (Ø 2 cm). Réserver 1 heure minimum au congélateur. Au bout de 30 minutes, commencer la mousse au chocolat. Nettoyer et essuyer le bol.

La mousse au chocolat (la veille)

5. Faire fondre le chocolat au bain-marie dans un grand saladier, puis réserver.
6. **Insérer le fouet.** Mettre le mascarpone et la crème dans le bol, puis fouetter **1-2 min/vitesse 3** ou jusqu'à ce que la crème ait la consistance d'une crème fouettée. **Retirer le fouet.** Transvaser dans un récipient et réserver à température ambiante. Nettoyer et

essuyer soigneusement le fouet et le bol.

7. **Insérer le fouet.** Mettre les blancs d'œufs dans le bol, puis fouetter **2-3 min/vitesse 3**. Pendant ce temps, ajouter les jaunes d'œufs au chocolat fondu, puis mélanger à l'aide d'un fouet. Y incorporer ensuite 1/3 de la crème fouettée en mélangeant au fouet pour lisser. Ajouter ensuite le reste de crème et mélanger, toujours au fouet mais délicatement. **Retirer le fouet.** Une fois les blancs montés, les incorporer délicatement à l'aide de la spatule à la préparation. Répartir la mousse dans 16 moules demi-sphère (Ø 5 cm).
8. Sortir les mini-demi-sphère de gelée de mandarine du congélateur, et les disposer au centre de chacune des demi-sphère de mousse, côté bombé vers le bas. Lisser à l'aide d'une spatule coudée, puis réserver au congélateur. Nettoyer le bol.

Le glaçage miroir et finition (la veille)

9. Mettre les feuilles de gélatine à ramollir dans un récipient d'eau froide.
10. Mettre l'eau, le sucre en poudre et la crème liquide dans le bol, puis cuire **11 min/120°C/vitesse 1** (TM31 : **11 min/Varoma/vitesse 1**), sans le gobelet doseur.
11. Ajouter le cacao en poudre et mélanger **20 sec/vitesse 3**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
12. Ajouter la gélatine égouttée et mélanger **10 sec/vitesse 3**. Transvaser dans un récipient et réserver 1 nuit au réfrigérateur.

Le jour même

13. Faire fondre le glaçage au bain-marie ou au micro-ondes et réserver. Sortir les demi-sphères du congélateur, puis les réunir pour former 8 sphères complètes. Piquer chaque sphère d'un cure-dents puis les tremper dans le glaçage noir. Les laisser égoutter 2 minutes sur une feuille de papier cuisson, puis les déposer sur les biscuits Roudor. Laisser décongeler au moins 1 heure au réfrigérateur avant de servir. Agrémenter les assiettes de jolis points de glaçage et éventuellement de segments de mandarine. Servir aussitôt.

⚡ 45 min 🕒 12 h 🍴 Moyen

📊 Pour 1 portion : 1909 kJ / 456 kcal / Protéines 8 g / Glucides 43 g / Lipides 28 g

à préparer
la veille

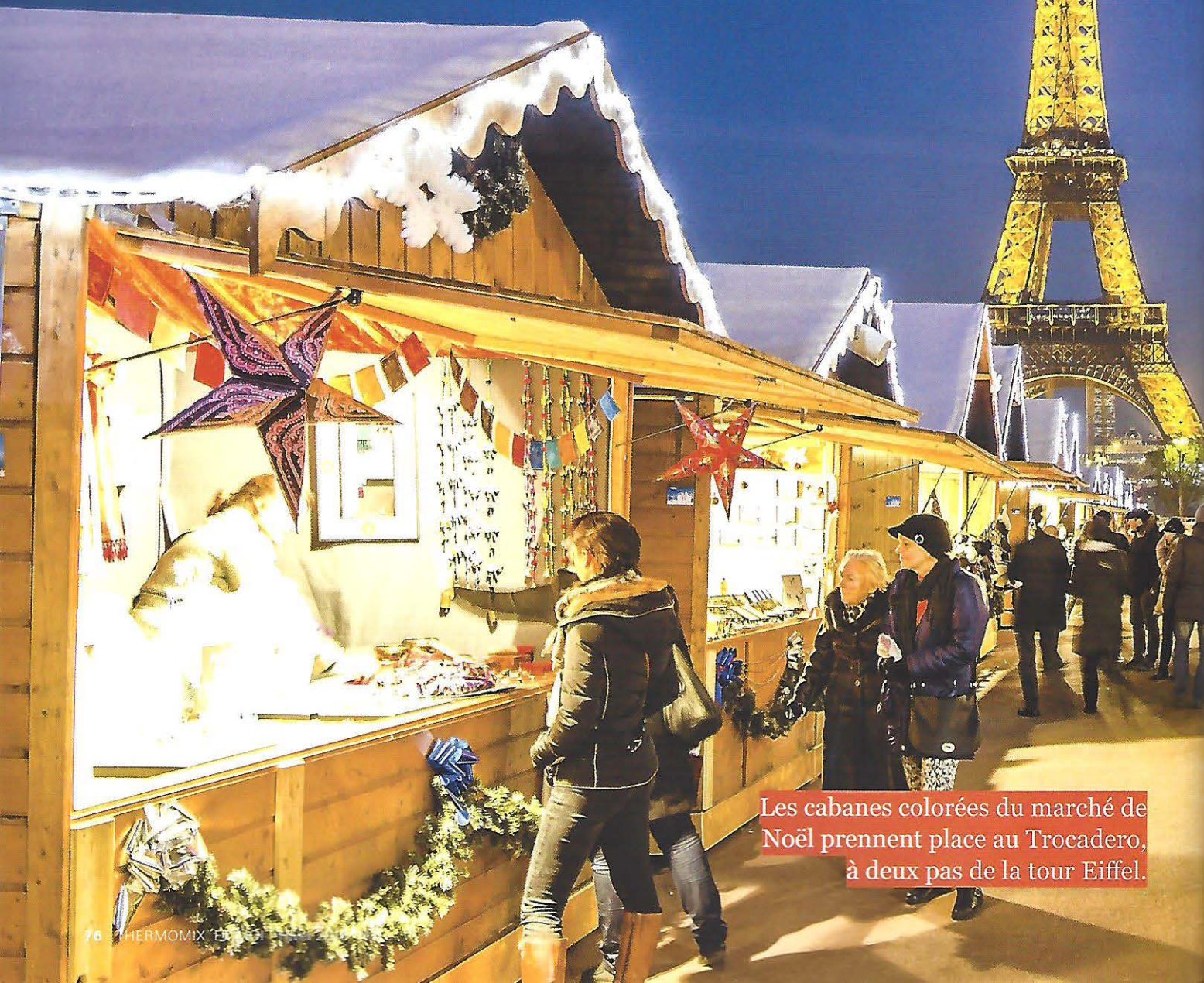


En silicone ou Inox, les moules demi-sphères se trouvent facilement en grandes surfaces, sur Internet ou en boutiques spécialisées.

Un Noël féerique à Paris

Si chaque jour, Paris est une fête, la capitale s'applique à revêtir ses plus belles lumières en fin d'année pour accueillir de nombreux gastronomes aux papilles affûtées. Voyage au cœur de commerces, marchés et lieux mythiques, prêts à célébrer Noël en proposant leurs plus beaux produits et créations.

TEXTE DE SANDRA COLLET PHOTOS RECETTES DE LAURENT GRIVET STYLISME DE GAËLLE GOUMAND



Les cabanes colorées du marché de Noël prennent place au Trocadéro, à deux pas de la tour Eiffel.

C'est un périple des sens qui débute par une palette de couleurs. Direction le III^e arrondissement, près de la rue de Bretagne. C'est ici que siège, depuis 1615, le plus vieux marché de Paris : celui des Enfants rouges. Classé monument historique, cet espace de 2 000 m² est surnommé par les habitants du quartier « la place du village ». Fruits, légumes, viandes, poissons, fromages et vins s'exposent du mardi au dimanche, pour mettre en valeur une pléiade de produits du terroir qui seront particulièrement appréciés sur nos tables de Noël. On peut notamment faire ses emplettes auprès d'un ostréiculteur vendéen, prêt à délivrer ses meilleurs conseils pour déguster des huîtres parfaitement assaisonnées. Cette petite ville dans la ville pétillait d'une ambiance chaleureuse. À midi, on peut déjeuner sur le pouce en savourant de délicieux antipasti chez Mangiamo Italiano. Ou bien, dans un esprit bistrot-guinguette, se régaler d'un plat du jour à L'Estaminet des Enfants rouges.

Non loin de là, rue Saint-Martin, une boutique d'alimentation générale vaut le détour. Chez Causses, on promeut également le produit de qualité en s'inspirant du slow food. La devise ? Manger « bon, propre et juste ». Armé d'un joli panier en osier pioché à l'entrée, on fait tout son marché dans un espace à la déco travaillée, mi-urbaine, mi-vintage. Si l'on est séduit par le concept, on peut s'attarder dans l'espace « Fabrique » qui propose une restauration sur place. Au menu : soupes, salades, sandwiches et plats du jour.

Le samedi, les adeptes des produits bio se pressent au marché des Batignolles, dans le XVII^e arrondissement. Une adresse très prisée par les Parisiens où les étals s'emplissent de fruits et légumes de saison 100 % bio : céleris, courges, poireaux, panais et



1

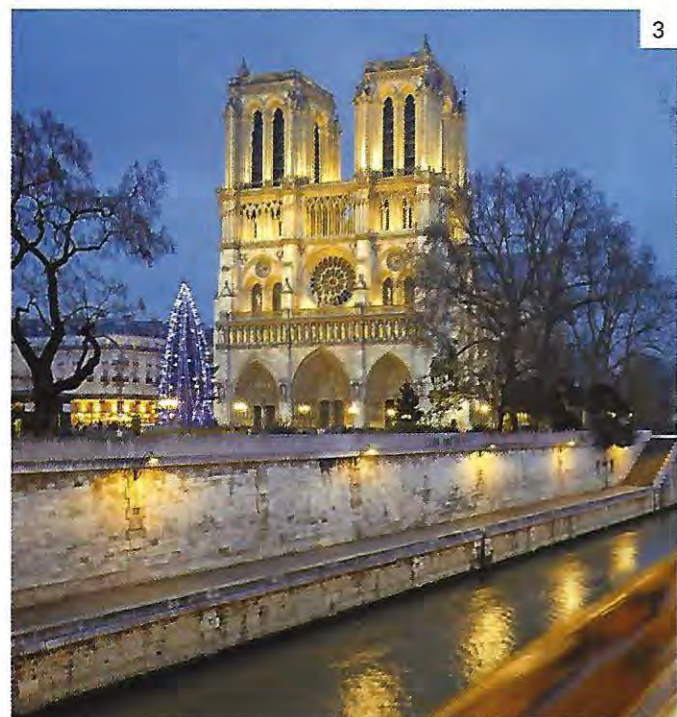
1. Causses, la boutique qui prône le retour à la slow food.
2. Les fromages Quatrehomme, à déguster accompagnés des pâtes de fruits maison.
3. À Noël, la Ville Lumière déploie ses plus beaux atours.



2

DR/QUATREHOMME

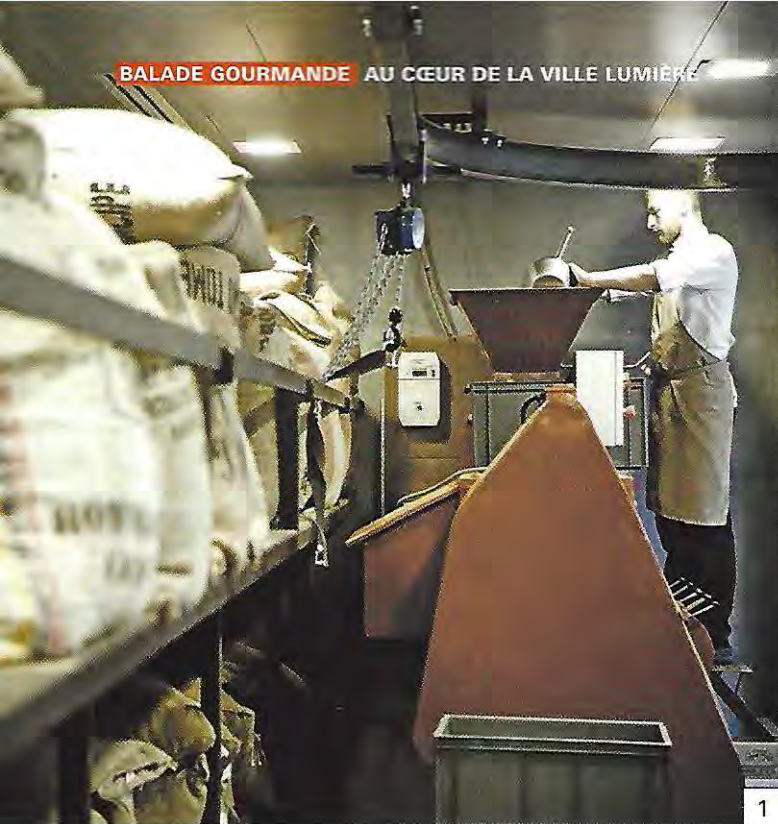
topinambours jouent des coudes pour attirer le badaud. Sur d'autres stands s'exposent des confitures, des fromages ou des savons au lait d'ânesse. Autant de produits qui donnent envie d'échanger avec tous ces petits producteurs réunis par une volonté commune : promouvoir le goût et le naturel.



3

FRANÇOIS ROUX - ISTOCKPHOTO

Il en est un qui aime aussi défendre de belles valeurs pour enchanter les clients de sa fromagerie, c'est Maxime Quatrehomme. Chez lui, on est fromager de père en fils. Mais les femmes tiennent aussi un sacré rôle dans cette riche histoire familiale, puisque Marie Quatrehomme (mère de Maxime) a été la première femme fromagère élue Meilleur Ouvrier de France. Leur grande et belle boutique de la rue de Sèvres attire forcément le regard : « On peut ici découvrir plus de trois cents fromages, explique Maxime Quatrehomme. Une véritable palette de textures, d'odeurs et de goûts. Des produits affinés de grande qualité. » Et si les habitués aiment s'y précipiter, c'est parce qu'ils y trouvent des produits uniques : « Chaque année, nous créons de nouvelles recettes. Il y a deux ans, nous avons conçu un charolais (fromage de chèvre de grande qualité) au whisky japonais, le Nikka. C'est un fromage très apprécié jusque sur des tables étoilées », ajoute-t-il. « Nos clients adorent aussi nos pâtes de fruit fromagères, élaborées avec des confituriers. » Tandis que les fêtes se préparent, les Quatrehomme s'apprentent à mettre en vitrine l'un de leurs fromages stars à cette période, le mont-d'or aux truffes : « Mon père a été le premier à l'imaginer. On le travaille uniquement avec des truffes fraîches. » Et



PIERRE MONETIA

nous le fabriquons de A à Z. Les clients peuvent ainsi voir certains de nos artisans torréfier les fèves et, surtout, ils vont sentir le chocolat ! » Au cœur de la boutique, un véritable trésor : des tablettes dites « Origine » qui révèlent la richesse et la puissance de fèves venues du Mexique, du Pérou, du Venezuela ou encore de Madagascar. Des gammes de bonbons (pralinés, ganaches) et des dragées complètent ce joli tableau. Sans oublier une création dont raffolent les gourmands : « Nous concevons une pâte à tartiner qui a beaucoup de succès, si bien que nous avons créé un pot XXL pour les plus grands fans ! » Nicolas Berger souffle un dernier conseil pour sublimer nos plats de fête : « L'association chocolat foie gras fonctionne bien. On peut aussi le glisser dans une sauce pour accompagner un gibier. On utilisera dans ce cas une pâte de cacao ou du chocolat amer à 75 % . »

Au cœur de la capitale, la rue Montorgueil fourmille d'animations. Ses commerces de bouche, bars et restaurants branchés ne désemploient pas, à l'image de la plus ancienne pâtisserie de Paris, au n° 51. La maison Stohrer, ouverte depuis 1730, est riche d'une histoire passionnante : dans ses cuisines furent créés les desserts pour la cour du roi Louis XV. C'est en effet le pâtissier Nicolas Stohrer qui

pour savourer toutes ces alléchantes préparations, pas de chichi : « Un fromage se déguste très simplement ! Avec un pain blanc, aux noix ou aux figues. Cela suffit ! »

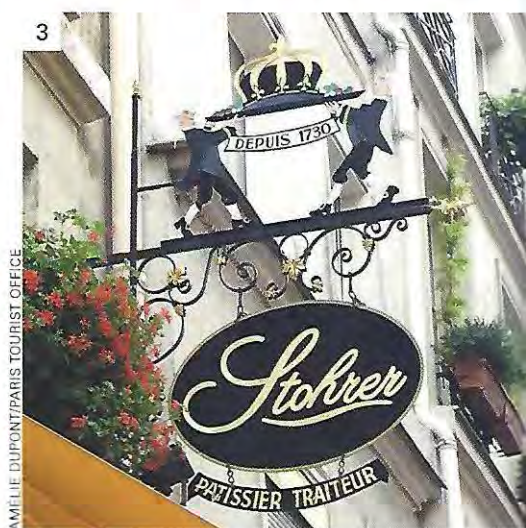
Paris ne serait pas Paris sans ses maisons de renom. On s'y presse pour contempler les vitrines qui mettent en scène avec élégance l'un des plus célèbres desserts de fête : la bûche. L'itinéraire débute place de la Madeleine, dans le VIII^e arrondissement, avec un premier arrêt chez Fauchon. Pour célébrer ses 130 ans, un menu anniversaire a été élaboré, dans lequel figurent de jolies minibûches au design épuré, lisse et cubique. Non loin de là, rue du Faubourg-Saint-Honoré, Dalloyau nous invite à déguster une spécialité maison typiquement parisienne : l'opéra, un gâteau créé en 1955 par le pâtissier Cyriaque Gavillon. Son idée : créer un entremets formé de tranches apparentes, dont une seule bouchée suffit à saisir le goût. À seulement quelques pas, rue Royale, figure une étape incontournable : Ladurée, maison réputée pour ses savoureux macarons. Et puisque les grands magasins du boulevard Haussmann ne sont qu'à quelques minutes, on s'y attarde pour admirer leurs mises en scène féeriques, avant de s'engouffrer dans le métro pour partir à la découverte de commerces plus confidentiels, mais ancrés dans l'histoire gastronomique de Paris...

Tout près de la place de la Bastille, nichée au fond d'une cour, se cache la Manufacture de chocolat Alain Ducasse, l'œuvre commune du grand chef étoilé et de son maître chocolatier, Nicolas Berger. « Cette manufacture, on l'a créée de toutes pièces, explique ce dernier, car c'était un ancien garage automobile. Il nous a fallu en tout six ans pour lui donner vie. » À l'intérieur, de grandes verrières laissent entrevoir un bien agréable spectacle : « Avec Alain Ducasse, on voulait remettre le métier d'artisan chocolatier en lumière. On a donc cherché une façon d'expliquer comment



MARC BERTRAND/PARIS TOURIST OFFICE

1. Il suffit d'une visite à la Manufacture de chocolat d'Alain Ducasse pour découvrir les artisans torréfier les fèves de cacao.
2. Paris ne serait pas Paris sans ses boulangeries et ses variétés de pain.
3. Un petit tour chez Nicolas Stohrer pour y choisir son baba au rhum.



AMÉLIE DUPONT/PARIS TOURIST OFFICE

Velouté de champignons et chantilly au foie gras

🍴 6 portions

La chantilly au foie gras

- 200 g de foie gras cuit
- 400 g de crème liquide, 30% m.g. min., très froide

Le velouté de champignons

- 80 g d'oignon, coupé en deux
- 700 g champignons de Paris, coupés en morceaux
- 30 g d'huile d'olive
- 350 g d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- 6 pincées de fleur de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 6 pincées de poivre blanc moulu, à ajuster en fonction des goûts

La chantilly au foie gras

1. Mettre le foie gras dans le bol et mixer **30 sec/vitesse 4**. Transvaser dans un récipient. Nettoyer et essuyer soigneusement le bol.

2. Insérer le fouet. Mettre la crème liquide dans le bol et fouetter **1-3 min/vitesse 3**, jusqu'à ce que la crème ait la texture d'une crème fouettée légèrement granuleuse. **Retirer le fouet.** Incorporer

délicatement la crème fouettée au foie gras mixé et réserver au réfrigérateur jusqu'au dressage. Nettoyer le bol.

Le velouté de champignons

3. Mettre l'oignon dans le bol et hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

4. Ajouter les champignons et l'huile d'olive, puis faire suer

3 min/100°C/vitesse 1.

5. Ajouter l'eau et le cube de bouillon

de volaille, cuire

20 min/Varoma/vitesse 1 puis mixer **1 min 30 sec/vitesse 10**. Présenter le velouté dans 6 assiettes creuses ou 6 jolis bols évasés. Façonner une quenelle de chantilly au foie gras, la déposer sur le velouté et terminer avec les pincées de fleur de sel et de poivre. Servir aussitôt.

⏱ 15 min 🕒 45 min 🍴 Facile

📊 Pour 1 portion : 817 kJ / 440 kcal / Protéines 8 g / Glucides 5 g / Lipides 43 g

fut le premier à imaginer le baba au rhum (d'abord baptisé l'ali baba). En cette période de Noël, on pourra en déguster une version revisitée, l'ali baba au safran. L'expédition se poursuit à quelques rues de là. Le Comptoir de la gastronomie nous ouvre ses portes. Dans cette belle épicerie fine de la rue Montmartre, on peut remplir son panier de truffes fraîches, caviar osciètre, saumon gravlax, mais surtout de foie gras maison. Tandis que la nuit tombe déjà, on finit la journée à la brasserie Bouillon Chartier fondée en 1896 et qui assure un service continu de 11 h 30 à 22 heures, fidèle à la tradition brassière : faux-filet maître d'hôtel, tête de veau sauce gribiche, confit de canard pommes grenailles ou bar rôti au fenouil...

Enfin, pour terminer ce circuit gastronomique et parisien, il faut programmer son réveil à l'aube.

À la station Denfert-Rochereau, dans le XIV^e arrondissement, un bus un peu spécial attend. Le départ est donné à 4 h 45. Chaque deuxième et dernier vendredi du mois, il achemine

des curieux vers le plus grand marché du monde, Rungis. Car pour pénétrer dans ce temple sacré il faut s'inscrire à une visite guidée de groupe (visiterungis.com). Au cours de la traversée des 7 secteurs, on découvre tour à tour du caviar d'escargot, du foie gras artisanal, mais aussi des morilles de Patagonie, du bœuf d'Argentine, du homard bleu de Bretagne... Comme chaque année en décembre, ce sont plus de 120 000 tonnes de produits qui transitent ici. Dans le secteur « fruits et légumes », on vient chercher de la rareté pour créer une sauce ou un assaisonnement parfaits. Le blood lime (minicitron parfumé venu d'Australie), la main de Bouddha ou le citron caviar sont traqués comme des trésors. On déambule ainsi pendant trois heures au cœur d'une effervescence unique, d'odeurs et de couleurs, à la rencontre de producteurs et productrices qui animent cette cité nocturne. À 8 heures, la visite touche à sa fin. Le groupe est invité à se diriger vers une des brasseries du marché pour un petit déjeuner bien mérité, avant de regagner le bus, direction Paris, la tête pleine de belles images, de conseils et de souvenirs...



Tarte au brie de Meaux, poires, courgettes et pâte sablée noisette

6 parts

La pâte brisée à la noisette

- 70 g de noisettes décortiquées
- 150 g de beurre doux, coupé en cubes, et un peu pour le moule
- 300 g de farine de blé, et un peu pour fariner
- 1 c. à café de sel
- 100 g d'eau
- La garniture**
- 500 g d'eau
- 400 g d'aubergine coupée en deux
- 350 g de courgettes coupées en fines lanières
- 80 g d'oignon coupé en deux
- 1 gousse d'ail
- 20 g d'huile d'olive
- le jus d'un demi-citron
- 1 pincée de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 2 pincées de poivre, à ajuster en fonction des goûts
- 40 g de pignons de pin
- 1 poire williams, coupée en fines lamelles (200 g env.)

- 160 g de brie de Meaux, coupé en tranches (1 cm env.)

Ustensile(s) : moule rectangle (36 x 12 cm) ou carré (22 x 22)

La pâte brisée à la noisette

1. Mettre les noisettes dans le bol et pulvériser **10 sec/vitesse 10**.
2. Ajouter le beurre, la farine, le sel et l'eau, puis mélanger **30 sec/vitesse 5**. Transvaser la pâte sur un plan de travail fariné et former une boule. Envelopper la pâte de film alimentaire et réserver au réfrigérateur. Nettoyer le bol.

La garniture

3. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6). Beurrer et fariner un moule à tarte carré (22 x 22 cm) ou 2 moules rectangulaires (11 x 35 cm), puis réserver.
4. Mettre l'eau dans le bol. Mettre en place le Varoma et y déposer les aubergines. Mettre en place le plateau vapeur et y placer les lanières de courgette, puis cuire à la vapeur **15 min/Varoma/vitesse 1**. Pendant ce temps, transvaser la pâte brisée dans le moule préparé, puis enfourner et précuire 20 minutes à 180°C en disposant un poids sur la pâte ou en la piquant pour éviter qu'elle ne gonfle. Réserver l'aubergine et les lanières de courgette à

température ambiante. Vider l'eau du bol.

5. Mettre l'oignon et l'ail dans le bol, puis hacher **5 sec/vitesse 5**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.

6. Ajouter l'huile d'olive et rissoler **2 min/120°C/vitesse 2 (TM31 : 2 min/Varoma/vitesse 2)**, sans le gobelet doseur.

7. Évider les moitiés d'aubergine à l'aide d'une cuillère à soupe. Ajouter la chair, le jus de citron, le sel et le poivre, au contenu du bol, cuire **5 min/120°C/vitesse 2 (TM31 : 5 min/Varoma/vitesse 2)**, puis mixer **10 sec/vitesse 4**. Étaler la préparation à l'aubergine sur le fond de tarte précuit, parsemer de pignons de pin, couvrir de lamelles de poire, puis de tranches de brie. Enfourner et cuire 5 minutes à 180°C. Couvrir le dessus de la tarte de lanières de courgette. Enfourner et cuire de nouveau 15-20 minutes à 180°C. Déguster chaud, accompagné d'une salade de jeunes pousses.

15 min 1 h 30 Facile Pour 1 part : 2675 kJ / 642 kcal / Protéines 15 g / Glucides 46 g / Lipides 44 g

Merci aux agences Thermomix®
IDF Ouest et IDF Nord
pour ces recettes !

Paris-brest en bouchée

 20 choux

Le craquelin

- 50 g de sucre roux
- 40 g de beurre doux, pommade
- 50 g de farine de blé

La pâte à choux

- 150 g d'eau
- 80 g de beurre doux, coupé en morceaux
- 1 pincée de sel
- 2 c. à café de sucre en poudre
- 120 g de farine de blé
- 3 œufs

La crème au praliné

- 60 g de pralin
- 500 g de lait
- 50 g de farine de blé
- 2 œufs
- 2 jaunes d'œufs
- 10 g de sucre vanillé maison
- 70 g de sucre en poudre
- 30 g de purée de noisette
- 50 g de chocolat au lait au praliné, détaillé en morceaux

La crème au beurre

- 50 g d'eau
- 140 g de sucre en poudre
- 75 g de blanc d'œuf (3 petits œufs env.)
- 240 g de beurre doux, pommade

L'insert praliné

- 100 g de chocolat au lait au praliné
- Ustensile(s)** : papier cuisson, rouleau à pâtisserie, plaque de four, poche à douille, emporte-pièce, film alimentaire, casserole, thermomètre à sucre, fouet, poche à douille à embout cannelé

Le craquelin

1. Mettre le sucre, le beurre et la farine dans le bol, puis mélanger **20 sec/vitesse 4**. Transvaser la pâte sur une feuille de papier cuisson et en former une boule. Poser dessus une seconde feuille de papier cuisson, puis abaisser la pâte, à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, sur une épaisseur de 3-4 mm. Réserver 10 minutes au congélateur. Nettoyer le bol.

La pâte à choux

2. Mettre l'eau, le beurre, le sel et le sucre dans le bol, puis chauffer

5 min/100°C/vitesse 1.

3. Ajouter la farine et mélanger

20 sec/vitesse 4. Retirer le bol, réserver et laisser refroidir 10 minutes. Préchauffer le four à 200°C (Th. 6-7). Tapisser la plaque de four de papier cuisson et réserver.

4. Remettre le bol sur son socle et mélanger **vitesse 5**, puis ajouter les œufs un par un par l'orifice du couvercle sur les couteaux en marche. Après avoir ajouté le dernier œuf, mélanger de nouveau

30 sec/vitesse 5.

5. Transvaser la pâte dans une poche à douille cannelée ou unie, puis former des choux sur la plaque préparée (Ø 2 cm) en les espaçant de 5 cm. Découper des ronds de craquelin à l'aide d'un emporte-pièce (Ø 2 cm) de la dimension des choux, puis déposer un rond de craquelin sur chaque chou en appuyant légèrement. Enfourner et cuire 20-25 minutes à 200°C ou jusqu'à coloration dorée. Éteindre le four et entrouvrir légèrement la porte 10 minutes pour laisser la pâte sécher. Sortir ensuite la plaque du four et laisser les choux refroidir complètement avant de les garnir. Nettoyer le bol.

La crème au praliné

6. Mettre le pralin dans le bol et mixer **10 sec/vitesse 10**. Transvaser 30 g dans un récipient et réserver.

7. Ajouter le lait, la farine, les œufs, les jaunes d'œufs, le sucre vanillé, le sucre, la purée de noisette et le chocolat au lait au praliné, cuire **7 min/98°C/vitesse 4 (TM31 : 7 min/100°C/vitesse 4)** et mixer **5 sec/vitesse 9**. Transvaser la crème au praliné dans un autre récipient et filmer au contact pour éviter à la crème de croûter en refroidissant. Réserver au réfrigérateur. Nettoyer et essuyer soigneusement le bol.

La crème au beurre

8. Mélanger l'eau et le sucre dans une casserole et cuire à 120°C en contrôlant la température à l'aide d'un thermomètre de cuisine.

9. **Insérer le fouet**. Mettre les blancs et fouetter **20 min/vitesse 3.5**. Au bout de 3 minutes, verser progressivement le sucre cuit par l'orifice du couvercle sur le fouet en marche. Au bout de 15 minutes environ (s'assurer que la préparation a bien refroidi), ajouter le beurre par petits

morceaux par l'orifice du couvercle sur le fouet en marche. **Retirer le fouet**.

10. Sortir la crème au praliné du réfrigérateur et la laisser tempérer, puis incorporer la crème au beurre et mélanger à l'aide d'un fouet. Transvaser cette crème paris-brest dans une poche à douille cannelée, puis laisser prendre au réfrigérateur 30 minutes minimum.


L'insert praliné

11. Faire fondre le chocolat au praliné au bain-marie et ajouter le reste de pralin mixé, puis mélanger. Laisser durcir pendant la découpe des choux.

Le dressage

12. Couper les choux au 1/3 de façon à avoir un chapeau. Garnir la moitié des choux de crème paris-brest, ajouter une noisette d'insert praliné, puis recouvrir de crème paris-brest. Fermer avec le chapeau, décorer d'une petite rosace de crème ou saupoudrer de sucre glace maison. Servir aussitôt.

 35 min  2 h 35  Difficile

 Pour 1 chou : 1445 kJ / 346 kcal / Protéines 5 g / Glucides 32 g / Lipides 25 g



LA CUISINE COLORÉE D'OUTRE-MER

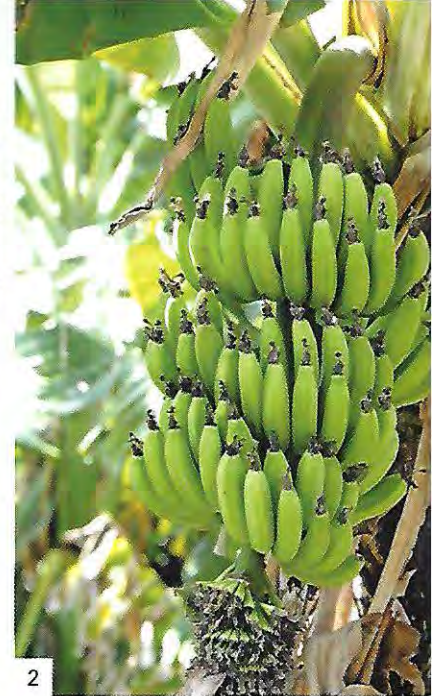
Mer turquoise, plages bordées de cocotiers, végétation luxuriante : les îles des Caraïbes collectionnent les paysages de carte postale. Mais les Antilles françaises (Guadeloupe, Martinique, Saint-Martin et Saint-Barthélemy), se distinguent aussi pour leur gastronomie. Parmi les spécialités incontournables, les accras de morue et le colombo de poulet, bien sûr ! Plongeons aujourd'hui dans la cuisine traditionnelle des « îles sœurs ».

TEXTE D' AURÉLIE MICHEL PHOTOS DES RECETTES DE LAURENT GRIVET STYLISME DE GAËLLE GOUMAND

La beauté de la plage du Prêcheur, en Martinique, invite à la détente.



NONSTOP



2



4



1



3

1. Cabanes de pêcheurs et commerces s'invitent sur la plage, en Martinique.
2. La banane, culture emblématique des Caraïbes.
3. Le boudin antillais, épicé et... pimenté !
4. Les accras de morue, incontournables de l'apéro créole.
5. Denrée rare, le poisson est le plus souvent vendu directement au retour de la pêche. Ici un étal à Pointe-à-Pitre.

La gastronomie antillaise est intimement liée à l'histoire. « Elle est aussi diversifiée que l'origine de sa population : Indiens caribéens, Africains, Hindous, Européens... », explique Christophe Mendonça, responsable de Thermomix® Antilles. Ainsi, un grand nombre de spécialités antillaises trouvent leurs origines dans le passé, celui des esclaves notamment. « La longue période de l'esclavage a joué un rôle très important dans la façon de se nourrir et de conserver la nourriture. La viande et le poisson sont toujours assaisonnés et macérés avec des épices, du piment et du citron, pour donner du goût mais aussi pour la conservation. » Le rhum, dont la réputation n'est plus à faire, était quant à lui consommé par les coupeurs de cannes à sucre : « Il était essentiel pour ne pas sentir la fatigue ou la douleur du travail dans les champs. » La cuisine occupe donc une place très importante dans la vie des Antillais : « Elle a bien sûr un lien culturel très fort, que l'on retrouve ou ressent durant les fêtes folkloriques et religieuses. » Ainsi, à chaque

période ou grand événement, sa spécialité : le chocolat pour les communions (recette page 88), le matoutou (crabe de terre) cuisiné à l'indienne à Pâques sur les plages, les accras aux choux ou aux carottes le Vendredi saint, ou encore le cochon à Noël...

Entre colombo de poulet et boudin créole, la viande est à l'honneur. « La volaille, le porc, le cabri et le bœuf sont incontournables dans la gastronomie, qu'ils soient grillés, en fricassée ou en colombo », explique Christophe. Les Antillais sont notamment friands de poulet, qui donne naissance à deux plats très typiques : le poulet boucané (qui signifie fumé) et le colombo de poulet. Ce dernier, qui s'apparente à un curry, est un plat d'origine indienne. Il peut aussi être préparé avec du cabri, de la viande de chèvre proche de celle de l'agneau. Au menu, on retrouve aussi du boudin créole, préparé avec du piment rouge, du clou de girofle, de la cannelle et de l'oignon-pays (piquant juste ce qu'il faut, il est



SUDRES/SUCRÉ SALE

délicieux !). La mer apporte aussi son lot de victuailles, même si les poissons se font plus rares (et donc plus chers). Parmi les fruits de mer les plus réputés, on peut citer la langouste ou encore le lambi, un mollusque à l'énorme coquille (sorte de gros escargot de mer). « Les manger est presque devenu un luxe », précise toutefois Christophe. Dans tous les cas, ici, on achète plutôt le poisson directement à l'arrivée des pêcheurs. Il est souvent cuisiné en blaff, qui consiste à le faire macérer dans du citron vert et des épices puis à le cuire au court-bouillon. Enfin, n'oublions pas la morue, indispensable pour préparer les incontournables accras mais aussi le féroce d'avocat (purée d'avocat à la farine de manioc et à la morue hachée pimentée). Les crabes de terre, qui grouillent sur les plages et dans les mangroves, sont ramassés et dégustés à Pâques, à l'occasion d'un véritable festin.

Accras, pain au beurre, chaudeau... des en-cas typiques. En Guadeloupe comme en Martinique, les accras de morue (aussi appelés marinades) sont une véritable institution. On les mange volontiers à l'apéritif, accompagnés d'un ti-punch. À l'heure du goûter, en Martinique, on se régale de pain au beurre (recette page 88), une brioche joliment tressée. « C'est d'ailleurs la recette la plus demandée au Thermomix® en Martinique, précise Christophe. Elle permet de démontrer la fonction pétrin avec une qualité de pâte exceptionnelle en un temps record. » En Guadeloupe,

c'est le chaudeau (ou chodo) dont on raffole. Similaire à la crème anglaise, on le réalise avec du lait, des épices (vanille, muscade...) et du sucre. Traditionnellement préparé pour les baptêmes, les communions et les mariages, il se mange tiède voire chaud avec du pain doux antillais (réalisé avec des œufs, de la farine et du sucre). Le chaudeau fait partie des recettes les plus attendues par les clients Thermomix® guadeloupéens « pour sa rapidité d'exécution. » Pour se désaltérer, on aime aussi siroter de la citronnade. « Elle est réalisée avec un citron vert entier coupé en deux et mixé avec du sucre de canne et des glaçons. Un vrai délice rafraîchissant que les clients adorent : les conseillers en font très souvent ! »

Dimanche, jour de fête. Aux Antilles, la dernière journée de la semaine est sacrée. « C'est un jour très important car c'est celui de la messe, où chacun porte sa plus belle robe, son plus beau costume, un chapeau. » C'est donc jour de fête, durant lequel les familles se réunissent autour de bons petits plats « qui mijotent depuis tôt le matin dans de gros faitouts. » Au menu ? Pour commencer, des incontournables : boudins, accras et punch. « Puis des grosses assiettes débordant de légumes, haricots rouges, et viande ou poisson au choix sur la table. » Un festin qui se partage volontiers à l'extérieur, à la plage ou en bordure de rivières.

Du potager au marché. Ici, il existe bien des moyens de s'approvisionner en fruits, légumes, viandes et poissons. Ceux qui cultivent chez eux un potager et des arbres fruitiers aiment à faire du troc. « Cela se pratique encore beaucoup à la campagne : celui qui a des avocats va en distribuer à la



D. GIRAL - COMITÉ MARTINICAIS DU TOURISME

Rhums et cocktails

Rhum blanc, rhum vieux, rhum paille... Qui dit Antilles dit canne à sucre et rhum ! La Martinique a d'ailleurs obtenu la seule AOC existante : « Rhum de Martinique ». Un alcool utilisé pour concocter bien des cocktails : ti-punch (rhum blanc, sucre de canne, citron), punch planteur (jus de fruit, sucre de canne, rhum jeune/vieux, citron vert), punch coco (rhum blanc, lait de coco, lait concentré sucré), piña colada (rhum, jus d'ananas, crème de coco), daiquiris (rhum, jus de lime, sucre)...

famille et aux voisins, qui feront la même chose avec d'autres fruits et légumes. » Le surplus pourra, quant à lui, être vendu sur les bords de route ou devant les supermarchés. « La vente au déballage est un phénomène très courant aux Antilles : les petits revendeurs écoulent leurs cueillettes ou productions du jardin potager. » Une immersion au cœur des marchés rend bien compte de la diversité des cultures maraîchères sur ces îles. « On y découvre les produits, les senteurs et les couleurs caribéennes. »

Fruits et légumes en abondance. Les Antilles françaises sont de vrais petits paradis, où prolifèrent fruits et légumes. Parmi eux, l'igname, semblable à la pomme de terre, est cuisinée en purée, en frites ou en gratin. Autre tubercule : le manioc, dont la farine sert à l'élaboration de galettes appelées cassaves. Enfin, citons la christophine (très bonne en gratin), un légume-pays à l'apparence bosselée et jaune pâle, ainsi que la patate douce (en purée, en frites, dans les desserts...). Côté fruits, le choix est au moins aussi vaste : mangues, corossols, papayes, goyaves, fruits de la Passion (appelés Maracudjà), bananes (fressinette, ti-nain, banane-légume...), caramboles (petits fruits en forme d'étoile, surtout consommés sous forme de jus). N'oublions pas l'incontournable noix de coco ! « D'ailleurs, très souvent, le client nous attend avec une noix de coco, s'amuse Christophe. Une véritable mise à l'épreuve du Thermomix®, un test décisif pour la râper ! » On la retrouve dans de nombreux desserts : sorbets coco, blanc-manger coco (sorte de pannacotta au lait de coco et à la gélatine), tourment d'amour (génoise à la confiture de coco originaire de l'archipel des Saintes, en Guadeloupe, recette page 89) ou encore « caca bœuf ». Ce gâteau au drôle de nom (il ressemble à une bouse de vache...), originaire de Marie-Galante, en Guadeloupe, se compose de pain d'épices, de sirop de jus de canne et de noix de coco. Ne me dites pas que vous n'avez pas l'eau à la bouche !



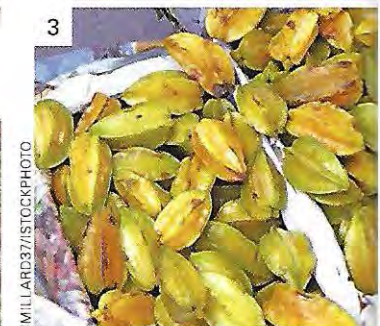
1

1. La cascade aux Écrevisses, au cœur de la forêt tropicale guadeloupéenne.
2. Le piment antillais : pour les non initiés, à consommer avec parcimonie...
3. La carambole, un des innombrables fruits tropicaux cultivés aux Antilles, donne un jus original et délicieux.
4. La côte caraïbe reste fidèle à sa réputation de paradis touristique.
5. Dans les épiceries et sur les marchés, on peut trouver toutes sortes de punchs et de rhums arrangés.



2

MARIE-REINE MATTEIRA/PHOTONONSTOP



3

JMIL LARDY/ISTOCKPHOTO



4

A OMÈRE/COMITÉ MARTINICAIS DU TOURISME



5

Blancs

LUC OLIVIER/PHOTONONSTOP

RENCONTRE AVEC CHRISTOPHE MENDONÇA, RESPONSABLE DE LA TEAM THERMOMIX® ANTILLES

En Guadeloupe et Martinique, il semblerait bien que le Thermomix® soit devenu un rayon de soleil en plus dans les cuisines. Éléments de réponse avec Christophe Mendonça.



Pouvez-vous nous présenter votre équipe ? Il y a une agence dans chacun des deux départements, composée chacune d'une secrétaire administrative et d'un responsable commercial, soit quatre salariés et une quinzaine de conseillères. Nous nous retrouvons avant les événements

pour échanger sur la stratégie, l'organisation, le choix des recettes avec, bien sûr, toujours un challenge à la clé. Les nouveaux conseillers sont invités durant leurs deux premiers mois d'activité à des modules de formation en agence, animés par le responsable commercial. Les autres conseillers, une fois par trimestre.

Quel est le travail de votre équipe au quotidien ?

Les secrétaires gèrent le traitement et le suivi des commandes. Elles accueillent et renseignent les visiteurs au sein de l'agence et transmettent les contacts aux conseillers. Les responsables commerciaux s'occupent principalement du recrutement, de la formation et de l'accompagnement des nouveaux conseillers. Ils animent les réunions avec les conseillers et préparent les événements, tels que les journées portes ouvertes et les salons. Les conseillers sont principalement en démonstration à domicile, ils organisent leurs réunions avec invités, livrent leurs commandes en cours et gèrent les mises en service.

De quelle manière les conseillers sont-ils formés pour travailler sur le terrain ? Nous nous efforçons d'harmoniser leur présentation, en particulier durant les préparations des différents événements. Nous utilisons des tutoriels vidéo pour réussir la démonstration. Nous invitons nos conseillers à créer un moment convivial et positif. De plus, nous essayons de créer régulièrement des nouveautés. La dernière est la réalisation d'une farine de fruit à pain. Les Antillais sont très curieux de découvrir de nouvelles recettes à base de produits locaux.

Quelles recettes sont réalisées durant ces démonstrations ? Pour la dégustation culinaire, nous réalisons les mêmes recettes qu'en métropole. Pour les escales gourmandes, journées portes ouvertes, ateliers culinaires, les recettes sont toujours à base de produits locaux, avec si possible une touche d'originalité : crème



de patate douce au lait de coco avec une boulette de viande tex-mex épicée qui explose en bouche, crème de christophine aux truffes, foie gras frais au rhum vieux, pain au beurre, chocolat martiniquais, chaudron guadeloupéen, blanc-manger coco, sauce chien, citronnade, etc.

En règle générale, comment le Thermomix® est-il vu par les utilisateurs des Antilles ? Le Thermomix® a une excellente image aux Antilles et nous retrouvons chez beaucoup d'utilisateurs des modèles datant des années 1970 ou 1980 toujours en état de fonctionnement. Le Thermomix® est perçu comme un robot très robuste et surtout très utile pour pulvériser ou mixer des ingrédients durs comme la prune de Cythère ou la noix de coco.

Auriez-vous une anecdote qui illustre la convivialité des réunions entre utilisateurs et conseillers ? Très souvent, les conseillers sont invités à déjeuner ou dîner chez leurs clients. Il arrive même que les conseillers soient invités à des fêtes familiales ou religieuses. Nous sommes ravis de voir s'établir un lien de sympathie et de partage autour du Thermomix®, et de générer la passion du produit et de son utilisation. On se surprend souvent à parler du Thermomix® comme d'une personne avec des adjectifs que l'on donne rarement à un appareil ! Une véritable complicité se noue entre clients et conseillers !



Chocolat martiniquais

8 portions

- 300 g de lait concentré sucré
- 800 g de lait
- 100 g d'eau
- 4 c. à soupe de cacao en poudre, non sucré
- 2,5 c. à soupe de fécule de maïs
- 1 citron vert, le zeste seulement, finement râpé
- 20 g de cannelle en poudre
- 10 g de noix de muscade, fraîchement râpée
- 1 c. à café d'arôme d'amande amère
- 20 g d'extrait naturel de vanille
- 30 g de beurre de cacahuète ou 200 g de lait de coco

1. Mettre le lait concentré sucré, 200 g de lait, l'eau, le cacao et la fécule de maïs dans le bol, puis mixer **20 sec/vitesse 7**.
2. Ajouter les 600 g de lait restants, le zeste de citron vert, la cannelle, la muscade, l'arôme d'amande amère et l'extrait naturel de vanille, puis cuire **12 min/98°C/vitesse 2 (TM31 : 12 min/90°C/vitesse 2)** en vous aidant de la spatule.
3. Ajouter le beurre de cacahuète et mélanger **5 min/vitesse 1** en vous aidant de la spatule. Servir chaud.

Information(s) :

- Cette boisson, que l'on appelle aussi « chocolat de première communion » est une véritable tradition en Martinique.

5 min 20 min Facile

Pour 1 portion : 1083 kJ / 283 kcal / Protéines 9 g / Glucides 35 g / Lipides 10 g

Pain au beurre

10 parts

La pâte à brioche

- 20 g de levure boulangère fraîche
- 50 g d'eau
- 1 c. à soupe de sucre en poudre
- 1 c. à café de sel
- 200 g de beurre demi-sel, en morceaux
- 650 g de farine de blé, et un peu pour fariner
- 4 œufs
- 120 g de lait concentré non sucré

La dorure

- 1 jaune d'œuf
- 1 c. à soupe de lait
- 1 c. à café d'extrait naturel de vanille

Ustensile(s) : torchon, plaque de four, papier cuisson, pinceau de cuisine

La pâte à brioche

1. Mettre la levure boulangère, l'eau, le sucre, le sel et le beurre dans le bol, puis mixer **30 sec/vitesse 3**.
2. Ajouter la farine, les œufs et le lait concentré, puis mixer **15 sec/vitesse 6**. Racler les parois du bol à l'aide de la spatule.
3. Pétrir **6 min/ (TM31 : 6 min/)**. Transvaser la pâte sur un plan de travail fariné, puis former une boule. Disposer la

boule dans un récipient fariné, couvrir d'un torchon légèrement humide puis laisser pousser 40 minutes à température ambiante à l'abri des courants d'air.

4. Préchauffer le four à 200°C (Th. 6-7).

Tapiser une plaque de four de papier cuisson.

5. Abaisser la pâte, puis la diviser en trois pâtons identiques. Les allonger en forme de boudin et réaliser une tresse. Enrouler la tresse en rond ou en forme de cœur.

La dorure

6. Mélanger le jaune d'œuf, le lait et l'extrait naturel de vanille dans un récipient, puis dorer la pâte à l'aide d'un pinceau de cuisine. Déposer le pain au beurre sur la plaque préparée, puis enfourner et cuire 25-30 minutes à 180°C (Th. 6). Déguster tiède ou froid.

Information(s) :

- Le pain au beurre martiniquais est une brioche parfumée et joliment tressée (certaines sont de véritables œuvres d'art) qui accompagne le fameux « chocolat de première communion ».


15 min 1 h 30 Moyen

Pour 1 part : 1847 kJ / 445 kcal / Protéines 11 g / Glucides 50 g / Lipides 21 g





Tourment d'amour à la goyave

 6 portions

La pâte brisée

- 150 g de farine de blé, et un peu pour fariner
- 75 g de beurre doux, et un peu pour les moules
- ½ c. à café de sel
- 50 g d'eau

La crème pâtissière

- 250 g de lait
- 25 g de farine de blé
- 1 œuf
- 1 jaune d'œuf
- 5 g de sucre vanillé maison
- 35 g de sucre en poudre
- 300 g de confiture de goyave

La génoise

- 4 œufs
- 120 g de sucre de canne
- 1 c. à café d'extrait naturel de vanille
- 120 g de farine de blé

Ustensile(s) : moules à tartelette (Ø 12 cm), rouleau à pâtisserie

La pâte brisée

1. Préchauffer le four à 180°C (Th. 6). Beurrer et fariner 6 moules à tartelette (Ø 12 cm), puis réserver.
2. Mettre la farine, le beurre, le sel et l'eau dans le bol, puis mixer **20 sec/vitesse 4**. Transvaser la pâte sur un plan de travail fariné et former une boule. Étaler la pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie et en garnir les moules préparés. Enfourner et précuire 12 minutes à 180°C. Nettoyer le bol.

La crème pâtissière

3. Mettre le lait, la farine, l'œuf, le jaune d'œuf, le sucre vanillé et le sucre dans le bol, puis cuire **7 min/90°C/vitesse 4** et mixer **5 sec/vitesse 9**. Étaler la crème sur les fonds de tarte précuits, ajouter une couche de confiture de goyave et réserver. Nettoyer le bol.

La génoise


4. **Insérer le fouet.** Mettre les œufs, le sucre et l'extrait naturel de vanille dans le bol, fouetter **6 min/60°C/vitesse 4**, puis de nouveau **6 min/vitesse 4**. Retirer le fouet. Transvaser dans un récipient. Ajouter

la farine et mélanger délicatement à la spatule pour éviter de casser les blancs. Verser la génoise sur la couche de confiture, puis enfourner et cuire 25-30 minutes à 160°C (Th. 5-6). Déguster les tourments une fois refroidis.

Information(s) :

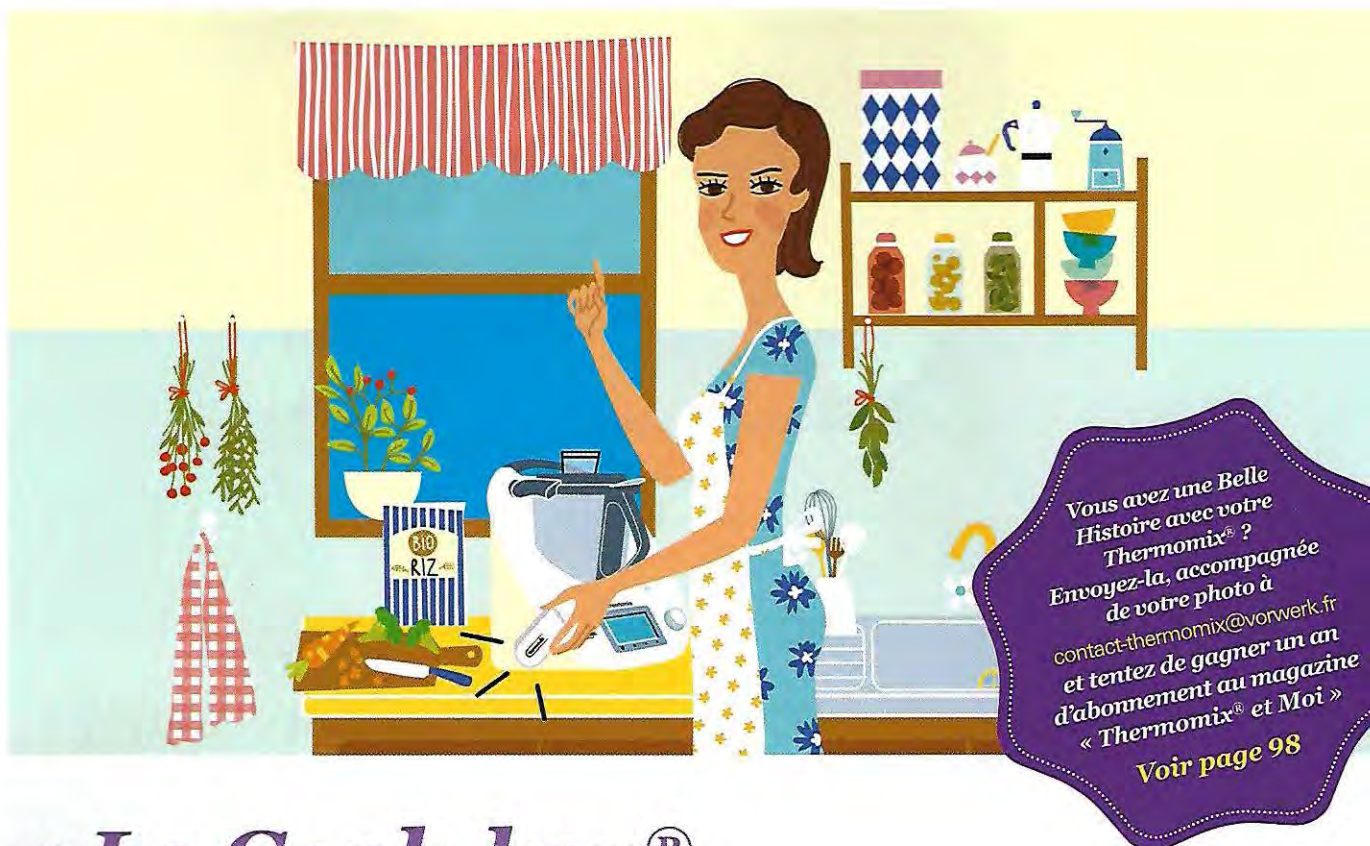
- Les tourments d'amour sont de petits gâteaux traditionnels originaires des îles des Saintes, situées au sud de la Guadeloupe.
- Les femmes des marins pêcheurs de l'île confectionnaient ces petits délices en attendant impatiemment le retour de leur mari parti en mer.

 10 min  1 h 15  Facile

 Pour 1 portion : 2553 kJ / 613 kcal / Protéines 13 g / Glucides 99 g / Lipides 18 g

Retrouvez encore plus d'inspiration avec notre collection « Escapade aux Antilles » sur www.cookidoo.fr





« Le Cook-key® a été inventé pour moi ! »

GWENHAËLLE VIENT DE DÉMÉNAGER À NANTES. EN ATTENDANT SA NOUVELLE MAISON, EN TRAVAUX, ELLE HABITE DANS 22 M² ! UN MANQUE DE PLACE QUI REND LE THERMOMIX® CONNECTÉ INDISPENSABLE. ELLE RACONTE. ILLUSTRATION DE MAXIM SAVVA



Après dix-sept ans passés à Chartres, nous avons changé de vie. Mon mari en avait assez de ses quatre heures quotidiennes de transport pour aller travailler. La décision prise, nous sommes partis direction Nantes où mon époux a trouvé un nouveau travail à 15 minutes de chez nous ! Le bonheur.

Notre nouvelle maison est grande, belle et... inhabitable en l'état. Compte tenu des travaux à réaliser, nous ne l'aurons qu'au printemps. En attendant, mon mari, Sybille-Aurianne, ma benjamine de 15 ans – j'ai 5 enfants ! – et moi, étant d'un naturel optimiste, avons décidé de nous installer dans un mobile home de 22 m², au camping du Petit Port. J'ai troqué ma belle cuisine contre un coin kitchenette de 2 m², sans plan de travail. Vous imaginez aisément qu'il m'a été impossible d'apporter tous mes ustensiles.

Pourtant, il va bien falloir que je nourrisse ma famille ! Et c'est là que mon plus fidèle ami culinaire va être extraordinaire. Je possède un Thermomix® depuis de nombreuses années : d'abord le TM31, puis le TM5. Et quand j'ai appris que le Thermomix® TM5 devenait « connecté » grâce au Cook-key®, je me suis dit : « Ils l'ont inventé pour moi ! ». Je l'ai précommandé cet été et je l'ai reçu mi-septembre, pile au bon moment.

Pour moi, le Cook-key® a été une aubaine. C'est un vrai petit bijou car grâce à ma connexion wi-fi, j'ai accès à toutes les recettes Cookidoo® pendant six mois. Et, surtout, je peux tout faire : taboulé, sorbets, compotes, veloutés, plats mijotés... même les gâteaux et le pain vapeur. Car oui, je n'ai pas de four ici.

En manque d'inspiration, j'utilise le moteur de recherche des recettes, je peux même ajouter des notes personnelles sur chaque recette réalisée. Le must, bien entendu, reste l'organisation de mon menu de la semaine avec ma liste de courses. Pour moi, c'est une révolution culinaire !



RETOUR AUX SAVEURS D'ENFANCE AVEC THERMOVIVIE

L'odeur des viennoiseries fraîches, d'une guimauve tout juste sortie du Thermomix® ou encore de la cannelle... Voici les préférences gourmandes de Virginie, à retrouver sur son blog **Thermovivie.com**

PHOTO RECETTE ET STYLISME DE D3 STUDIO

Quelle saveur vous rappelle à coup sûr votre enfance ? Le parfum des viennoiseries et du pain qui sortent à peine du four me replonge directement en enfance. Mon école primaire se situait juste à côté d'une boulangerie. Comment résister au quignon de pain tout chaud au retour de l'école ?

Que faut-il vous servir pour vous amadouer ? Du sucre ! J'ai une forte addiction aux produits sucrés dont les saveurs explosent subtilement en bouche. Je fonds littéralement pour certaines créations de grands chefs : le macaron ispanhan de Pierre Hermé, la tarte citron-noisette de Cyril Lignac...

Quelle épice vous enchante ? J'aime la cannelle, sa couleur ambrée, son parfum typique et son goût chaud et doux à la fois. Je l'utilise beaucoup, en particulier au moment des fêtes de fin d'année.

Quelle gourmandise peut vous faire chavirer ? Je tombe à la renverse devant une simple guimauve. C'est magique ! Son parfum, sa couleur, sa texture moelleuse et

fondante en bouche... Et on ne s'en lasse pas, on peut en réaliser à tous les parfums et de toutes les couleurs.

Quelle préparation ne réussissez-vous qu'à l'aide de votre Thermomix® ? Question difficile... Sans aucune prétention, je les réussis toutes. En achetant mon Thermomix® il y a 4 ans, jamais je n'aurais pensé être capable de réaliser toutes les recettes présentes sur le blog et régaler autant mon entourage.



Pancakes aux petits pois

40 pancakes

- 200 g de petits pois surgelés
- 5 g d'huile d'olive
- 5 g de jus de citron
- 20 g d'eau
- 1 œuf
- 200 g de lait
- 1 c. à café de sel, à ajuster en fonction des goûts
- 2 pincées de poivre, à ajuster en fonction des goûts
- 100 g de farine de blé
- 1 c. à café de levure chimique
- 20 g de beurre demi-sel, pour la poêle
- 200 g de saumon fumé, coupé en lamelles

Ustensile(s) : poêle antiadhésive

1. Mettre les petits pois, l'huile d'olive, le jus de citron et l'eau dans le bol, cuire **5 min/100°C**, puis mixer **10 sec/vitesse 6**. Râcler les parois du bol à l'aide de la spatule.
2. Ajouter l'œuf, le lait, le sel et le poivre, puis mixer **1 min/vitesse 7**.
3. Ajouter la farine et la levure, puis mélanger **20 sec/vitesse 4**.
4. Faire chauffer un peu de beurre dans une grande poêle. Quand celle-ci est bien chaude, y verser 6 c. à soupe de préparation de manière à former 6 tas distincts. Cuire 1-2 minutes, puis retourner les pancakes et cuire l'autre face. Réserver au chaud et répéter l'opération jusqu'à épuisement de la pâte. Disposer 1 lamelle de saumon sur chaque pancake et servir tiède ou froid.



30 min 55 min Facile

Pour 1 pancake : 134 kJ / 31 kcal / Protéines 2 g /

Glucides 3 g / Lipides 1 g



Pour plus
d'informations
sur le Thermomix®
connecté et
le Cook-Key®,
rendez-vous sur
Thermomix.fr

UN TEMPS D'AVANCE !

Le 5 septembre 2014 à 20 heures précises, heure de Paris, la cinquième génération de Thermomix® était lancée dans le monde entier ! En proposant la révolution d'une cuisine guidée pas à pas, sur l'écran, le Thermomix® TM5 marquait déjà un véritable tournant dans l'expérience culinaire des clients. Interview de Bertrand Lengaigne, directeur de Thermomix® France.

Le 19 septembre 2016, tout juste deux ans après ce lancement, vous entrez dans l'ère de la cuisine connectée. Qu'est ce qui a motivé une telle évolution ? Bien évidemment, les attentes de nos clients ! En effet, avec le TM5, nous avons rendu la cuisine encore plus ludique. Connecter le TM5 à la plate-forme de recettes était un prolongement évident de la cuisine guidée pas à pas...

Pouvez-vous expliquer à nos lecteurs comment cela fonctionne ? Notre nouvel accessoire, le Cook-key®, se place sur le côté du Thermomix® TM5. Grâce à lui, l'appareil se connecte en wi-fi à notre plate-forme de recettes Cookidoo®. Ainsi les 2 000 recettes de Cookidoo®, peuvent être accessibles en cuisine guidée sur l'écran tactile.

Cela paraît vraiment tentant. Et ceux qui ont acquis le Thermomix® fin 2014 pourront-ils bénéficier de cette innovation ? Bien sûr ! Le Cook-key® est adaptable sur tous les Thermomix® TM5, quelle que soit leur date d'achat. Et jusqu'au 31 décembre 2016, les possesseurs d'un TM5 non connecté peuvent profiter d'une offre de lancement : le Cook-key® au prix de 99 € au lieu de 129 €.

Vos conseillers présentent le Thermomix® connecté depuis le 19 septembre. Quel accueil vos clients lui ont-ils réservé ? Nous sommes ravis de voir que la majorité des personnes qui se décident à acquérir un Thermomix®, sont séduites par la version connectée. Dix mille personnes ont été accueillies dans nos agences le 30 septembre, lors d'une journée Portes ouvertes. Ce fut l'occasion de mesurer leur enthousiasme. Entendre nos clients dire que le Thermomix®, c'est de la « magie à la maison », ou combien notre « robot a changé [leur] vie », donne l'envie d'aller toujours plus loin pour les séduire !

Sans vouloir vous titiller, est-ce qu'avec ce côté digital, on n'oublierait pas le plaisir de cuisiner ? Thermomix® est avant tout un appareil culinaire. Il permet de réaliser les plats du quotidien ou plus élaborés de façon simple et ludique. Je mets les ingrédients dans le bol, j'appuie sur « suivant » et me laisse guider, pour un résultat garanti ! Un repas complet en 30 minutes, c'est possible grâce au Thermomix® ! Avec l'accès direct, sur l'écran de mon TM5, à plus de 2 000 recettes en cuisine guidée, c'est l'inspiration qui s'élargit : je regarde le contenu de mon réfrigérateur, recherche les recettes avec l'ingrédient dont

CE QU'ILS EN PENSENT



Antonin, 13 ans : Ce que j'aime bien avec Cookidoo®, c'est que je peux faire des blagues avec mes parents ! Je mets toutes les semaines le fondant au chocolat dans le menu. C'est ma recette préférée ! Mais j'aime bien aussi les burgers et les lasagnes. Avec ma mère, j'ai créé ma liste « Préférées d'Antonin » et mes deux frères ont fait pareil. Les week-ends, avec mes frères, nous pouvons choisir chacun notre tour de faire une de nos recettes préférées.

Nicole, conseillère Thermomix® : J'avais préparé mes clients à l'arrivée du TM5 connecté et du Cook-key®. Mes premières démonstrations ont eu lieu dans la semaine du 19 septembre. Au départ ils ont cru qu'il y avait un nouveau modèle de Thermomix® ! Puis, quand ils ont vu la simplicité d'utilisation et toutes les possibilités qu'offre le Cook-key®, ils étaient émerveillés. Quand il y a des hommes et des adolescents au cours de mes démonstrations, j'ai du mal à calmer leurs questions, tellement ils trouvent cette connectivité formidable ! Tous mes clients constatent la même chose : on gagne du temps, de l'argent et l'on mange plus varié. J'ai vraiment la sensation que c'était une attente forte.

je dispose et, d'un clic, des dizaines de recettes possibles sont proposées. Il n'y a plus qu'à se laisser guider. Et puis, je vais pouvoir, faire ma liste de courses, réaliser mes propres listes de recettes, un peu comme mes playlists de musique. Mon Thermomix® est plus que jamais personnalisé !

Avant de clôturer cet entretien, une petite indiscretion : pouvez-vous nous dire quelle est la recette qui vous fait le plus craquer ? Je reconnais que j'ai un véritable faible pour le risotto brocoli-langoustine..., mais aussi la cassolette de saint-jacques et le velouté de potiron. Bon, je l'avoue, je suis plutôt gourmand !



1. Bertrand Lengaigne, directeur de Thermomix® France présente le Thermomix® connecté.

2. Lors des portes ouvertes du 30 septembre, les clients ont pu découvrir toutes les nouvelles possibilités du Thermomix® connecté.



1

« RENDRE SERVICE, C'EST DANS NOTRE ADN »

ILS S'APPELLENT YANN, AXELLE, NATHALIE, MARIE... CES CHARGÉS DE CLIENTÈLE RÉPONDENT AUX APPELS, AUX COURRIERS, AUX E-MAILS AU SEIN DU SERVICE CLIENTS THERMOMIX®. RENCONTRE AVEC CETTE ÉQUIPE AFIN DE METTRE ENFIN DES VISAGES SUR CES INTERLOCUTEURS CLÉ QUI ONT PEUT-ÊTRE DÉJÀ CROISÉ VOTRE ROUTE. TEXTE DE **JULIEN TRUBERT** PHOTOS DE **SARAH SCANIGLIA**

« *Transformer les pépins en pépites. Voilà notre objectif* », confie dans un sourire Hélène, responsable du Service Clients, au siège de Vorwerk France, à Nantes. « Les clients appellent pour des raisons multiples et variées. À nous de les accompagner et de leur répondre au plus vite et de manière personnalisée », continue-t-elle.

Hélène peut compter sur Alexandrine et Isabelle qui supervisent le partenaire relation client basé à Blois où travaillent plus d'une trentaine de chargés de clientèle dédiés à la prise en charge des questions des clients Thermomix®. Leur objectif : répondre efficacement à toutes les demandes ou coordonner la prise en charge par les services concernés. Pour les appels complexes, les e-mails et les courriers, c'est le Pôle Expert, animé par Mariama et Julien, au siège de Vorwerk France, qui intervient alors.

Jonathan est en ligne avec M^{me} Bihl. Sa conseillère lui a parlé de l'ajout de recettes favorites sur son Thermomix®, mais elle ne sait plus comment faire. Jonathan prend le relais : « Je vais vous demander, M^{me} Bihl de vous approcher de votre Thermomix®, nous allons regarder ça ensemble. » Casque sur les oreilles, Jonathan demande à la cliente, un peu perdue, de suivre pas à pas ses indications par téléphone. M^{me} Bihl raccroche, ravie, prête à ajouter ses recettes fétiches et à reprendre sa cuisine guidée. Marianne écoute, quant à elle, M^{me} Macoux qui ne pourra être présente pour la livraison de son Thermomix®, ce qui repousserait inexorablement l'arrivée de son appareil tant attendu. Marianne propose alors d'intercepter l'ordre de livraison et invite M^{me} Macoux à rappeler quand elle aura une date disponible pour recevoir son Thermomix®, afin d'organiser le nouveau passage du livreur. Tout a été réglé en quelques minutes... et avec le sourire.

« *En complément d'une solide formation, nous sommes tous équipés en Thermomix®, chez nous* », explique Julien, superviseur au Service Clients. « Nous connaissons donc très bien les produits, les utilisons au quotidien. Cela permet aux chargés de clientèle de se mettre réellement à la place de nos clients. Ici, personne ne souffle après l'appel d'une personne mécontente. On est frustré quand, parfois, on ne parvient pas à aider la personne autant qu'on le souhaiterait », ajoute-t-il. « Nous tenons à ce que chacun agisse toujours avec bienveillance au sein du service car nous souhaitons le meilleur pour nos clients. »

À quelques mètres de là, le son des touches sur les claviers fuse. L'équipe de Mariama se charge de répondre aux e-mails et courriers. « Chaque texte est personnalisé et signé par le chargé de clientèle qui gère le dossier, explique Hélène, pour que le client qui nous lira puisse s'adresser directement au rédacteur de la réponse. » Les chargés de clientèle ont ici une véritable marge de manœuvre pour discuter ou écrire avec les personnes qui les contactent. « La personnalisation dans nos échanges est primordiale car chaque personne est différente et a une demande spécifique », confie Hélène.

Et d'ajouter : « *Au-delà d'apporter des solutions à nos clients, il est primordial de transmettre leurs demandes auprès de la Direction de l'entreprise.* » C'est ce qu'Hélène appelle « véhiculer la voix du client ». Pour cela, chaque mois, un baromètre est diffusé auprès des responsables de services et de la Direction comprenant des chiffres importants, des extraits de courriers ou d'e-mails rédigés par des clients, etc. « Cette analyse nous permet d'être dans une démarche d'amélioration continue. C'est une de nos priorités », pointe Hélène. Les services concernés

par la demande d'un client sont également prévenus par le Service Clients – qu'il s'agisse d'un point négatif ou positif – toujours afin de progresser, d'avancer.

Au quotidien, les responsables sont de véritables animateurs pour que chacun travaille dans la bonne humeur, y compris quand les clients sont exigeants ou impatients. Cette même bonne humeur est la garantie d'un accueil de qualité par téléphone ou par courrier. « Nous recevons régulièrement des félicitations de la part de nos clients », se réjouit Hélène. « C'est toujours une grande satisfaction de les partager au sein de l'équipe et une de nos meilleures récompenses. »



3



4



2

1. Une équipe soudée et pleine de bonne humeur.
2. Chaque courrier reçoit une réponse personnalisée.
3. Yann rappelle une cliente à l'heure convenue pour répondre à ses questions.
4. Hélène, Mariama et Julien se concertent quotidiennement.
5. Jonathan manipule un TM5 pour aider une cliente par téléphone.
6. Écoute et disponibilité sont les maîtres-mots. Comme ici avec Marie.



5



6

AU FIL DU MAGAZINE

Magazine « Thermomix® et Moi »
N° 6 - Hiver 2016



Coquille Saint-Jacques
gratinée (p. 7)



Le chocolat dans tous
ses états (p. 16)



Salade de crabe aux
fruits de la Passion (p. 22)



Carpaccio de saumon,
sorbet litchi (p. 23)



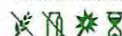
Mousse vanille sur compotée
de mangues (p. 24)



Charlotte mangue-
Passion (p. 25)



Nage iodée de sot-l'y-
laisse aux huîtres (p. 28)



Huîtres farcies à la
fondue de poireau (p. 29)



Que recherchez-vous ?

Au fil des recettes, les symboles ci-dessous vous aident à trouver celle qui s'accordera à vos critères et envies du moment.

Dans les recettes, les indications entre parenthèses indiquent les temps de cuisson adaptés pour le modèle Thermomix® TM31.

Les indications dans les recettes :

- temps de préparation
- temps total
- difficulté
- nombre de parts
- valeurs nutritionnelles
- accord mets-vin

Les indications dans l'index :

- sans gluten
- végétarien
- sans produit laitier
- facile
- rapide (prêt en 45 minutes maximum)



Boudin blanc pané aux
noisettes et cépes (p. 31)



Cuillères de boudin blanc
et pain d'épices (p. 31)



Risotto aux coquillages
et à la truffe (p. 33)



Gnocchis de patate
douce (p. 36)



Velouté de patate douce
aux langoustines (p. 37)



Cromesquis de saint-
nectaire (p. 39)



Tartelette au saint-
nectaire (p. 39)



Gâteau de crêpes roulées
(p. 43)



Churros (p. 44)



Beignets aux pommes
(p. 44)



Couronne feuilletée
à la frangipane (p. 46)



Brioche comme une
galette des Rois (p. 47)





Pannacotta coco-kiwi
(p. 49)



Bûche roulée
vanille-chocolat (p. 51)



Trianon (p. 52)



Pièges aux spéculoos
(p. 53)



Bûche de Noël
façon forêt-noire (p. 53)



Croissants au saumon
et fromage frais (p. 54)



Pannacotta au foie gras,
compotée aux épices (p. 55)



Cocktail citron-gingembre
et champagne (p. 55)



Sucre à la fève tonka
(p. 56)



Île flottante au foie gras
(p. 62)



Opéra de foie gras (p. 63)



Petits choux aux
escargots (p. 66)



Roulé de saumon, crème
ciboulette (p. 67)



Homard sauce newburg
et purée de potiron (p. 68)



Souris d'agneau
à l'orange (p. 71)



Soufflé à la fourme
d'Ambert (p. 72)



Bûche sorbet aux trois
parfums (p. 73)



Sphère chocolat-
mandarine (p. 74)



Velouté de champignons,
chantilly au foie gras (p. 79)



Tarte au brie de Meaux,
poires et courgettes (p. 80)



Paris-brest en bouchée
(p. 81)



Chocolat martiniquais
(p. 88)



Pain au beurre (p. 88)



Tourment d'amour
à la goyave (p. 89)



Pancakes aux petits pois
(p. 91)



Pour aller plus loin...



MAXIM SAVVA

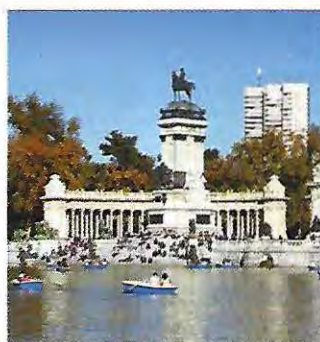
Envoyez-nous votre Belle histoire ! Vous avez découvert Thermomix® par hasard chez une amie, au cours d'une démonstration, en cadeau ou tout simplement sur Internet... Racontez-nous vos histoires et anecdotes, en joignant votre photo, et, si vous êtes sélectionné, remportez* un an d'abonnement au magazine « Thermomix® et Moi ». Envoyez-nous votre Belle histoire à contact-thermomix@vorwerk.fr

**Réservé à des personnes majeures domiciliées en France métropolitaine. La plus belle histoire retenue est susceptible d'être publiée dans un numéro de « Thermomix® et Moi ».*

AU SOMMAIRE DE MARS



MIRAZ33/ISTOCKPHOTO



MFGKMI/ISTOCKPHOTO



JACEK NOWAK/ISTOCKPHOTO

Dès le mois de mars les primeurs sont à l'honneur !

Au menu...

Au printemps, nous sommes nombreux à avoir envie de vert et de fraîcheur. C'est pourquoi, dans ce numéro, nous vous proposons de redécouvrir dans le marché de saison les **radis** et les **épinards**, le tout twisté par une bonne dose de **citrons** ! Mais aussi de profiter des **premières fraises** et de nos astuces **détox**.

Si ce numéro de mars nous promet donc le bien-être dans l'assiette, il n'oublie pas le plaisir. Avec notamment un dossier spécial **chocolat** (comment l'oublier à l'approche de Pâques !) et une balade au cœur de **Madrid**. En route !

Le magazine trimestriel « Thermomix® et Moi » est édité par VORWERK FRANCE 539 route de Saint-Joseph CS 20811, 44308 NANTES CEDEX 3

DIRECTRICE DE LA PUBLICATION : Sophie Hanon-Jaure
RESPONSABLE ÉDITORIAL ET MARKETING : Céline Perrodeau
RESPONSABLE DÉVELOPPEMENT DES RECETTES : Édith Pouchard
DÉVELOPPEMENT DES RECETTES : Pauline Brunet, Isabelle Philion, Amédée Vicet
RÉDACTION DES RECETTES : Nhan Nguyen, Julien Trubert
CHEF DE PRODUITS : Aurélie Hessin-Bonneau
RESPONSABLE PARTENARIATS : Anne-Laure Allien, anne-laure.allien@vorwerk.fr

RÉALISATION : COM'PRESSE 6 rue Tarnac, 47220 Astaffort Tél. 05 53 48 17 60
RÉDACTRICE EN CHEF : Amanda Schrepf-Sanz
RÉDACTRICE EN CHEF ADJOINTE : Marie Gabet
DIRECTION ARTISTIQUE : Thomas Durio
SECRÉTAIRE GÉNÉRAL DE LA RÉDACTION : Laurent Dibos
SECRÉTARIAT DE RÉDACTION : Nicolas Chrétien, Marion Pires, Olivier Vignancour
SERVICE PHOTO : Mathilde Loncle

Journalistes : Sandra Collet, Goska Dobroska, Aurélie Michel, Caroline Pacreau, Fanny Rigal

Photographes : Studio Mixture, D3 Studio, Thomas Durio, Aurélie Michel, Sarah Scaniglia, Frédérique Thomas

Imprimé en France par Pollina 85407 LUÇON
Chef de fabrication : Bernard Blottière
Photogravure : Olivier Lemesle - COM'Presse

ROUTAGE STAMP 95150 Taverny
ISSN : 2430-686X
Dépôt légal : décembre 2016
La rédaction n'est pas responsable de la perte ou de la détérioration des textes ou photos qui lui sont adressés pour appréciation. La reproduction, même partielle, de tout matériel publié dans le magazine est interdite.

ABONNEMENTS
56 rue du Rocher, 75008 Paris
Tél. 01 44 70 04 44
E-mail : magazine.thermomix@vorwerk.fr
Site : www.thermomix.fr/mag
Tarif abonnement : 1 an = 24 €. Pour toute autre demande relative à votre Thermomix® : 02 518 547 47



THERMOMIX®

C'EST DÉJÀ DEMAIN !



Avec Thermomix®, cuisiner devient un jeu d'enfant !



Grâce au Cook-Key®, le Thermomix® connecté donne accès à la **gigantesque bibliothèque de recettes** de la plateforme **Cookidoo®** et offre une inépuisable source d'inspiration !

