

Quelques recettes

Le pain de viande

600 g de bifteck haché

600 g de veau haché

4 œufs

Pain

1 bol de lait

Faire tremper du pain (1/4 de baguette par exemple) dans du lait.

Mélanger dans un saladier la viande, la mie de pain, casser les 4 œufs. Rajouter une cuillère à soupe de farine, du sel, du poivre, des herbes de Provence. A convenance, on peut aussi mettre de l'échalote et de l'oignon haché menu.

Placer dans un plat, donner au tout une forme de pain.

Mettre au four 30 mn à four très chaud, 30 mn à four moyen.

Se mange chaud ou froid.



Variante juive polonaise « le klops » avec œufs durs : cuire des œufs durs (10 mn) puis les placer sur une première couche de viande et recouvrir de la 2nde couche. Le reste sans changement :



Le gâteau au chocolat

250 g de chocolat noir

6 œufs

150 g de beurre

200 g de sucre cristallisé

Monter les blancs en neige dans un saladier.

Faire fondre au bain Marie dans une cuillère à soupe d'eau le chocolat. Ajouter le sucre, le beurre puis les jaunes d'œufs, une cuillère à soupe de farine, quelques cm³ d'armagnac ou de cognac ou de rhum.

Mélanger le tout avec une cuillère en bois dans le saladier puis verser dans un plat.

Mettre à four très chaud 10 mn puis 10 mn à four moyen. Le gâteau sera ainsi cuit tout en étant moelleux au centre.



Les foies de volaille hachés

500 g de foies de volaille

6 œufs durs

3 oignons

ail

Faire rissoler dans de l'huile d'olive, l'oignon, l'ail, l'échalote puis mettre les foies de volaille.

Ajouter du sel et du poivre, des herbes de Provence... et à votre guise, tout ce qui parfamera

Mélanger les foies et les œufs, passer au hachoir.

Mettre au réfrigérateur une journée.



Les coquilles Saint-Jacques à la Bretonne

3 kg de coquilles, sans corail, elles sont moins chères et plus parfumées.... Suivant le courage et le poissonnier, c'est mieux de les ouvrir soi-même !

5-6 échalotes

ail

On peut faire des variations avec ou sans crème fraîche, tomates, herbes diverses...

Faire rissoler dans de l'huile d'olive les échalotes coupées en lamelles, l'ail écrasé,

Ajouter ensuite les coquilles et les faire saisir de chaque côté 2-3 minutes. Saler et poivrer.

Ajouter alors les tomates en petits quartiers et mélanger en écrasant avec une fourchette, mettre des herbes hachées puis verser la crème fraîche.



Le bœuf Strogonov

600 g de filet de bœuf

4 oignons

400 g de champignons de Paris

3 tomates

50 g de beurre

Faire rissoler dans de l'huile d'olive les oignons finement coupés puis ajouter les champignons.

Mettre de coté

Faire fondre le beurre, ajouter une cuillère à soupe de farine, bien mélanger pendant quelques minutes à feu doux. Ajouter les tomates en petits morceaux et un verre de vin blanc. Bien mélanger pendant une bonne dizaine de minutes. La sauce s'épaissit et devient de plus en plus onctueuse.

Faire rissoler dans la poêle les lamelles de viande, que l'on préalablement mélanger à une cuillère de farine, sel et paprika, pendant quelques minutes.

Mélanger la viande et la sauce. Saler, poivrer, ajouter un petit peu de crème fraîche.

Servir avec du riz blanc.



Le bœuf ficelle

Légumes de toute sorte

Roti de bœuf

Préparer comme un pot au feu. Faire cuire pendant plusieurs heures dans un très grand faitout avec suffisamment d'eau salée poivrée et en ajoutant des herbes de Provence, des légumes de toute sorte : carottes, pommes de terre, poireaux, oignons, choux...

Prendre suffisamment du jus, rajouter de l'eau si nécessaire et faire cuire 35 minutes un morceau de rôti de bœuf, pas plus afin qu'il soit servi bien saignant.

Un délice ...



Tartare de saumon, coquilles Saint-Jacques et thon

Saumon, coquilles et thon, chez le poissonnier en qui on a confiance. C'est bon aussi avec du lieu noir.

Grosso-modo, 300-400 g de chaque...

Laver, retirer les arrêtes qui restent et ce qui peut être dur à mastiquer, retirer le noir des coquilles...

Couper en lamelles très fines. Préparer une marinade avec 300 mL d'huile d'olive. Ajouter du sel, du poivre, des herbes diverses et beaucoup de citron...

Laisser reposer au réfrigérateur une journée.



Version mélange



Version séparée

Ceviche

Saumon 300 g environ, 1 kg de coquilles soit environ 6-7 noix et éventuellement autres poissons thon, colin, daurade par exemple.

Laver, retirer le noir des coquilles et les arrêtes si nécessaire. Couper en petits morceaux. Couper en petits dès 2 tomates, 2 échalotes et 1 pomme un peu acide. Presser 3 citrons, ajouter 3 cuillerées d'huile d'olive, sel, poivre et couper de la coriandre. Remuer.

Laisser reposer plusieurs heures au réfrigérateur.



Langoustines

Pour avoir des bonnes langoustines fermes, pas d'eau !

Prendre une cocotte avec un fond d'huile d'olive. Mettre des échalotes, de l'ail, des tomates, du coriandre. Remuer et laisser cuire puis jeter un kg de langoustines, remuer, mettre le couvercle et laisser cuire 5 minutes maximum.



Requin à la thaïlandaise

3 – 4 tranches de requin. Retirer les arêtes et la peau.

Faire cuire des tranches d'ananas dans une poêle avec un peu d'huile d'olive. Les laisser dorer.

Ajouter les tranches de requin et laisser cuire en les retournant de temps en temps une dizaine de minutes.

Préparer du riz blanc.

Préparer dans un faitout un fondant de légumes avec des poireaux, une aubergine, 3 courgettes, 2 oignons, des herbes de Provence. Laisser cuire à feu moyen une ½ heure en couvrant. Il n'y a en principe pas besoin d'ajouter d'eau.

