

Salade de scarole au maïs

Ingrédients pour 10 personnes

700 g de scarole
200 g de grains de maïs en conserve, égouttés
3 dl de sauce à salade italienne (ou sauce française)

Préparation

- Eplucher, laver et apprêter la salade de chicorée, garnir avec les grains de maïs
- Servir avec de la sauce à salade italienne

Sauce à salade italienne

Ingrédients pour 1 litre

7 g de sel et de poivre
3 g de poivre blanc
45 g de moutarde
5,5 dl d'huile de colza
0,7 dl de vin rouge
0,7 dl d'eau
1 g de pâte d'ail (10 g = 1 gousse)
1 g de marjolaine
1 g de thym
1 g de poivre de Cayenne, moulu
10 g de sucre
1,5 dl de vinaigre de vin rouge

Préparation

- Mixer les épices et le vin rouge
- Continuer à battre comme pour une mayonnaise

Penne 5 Pi

Ingrédients pour 10 personnes

1,3 kg	de penne rigate 111
800 g	de pulpe de tomates
200 g	de purée de tomates
6 dl	de crème entière
150 g	de parmesan, râpé
50 g	de persil à feuille lisse, frais, finement haché
10 g	de sel et de poivre

Préparation

- Hacher finement le persil
- Cuire les pâtes «al dente»
- Faire bouillir la pulpe avec la purée de tomates, bien mélanger
- Ajouter le parmesan et le persil, mélanger
- Délayer la crème et assaisonner

Cake à la banane

Ingrédients pour 10 personnes

65 g	de beurre
110 g	de sucre
1 g	de sel
65 g	d'œuf entier battu
320 g	de bananes
1 g	de cannelle
1	citron
0,5 cl	de rhum
65 g	de raisins secs
85 g	de noix râpées
190 g	de farine blanche
9 g	de levure
2,5 cl	de lait

Préparation

- Ramollir le beurre, ajouter le sucre et le sel, puis l'œuf entier et battre le tout jusqu'à ce que la masse devienne claire
- Laisser reposer un instant, puis ajouter le citron, les raisins secs et le rhum
- Ajouter les bananes écrasées (râpe à rösti) et le jus de citron et bien mélanger
- Ajouter la farine tamisée et la levure
- N'ajouter du lait que si la masse est trop épaisse; cuire 45 minutes à 170°, minimum 82° au cœur du produit

Salade iceberg aux pignons grillés

Ingrédients pour 10 personnes

3	laitues iceberg
20 g	de pignons
20 g	de graines de sésame
20 g	de graines de courge
2 g	de graines de tournesol
3 dl	de sauce à salade italienne (ou sauce française)

Préparation

- Griller les graines sur la plaque du four pendant 10 minutes à 180° et laisser refroidir
- Eplucher, laver et apprêter la salade pommée et garnir avec le mélange de graines
- Servir avec de la sauce à salade italienne

Sauce à salade italienne

Ingrédients pour 1 litre

7 g	de sel et de poivre
3 g	de poivre blanc
45 g	de moutarde
5,5 dl	d'huile de colza
0,7 dl	de vin rouge
0,7 dl	d'eau
1 g	de pâte d'ail (10 g = 1 gousse)
1 g	de marjolaine
1 g	de thym
1 g	de poivre de Cayenne, moulu
10 g	de sucre
1,5 dl	de vinaigre de vin rouge

Préparation

- Mixer les épices et le vin rouge
- Continuer à battre comme pour une mayonnaise

Riz Casimir au poulet et aux fruits

Ingrédients pour 10 personnes

1,3 kg	de poitrine de poulet fraîche, sans peau
800 g	de cocktail de fruits, égouttés
5 cl	d'huile d'arachide
2 x	assaisonner (sel, poivre)
1,1 kg	de riz
2 l	de sauce curry à l'indienne

Préparation

- Emincer le poulet, pas trop fin, épicer, faire revenir
- Ajouter la sauce curry et le cocktail de fruits, arrêter la cuisson

Sauce curry à l'indienne

Ingrédients pour 2 l

250 g	d'oignons
40 g	de pâte d'ail (10 g = 1 gousse)
25 g	de beurre à rôtir
40 g	de gingembre, frais
6 g	de coriandre, moulue
6 g	de curcuma
2 g	de cumin, moulu
2 g	de Garam Masala
15 g	de paprika
400 g	de Due Fagiani
1 l	d'eau
320 g	de lentilles rouges
0,8 dl	de yaourt nature

Préparation

- Rôtir légèrement les épices dans du beurre, ajouter les oignons, faire rissoler 10 minutes, ajouter le gingembre haché et l'ail et faire suer une minute
- Ajouter les lentilles et étuver brièvement
- Arroser avec de l'eau, puis, après 10 minutes, incorporer le Due Fagiani
- Laisser mijoter jusqu'à ce que les lentilles soient molles, mixer, affiner avec du yaourt, assaisonner

Laitue aux perles de mozzarella

Ingrédients pour 10 personnes

500 g de laitue
200 g de perles de mozzarella
3 dl de sauce à salade italienne

Préparation

- Couper la laitue en lamelles (largeur d'un doigt)
- Servir avec de la sauce à salade italienne

Sauce à salade italienne

Ingrédients pour 1 litre

7 g de sel et de poivre
3 g de poivre blanc
45 g de moutarde
5,5 dl d'huile de colza
0,7 dl de vin rouge
0,7 dl d'eau
1 g de pâte d'ail (10 g = 1 gousse)
1 g de marjolaine
1 g de thym
1 g de poivre de Cayenne, moulu
10 g de sucre
1,5 dl de vinaigre de vin rouge

Préparation

- Mixer les épices et le vin rouge
- Continuer à battre comme pour une mayonnaise

Petits pois et carottes

Ingrédients pour 10 personnes

1,2 kg	de carottes
20 g	de beurre
20 g	de sucre
0,2 dl	d'eau
8 g	de sel et de poivre
300 g	de petits pois, congelés

Préparation

- Laver et éplucher les carottes, les couper en morceaux

Cuisson

- Beurrer une poêle, verser les carottes et le sucre
- Faire revenir légèrement
- Ajouter de l'eau de façon à ce que les carottes soient à peine recouvertes
- Epicer et couvrir
- Cuire légèrement, incorporer les petits pois surgelés et achever la cuisson.

Compote de pommes à la cannelle

Ingrédients pour 10 personnes

1 kg de pommes Golden
65 g de sucre
1 gousse de vanille
1 g de cannelle

Préparation

- Peler et épépiner les pommes
- Couper les pommes en petits morceaux
- Couper la gousse de vanille en deux dans le sens de sa longueur et extraire les graines
- Cuire les pommes dans une casserole avec peu d'eau, jusqu'à l'obtention d'une compote
- Saupoudrer de cannelle

Salade de carottes aux oranges et aux pommes

Ingrédients pour 10 personnes

400 g d'oranges
150 g de pommes Golden II
600 g de carottes
2,5 dl de sauce à salade

Préparation

- Eplucher les carottes, les râper grossièrement ou les couper en julienne
- Eplucher les oranges et les couper en petits morceaux
- Laver les pommes et les couper en fines lamelles
- Servir avec de la sauce à salade

Sauce à salade

Ingrédients pour 2,5 dl

1 dl de vinaigre de vin rouge
1 x sucre (pincée)
1 x assaisonner (sel, poivre)
1,5 dl d'huile de colza

Préparation

- Mélanger le vinaigre avec le sucre, le sel, le poivre et l'huile de colza et verser ce mélange dans la salade

Emincé de bœuf Stroganov

Ingrédients pour 10 personnes

1,6 kg	d'émincé de bœuf (cuisse)
75 g	de beurre à rôtir
1 x	assaisonner (sel, poivre)
1 x	rectifier l'assaisonnement (paprika)
130 g	d'oignons
170 g	de concombres (en conserve), égouttés
130 g	de champignons, frais
10 g	de paprika
2 dl	de vin rouge de cuisine
30 g	de farine blanche
6 dl	de bouillon
1,5 dl	de crème entière acidulée
1 x	assaisonner (sel, poivre)

Préparation

- Hacher finement les oignons
- Couper les cornichons en julienne
- Couper les champignons en tranches

Cuisson

- Faire revenir la viande brièvement à feu vif dans le beurre, épicer
- Faire revenir les oignons, ajouter les champignons
- Saupoudrer de paprika et de farine blanche, mouiller avec du vin
- Ajouter le bouillon et laisser mijoter
- Affiner avec la crème acidulée et les lamelles de concombres, assaisonner

Fusilli aux herbes

Ingrédients pour 10 personnes

800 g de fusilli (pâtes en forme de spirale)
30 g de persil à feuilles lisses, frais
1 g de pâte d'ail (10 g = 1 gousse)
8 g de sel et de poivre

Préparation

- Cuire les pâtes «al dente»
- Mélanger le persil et l'ail avec les pâtes, assaisonner

Gratin de légumes

Ingrédients pour 10 personnes

2 kg	de céleris-pommes
200 g	de poireaux, verts
400 g	de carottes
400 g	de choux-raves
60 g	de farine blanche
60 g	de beurre
60 g	de fromage râpé
1 x	de noix de muscade (pincée)
8 g	de sel et de poivre
1 l	de lait

Préparation

- Eplucher les légumes et les couper en petits morceaux
- Faire revenir dans du beurre, saupoudrer de farine, arroser avec le lait, assaisonner et faire bouillir brièvement pour lier le tout
- Disposer en couches dans un plat à gratin, parsemer de fromage râpé
- Cuire à 160° pendant environ 30 minutes

Compote de poires

Ingrédients pour 10 personnes

1,2 kg de poires
170 g de sucre
1 bâton de cannelle

Préparation

- Peler les poires, enlever les pépins, les laver; les mettre dans une casserole avec le sucre, le bâton de cannelle et un peu d'eau
- Faire cuire-mijoter jusqu'à l'obtention d'une compote et laisser reposer

Crème au chocolat

Ingrédients pour 1 litre (10 personnes)

8,25 dl de lait
100 g de sucre
40 g de crème en poudre à la vanille
65 g de couverture au chocolat
1,25 dl de crème entière

Préparation

- Faire bouillir 90% du lait avec le sucre
- Mélanger la crème en poudre et le reste de lait, ajouter au lait chaud en remuant vigoureusement, laisser cuire 2 minutes
- Ajouter la couverture grossièrement hachée
- Important! Lors de la cuisson, remuer vigoureusement avec la spatule, de préférence pas toujours à la même place
- Verser dans de grands récipients (plats gastro), couvrir d'un film plastique et placer dans le réfrigérateur
- Avant de servir, ajouter la crème battue et mélanger