



La recette d'Emeline - Apéritif sans alcool  
spécial future maman

# LIMONADE PASTÈQUE - CITRON

## Ingrédients :

600g de pastèque  
3 citrons verts bio  
250ml d'eau pétillante

50g de sucre  
quelques feuilles de menthe  
glace pillée

## Préparation :

1. Couper la pastèque en morceaux, la mettre dans un mixeur, ajouter le jus des citrons verts
2. Réduire en purée avec le sucre et l'eau pétillante.
3. Verser dans une carafe, ajouter la menthe et des rondelles fines de citron vert
4. Placer au frais pendant 4 heures
5. A la dégustation, ajouter de la glace pillée et de l'eau pétillante





La recette d'Emeline - Apéritif

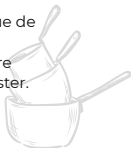
# FEUILLETÉ DE NOËL

## Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 1 pot de tapenade au choix
- des bâtonnets en bois

## Préparation :

1. Dérouler la pâte feuilletée bien fraîche avec sa feuille de cuisson
2. Tartiner la pâte de tapenade
3. Découper des bandes d'1cm de large
4. Pliez des bandes zigzag pour former un sapin, les poser sur une plaque de cuisson couverte de papier sulfurisé
5. Cuire à 180°-200°C 10 à 15 minutes jusqu'à ce que la pâte gonfle et dore
6. Une fois cuits, les sortir du four, les planter sur des bâtonnets et déguster.





La recette de Margot - mise en bouche

# SAINT - JACQUES AU BEURRE D'AGRUMES

## Ingrédients (4-6p) :

12 Saint-Jacques ou 18 pétoncles  
40g de beurre  
1/2 orange  
1/2 citron jaune  
Sel, poivre  
1 càc de fécule de maïs

## Préparation :

*Réaliser le beurre d'agrumes*

1. Faire fondre dans un petit poêlon le beurre
2. Une fois fondu, ajouter le jus d'une demi orange et d'un demi citron
3. Réserver les agrumes pour en utiliser les zestes
4. Bien mélanger le tout et ajouter la fécule pour épaissir
5. Une fois que la texture vous plait, couper le feu, assaisonner en osant bien saler et poivrer puis réserver

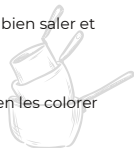
*Cuisson des St jacques*

1. Dans une poêle, faire fondre une noix de beurre puis à feu vif pour bien les colorer ajouter les Saint-Jacques (cuisson 1min par face !), saler et poivrer

*Dressage*

1. Servir dans des petites assiettes la sauce et dresser les Saint-Jacques par dessus puis, râper quelques zestes d'orange et de citron + un peu de cressonnette si ça vous amuse

*Si vous les proposez en entrée, je vous conseille de les agrémenter d'une petite salade de jeunes pousse avec une petite vinaigrette à base d'huile d'olive et de jus d'orange et/ou citron*





La recette de François - Entrée

# COQUILLES SAINT JACQUES SIMPLEMENT POÊLÉES, PURÉE MIXÉE À L'HUILE DE TRUFFE ET BEURRE NOISETTE

## Ingrédients (4p):

12 coquilles : bien épongées et sans corail 1 dl de crème  
1 c à s de beurre Huile de truffe  
600 g de pommes de terre 200 g de beurre

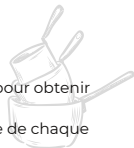
## Préparation :

Recette :

1. Réaliser une purée de pomme de terre qui sera mixée avec la crème pour obtenir une purée « collante ». Ajouter l'huile de truffe et saler + poivrer.
2. Cuire les coquilles légèrement farinées dans un beurre brun : 1 minute de chaque côté. Saler + poivrer.
3. Faire ensuite fondre le beurre jusqu'à la coloration pour obtenir un beurre noisette.

Dressage :

1. Disposer la purée sur l'assiette
2. Déposer les coquilles sur la purée
3. Napper de beurre noisette
4. Dégustez !





La recette d'Eloïse - Entrée

# CAPUCCINO DE COQUILLES ST JACQUES

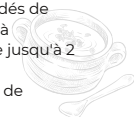
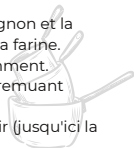
## Ingrédients (8p):

Sel, poivre de cayenne  
2 càs de farine  
1 oignon  
12 coquilles St Jacques  
2 tomates pelées fraîches

1 pomme Jonagold  
1 càc de thé de curry doux en poudre  
1,5l de fumet de poisson  
4dl de crème fraîche  
24 feuilles de coriandre

## Préparation :

1. Laisser tremper les noix de coquilles Saint-Jacques dans un bol d'eau glacée durant 1/2 heure. Bien les sécher et les couper en petits morceaux et les conserver au frais.
2. Préparer les tomates, puis les couper en petits dés et les conserver au frais. Eplucher et hacher l'oignon.
3. Eplucher la pomme et la détailler en petits morceaux. Faire dorer l'oignon et la pomme dans un peu de matière grasse. Y ajouter le curry et ensuite la farine.
4. Verser le fumet de poisson et porter à ébullition en remuant constamment. Assaisonner avec sel et poivre de Cayenne. Laisser mijoter 10 min en remuant.
5. Incorporer 2 dl de crème et laisser cuire quelques minutes.
6. Passer cette préparation au mixer et la filtrer au tamis. Laisser refroidir (jusqu'ici la préparation peut être faite à l'avance, la veille).
7. Battre fermement 2 dl de crème. Porter le potage à ébullition et le passer une seconde fois au tamis. Emincer 2 feuilles de coriandre par personnes.
8. Mélanger les petits morceaux de noix de coquilles Saint-Jacques, les dés de tomates et la coriandre émincée. Répartir ce mélange dans 8 tasses (à cappuccino). Remplir les tasses de la préparation liquide bien chaude jusqu'à 2 cm du bord et compléter avec la crème battue.
9. Décorer d'une toute petite pincée de curry en poudre et d'une feuille de coriandre.





La recette de Mikaël - Plat principal

# GIGUE DE BICHE SAUCE GRAND VENEUR

## Ingrédients :

1 rôti de biche de 1 kg

2 oignons

2 carottes

2 échalotes

1 bouquet garni (laurier, thym...)

60 g de beurre

30 g de farine

10 cl de vinaigre de vin rouge

50 cl de vin rouge

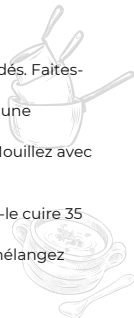
50 cl de fond de gibier (à défaut, fond de veau)

2 cuillerées à soupe de gelée de groseilles ou d'airelles

Huile

## Préparation :

1. Pelez les oignons, les carottes et les échalotes et coupez-les en petits dés. Faites-les blanchir 5 min dans de l'eau bouillante.
2. Égouttez les légumes et faites-les revenir avec le bouquet garni, dans une sauteuse avec un peu d'huile. Laissez cuire 5 min.
3. Ajoutez 40 g de beurre puis la farine dans les légumes et mélangez. Mouillez avec le vinaigre et le vin et laissez réduire.
4. Ajoutez le fond de gibier, assaisonnez et laissez cuire 1 h environ.
5. Pendant ce temps, disposez le rôti dans un plat allant au four et faites-le cuire 35 min à 210°C.
6. Ajoutez le reste de beurre dans la sauce, la confiture de groseilles et mélangez bien. Retirez le bouquet garni et dégustez avec le rôti de biche.
7. Mon conseil : comptez 15 à 20 minutes de cuisson par 500 grammes.





La recette de Boris - Plat principal

# SUSHIS

## Ingrédients :

500g de riz à sushis

10 feuilles d'algues

8 càs de vinaigre de riz

4 càs de sucre

2 pincées de sel

1 gros pavé de saumon

1 concombre

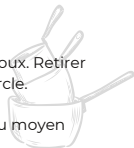
2 avocats

1 carotte

Graines de sésame (si souhaité)

## Préparation :

1. Laisser tremper le riz 30 à 60 minutes et bien le rincer ensuite
2. Mettre le riz dans une casserole et le couvrir d'eau à ras
3. Cuire sur feu fort jusqu'à ébullition, laisser ensuite 5 minutes sur feu doux. Retirer ensuite la casserole du feu et laisser reposer 10 minutes avec le couvercle.
4. Mélanger le riz et le laisser refroidir à l'air libre
5. Préparer le mélange vinaigre de riz/sucre/sel et le faire chauffer sur feu moyen jusqu'à dissolution des grains de sucre et de sel.
6. Une fois les deux préparations refroidies, les mélanger ensemble
7. Couper les autres ingrédients (saumon et légumes) en bâtonnets
8. Former les rouleaux en utilisant les feuilles d'algues comme base, riz, saumon, légumes au choix
9. Couper les rouleaux à l'aide d'un couteau trempé dans l'eau entre chaque tranche





La recette de Romain - Plat principal

# POULET TANDOORI

## Ingrédients :

5 à 6 cuisses de poulet

1 yaourt nature brassé

1 à 1/2 à càc de piment rouge ( doux)

1 càc de colorant alimentaire rouge

1 càc de colorant alimentaire orange

1 càc de sel

1/4 càc de poudre de gingembre

1/4 càc d'ail en poudre

2 càc d'huile

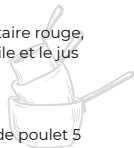
1/2 jus de citron

2 càs de mélange d'épices tandoori TRS

1 morceau de charbon chauffé

## Préparation :

1. Préparer la marinade :
2. Mélanger le yaourt nature brassé, le piment rouge, le colorant alimentaire rouge, le sel, le gingembre en poudre, l'ail en poudre, les épices massala, l'huile et le jus de citron.
3. Recouvrir les cuisses de poulet avec la marinade et couvrir
4. Garder au frais au moins 1 heure
5. Faire chauffer une sauteuse avec de l'huile et y faire dorer les cuisses de poulet 5 minutes à feu vif sur chaque face
6. Baisser le feu, couvrir et laisser cuire à feu doux 10 à 15 minutes
7. Retourner les cuisses, les badigeonner de la marinade restante, cuire encore 5 minutes, retourner à nouveau.
8. Enlever l'eau de cuisson, éteindre le feu.
9. Mettre le charbon chauffé dans un petit récipient dans la poêle, y verser 1 càs d'huile, couvrir pour "fumer" le poulet
10. C'est prêt !







La recette d'Elodie - café gourmand

# MINI MERVEILLEUX

## Ingrédients (12pces) :

Pour les meringues :  
3 blancs d'oeufs  
180 de sucre

8dl de crème  
24 petites meringues maison  
3càs de sucre impalpable  
200g de chocolat en copeaux  
100g de chocolat

## Préparation :

Préparer les meringues la veille :

1. Battez 3 blancs d'oeufs en neige. Ajoutez 180 g de sucre.
2. Utilisez une poche à douille pour faire des petits tas.
3. Cuire à 120° entre 45 et 60 min selon votre four et la cuisson souhaitée (45min : moelleuses, 60 min : croustillantes)

1. Faites fondre le le chocolat dans un poêlon et trempez-y les meringues. Laissez refroidir.
2. Fouettez fermement la crème avec le sucre impalpable. Mettez la crème fraîche dans la poche à douille. Déposez une pointe de crème fraîche sur une meringue, puis couvrez d'une deuxième meringue.
3. Lissez joliment l'extérieur de la pâtisserie à l'aide d'un couteau ou d'une spatule. Passez la pâtisserie dans les copeaux de chocolat que vous avez étalés sur une assiette.





La recette de Thomas - café gourmand

# TARTELETTES AUX NOIX DE PÉCAN

## Ingrédients (20pces) :

20 véritables "petit beurre"  
120g de beurre salé fondu  
50g de sucre

15cl de sirop d'érable  
2 oeufs  
200G de noix de pécan

## Préparation :

1. Mixer finement les petits beurrés et les mélanger avec 60g de beurre fondu.
2. Garnir les moules à tartelette de cette pâte, bien tasser dans le fond et sur les bords.
3. Placer les moules au frigo pendant 2 heures
4. Préchauffer le four à 180°C
5. Fouetter ensemble le reste du beurre fondu, le sucre et le sirop d'érable puis ajouter les oeufs 1 à 1 en fouettant.
6. Garnir les tartelettes de quelques noix de pécan, verser dessus un peu de préparation.
7. Enfourner les biscuits 15 minutes à 180°C puis baisser le four à 150°C et poursuivre la cuisson pendant 25 minutes.





La recette de Cécile - dessert

## BÛCHE ROULÉE

# CHOCOLAT - NOISETTE DE CYRIL LIGNAC

### Ingrédients (6p) :

225g de chocolat au lait  
pâte à tartiner maison  
3 œufs entiers + 2 jaunes  
220g de sucre semoule  
85g de farine

6 blancs d'œufs  
50g de noisettes  
2.5cl d'huile de tournesol  
5g de beurre doux

### Préparation :

1. Posez une feuille de papier sulfurisé beurrée sur une plaque à pâtisserie. Faites fondre le chocolat haché au bain-marie pour réaliser le glaçage. Préparez un autre bain-marie pour ramollir le pot de pâte à tartiner, elle servira à napper le biscuit.
2. Dans un saladier, montez les jaunes d'œufs, les œufs entiers et 135g de sucre en ruban, puis ajoutez la farine à la maryse. Réservez. Dans un second saladier, montez les blancs d'œufs en neige ferme avec le reste de sucre (85g) pour qu'ils forment des becs d'oiseaux. Mélangez les 2 appareils délicatement.
3. Préchauffez le four à 210°/th. 7. Hachez et torréfiez les noisettes quelques minutes dans le four. Puis, coulez la pâte sur la plaque beurrée, étalez-la en rectangle à l'aide d'une spatule. Enfourez pour 5 mn.
4. Sortez le biscuit du four, laissez-le reposer 1 mn. Déposez un torchon humide sur le plan de travail et retournez le biscuit dessus pour conserver tout son moelleux. Taillez les bords pour obtenir un rectangle net. Nappez-le de pâte à tartiner réchauffée à l'aide d'une spatule. Roulez le biscuit sans trop serrer pour ne pas le casser.
5. Ajoutez les noisettes et l'huile au chocolat fondu du glaçage, puis mélangez. Versez le glaçage sur le roulé, placez au frais pour 30 mn maximum. Servez le roulé dans un plat.

