

## Entrée chaude

### Soufflé au fromage

Pour 4 personnes, préparation :  
20 min, cuisson : 30 min



**Ceufs : 4, fromage rouge râpé : 100 g, beurre : 70 g, lait : 25 cl, farine : 50 g, noix de muscade râpée, sel, poivre**

Mettez 50 g de beurre dans une casserole et faites fondre, puis ajoutez la farine et mélangez en faisant cuire à feu doux pendant 2 à 3 min. Ôtez la casserole du feu et versez le lait tout en fouettant. Salez, poivrez et ajoutez de la muscade. Remettez la casserole sur le feu et faites cuire en remuant 2 min. Ôtez du feu. Incorporez les jaunes d'œufs à la béchamel, puis ajoutez le fromage et mélangez bien. Fouettez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel. Incorporez les blancs en neige délicatement et en soulevant la masse à la béchamel. Beurrez un moule à soufflé avec le reste de beurre et versez-y la préparation. Faites cuire au four à th.6 (180°C) pendant 20 min jusqu'à ce que le soufflé soit bien monté et doré.

## Le gâteau

### Beignets à la crème



Pour la pâte : 250 g de farine, 1 cuillère à soupe de sucre, 2 cuillères à soupe d'huile, 1 œuf, 3 cuillère à café de levure de boulanger, 1 pincée de sel

Pour la crème pâtissière : 1/2 litre de lait bouillant, 175 g de sucre, 60 g de farine, 15 g de beurre, 4 œufs, 1 paquet de sucre vanillé, 1 pincée de sel

Dans une terrine, disposez la farine en fontaine. Ajoutez l'huile, l'œuf, la levure et une pincée de sel. Salez et mouillez, peu à peu avec le lait jusqu'à obtention d'une pâte malléable. Laissez reposer pendant 1/2 heure. Entre-temps, mettez dans une casserole à fond épais le sucre, le beurre, les œufs et le sel. Travaillez à l'aide d'une cuillère en bois ou d'une spatule. Ajoutez le lait bouillant et la vanille. Mélangez et mettez la casserole sur le feu. Laissez bouillir pendant quelques minutes, sans cesser de remuer pour ne pas laisser la crème coller au fond de la casserole. Versez dans une terrine et remuez la crème à mesure qu'elle refroidit. Pétrissez la pâte pendant 15 minutes, jusqu'à ce qu'elle devienne légère. Confectionnez des petits boudins de la forme des éclairs. Laissez reposer pendant 5 minutes. Versez l'huile dans une poêle. Diminuez le feu dès que l'huile devient chaude. Plongez les beignets, un à un, en prenant soin de les imbiber d'huile. Retirez de la poêle et laissez égoutter. Une fois les beignets refroidis, coupez-les dans le sens de la longueur et remplissez de crème pâtissière. Saupoudrez de sucre cristallisé.

## Le plat

### Cuisses de poulet panées et pommes de terre au four

Pour 4 personnes, préparation : 15 min,  
cuisson : 25 min



**Cuisses de poulet : 4, chapelure : 4 c. à soupe, œuf : 1, pommes de terre : 4, crème fraîche : 5 c. à soupe, persil : 1/2 botte, sel, poivre**

Salez les cuisses de poulet et passez-les dans la farine puis dans l'œuf battu. Roulez-les dans la chapelure, rangez les sur une grille et faites les cuire 25 min, au four préchauffé à 200°C. Enveloppez les pommes de terre dans du papier d'aluminium et ranger-les dans le four à côté des cuisses de poulet. Mélangez la crème fraîche et le persil ciselé. Salez et poivrez la crème. Sortez les pommes de terre et débarrassez-les du papier d'aluminium. Servez les cuisses de poulet panées accompagnées de pommes de terre coupées en deux et nappées de crème fraîche.

## Tajine au fromage



Pour 8 personnes,  
préparation : 2 h, cuisson : 2h 15 min,  
temps de repos : 12 h

**Viande de mouton désossée : 500 g, œufs : 8, fromage râpé : 4 c. à soupe, oignons : 2, purée de tomates : 2 c. à soupe, haricots blancs, secs : 2 poignées, pain de mie (rassis) : 2 tranches, huile d'olive : 1 verre, beurre : 2 noix, poudre de piment rouge, sel fin, poivre noir du moulin**

La veille, faites tremper toute la nuit les haricots blancs secs dans de l'eau froide. Coupez la viande de mouton en dés de 4 cm et frottez-les de poivre et de sel. Faites dorer les dés de viande avec de l'huile dans une casserole sur feu vif. Ajoutez-y 2 gros oignons finement émincés. Ajoutez ensuite la purée de tomates, le piment rouge et les haricots blancs. Recouvrez d'eau l'ensemble des ingrédients. Augmentez le feu jusqu'à ébullition, puis laissez mijoter pendant encore 1 h 15 min à couvert. Prélevez l'équivalent d'un grand bol de jus et mettez-le de côté. Râpez ensuite la mie de pain rassis ; elle doit être très fine. Ajoutez-la dans la casserole avec le fromage et une noix de beurre. Rectifiez l'assaisonnement selon votre goût. Battez les œufs et mélangez-les au reste de la préparation. Versez le mélange obtenu dans un tajine huilé. Egalisez bien et placez à feu doux pendant 25 min. Surveillez la cuisson ; dès que le tajine est cuit, la lame d'un couteau que vous enfoncez dedans doit ressortir sèche. Faites fondre le reste de beurre. Enlevez ensuite le plat du four. Coupez le tajine en tranches et arrosez celles-ci avec le beurre fondu. Réchauffez rapidement le jus réservé et présentez-le dans une saucière. Servez chauds le tajine et sa sauce.



Comment faire pour que mon riz ne colle pas ?

Pour que votre riz ne colle pas, ajoutez dans l'eau une noisette de beurre ou une goutte d'huile. Respectez le temps de cuisson. Du riz collant peut tout de même servir à agrémenter une soupe, un potage ou à composer une farce.

Je veux que mon riz reste bien blanc !

Ajoutez du citron ou du vinaigre dans l'eau de cuisson.

Comment reconnaître le bon œuf qui me permettra de réussir mon gâteau ?

Dans l'eau, un œuf de bonne qualité coule. Ceux qui flottent sont à jeter. Le jaune doit être bien bombé.

Comment réussir mes œufs pochés ?

Ajouter une cuillère de vinaigre à l'eau de cuisson. Cuire à feu très doux.

Je voudrais éplucher mes œufs rapidement.

Commencer par casser et retirer le sommet étroit de l'œuf. Le reste vient tout seul.

## Le dessert

### Crème brûlée

Pour 4 personnes,  
préparation : 45 min,  
cuisson : 35 min,  
temps de repos : 1 h 20 min



**Ceufs : 3, sucre en poudre : 50 g, sucre glace : 30 g, lait : 10 cl, crème fraîche : 25 cl, vanille : 1 sachet**

Dans une terrine, battez les jaunes d'œufs au fouet. Ajoutez la vanille aux jaunes. Incorporez ensuite le sucre et continuez à battre jusqu'à obtention d'un mélange blanc et mousseux. Versez le lait dessus, peu à peu, puis ajoutez la crème, sans cesser de remuer. Laissez reposer pendant 30 min.

Remplissez d'eau la lèche-frite du four (1 cm de hauteur) et faites-la chauffer à th.5 (150°C). Versez la crème dans 4 ramequins, que vous placez dans le bain-marie frémissant. Faites cuire ainsi pendant 20 à 25 min.

La crème doit rester un peu molle. Laissez la crème refroidir hors du four avant de déposer les ramequins au réfrigérateur pendant 30 min. Saupoudrez ensuite la crème de sucre glace et passez les ramequins quelques secondes sous le gril du four pour que le sucre caramélise.