

Gâteau au miel



Photos : DR

100 g de beurre, 3 œufs, 2 bonnes cuillerées à soupe de miel, 150 g de farine, 90 g de sucre, 1/2 sachet de levure, 100 à 150 g de noix ou noisettes.

Mélangez énergiquement le sucre et le beurre ramolli. Ajoutez le miel, la farine, la levure puis les œufs. Laissez cuire au four thermostat 6 (180°C) pendant 40 à 45 minutes.

Vous pouvez, si vous le souhaitez, incorporer environ 100 à 150 g des noisettes ou des noix à la fin de la préparation (avant la cuisson).

Poivronnade



5 gros poivrons rouges, 10 olives noires, 10 filets d'anchois à l'huile, 2 c. à s. d'huile d'olive, 2 gousses d'ail hachées, thym, poivre.

Essuyer les poivrons, coupez-les en deux, épépinez-les et détaillez-les en lanières et faites-les revenir dans une poêle avec un peu d'huile d'olive sur feu vif, pendant 10 min environ. Incorporer l'ail, le thym, les filets d'anchois coupés en morceaux en gardant un peu pour la décoration, ajouter les olives, poivrer en mélangeant bien et laisser cuire 15 min encore. Parsemer la poivronnade de persil haché et servir chaud accompagné de poisson.

Petites fougasses farcies à la viande



- 1- Nettoyer et hacher l'oignon.
- 2- Le faire revenir dans la moitié de l'huile. Ajouter la viande et la faire rissoler.
- 3- Mouiller avec une louche d'eau et laisser cuire environ 20 minutes. Saler, poivrer et parfumer avec ses épices préférées. Compléter avec la coriandre hachée.
- 4- Etaler soigneusement la pâte à pain. Séparer en 2 parties égales. Mettre une partie sur un plat à rôtir bien huilé. Garnir du ragoût de viande (il doit être assez sec). Recouvrir avec l'autre moitié de la pâte et sceller les bords.
- 5- Laisser lever environ 30 minutes. Faire cuire 20 minutes au four à 200-210°C.
- 6- Couper la fougasse en petits carrés de 7 cm de côté.

FOUGASSE

450 g de farine, 1 c à café de sel, 20 g de levure fraîche, 280 ml d'eau tiède, 1 c à soupe d'huile d'olive

Verser la farine et le sel dans un saladier, faire un puit au milieu mélanger la levure à 60 ml d'eau tiède, verser sur la farine avec le reste d'eau et l'huile d'olive. Mélanger puis placer le tout sur le plan de travail fariné et pétrir 8/10 minutes jusqu'à ce que la pâte soit élastique. Placez-la dans un saladier légèrement huilé, couvrir d'un film lui aussi huilé et laisser doubler de volume. Écraser la pâte sur le plan de travail avec la paume de la main diviser en deux parts, aplatir en forme ovale et répartir au choix du roquefort, des noix hachées, des anchois égoutés, des oignons cuits... Replier le haut et le bas l'un vers l'autre pour enfermer les oignons ou autre dans le milieu. Écraser un peu avec la paume de la main avec un couteau bien aiguisé faire cinq incisions réparties comme sur un dé écarté un peu la pâte et posez-la sur la plaque de cuisson. Laisser lever de nouveau environ 30 à 45 minutes jusqu'à ce que la pâte double de nouveau de volume. Avec un pinceau huiler chaque fougasse à l'huile d'olive et cuire à 220 ° 25 minutes environ.

Tourte de pommes de terre et d'anchois



Nettoyer les anchois et lever les filets. Les laver et les sécher. Eplucher, laver et couper les pommes de terre en tranches. Les faire sauter avec l'ail dans une poêle antiadhésive en saupoudrant d'origan, de sel et de poivre.

Tapisser un moule antiadhésif profond et large d'une couche de pommes de terre, puis d'anchois salés et poivrés, et enfin d'une autre couche de pommes de terre. Cuire environ 10 minutes au four à 220°C.



Sauce au yaourt

- 1- Pelez le demi-concombre. Coupez la pulpe en tranches, puis en très petits dés. Poudrez-les de sel et laissez-les macérer pendant 20 min.
- 2- Pelez et hachez finement l'oignon.
- 3- Versez le yaourt dans une jatte. Ajoutez-y le hachis d'oignon et le jus de citron.
- 4- Rincez et égouttez les dés de concombre. Ajoutez-les à la sauce. Salez et poivrez. Parsemez de persil ciselé.
- 5- Gardez la sauce au yaourt dans le réfrigérateur avant de la servir bien fraîche.

Ragoût de poulet aux olives et pommes de terre au safran



Poulet, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 3 oignons, 3 gousses d'ail, 1 cuillère à café de gingembre moulu, 1/2 cuillère à café de poivre noir du moulin, 1 dose de filaments de safran 1 cuillère à soupe de jus de citron, 1 citron, 600 g de pommes de terre, olives vertes déjà bouillies, 3 cuillères à soupe de coriandre fraîche hachée, sel.

Peler et tailler les oignons en fines lamelles. Délayer le safran dans 15 cl d'eau chaude. Prélever le zeste du citron en un long ruban. Dans une cocotte en fonte, faites dorer les morceaux de poulet, 5 min par face dans l'huile d'olive. Ajouter les oignons, l'ail pressé, l'eau safranée, le gingembre, le poivre noir et le zeste de citron. Saler et bien mélanger. Couvrir et laisser cuire 1 heure, à feu doux. Peler et tailler les pommes de terre en cubes. Versez-les dans la cocotte ainsi que les olives et le jus de citron. Remuer et terminer la cuisson 15 mn, à feu doux. Parsemez de coriandre et servez brûlant sur des assiettes bien chaudes.

Trucs et astuces

Éliminer les mauvaises odeurs du réfrigérateur

Mettre du bicarbonate de soude dans un petit récipient et le changer tous les mois.

Chasser les mauvaises odeurs de la cuisson

Quand vous faites cuire du poisson, de la friture ou quelque chose qui sent fort, faites bouillir en même temps à côté dans une petite casserole de l'eau fortement vinaigrée et laissez évaporer.

Garder le caramel liquide

Pour que le caramel reste liquide, y mettre un filet de jus de citron ou de vinaigre.

Réussir ses blancs en neige

Ajouter une pincée de sel avant de les fouetter et, pour bien les incorporer à la pâte, mélanger la moitié des blancs activement et ensuite le reste délicatement.

Savoir si un œuf est dur ou frais

Pour savoir si un œuf est dur ou frais, il suffit de le faire tourner sur lui-même : s'il tourne comme une toupie c'est un œuf dur.

Garder les avocats verts

Pour garder les avocats verts après les avoir coupés dans une salade : il suffit de laisser le noyau de l'avocat dans la salade.