

## Vol-au-vent



Les bouchées à vol-au-vent,  
1 cuillère à soupe de beurre,  
1 cuillère à soupe de farine,  
1/4 litre de lait, 125 g de champignons,  
250 g de crevettes décortiquées, court-bouillon,  
50 g de fromage râpé, blanc d'œuf, 1 jaune d'œuf, sel, poivre, muscade.

Faire cuire les crevettes pendant 5 minutes dans le court-bouillon.  
Faire tremper les champignons dans

l'eau chaude pendant 15 minutes, laisser égoutter, coupez-les en petits morceaux.  
Faire fondre le beurre dans une casserole à fond épais, saupoudrer la farine, mélanger énergiquement avec une cuillère en bois, ajouter graduellement le lait en remuant sans cesse, assaisonner du sel, poivre, muscade, incorporer les champignons et les crevettes, laisser réduire sur feu doux jusqu'à l'obtention d'une sauce épaisse.  
Remplir les vol-au-vent avec la farce, parsemer de parmesan râpé, faire cuire dans le four préchauffé à 180°C pendant 5 minutes.



Photos : DR

100 g de gingembre frais, 4 tranche d'ananas en conserve, 1 citron, 1,5 litre d'eau (ou lait selon votre choix), sucre selon goût

Laver, éplucher et râper le gingembre.  
Presser le citron.  
Mixer les morceaux d'ananas, le gingembre râpé, jus de citron, le sucre et l'eau (ou lait).  
Passer au chinois.  
Servir frais.

et lait (exemple 30 g, 30 cl). Remuer le mélange avec un fouet sur feu doux puis y



ajouter le lait froid d'un seul coup en dehors du feu.  
Remuer et faire cuire le tout à feu doux pendant 10 minutes sans arrêter de remuer.

1 pâte brisée, 250 g de crème fraîche, 3 œufs, 2 cuillères à soupe de farine, 150 g de gruyère râpé, 1 boîte de champignons, 1 pincée de noix de muscade en poudre, sel, poivre

Emincer les champignons et les faire revenir dans une poêle avec le beurre.  
Étaler la pâte à 3mm d'épaisseur sur un plan de travail légèrement fariné à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, couper des disques à l'aide d'un emporte-pièce rond de 12 cm de diamètre.

Déposer ces disques de pâte sur des petits moules à tarte beurrés, piquez-les légèrement à l'aide d'une fourchette, faites-les cuire 10 minutes à blanc (sans garniture).  
Mettre les œufs dans un saladier, battez-les en omelette, ajouter la crème fraîche et la farine, la muscade, sel, poivre, bien mélanger.

Mettre la préparation dans une casserole et laisser cuire sur feu doux jusqu'à ce qu'elle soit épaisse.  
Répartir les champignons dans les fonds de pâte, verser dessus la préparation préparée, saupoudrer du gruyère râpé.

Faire cuire dans un four préalablement chauffé à 200° pendant 20 à 30 minutes.  
Déguster tiède ou froid.

## Quiche aux champignons



## Feuilleté aux pommes

1 kg de pommes,  
100 g de beurre,  
6 feuilles de diouls, 150 g de sucre,  
1 cuillère à café de cannelle,  
1 œuf



Peler les pommes, évidez-les, coupez-les en tranches de 1 cm d'épaisseur. Préparez un caramel léger avec le sucre et 1/2 verre d'eau. Ajoutez le beurre fondu et la cannelle, puis les pommes. Celles-ci cuiront en 5 minutes. Étalez les feuilles de diouls beurrées les unes à côté des autres en les faisant se chevaucher. Soudez-les à l'aide d'un pinceau trempé dans l'œuf battu de manière à obtenir un rectangle arrondi sur les bords. Préchauffez le four à 170°C. Déposez les pommes bien caramélisées sur toute la surface des feuilles en laissant sur les côtés une marge d'environ 3 cm. Roulez délicatement pour obtenir un beau gâteau roulé. Soudez les bords à l'œuf. Déposez le gâteau sur une plaque beurrée, enfournez-le à mi-hauteur et faites-le cuire pendant environ 10 à 15 minutes.

## Purée de pois chiches au sésame

125 g de tahina, 250 g de pois chiches cuits au naturel, 2 à 3 gousses d'ail écrasées, le jus de 1 citron, 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, 1 pincée de paprika, sel, piment selon le goût, 1 cuillère à soupe de persil haché, bouillon de volaille.

Passer les pois chiches au moulin à légumes puis mixer cette purée en y ajoutant le tahina, le jus de citron, l'ail écrasé, l'assaisonnement et le bouillon de volaille afin d'obtenir une purée pas trop épaisse. Réchauffer à feu doux. Servir dans un grand bol. Saupoudrer de paprika et de persil haché. Arroser d'huile d'olive.



## Trucs et astuces

### Contrôler la fraîcheur d'un œuf

Mettre le ou les œufs dans une casserole d'eau salée.  
Si l'œuf est frais, il doit tomber immédiatement au fond et tenir à la verticale.  
S'il ne tient pas debout à la verticale, il est encore frais.  
Mais mieux vaut le faire cuire que l'utiliser en œuf au plat, coque ou mollet.  
S'il remonte à la surface, il n'est plus frais, il ne faut pas le consommer. Poubelle !

### Supprimer les odeurs fortes

Pour supprimer les odeurs d'ail ou

d'oignon, prendre un couteau de cuisine, puis passer la lame sur vos doigts, comme si vous désiriez les nettoyer.

### Réussir la crème chantilly

Mettre au congélateur



le bol du batteur et les fouets, avec la crème fraîche, environ 10 minutes, le temps que la crème fasse un anneau de givre sur les bords.

### Rendre les poivrons plus digestes

Ajoutez une rondelle de courgette pendant la cuisson



### Réussir la béchamel

La béchamel, plus qu'une sauce est une base servant à lier certains plats notamment les gratins.  
Pour la réussir c'est très simple : prendre le même poids de farine, beurre

### Publicité

**KHEIMA NAILLA CLIMATISÉE**  
**AU COMPLEXE TOURISTIQUE**  
**EL-MANARA AIN EL-TURCK ORAN**

à partir de 22H.

Séances Animées par  
**Chab ARDOU**

La duve du rail **Chaba DANET**

Le vrouve **Medahettes (EL-NEDJMA)**