

Vol-au-vent



Vol-au-vent, 1 c. à s. de beurre, 1 c. à s. 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. Servir aussitôt.

Crêpes au thon

500 g de farine, 1 sachet de levure boulangère, 3 oignons, 2 boîtes de thon, 1 botte de persil, 100 g d'olives dénoyautées, cumin, paprika, huile d'arachide, 2 jaunes d'œufs, sel, poivre



Préparer tout d'abord la pâte à crêpes en mélangeant la farine, le sel et la levure en y versant un peu d'eau tiède. Bien pétrir la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne élastique. Faire des petites boules de la taille d'une mandarine et les enduire d'huile. Laisser reposer et préparer la farce en attendant. Pour cela, faire revenir les oignons hachés dans un peu d'huile jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Hacher finement le persil et couper les olives en rondelles. Les ajouter aux oignons. Ajouter le thon et les épices. Faire revenir l'ensemble pendant 5 minutes environ.

Pliage des crêpes

Prendre les boules une par une et les étaler sur un plan de travail huilé. Aplatir avec les doigts huilés jusqu'à ce que la pâte soit très fine. Mettre un peu de farce au milieu et rabattre vers le centre deux bords opposés en les faisant se chevaucher. Faire la même chose dans le sens de la largeur. On obtient ainsi un carré qu'on aplatit légèrement, badigeonner de jaune d'œuf. Disposer sur une plaque huilée et mettre au four moyen jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

Salade de fruits orientale

1 litre de lait chaud, 100 g de figues sèches, 100 g de dattes, 100 g de noix de coco, 1 pincée de cannelle, 1 banane, 1 pomme

Mélangez l'ensemble des ingrédients et verser le lait chaud.



Fricassée tounsi

Pour la pâte : 500 g de farine, 2 œufs, 1 cuillère à soupe de levure à pain, 100 g de beurre, un peu de sel, eau

Pour la farce : 3 pommes de terre, 1 petite boîte de thon, 100 g d'olives noires dénoyautées, 50 g de câpres, un peu de persil finement coupé, de l'harissa au choix



Photos : DR

Tamiser la farine y ajouter les œufs, le beurre, la levure, le sel et un peu d'eau tiède de préférence, mélanger le tout et bien pétrir jusqu'à obtention d'une pâte souple et lisse. Laisser reposer 1h. Puis faire des petites boules qu'on laisse encore reposer jusqu'à qu'elles grossissent. Puis les faire frire dans de l'huile (2l environ) jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Préparer la farce, faire cuire les pommes de terre à l'eau salée, puis les couper en dés, ajouter le thon, les olives, les câpres et le persil, saler et poivrer. Couper les petites boules d'un seul côté et y mettre la farce puis l'harissa au choix.

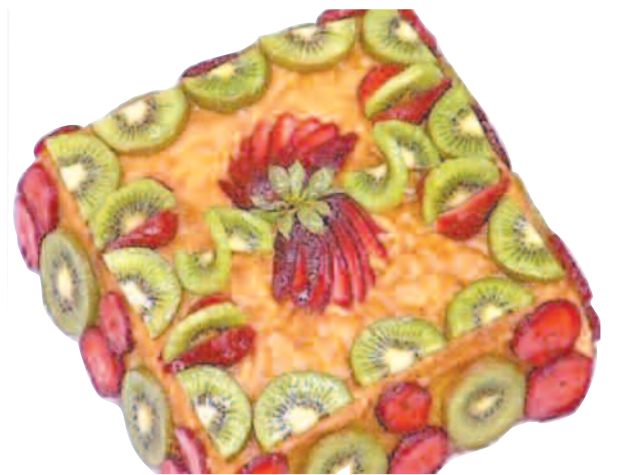
Blancs de dinde au curry et crème fraîche



Blancs de dinde, 1 oignon rouge, 1 boîte de champignons en morceaux, huile de table, sel, poivre, persil ciselé, curry, crème fraîche

Dans un faitout, faites revenir l'oignon émincé dans l'huile, ajoutez les champignons, le curry, ensuite ajoutez les blancs de dinde, coupés en gros cubes, à feu moyen, laissez blanchir. Remuez de temps en temps. Assaisonnez, puis ajoutez la crème fraîche, couvrez et laissez mijoter 5 minutes.

Gâteau au flan et aux fruits



6 œufs, 100 g de farine, 75 g de poudre d'amandes (ou la noix de coco), 50 g de beurre fondu, 150 g de sucre, sel

Le biscuit : battre dans le robot les œufs. Ajouter le sucre jusqu'à ce que le volume triple. Ajouter la farine, les amandes, sel, le beurre fondu et versez l'appareil dans un moule avec des bords hauts. Enfournez 15 minutes 170° à 180°. Laissez le cake toute une nuit dans le réfrigérateur. Prendre le cake et enlevez la croûte qui se trouve en haut et réservez-la. Vider l'intérieur du cake de sa mie à l'aide d'une cuillère et laisser un centimètre dans les côtés. Le flan : préparez le flan comme il est indiqué dans le sachet. Le montage : prendre le cake vidé et le remplir avec les fraises et le kiwi coupés en tranches et versez le flan sur les fruits, mettre la croûte pour fermer le gâteau et mettre au réfrigérateur. Sortir le gâteau, enduire de confiture et coller les tranches très fines des fraises et de kiwi sur les côtés. Décorer le dessus avec les fruits variés selon le goût.

Aumonière au fromage



Feuilles de brick, fromage emmental coupé en petits morceaux, fromage de chèvre (vous pouvez mettre d'autres de votre choix), saucisse de bœuf fumé coupée en lamelles (autre de votre choix), origan et basilic, fil alimentaire

Enduire à l'aide d'un pinceau les feuilles de brick avec de l'huile d'olive. Disposer en superposant les lamelles d'emmental, de saucisse et de fromage de chèvre, parsemez avec les herbes. Fermer les feuilles sous forme de bonbons et ficelez de chaque côté avec le fil alimentaire. Disposer sur une plaque huilée, passer encore une fois un pinceau d'huile dessus. Enfourner 15 mn à 180°. Servir chaud.