

Roulé de dinde aux légumes



Photos : DR

Filets de dinde, 1 poivron rouge, 1 carotte, 200 g de champignons en boîte, 10 cl de crème fraîche, 100 g de gruyère râpé, sel, poivre, piment fort

Laver et épépiner le poivron et le couper en lamelles. Éplucher la carotte et la diviser en lamelles. Les faire cuire dans l'eau bouillante salée et poivrée, ajouter les lamelles de poivron et laisser cuire pendant 1 minute. Egoutter le tout dans une passoire. Étaler les filets de dinde et les aplatir à l'aide d'un rouleau à pâtisserie le plus finement possible. Couper un morceau de papier film et mettre un filet de dinde par-dessus, saupoudrer de sel, poivre et piment fort, disposer sur le bord du filet un peu de lamelles de carotte et

de poivron, rouler en serrant bien avec la main pour lui donner la forme d'un boudin en s'aidant du papier film et fermer les deux bords comme un bonbon, continuer la même opération avec le reste des légumes et des filets de dinde. Mettre les roulés de dinde dans une grande casserole d'eau salée et laisser cuire pendant 15 minutes. Laisser refroidir et retirer délicatement le papier film, couper les roulades en rondelles. Dans un moule à gratin beurré, verser la crème fraîche, disposer les rondelles de roulé de dinde et répartir les champignons en boîte, saupoudrer de gruyère râpé. Faire cuire dans un four préchauffé à 180°C jusqu'à ce que le fromage soit fondu. Servir.

Avocats farcis aux crevettes



Pour 4 personnes, 2 avocats, 2 œufs durs, 2 tomates, 2 citrons, crevettes décortiquées congelées, mayonnaise, 100 g d'olives noires

Coupez les avocats en deux, dénoyotez-les. Coupez les tomates en rondelles ainsi que les citrons, mettez-les dans un saladier, ajoutez la mayonnaise en mélangeant bien. Faites farcir la cavité de chaque demi-avocat de mayonnaise, disposez sur chacun 2 rondelles de tomate et de citron, piquez au centre dans la mayonnaise les crevettes et terminez la décoration avec 2 olives noires. Coupez les œufs durs écalés en deux et nappez-les d'un peu de mayonnaise. Disposez-les au centre du plat de service, entourez-les avec les avocats.

M'hancha

1 douzaine de feuilles de brick, 500 g d'amandes mondées, 100 g de beurre, 100 g de sucre, 1/2 verre d'eau de fleur d'oranger, 1/2 cuillère à café de cannelle, 1 blanc d'œuf, miel



Broyer les amandes finement, ajouter le sucre et la cannelle et mélanger le tout. Asperger d'eau de fleur d'oranger en remuant en même temps jusqu'à ce que la pâte puisse se tenir facilement. Sur une table assez longue, étaler toutes les feuilles de brick en les faisant se chevaucher. Coller les unes aux autres au blanc d'œuf. Au bas de chaque feuille, poser un cigare de pâte d'amandes (former ainsi un long bâton de pâte d'amandes). Rouler délicatement les feuilles autour de cette farce pour obtenir un long boudin. Ensuite enrouler en colimaçon. Faire dorer dans l'huile, dans une poêle ronde et plate, arroser de miel fondu. Vous pouvez faire des petites mhancha avec chaque feuille de brick.

Galettes de légumes

Pomme de terre, carottes, courgettes, œufs, 80 g de fromage râpé, 1 bouquet de persil, huile, sel, poivre

Epluchez les carottes et les pommes de terre. Lavez les courgettes. Coupez tous les légumes en dés et faites-les cuire 15 minutes dans l'eau bouillante salée. Egouttez-les et mettez-les dans un saladier. Ecrasez-les grossièrement à la fourchette.

Lavez, séchez, effeuillez et ciselez le persil. Ajoutez-le dans le saladier. Battez les œufs en omelette et versez-les sur les légumes. Ajoutez le fromage, poivrez, mélangez bien.

Façonnez de petites galettes de légumes.

Préchauffez le four en position grill. Faites chauffer quatre cuillères à soupe d'huile dans une sauteuse. Faites-y dorer les galettes des deux côtés.

Posez-les ensuite sur une feuille de papier sulfurisé et enfournez. Faites cuire 15 minutes.



Corniottes aux légumes

1 gros oignon, 1 grosse tomate, 1 courgette, 30 g de beurre, 2 tranches de pain de mie, 2 c. à s. de crème fraîche épaisse, 75 g de gruyère, 200 g de fromage blanc, 2 œufs, 1 c. à s. de persil haché, 2 pincées de noix de muscade râpée, sel et poivre Pour la pâte : 300 g de farine, 150 g de beurre, 1 œuf, 1/2 c. à s. de sel

Préparez la pâte : tamisez la farine et le sel dans une terrine, incorporez le beurre et juste assez d'eau glacée pour former une pâte souple mais non collante. Laissez reposer. Pelez l'oignon et hachez-le.

Pelez la tomate, pressez-la pour en extraire l'eau et les pépins, puis coupez-la en dés. Pelez la courgette et râpez-la grossièrement. Faites fondre le beurre dans une poêle. Ajoutez-y l'oignon haché et la courgette, laissez-les fondre 5 min, puis ajoutez la tomate et laissez cuire encore 3 min à feu doux. Versez dans une jatte et laissez refroidir. Travaillez la mie de pain avec la crème. Coupez le gruyère en petits dés. Ajoutez au contenu de la jatte le fromage blanc, les œufs, la mie de pain et la crème, le gruyère et les herbes.

Assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade, puis mélangez bien. Faites chauffer le four à 220 °C, th. Battez l'œuf à la fourchette. Divisez la pâte en 4 portions égales et aplatissez-les au rouleau en cercles d'environ 20 cm de diamètre. Badigeonnez légèrement le bord d'œuf battu, déposez au centre de chacune le quart de la farce, puis repliez les bords pour enfermer la farce, pincez pour souder et coupez la pâte en trop.

Disposez les corniottes, fermeture vers le bas, sur la tôle du four beurrée et badigeonnez-les d'œuf battu. Roulez les chutes de pâte en boule, aplatissez-les et découpez 8 longues bandes. Entourez chaque corniotte de 2 bandelettes de pâte en croix, comme pour ficeler un paquet. Badigeonnez une fois encore d'œuf battu et faites cuire de 30 à 35 min à mi-hauteur du four, la pâte doit être bien dorée et croustillante. Servez.



Eau pétillante au melon



1/2 melon, 50 cl d'eau gazeuse, 30 g de sucre, 1/2 jus de citron

Mixez le melon avec le sucre et le jus de citron.

Au moment de servir, allongez la préparation d'eau gazeuse bien fraîche.