



L'Atelier Cuisine
« Echange convivial d'épices et de saveurs
D'ici et d'ailleurs »



2018 - 2019

Salade fraîcheur de Tendres perles aux crevettes

4 personnes

Ingrédients :

1 sachet cuisson de tendres perles Tipiak
1 filet d'huile de tournesol
1 avocat
6 bâtonnets de surimi
20 crevettes
2 pincées de paprika moulu
1 pamplemousse
4c à soupe de citron
4 c à soupe de ciboulette
1/2échalote
3 c à café d'œufs de lompe rouges
4 brins de coriandre

Préparation :

Préparez les perles comme indiqué sur le paquet, ajoutez un filet d'huile et placez au réfrigérateur pendant 30 mn ;
Pendant ce temps, découpez l'avocat et le surimi en cubes.

Décortiquez les crevettes et saupoudrez-les de paprika. Epluchez le pamplemousse et pelez à vif les quartiers.
Préparez l'assaisonnement en mélangeant le fromage blanc, le citron, la ciboulette et l'échalote finement ciselées.
Sortez les perles du réfrigérateur.
Incorporez les différents ingrédients préparés ainsi que les œufs de lompe, ajoutez l'assaisonnement, mélangez.
Servez bien frais, décorez de coriandre.



Barquettes d'endives à la poivronnade

Pour 12 personnes 20 mn de préparation



Préparation

Préchauffez le four à 210°
Lavez, essuyez les poivrons, les découpez dans la longueur en 2, faire cuire 40 mn. Retirez la peau, les couper en tout petits dés.

Emincez l'oignon et l'ail
Faire revenir le tout dans la poêle, sel et une pincée de piment
Incorporez les poivrons et le vinaigre.

Mixer le tout pour obtenir une pâte homogène

Ajoutez les noix finement hachées, mettre au frais jusqu'au moment de servir.

Couper la base des endives, effeuillez-les, les choisir bien incurvées et garnir de la poivronnade

Ingrédients

6 endives
3 poivrons jaunes
3 poivrons rouges
3 gros oignons
3 gousses d'ail
1 pincée de piment
120g de noix
1 c à c de vinaigre
4 c à s d'huile olive

VELOUTE DE CHOUX

Pour 12 personnes

Préparation :

Détaillez le chou fleur en fleurette, lavez-les.

Epluchez et coupez les pommes de terre en gros morceaux

Dans une casserole, mettez le chou-fleur, les pommes de terre, le bouillon cube, 150 d'eau et l'origan.

Salez.

Portez à ébullition puis laissez cuire 20 à 30 mn.

Mixez le tout avec le beurre et la crème

Ingrédients:

1 gros chou fleur

4 pommes de terre

Origan

Bouillon de volaille 1 cube

Beurre 100g

Crème fraîche 4c à soupe et bleu d'auvergne

Sel et poivre

Verrines avocat et pamplemousse

Pour 4 personnes

Ingrédients :

2 avocats

1 pamplemousse rosé

1 citron vert

Huile olive et vinaigre
balsamique

Basilic, aneth ou ciboulette

Préparation :

Découpez la chair de l'avocat en petits morceaux, arrosez de citron vert.

Répartissez les morceaux de pamplemousse coupés en petits dés dans les verrines. Réservez le jus du pamplemousse.

Arrosez les verrines de jus de pamplemousse, d'huile d'olive et de vinaigre balsamique.

Salez, poivrez et parsemez de basilic, aneth ou ciboulette ciselé.



BILLES DE FROMAGE

Pour 20 personnes

Ingrédients

8 barquettes de fromage à tartiner

400g d'édam ou comté râpé

150gr de cerneaux de noix

150g de graines de sésame

150g de graines de pavot

1 bouquet de persil

Mettez le fromage à tartiner dans un saladier avec le fromage râpé

Salez et poivrez

Mélanger et mettre au frais

Réduisez en poudre les cerneaux de noix

Lavez et essorez le persil

Répartissez dans 4 récipients différents les noix hachés, les graines de pavot, de sésame et le persil finement haché.

Faites des petites billes de fromage et, en répartissant le nombre en fonction de nombre de personnes, roulez en une certaine quantité dans chaque saladier, de manière à avoir 4 sortes de billes (noix, persil, sésame, pavot)



Bricks à la ricotta et au thon

Pour 12 personnes

Ingrédients

12 feuilles de brick
500g de ricotta
4 boîtes de thon
Basilic frais
Poivre
Sel

Préparation

Fouettez à la fourchette la ricotta pour bien la lisser
Ajoutez le thon

Epicez, ajoutez le basilic et mélangez.

Placez 1 feuille de brick devant soi.

Disposez une grosse cuillère de farce inférieure de la feuille mais en laissant une petite marge.

Repliez cette marge sur la farce, roulez jusqu'au milieu de la feuille.

A mi-chemin, repliez les bords latéraux sur la partie roulée

Continuez à rouler pour que la brick prenne une forme de nem ou de cigare.

Cuire à la sauteuse avec un peu d'huile d'olive ou au four juste pour les faire dorer.

Servir avec une salade verte et betteraves rouges.



Potage au chou fleur et céleri rave

Pour 4 personnes

Ingrédients

- 1 petit chou-fleur
- 1 céleri
- 40 g de beurre ou de margarine
- 75 cl de bouillon de volaille
- 20 cl de crème fraîche
- quelques feuilles de persil
- Sel, poivre

Couper le chou-fleur et le céleri en tronçons, les rincer et les faire cuire 5 minutes (dans un autocuiseur) dans le beurre en remuant.

Faire revenir les oignons

Verser le bouillon dans l'autocuiseur. Saler, poivrer et laisser cuire 10 minutes à partir du moment où la soupe chuchote.

Mixer la soupe, la remettre sur feu doux en ajoutant la crème en remuant.

FLAN DE CAROTTES

Pour 12 personnes

Ingrédients

- 12 carottes
- 6 œufs
- 12 c à soupe de fromage blanc à 40°
- 9 c à soupe de crème fraîche
- 75g de fromage de chèvre frais
- 3 c à café de cumin en poudre

Préparation

Préchauffez le four à 180° th 6.

Epluchez et coupez les carottes en rondelles. Faites les cuire à la vapeur une dizaine de mn. Réduisez en purée.

Dans un saladier, mélangez les œufs avec le fromage blanc, la crème fraîche, du poivre moulu, une pincée de sel et le cumin.

Ajoutez la purée de carottes et mélangez.

Versez la préparation dans des petits ramequins ou un plat à quatre-quarts, préalablement beurré et ajoutez les cubes de fromage de chèvre dessus.

Enfournez pour 30 mn

Verrines avocat, pamplemousse et saumon fumé

Pour 4 personnes

Ingrédients :

2 avocats

1 pamplemousse rosé

1 citron vert / une gousse d'ail/ persil

Huile olive et vinaigre balsamique

Basilic, aneth ou ciboulette / ricotta / saumon de fumé

Préparation :

Découpez la chair de l'avocat en petits morceaux, arrosez de citron vert.

Découpez en petit dès le saumon.

Fouettez la ricotta avec de l'ail écrasé et le persil haché menu.

Répartissez les morceaux de pamplemousse coupés en petits dés dans les verrines.

Réservez le jus du pamplemousse.

Arrosez les verrines de jus de pamplemousse, d'huile d'olive et de vinaigre balsamique.

Salez, poivrez et parsemez de basilic, aneth ou ciboulette ciselé.

Gaspacho

Pour 20 personnes

Ingrédients :

19 tomates mûres

3 concombres

3 poivrons rouge

3 poivrons jaunes

6 oignons

3 gousses d'ail

3 citrons

6 c à soupe de vinaigre balsamique

$\frac{1}{2}$ verre d'huile d'olive

Basilic

Poivre et sel

Préparation : Laver les légumes et ôter la peau du concombre, épépiner les poivrons. Mixer tous les ingrédients en prenant soin de réduire en purée l'ail et l'oignon. Ajouter de l'eau si la mixture est trop épaisse, l'huile, le vinaigre, le jus de citron et le basilic et assaisonner. Mélanger et mettre au frigo au moins une heure avec ou sans glaçons. Pour une préparation sans pulpe, une fois la recette réalisée, verser la préparation au travers d'une passoire avant de mettre au frais.

Tarte aux pommes et compote

Ingrédients :

Pâte brisée ou feuilletée

Cuisson 40 mn

6 pommes + 6 pommes pour la compote

2 œufs

Sucre

Crème fraîche 20 à 25 cl

Préparation :

Séparez les jaunes des blancs d'œufs

Battre les blancs en neige

Mélangez les jaunes d'œufs dans la compote tiède et incorporez les blancs en neige

Etendez la compote sur la pâte

Etendez les pommes coupées en tranche et saupoudrez de sucre vanillé



MAKI pour 20 personnes

Ingrédients

- 2 kg riz japonais
- vinaigre pour sushi(ou vinaigre avec le sucre)
- sauce soja et wasabi
- sel

Pour la garniture :

- 4 concombres
- 4 avocats
- 1kg saumon cru et 8 tranches saumon fumé
- 4 boites de thon
- 20 feuilles de nori (algue)
- mayonnaise



Rincez le riz jusqu'à ce que l'eau de rinçage ne soit plus trouble. Laissez égoutter. Plongez le riz dans 1,5 fois son volume d'eau. À ébullition donnez un coup de spatule et Laissez cuire 15 min à feux doux et à couvert.

Laissez refroidir le riz quelques instants, et incorporez le sucre dissous au préalable dans le vinaigre de riz.

Puis préparez les rouleaux :

Coupez en lamelles le saumon, le concombre, les avocats, etc.

Étalez une feuille de cellophane sur le plan de travail.

Humidifiez vos mains (avec du vinaigre de riz par exemple).

Posez la feuille d'algue dans le sens de la largeur, et recouvrez-la d'une couche de riz.

Laissez un ou deux centimètres non recouvert sur la largeur supérieure afin de pouvoir

Ensuite refermer aisément le rouleau.

Placez dans le sens de la largeur une bande de saumon, une de concombre, une d'avocat, etc.

Enroulez l'algue en vous servant de la cellophane. Humidifiez la bande laissée libre pour une

Fermeture plus facile. Placez au frais.

Reproduisez les mêmes opérations jusqu'à épuisement des ingrédients.

Avant de servir, découpez les rouleaux en lamelles de 2 à 3 cm.

Carry de poulet

Pour 10 personnes

Ingrédients

Oignons, ail, gingembre frais,
gros sel, piment oiseau, curcuma

Tomates concassées

Citron

Tomates fraîches, salade

Cuisses de poulet

Riz

Préparation

Faites une pâte avec les oignons, l'ail, le gingembre écrasé, le gros sel.

Faites revenir le poulet, remuez 3 mn.

Faites revenir la pâte d'oignons, etc.....

Ajoutez un piment oiseau et 2 c à soupe de curcuma.

Ajoutez le poulet, les tomates concassées qui recouvrent le poulet.

Salez, poivrez et faites réduire.

Préparez aussi en accompagnement tomates fraîches, oignons, citron, salade verte à mettre au frigo.



GRATIN FACON MIREILLE

Pour 12 personnes

Ingrédients

12 Pommes de terre moyennes

2 sacs de brocolis mélangés avec du chou fleur congelés

8 tranches de dinde fumée (2 paquets de 4)

Farine pour béchamel + 1 litre de lait + 2 gousses d'ail + poudre de noix muscade, sel, poivre.

20 cl de crème fluide, 25 gr de beurre et 200 gr de gruyère râpé.



Préparation : Faire cuire à l'eau les pommes de terre en morceaux dans une casserole.

Dans une autre casserole, faire cuire à l'eau les légumes surgelés.

Préparer une béchamel avec dans l'ordre le beurre (à faire fondre) ajouter la farine (3 grosses cuillères à soupe environ) le lait, l'ail coupé en petits morceaux la muscade, 100 gr de gruyère, et toute la crème fraîche.

Quand les légumes sont cuits, les passer dans une passoire ainsi que les pommes de terre
Mettre la moitié des légumes et pdt dans un plat creux qui aille au four

Recouvrir de la moitié de béchamel et découper la dinde en petits morceaux

Les mettre au-dessus de la préparation du plat et finir par recouvrir le reste des légumes + pdt
Et de nouveau mettre le reste de la béchamel dans le plat.

Mettre le gruyère sur le tout et faire cuire et dorer au four pendant 20 à 30 minutes à 180 °.

Boulettes de viande l'orientale

Pour 20 personnes

Ingrédients

- 3kg de bœuf haché
- 3 œufs
- 1 bouquet de coriandre
- 3 oignons
- 3 gousses d'ail
- 1 morceau de gingembre
- 3 cuillères à café de curcuma
- 3 cuillères à soupe de cumin
- sel, poivre
- huile, farine

Préparation

Peler et hacher l'ail et l'oignon. Hacher la coriandre, éplucher et râper le gingembre.

Dans un saladier, mélanger la viande, les condiments, les épices, le sel et le poivre et les œufs.

Bien malaxer pour lier intimement tous les ingrédients.

Former des boulettes de la taille d'une grosse noix, les saupoudrer légèrement de farine.

Faire chauffer un peu d'huile dans une poêle et mettre les boulettes à rissoler pendant une dizaine de minutes, en les retournant de façon à ce qu'elles dorent des tous les côtés. Saler et poivrer.

Pour finir : Egoutter les boulettes sur un papier absorbant pour retirer le gras, et servir bien chaud.



GRATIN DAUPHINOIS

Pour 20 personnes

Ingrédients

5 kg de pomme de terre
7 gousses d'ail
L de lait concentré non sucré
2 litres de lait entier
Muscade Sel Poivre
3 sachets de gruyère râpé

Préparation

Epluchez, lavez et coupez les pommes de terre en rondelles fines (NB : ne pas les laver APRES les avoir coupées, car l'amidon est nécessaire à une consistance correcte).

Hacher l'ail très finement. Porter à ébullition dans une casserole le lait concentré et le lait entier, l'ail, le sel, le poivre et la muscade puis y plonger les pommes de terre et laisser cuire 10 à 15 min, selon leur fermeté. Garder le lait pour recouvrir le gratin par la suite.

Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6) et beurrer un plat à gratin. Placer les pommes de terre égouttées dans le plat. Les recouvrir de gruyère râpé en différentes couches puis versez le lait qui a servi à cuire les pommes de terre.

Enfourner pour 50 min à 1 heure de cuisson.

Blanquette de poulet

Pour 6 personnes

Ingrédients

6 escalopes de dinde
3 poireaux
3 carottes
2 oignons
½ cube de bouillon de volaille
3 cuillères à soupe de crème fraîche

Préparation :

Faire revenir les oignons et la dinde coupée en morceaux.

Ajouter les poireaux en rondelles et les carottes en cubes.

Mouiller avec le bouillon de volaille (préparé avec 1/2 litre d'eau et 1 cube de bouillon).

Saler, poivrer.

Faire cuire 25 mn à la cocotte-minute.

Verser sur la viande et les légumes et mélanger sur feu doux jusqu'à l'obtention d'une sauce onctueuse.



TOURTE DE POMMES DE TERRE

Pour 10 personnes

Ingrédients

- 2 rouleaux de pâte feuilletée
- 1kg de pomme de terre
- 300 g de crème fraîche liquide
- 80 g de beurre
- 2 jaunes d'œufs
- 1 bouquet de ciboulette
- Poivre et sel

Temps total : 1h30

Cuisson : 1 h

Préparation

Disposez un des deux cercles de pâte sur une plaque à four.

Faites chauffer le four Th 5 (150°C).

Epluchez les pommes de terre, coupez-les en rondelles fines et plongez les 10 mn dans l'eau bouillante. Puis égouttez-les. Disposez-les ensuite sur le fond de tarte

Poivrez, salez, parsemez de beurre.

Recouvrez avec le second cercle de pâte.

Soudez les bords de votre tourte.

Badigeonnez de jaune d'œuf. Faites cuire à feu doux pendant 1 h.

Lavez et séchez et hachez finement la ciboulette. Dans un bol, ajoutez à la crème fraîche liquide 10 mn avant la fin de cuisson; salez, poivrez et mélangez le tout. Puis sortez la tourte du four. Entaillez le tour du couvercle pour l'ouvrir.

Répartissez la crème à la ciboulette.

Reposez le couvercle de pâte sur la tourte et remettez 10 mn au four. Servez chaud



Légumes farcis

Ingrédients

800 g de viande hachée
600 g de chair à saucisses
10 gousses d'ail persil
2 œufs
6 courgettes
6 grosses tomates
6 poivrons
1 oignon
25 cl de lait
Huile
3 tranches de pain blanc ou 3 tranches
de pain de mie blanc.

Préparation

Faites tremper les tranches de pain dans un bol avec du lait.

Mettez la viande hachée et la chair à saucisses dans un saladier, ajoutez l'ail écrasé, le pain essoré, l'œuf, le persil l'oignon et mélangez le tout.

Videz les tomates et poivrons, creusez les courgettes.

Ajoutez le jus des tomates vidées ainsi que les bouts des courgettes récupérés et coupés en petits morceaux.

Les ajouter à la farce.

Remplir les légumes de cette farce.

Versez 3 verres d'eau et 1 bon filet d'huile au fond du plat. Enfournez à 180°C pendant 30 à 40 minutes.

Arrosez pendant la durée de la cuisson

Le couscous

pour 13 personnes

Cuisson totale environ 1h30

Ingrédients :

- ✓ 2 kg de semoule coucous (Ferrero ou Regia)
- ✓ 500g de navets / de carottes/de citrouille/de courgettes
- ✓ 1 grosse boîte de pois chiche/1 grosse boîte de tomates concassées/3 oignons
- ✓ Coriandre/persil préparés en bouquet/curcuma/safran/sel/poivre/poudre de gingembre/Viande : 2 kg d'agneau

Préparation :

Couper les morceaux de viande en 2.Laver la viande
La cuire avec les oignons, les épices. Laisser mijoter pendant 10 mn. Préparer les graines (voir en dessous)
Mixer les tomates concassées.Ajouter à la viande : les tomates mixées et de l'eau de façon à recouvrir la viande
Laisser mijoter, à ébullition ajouter les pois chiches.Laisser cuire le tout 15 mn.Ajouter les navets, carottes coupés en gros morceaux : laisser mijoter 30 mn
Ajouter la courge, courgettes, persil et coriandre : laisser mijoter 20 mn

Préparation de la graine à faire au début de cuisson de la viande :

Cuisson 2 x 15 mn

Laver les graines, égoutter.

Les placer dans un grand plat, ajouter huile olive et sel.

Malaxer de temps en temps pour détacher les grains.

Cuire les graines à la vapeur dans le couscoussier posées sur les légumes, couvrir pendant 15 mn.

Transvaser les graines dans un grand plat et verser un peu d'eau.

Remettre les graines à cuire à la vapeur pendant 15 mn.

Choux à la crème

Pour 10 personnes

Crème pâtissière

- 250 g de lait
- 50 g de sucre
- 1 œuf
- 25 g de maïzena
- 25 g de beurre

Pâte à choux

- 250 g d'eau
- 4 g de sel
- 125 g de beurre
- 150 g de farine
- 5 œufs

Préparer la pâte à choux : porter l'eau à ébullition. Y dissoudre le sel et y faire fondre le beurre. Versez la farine tamisée et dessécher la détrempe jusqu'à ce que celle-ci n'adhère plus aux parois de la casserole. Hors du feu, incorporer petit à petit les œufs battus. À l'aide d'une poche à douille, dresser des choux sur une plaque huilée. Enfourner pendant 30 minutes à 190°C.

Crème pâtissière : 250 g de lait. 50 g de sucre. 1 œuf. 25 g de maïzena. 25 g de beurre. 1 cuillère à soupe de rhum. Faire bouillir le lait. Y dissoudre la moitié du sucre. Blanchir l'œuf avec la seconde moitié de sucre. Incorporer la maïzena. Verser le lait bouillant sur le mélange en remuant à l'aide d'un fouet. Remettre la crème dans la casserole en remuant pendant 2 minutes.

Garnir les choux jusqu'à ce qu'ils deviennent lourds. Tremper le sommet des choux dans du caramel (100 g de sucre + 60 g d'eau).



Cake au café et aux noix

Pour 12 personnes

Ingrédients

300 g de cerneaux de noix
500 g de farine
400g de sucre
360 g de beurre salé mou
6 œufs
1 sachet de levure chimique
4 Cuil. à soupe d'extrait de café

Préparation :

Préchauffez le four à 160° (th 5-6) et tapissez un moule à cake (de 18 à 20 cm de long) de papier sulfurisé, beurré sur les 2 faces. Réservez au frais. Faites un peu griller les noix à sec dans une poêle, réservez.

Dans le bol d'un robot, fouettez longuement les œufs avec 150 g de sucre et la levure. Incorporez peu à peu le beurre mou, la farine et l'extrait de café. Faites fonctionner l'appareil jusqu'à ce que la pâte soit homogène.

Ajoutez 100 g de noix grossièrement concassées, mélangez à la spatule. Versez la pâte dans le moule et enfournez pour 40 min.

Pendant ce temps, faites un caramel blond avec le reste de sucre à sec dans une petite casserole. Hors du feu, plongez les 50 g de cerneaux de noix restants dans le caramel et égouttez-les avec une pique. Posez-les sur une feuille de papier sulfurisé.

Démoulez le cake. Décollez délicatement les cerneaux de noix caramélisés, posez-les sur le cake et laissez refroidir sur une grille.



Cigarettes russes

Ingrédients :

- * 90g de beurre mou
- * 90g de sucre
- * 90g de blancs d'œuf
- * 90g de farine
- * 1 pincée de sel

Temps de préparation : 30 minutes
Temps de cuisson : 7/8 minutes par fournée
Recettes pour environ 15 biscuits

Battre au fouet électrique le sucre et le beurre mou jusqu'à ce que le mélange soit bien crémeux.

Ajouter le blanc d'œuf et la farine. Bien mélanger.

Déposer des petits tas de pâte sur une plaque de cuisson en silicone, ou à défaut sur une plaque recouverte de papier sulfurisé.

Étaler la pâte à l'aide du dos d'une petite cuillère.

J'ai cuit mes biscuits 4 par 4 car dès la sortie du four les biscuits durcissent et il est donc impossible de les rouler sans les casser. C'est un peu plus long comme ça mais le résultat en vaut la peine :).

Cuire environ 7/8 minutes à 180° à four chaud.

Dès la sortie du four, décoller délicatement avec une spatule un rond de pâte, le retourner sur un plan de travail propre, puis le rouler immédiatement autour d'un stylo.



Tarte au chocolat

Ingrédients :

3 œufs/poudre d'amande/crème liquide

Préparation :

Mettre le four à 200 °C

Étaler la pâte et placez -la dans votre moule à tarte. Piquez en le fond à l'aide d'une fourchette.

Déposez dessus une feuille de papier cuisson. Recouvrez là de billes d'argile, ou haricots sec, ou chaine de cuisson afin de la cuire à blanc pendant 10 minutes.

Dans un saladier, mélangez les œufs avec le sucre. Puis ajoutez la poudre d'amandes, et 20cl crème liquide. Mélangez bien jusqu'à obtenir une pâte homogène.

Retirez les « poids » et la feuille de papier cuisson de votre pâte à tarte.

Versez sur la pâte « précuite » votre mélange crémeux.

Remettez au four pendant 30 minutes à 180°C

Quand la cuisson est terminée, sortez la tarte du four et laissez la refroidir.

Faites fondre le chocolat au bain marie et ajoutez les 20cl crème entière restant en remuant délicatement avec une spatule pour bien mélanger.

Le mélange est parfait lorsque le chocolat devient brillant.

Versez le chocolat sur votre tarte. Secouez en faisant trembler votre plat à tarte afin d'homogénéiser la surface du chocolat. Le résultat final n'en sera que plus beau.

Placez la tarte au chocolat au réfrigérateur pendant 30 minutes minimum

FLAN DE COURGETTES

Pour 8 personnes

Ingrédients :

1 Kg de courgettes
8 œufs
4 cuillères à soupe de maïzena
2 verres de lait
24 cl de crème fraîche
200 g de gruyère râpé ou de parmesan
400 g de petit salé en dés
Sel et poivre
Noix muscade

Préparation : Laver les courgettes, les couper en dés, les cuire à la vapeur (tendres mais fermes) et les égoutter.

Délayer la maïzena dans le lait, ajouter la crème fraîche, les œufs battus, le petit salé, le gruyère ou le parmesan.

Saler, poivrer ajouter les courgettes, la noix muscade.

Verser dans un plat à gratin beurré et cuire au four pendant 30 minutes à 210° C soit thermostat 7.

Servir Chaud.

Tiramisu aux fraises

Pour 16 personnes



Ingrédients :

20 biscuits cuillère
1 kg de fraises
10 œufs
20cl de jus d'orange
10 c à soupe de sucre en poudre
1kg de mascarpone
10 cl de grand Marnier
200g de coulis de fruits rouges

Préparation :

Laver et couper les fraises en 4. Séparer les blancs des jaunes d'œufs.

Mélanger vigoureusement les jaunes d'œufs avec le sucre, ajouter la mascarpone et la moitié du grand Marnier.

Mélanger le tout au fouet électrique jusqu'à ce que la préparation blanchisse.

Incorporer délicatement les blancs montés en neige. Tremper les biscuits à la cuillère dans le jus d'orange au reste du grand-Marnier et disposez-les au fond du plat, tapisser les parois avec les fraises et mettre au frais pendant 30 mn maximum. Au moment de servir, verser le coulis.

Et voilà la fine équipe au travail et au papotage !





Et d'expériences culinaires en joyeuses improvisations, l'atelier se termine avec le souvenir de votre enthousiasme et du sourire de chacun !

Bon été à tous