

RECETTES BARBECUE



CONSEILS D'UTILISATION ET D'ENTRETIEN

PREMIÈRE UTILISATION

Je vous recommande de laver votre moule à l'eau savonneuse, de le rincer et de le passer au four à 220°C pendant 30 minutes.

Lors de sa première utilisation, commencez avec une recette salée afin de "graisser" le moule.

CUISSON AU FOUR ET AU FOUR MICRO-ONDE

Les moules conviennent à tous les fours et résistent à une chaleur jusqu'à 260°C. Pour vous garantir une meilleure circulation de l'air lors de la cuisson, nous préconisons de placer votre moule sur une plaque de cuisson perforée avant de verser votre préparation.

CONGÉLATION

Vous pouvez utiliser les moules Ohra jusqu'à -40°C

CONSEILS D'UTILISATION ET D'ENTRETIEN

ENTRETIEN

L'entretien des moules ohra est très simple. Avant et après utilisation, passez les sous l'eau très chaude avec quelques gouttes de liquide vaisselle sans parfum avec une éponge douce. Rincez.

STOCKAGE

Ne rangez pas les moules ohra sous des plats trop lourd et ne les roulez pas. Pour stocker les toiles de cuisson, ne les pliez pas. Vous pouvez les stocker à plat ou roulez-les.

CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

Ne pas poser les moules sur une flamme.
Ne jamais utiliser les moules dans un four en mode grill.
Ne pas mettre les moules sur le lèche frite durant une cuisson.
Ne jamais couper vos préparations directement dans les moules.
Ne pas utiliser d'éponge abrasive lors du lavage.

LES MOULES QUI SONT DANS LE EBOOK



Tapis crispy



Céramiques



Tapis génoise



Tarte cannelée



5 cakes longs



Flower power



Cubicube



Donuts fantastique



Carré



6 grands ronds



Tornado



Be Save

LES MOULES QUI SONT DANS LE EBOOK



Madeleines
allongées



12 pain allongés



3 baguettes



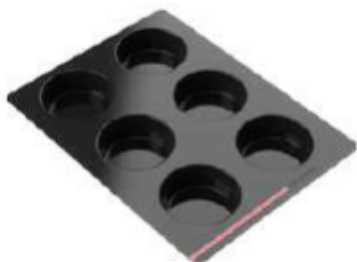
Toile de cuisson



Rectangulaire familiale



Tarte renversée
rectangulaire



6 grands ronds



Cake



Mini roses



Tarte renversée



Smiley



Twist



Mini- tartelettes

NOIX DE CAJOU GRILLÉES AU CURRY

Ingédients :

- 1 blanc d'œuf
- 4 c . à café de curry en poudre
- 1 c . à café de paprika fumé
- 1 c. à soupe de sucre roux
- 2 c. à café de sel
- 3-4 traits de Tabasco
- 400g de noix de cajou

Préparation :

- Préchauffer le four à 175 °C et mettre le tapis crispy sur une plaque de cuisson
- Au batteur monter le blanc d'œuf en neige.
- Ajouter le curry ,le paprika,le sucre , le sel et la sauce de Tabasco et fouetter au batteur .
- Ensuite mélanger délicatement les noix de de cajou.
- Répartir uniformément les noix de cajou sur le tapis crispy et enfourner 12 à 15 min à 175 °C



GÂTEAU A LA CAROTTE

Ingrédients :

- 3 oeufs
- 30 g de maïzena
- sel, poivre
- 10 g d'huile d'olive
- 100 g de crème fraîche épaisse
- 300 g de pomme de terre
- 300 g de carottes
- 2 poignée de mozza râpée

Préparation :

- Eplucher et laver carottes et pomme de terre. Utiliser un mixer pour les réduire en morceaux.
- Mélanger dans un saladier le reste des ingrédients. Ajouter les carottes et les pommes de terre.
- Répartir la préparation dans les empreintes du moule céramiques
- Cuire 35 minutes à 180°C



SALADE DE PÂTES

Ingrédients :

- Pâtes Risetti
- 2 à 3 tomates
- 4 oeufs
- 1 grosse boîte de thon
- 1 boîte de maïs
- Se / poivre
- Basilic
- Mélange gourmand - Graines & Oignons frits
- Olives noir
- Vinaigre balsamique
- Huile d'olive .

Préparation :

- Faire cuire les pâtes dans l'eau bouillante, les égoutter et les laisser refroidir.
- Faire cuire les oeufs durs et laisser refroidir
- Mettre dans le grand récipient be save les pâtes, les tomates coupées en petits dés, les oeufs, le thon égoutté, le maïs, les olives, sel, poivre, épices, basilic, un peu d'huile d'olive et du vinaigre je mélange le tout. (à ajuster selon vos goûts).



FOCCACIA

Ingrédients :

- 500g de farine
- 2 sachets de levure de boulanger
- 8 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Tomates cerises
- 30cl d'eau tiède
- Du sel, du poivre moulu,
- Du basilic frais
- 5 brin de romarins
- 4 branches de thym frais

Préparation :

- Dans un saladier, mélanger la farine, la levure de boulanger déshydratée et une pincée de sel.
- Verser petit à petit l'eau tiède et mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
- Ajouter l'huile d'olive et pétrir à la main jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Bien soulever la pâte. Ajouter un peu de farine si nécessaire.
- Mettre la pâte dans un grand récipient fariné, couvrir et laisser lever 45 minutes dans un endroit chaud. La pâte doit doubler de volume.
- Préchauffer le four à 200°C (thermostat 6).
- Laver et découper les tomates cerises en 2.
- Sur une toile de cuisson ou dans le moule génoise, étaler la pâte à la main. Réaliser de petits trous avec les doigts. Veiller à ne pas trop écraser la pâte.
- Placer les morceaux de tomates dans les trous.
- Badigeonner la focaccia avec un peu d'huile d'olive, poivrer et saupoudrer de thym et romarin.
- Enfourner le tout pendant 20 à 25 minutes. Ajouter quelques feuilles de basilic frais avant de servir.



TATIN DE POIVRONS ET TOMATES

Ingrédients :

- 1 pâte brisée maison ou toute faite
- 2 beaux poivrons de couleurs différentes
- 2 belles tomates
- 200g oignons rouge
- 30g de beurre
- 80g de sucre (roux)
- 50g de vinaigre balsamique
- Sel

Préparation :

- Préchauffer le four à 180°C
- Mettre le moule tarte cannelé sur la plaque perforée.
- Bases: Confit d'oignons
- Hacher les oignons dans le tornado.
- Faire revenir les oignons rouges avec un peu d'huile d'olive.
- Ajouter du miel pour les faire caraméliser
- Assaisonner de sel/poivre pendant au moins 20 min
- Laver les poivrons et tomates
- Couper les poivrons et tomates en lamelle.
- Disposer les poivrons et tomates dans le moule.
- Recouvrir avec le confit d'oignon
- Dérouler la pâte et utiliser le plus grand emporte-pièce, et mettre sur le confit.
- Mettre à cuire à 180°C entre 15/ 20min



GAUFRES DE PATATES DOUCES

Ingrédients :

- 400 g de patate douce
- 2 œufs
- 80 g de farine
- 40 g de parmesan ou emmental râpé
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre
- Paprika ou cumin (option)
- Ciboulette ou persil

Préparation :

1. Préchauffer le four à 220°C. Disposer le tapis crispy sur une plaque perforée.
2. Éplucher et râper la patate douce.
3. Presser-la dans un torchon pour retirer un maximum d'eau.
4. Mélanger avec les œufs, la farine, le fromage et l'assaisonnement.
5. Déposer des petits tas sur le tapis Crispy en forme de gaufres.
6. Cuire à 220°C, pendant environ 20 à 25 minutes
7. Retournez à mi-cuisson si besoin pour plus de croustillant
8. Régalez-vous !



CAKES SALÉS

Ingrédients :

Sopa Paraguay (Pain de maïs)

- 1 oignon émincé (préalablement doré à la poêle) + 40 g de fromage en dés
- 75 g de farine de maïs + 3 g de levure chimique + 1 œuf + 12,5 cl de lait

BASE COMMUNE CAKES (Pour empreintes : 2, 3 et 4)

- Dans chaque moule, mélangez cette base avec sa garniture : 225 g de farine, 9 g de levure chimique, 3 œuf, 12 cl de lait, 4 cl d'huile d'olive, sel, poivre.

Garniture MOULE 2 (Sud-Ouest) : 30 g de chorizo en dés + $\frac{1}{4}$ de poivron rouge poêlé + 30 g de feta émiettée.

Garniture MOULE 3 (Italien) : 1 c. à soupe de pesto vert + 25 g de tomates séchées coupées + 25 g de mozzarella en dés.

MOULE 4 (Courgette) : $\frac{1}{2}$ courgette râpée (bien pressée dans un torchon pour retirer l'eau) + 40 g de chèvre frais + 3 feuilles de menthe ciselées.

MOULE 5 : Flan Ratatouille (Sans farine) : 150 g de ratatouille cuite et bien égouttée, 1 gros œuf + 10 cl de crème liquide + 20 g de parmesan râpé

Préparation :

- Préchauffez le four à 190 °C.
- Faites dorer l'oignon du moule 1.
- Râpez et essorez fermement la courgette du moule 4.
- Empreinte 1 : Dans un bol, battez l'œuf et le lait.
- Dans un autre, mélangez la farine de maïs, la levure, saler légèrement. Rassemblez les deux mélanges, ajoutez l'oignon doré et le fromage, puis versez.
- Empreintes 2, 3 et 4 : Préparez la base commune dans le pichet verseur. Dans 3 bols séparés, ajoutez les garnitures bol 1 Sud-Ouest, bol 2 Italien, bol 3 Courgette, mélangez avec la base pour obtenir des proportions égales, et versez dans leurs empreintes.
- Empreinte 5 : Fouettez l'œuf, la crème, le parmesan, le sel/poivre. Incorporez la ratatouille égoutée, mélangez et versez.
- Couvrir d'une toile de cuisson et enfournez pour 25 à 30 minutes.
- Laissez tiédir avant de démouler



POLENTA CHORIZO LÉGUMES

Ingrédients :

- 150g de pôlenta
- 300g de lait
- 80g de râpé
- 2 œufs
- 1 oignon
- 1 courgette
- 1/2 poivron
- 150g de chorizo
- sel
- poivre
- paprika

Préparation :

- Mixer tous les légumes pour avoir des petits morceaux
- Mélanger la polenta au lait et ajouter les œufs
- Mélanger les légumes au mélange précédent, puis assaisonner
- Sur une plaque perforée, poser le moule flower power et remplir les empreintes.
- Cuire 25 min à 200°C



CAKE SAUMON

Ingrédients :

- 200 g de saumon
- 100 g de lait
- 3 oeufs
- 150 g de farine
- 65 g d'huile de tournesol
- 1 sachet de levure
- 1 c à soupe d'aneth
-

Préparation :

- Dans un saladier, mélanger 3 oeufs, 150 g de farine et 1 sachet de levure.
- Ajouter 65 g d'huile de tournesol, 100 g de lait et 1 c à soupe d'aneth.
- Ajouter 200 g de saumon coupé en petits morceaux.
- Sur la plaque perforée, poser le moule mini cyclone.
- Remplir les emprunts du moule au $\frac{3}{4}$, poser une toile de cuisson et une plaque perforée (il sera possible de faire deux fournées).
- Cuire environ 15 min à 180°.



GAUFRES TOMATE / PAPRIKA

Ingrédients :

- 3 oeufs
 - 60 g de beurre fondu refroidi
 - 15 g de farine
 - 25 g de maïzena
 - ½ sachet de levure
 - 30 g de double concentré de tomates
 - 40 g d'eau
 - 1 c à c de paprika
- Idées de garniture :
- Saint moret
 - Tomates cerises
 - concombre
 - saumon
 - crevettes
 - radis
 - jambon cru
 - surimi

Préparation :

- Dans un saladier, mélanger 3 jaunes d'oeufs, 60 g de beurre fondu, 15 g de farine, 25 g de maïzena, ½ sachet de levure, 30 g de double concentré de tomates, 40 g d'eau et 1 c à c de paprika.
- Monter 3 blancs en neige.
- Avec une maryse, incorporer délicatement les blancs en neige à la préparation.
- Verser la préparation dans le moule gaufres.
- Cuire environ 15 min à 180°.
- Une fois refroidi, couper les gaufres dans le sens de la largeur.
- Mettre le saint moret dans une poche à douille.
- Garnir les gaufres et ajouter la garniture.



TARTINADE OEUFS DURS

Ingrédients :

- 3 oeufs
- Mayonnaise (à ajuster selon vos goûts)

Préparation :

- Dans le tornado, mettre les oeufs durs coupés en deux et la mayonnaise.
- Tirer 5/6 fois sur la ficelle.



CAKE SALÉ CHORIZO FÊTA TOMATES SÉCHÉES ORIGAN

Ingrédients :

- 250g farine
- 4 œufs
- 12,5 cl lait
- 10 cl huile olive
- 1 sachet levure chimique
- 150g chorizo doux ou fort, en dés
- 100g tomates séchées, égouttées + coupées
- 100g fêta, en cubes
- 100g parmesan râpé
- Origan séché : 1 à 2 c.à.c selon les goûts
- Sel, poivre

Préparation :

- Préchauffe ton four à 180°C chaleur tournante.
- Dans un cul de poule, fouette les œufs + lait + huile. Sale, poivre, ajoute l'origan.
- Ajoute Farine + levure tamisées. Mélange jusqu'à pâte lisse, sans grumeaux. La pâte doit être épaisse.
- Incorpore chorizo, tomates séchées, fêta. Mélange délicatement à la spatule pour pas casser la fêta.
- Verse dans le moule cubique. Parsème le parmesan râpé sur le fond → il va gratiner et faire une croûte dorée
- Enfourne 45 min à 180°C selon ton four. Le cake est cuit quand la lame du couteau ressort sèche.
- Astuce : Attends 10min avant de démouler. Il se tient mieux tiède et les parfums sont encore plus intenses. Tranche fine pour l'apéro, plus épaisse pour un pique-nique !
-



DONUTS LÉGUMES

Ingrédients :

- 400g de légumes d'été (ici courgette, poivron, tomate)
- 200g de Feta
- 2 œufs
- 150g de farine (blé ou mix sans gluten)
- 1 sachet de levure chimique
- 1 yaourt (vache ou brebis)
- 3 c à s d'huile d'olive
- Sel, poivre

Préparation :

- Peler et couper les légumes en petits dés.
- Cuire à la vapeur 10mn et réserver.
- Préchauffer le four à 180°.
- Casser les œufs et les battre en omelette.
- Incorporer la farine et la levure jusqu'à obtenir un mélange homogène.
- Ajouter le yaourt, l'huile, le sel et le poivre. Ajouter la feta couper en cube et les légumes réservés.
- Verser la préparation dans le pichet verseur et remplir chaque empreinte du moule à donuts fantastiques préalablement posé sur la grille perforée pour une cuisson plus homogène.
- Enfourner 35mn à 180°.



CRUMBLE DE LÉGUMES

Ingrédients :

- 2 courgettes
- 2 tomates
- 1 aubergine
- 75g beurre mou
- 50g parmesan
- 25g emmental râpé
- 75g de farine
- 3 cuillères à soupe chapelure
- 1 cuillère à soupe thym/herbes de Provence
- Sel et poivre

Préparation :

- Préchauffer le four à 200°C. Disposer le moule Carré sur une plaque perforée.
- Couper les légumes en petits morceaux et les disposer dans le moule Carré. Assaisonner les légumes avec du sel et du poivre.
- Préparer la pâte à crumble : dans un cul de poule, mélanger la farine avec la chapelure, le parmesan râpé, l'emmental, le beurre ramolli et le thym ou les herbes de Provence.
- Malaxer la préparation et émietter du bout des doigts. La disposer sur les légumes et enfourner pour 35/40 min.



CRUMBLE DE TOMATE ET QUINOA

Ingrédients :

- 4 tomates moyennes
- sel / poivre
- ail semoule
- 100g de quinoa cru
- 1 cas d'huile d'olive
- 100g de parmesan
- 1 barquette d'allumettes de bacon
- 1cac d'épices spécial légumes Guy Demarle

Préparation :

- Préchauffez le four à 150°
- Faites cuire le quinoa dans une casserole d'eau chaude et réservez le.
- Coupez grossièrement les tomates et les disposez dans le moule carré.
- Ajoutez le sel, le poivre, le thym et l'ail.
- Enfournerez les tomates pour 40mn à 150°
- Lorsque les tomates sont cuites, videz le jus, ajoutez le quinoa cuit, le bacon et soupoudrez avec le parmesan.
- Ajoutez du thym et les épices legumes et enfournez 10mn de plus.



ROSTIS DE POMMES DE TERRE

Ingrédients :

- 4 pommes de terre
- 3 cas d'huile d'olive
- du persil frais
- 1 oeuf
- emmental râpé et cheddar
- du thym
- sel et poivre

Préparation :

- Préchauffez le four à 190° et disposez le moule 6 grands ronds sur une plaque perforée.
- Rappez les pommes de terre, placez les ensuite dans un torchon propre et essorez les bien.
- Ajoutez ensuite l'huile d'olive, le persil, le sel et poivre et mélangez bien le tout.
- Ajoutez le thym, l'oeuf et les fromages rapés.
- Disposez ensuite 2 bonnes cas dans chaque empreinte en tassant bien avec le dos d'une cuillère.
- Enfournez pour 40mn à 190°



TERRINES DE SURIMI

Ingrédients :

- 400g de surimi
- 250g de St Môret
- 25cl de crème liquide entière
- 250g de petits pois
- 3 feuilles de gélatine
- le jus d'un citron
- 1 cas de moutarde
- sel / poivre / ciboulette

Préparation :

- Faites ramollir la gélatine dans l'eau froide
- Mixez le surimi avec le St Môret, la moutarde et le citron.
- Faites chauffer la crème, puis ajoutez la gélatine essorée
- Mélangez le tout, ajoutez les petits pois, le sel, le poivre et la ciboulette
- Remplir les empreintes du moule flower power
- Mettre au réfrigérateur une nuit.
- Démoulez le lendemain.



TIAN DE LÉGUMES

Ingrédients :

- 2 courgettes
- 2 tomates 🍅
- 1 aubergines graffiti
- 2 mozza
- de l'huile d'olive et des herbes de Provence

Préparation :

- Pour les courgettes et aubergine, coupe très finements les légumes à la mandoline et au couteau la mozza.
- Au montage, espacées les courgettes, l'aubergine, tomates et mozza et mettre de l'huile d'olive, sel et herbes de Provence et mettez au four 30 min à 180°C.



TAPENADE PROVENÇALE AU TORNADO

Ingrédients :

- 300g olives vertes dénoyautées
- 100g olives noires dénoyautées
- 25 g de câpres
- 1 c à s de thym
- 1 c à s d'huile d'olive
- 1 c à soupe de rhum
- 2 gousses d'ail
- sel et poivre

Préparation :

- Dans le maxi tornado:
- Mettre l'ail, le thym toutes les olives, les câpres.
- Mixer en quelques pressions
- Puis y ajouter: le rhum, poivre et l'huile d'Olive et sel si besoin.
- Attention à ne pas trop saler car les câpres sont déjà salées
- À tartiner sur du pain grillé.



TABOULÉ

Ingrédients :

- 300g de semoule
- 5 tomates
- 1/2 concombre.
- 1 citron
- huile d'olive
- vinaigre
- menthe au choix

Préparation :

- Dépose 300g de semoule dans le plat be save.
- A l'aide du tornado, hachez le poivron, les tomates, le 1/2 oignon et le 1/2 concombre
- Mettre le tout sur la semoule
- Pressez le citron et mettre le jus dans le plat.
- Ajoutez de l'huile d'olive et du vinaigre.
- Puis la menthe si vous le souhaitez.
- Mettre sous vide à l'aide du be save durant minimum 30 min.



CRACKERS

Ingrédients :

- 200 g de graines variées (tournesol, lin, sésame, courge) ou le mélange graines de Guy Demarle
- 250 g de farine (+ un peu pour le plan de travail)
- 2 c. à café de levure chimique (1 sachet)
- 100 g d'huile d'olive
- 120 g d'eau
- Fleur de sel (à ajuster selon vos envies)

Préparation :

- Dans un grand saladier, mélanger la farine, la levure, les graines et le sel.
- Ajouter l'huile d'olive puis l'eau progressivement.
- Mélanger à la cuillère puis à la main jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- Préchauffer le four à 180°C (Th. 6).
- Garnir les empreintes du moule 30 madeleines allongées
- Enfourner 20 min environ, jusqu'à ce que les crackers soient bien dorés.
- Laisser refroidir et déguster.



MOUSSE DE THON AU PAPRIKA

Ingrédients :

- 160g de fromage fouetté (type Madame Loik)
- 140g de thon au naturel
- 1cac de paprika fumé
- 1 pincée de poivre du moulin

Préparation :

- Mettre tous les ingrédients dans le Tornado et mixez jusqu'à obtenir la consistance souhaitée.
- Rectifiez l'assaisonnement si besoin.
- Etalez sur du pain ou des petits toasts.



MAURICETTE

Ingrédients :

- 115 g eau
- 115 g lait demi écrémé
- 1 sachet levure instantanée
- 500 g farine
- 10 g sucre en poudre
- 40 g beurre
- 1 jaune d'oeuf + 1 càs de crème fraîche liquide
- 40 g bicarbonate de soude
- 500 g eau
- 1 càc de sel
- graines de sésame ou gros sel (facultatif)



MAURICETTE

Préparation :

- Préparation de la pâte
- Dans un grand saladier, mélanger l'eau tiède (environ 37°C), le lait demi-écrémé tiède et la levure instantanée.
- Laisser reposer 2 à 3 minutes.
- Ajouter la farine, le sucre, le beurre ramolli et l'œuf.
- Pétrir à la main pendant 8 à 10 minutes (ou 5 minutes au robot pétrisseur) jusqu'à obtenir une pâte lisse et souple.
- Couvrir d'un torchon propre et laisser lever pendant 1 heure dans un endroit tiède.
- Façonnage
- Dégazer la pâte en appuyant dessus avec la paume de la main.
- Diviser la pâte en 12 portions égales.
- Façonner chaque portion en petit pain allongé.
- Déposer les pâtons sur une plaque recouverte du moule à pains allongés.
- Couvrir d'un torchon et laisser lever à nouveau pendant 1 heure.
- Préchauffer le four à 200°C (chaleur tournante).
- Bain de pochage
- Dans une grande casserole, porter à ébullition :
 - 500 g (50 cl) d'eau
 - 40 g de bicarbonate de soude
 - 1 cuillère à café de sel
- Plonger délicatement les pâtons 2 par 2 dans l'eau frémissante.
- Les laisser environ 20 à 30 secondes par face.
- Les retirer à l'aide d'une écumoire et les replacer sur la plaque de cuisson.
- Dorure et finition
- Mélanger :
 - 1 jaune d'œuf
 - 1 cuillère à soupe de crème fraîche liquide
- Badigeonner les Mauricettes avec un pinceau.
- Inciser le dessus avec une lame bien aiguisée.
- Parsemer de graines de sésame, de pavot, de gros sel ou d'autres graines selon vos goûts.
- Enfourner pendant 12 à 15 minutes à 200°C, jusqu'à ce que les Mauricettes soient bien dorées



PRÉFOU VENDÉEN

Ingrédients :

- La pâte
- 150 g d'eau
- 10 g de levure boulangère fraîche
- 250 g de farine T55
- 15 g de sucre
- 5 g de sel
- 20 g de beurre
- La garniture
- 4 gousses d'ail
- 100 g de beurre
- 1 bouquet de persil plat

Préparation :

- Dans un grand saladier, versez l'eau tiède. Émiettez la levure dedans et mélangez pour la dissoudre.
- Ajoutez la farine, le sucre et le sel. Mélangez puis pétrissez pendant environ 6 minutes jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- Incorporez le beurre mou coupé en morceaux et poursuivez le pétrissage pendant environ 5 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit souple et lisse.
- Placez la pâte dans un saladier légèrement fariné, couvrez d'un torchon et laissez lever pendant 2 heures à température ambiante.
- Dégazez la pâte sur un plan de travail fariné puis divisez-la en deux pâtons.
- Façonnez chaque pâton en petit bâtard puis allongez-le pour former deux baguettes d'environ 26 cm. Aplatissez-les légèrement.
- Déposez-les dans les empreintes du moule 3 Baguettes, couvrez d'un torchon et laissez lever encore 20 minutes.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Enfournez pour 15 minutes, puis laissez refroidir sur une grille.



PRÉFOU VENDÉEN

La garniture

- 4 gousses d'ail
- 100 g de beurre
- 1 bouquet de persil plat
- Hachez finement les gousses d'ail.
- Écrasez le beurre à la fourchette dans un bol jusqu'à obtenir une texture pommade.
- Ajoutez l'ail haché et le persil finement ciselé, puis mélangez soigneusement pour obtenir un beurre persillé homogène.

Montage:

- Coupez chaque pain en deux dans le sens de la longueur.
- Tartinez généreusement l'intérieur avec le beurre persillé.
- Refermez les pains puis tranchez les avant de servir.
- Pour une version encore plus gourmande, vous pouvez remettre les pains garnis quelques minutes au four afin que le beurre fonde et parfume davantage la mie.



GALETTES DE COURGETTES

Ingrédients :

- 500 g de courgettes Bio,
- 150 g oignons blancs hachés,
- 1 poignée de persil,
- 1 poignée de menthe, de thym ou de sarriette,
- 2 œufs battus,
- 60 g de farine,
- 2 c. à c. d'huile d'olive, sel, poivre.

Préparation :

- Préchauffez le four à 200°C,
- Lavez et râpez les courgettes.
- Mélangez tous les ingrédients dans un saladier
- A l'aide d'une cuillère à soupe, déposez la pâte sur le moule tapis crispy.
- Enfournez 20 à 25 min.



BÂTONNETS DE FROMAGE CROUSTILLANTS

Ingédients :

- 250 g de mimolette coupé en bâtonnets de 7 cm de long et 1 cm d'épaisseur
- 30 g de farine
- 2 oeufs
- Poivre
- 50 g de chapelure blonde
- Huile de pépin de raisin

Préparation :

- Enrober successivement les bâtonnets de mimolette, dans la farine, puis les oeufs battus et le poivre, et terminer par la chapelure.
- Pour plus de croustillant, paner une 2ème fois dans l'oeuf battu et la chapelure.
- Mettre 15 min au congélateur.
- Rouler rapidement les bâtonnets dans un fond d'huile de pépin de raisin.
- Déposer les bâtonnets sur la toile crispy.
- Cuire environ 5 min à 250°
- A déguster bien chaud.



POTATOES

Ingédients :

- 700 g de petite pommes de terre
- Un filet d'huile d'olive
- Epices potatoes Guy Demarle

Préparation :

- Laver les pommes de terre.
- Couper les pommes de terre en deux puis en 4 en diagonal pour avoir la forme des potatoes.
- Dans un saladier, mettre les pommes de terre, un filet d'huile d'olive et les épices potatoes.
- Mettre les potatoes sur la toile crispy.
- Cuire environ 35/40 min à 180°.



MINI BRUSCHETTAS TOMATE FROMAGE

Ingédients :

- 6 tranches de pain de mie
- 6 cuillères à soupe de sauce tomate
- 125g mozzarella Rapée
- mélange à pizza

Préparation :

- Préchauffer le four à 180 degrés et disposer la toile de cuisson sur la plaque perforée.
- Découper à l'emporte pièce des cœurs dans les tranches de pain de mie.
- Mettre de la sauce tomate sur chaque cœur.
- Parsemer de mozzarella râpée.
- Ajouter des épices à pizzas.
- Enfourner pour 12 minutes à 180 degrés.



INVISIBLES COURGETTES

Ingrédients :

- Pour 6 :
- 400 g de courgettes
- 2 oeufs
- 1 yaourt nature
- 70 g de farine
- 20 g de beurre fondu
- 1 sachet de levure
- 1 c à café de paprika

Préparation :

- Préchauffer le four à 170°
- Couper les courgettes en fines lamelles avec une mandoline.
- Dans un grand saladier, fouetter les 2 oeufs.
- Ajouter 20 g de beurre fondu, 1 yaourt, 70 g de farine, 1 sachet de levure et 1 c à café de paprika.
- Ajouter les courgettes et bien mélanger.
- Remplir les empreintes.
- Cuire environ 30 min.



FLEURS DE RATATOUILLE

Ingrédients :

- 500g de ratatouille
- 4 oeufs
- 30g de maïzena
- 40g de parmesan
- 1cs de Ketchup
- sel, poivre, feuilles de basilic

Préparation :

- Préchauffer le four à 180°C.
- Battre les oeufs et ajouter la maïzena.
- Ajouter le parmesan, la ratatouille, ketchup, sel/poivre et basilic ciselé.
- Verser dans les empreintes.
- Enfourner 25 min à 180°C.



PAIN DE MIE

Ingrédients :

- 1 sachet(s) de préparation pour pain Demarle
- 500 gramme(s) de farine
- 300g de Lait
- 30 gramme(s) de beurre
- 30 gramme(s) sucre

Préparation :

- Dans la cuve, disposer la farine, la préparation pour pâte à pains, le sucre et le lait tiédi. Commencer à pétrir en vitesse lente. Dès que les ingrédients sont bien mélangés, ajouter le beurre et pétrir 5 minutes.
- Laisser reposer la pâte dans son récipient, recouvert d'un linge propre ou d'une toile de cuisson, durant une vingtaine de minutes.
- Une fois la première pousse terminée, déposer la pâte sur votre plan de travail et la dégazer en la pétrissant pour enlever le gaz carbonique.
- Diviser la pâte en 4 ou 5. Faites des boudins et les mettre dans le moule 5 cakes.
- Laissez poser 30 min.
- Préchauffez le four à 200°.
- Vaporisez un peu d'eau froide sur les pains ou bien imbiber légèrement d'eau à l'aide d'un pinceau.
- Enfournez 25 minutes.
- Laissez tiédir avant de démouler et refroidir avant de découper des tranches.



RÔSTI DE POMME DE TERRE

Ingrédients :

- 2 oeufs
- 750g de pomme de terre
- 3 cuillère à soupe de farine
- 40g de beurre
- sel/poivre

Préparation :

- Râper les pommes de terre.
- Préchauffer votre four à 190 degrés.
- Mélanger tous les ingrédients dans un saladier.
- Déposer des cuillères de la préparation sur le tapis crispy et faites cuire 35 min à 180 degrés.



COURGETTES ET TOMATES FARCIES

Ingrédients :

- 3 courgettes rondes
- 5 tomates cœurs de bœuf
- 500g de farce de légumes

Préparation :

- Préchauffer le four à 170°C.
- Nettoyer vos légumes puis coupé le haut pour faire un chapeau
- Creuser les courgettes et tomates et le mettre dans un récipient.
- Mettre la farce au fond et l'intérieur des courgettes dans les tomates et l'intérieur des tomates dans les courgettes.
- Cuire 45 minutes



CLAFOUTIS LIMOUSIN

Ingédients :

- 1 kg de cerises noires
- 5 oeufs
- 150 à 200 g de sucre selon goût
- $\frac{1}{2}$ de litre de lait
- 40 g de beurre fondu + 20 g de beurre
- 100 g de farine tamisée
- une pincée de sel
- un sachet de sucre vanillé

Préparation :

- Préchauffer le four à 200°C.
- Equeuter et laver les cerises, puis les éponger dans un torchon. Les ranger au fond du moule choisi afin de le tapisser.
- Battre les oeufs en omelette, ajouter le sel et le sucre en fouettant. Verser ensuite la farine en pluie, cuillerée par cuillerée, en continuant de fouetter. Incorporer alors le beurre fondu et légèrement refroidi, puis le lait.
- Verser la pâte sur les cerises. Eparpiller sur le dessus le reste de beurre coupé en petits morceaux.
- Cuire 35 à 40 minutes (jusqu'à ce que le dessus soit doré), puis saupoudrer le clafoutis avec le sucre vanillé à la sortie du four. Servir tiède ou froid.

Vous pouvez enlever les noyaux pour les enfants.



TARTE TOMATES ITALIENNE

Ingrédients :

le fond de tarte:

- 2 œufs
- 75 g de lait
- 50 g de beurre fondu refroidi
- 100 g de farine
- ½ sachet de levure chimique
- 75 g de gruyère râpé
- Sel, poivre
- Épices Ensoleillées Guy Demarle (ou herbes de Provence)

Pour la garniture:

- Pesto rouge
- Pesto vert
- 1 tomate côtelée rouge
- 1 tomate côtelée jaune
- Mozzarella
- Basilic frais
- Un filet d'huile d'olive
- Sel & poivre

Préparation :

- Mélangez tous les ingrédients de la pâte jusqu'à obtenir une préparation homogène.
- Versez dans le Moule Rectangle Renversée Guy Demarle.
- Faites cuire 25 à 30 minutes à 180°C.
- Laissez refroidir puis démoulez.
- Étalez une moitié de pesto rouge et une moitié de pesto vert.
- Disposez les rondelles de tomates côtelées rouges et jaunes, ajoutez les morceaux de mozzarella et quelques feuilles de basilic.
- Terminez avec un filet d'huile d'olive, du sel et du poivre.



MOUSSE D'ASPERGES

Ingrédients :

- 15g d'ail
- 750g d'asperges verte fraîches ou surgelées
- 50g d'huile d'olives
- 350g de crème fraîche liquide
- 70g de Maïzena
- 250g d'œufs
- 100g de parmesan râpé

Préparation :

- Prendre votre Tornado et mettre votre ail jusqu'à 10 pulsions
- Prenez une casserole et mettre vos asperges dans l'eau bouillante cuire 6 min pour qu'elles reste croquantes
- Ensuite détaillez vos asperges en morceaux et cuire 3 min dans une poêle avec l'ail et l'huile d'olive
- Ajoutez les 250g de crème liquide et cuire pendant 2 minutes
- Puis mettre les 100g de crème qui reste et mixer le tout finement au robot, blender, ect...
- Une fois refroidis, incorporez la Maïzena, les œufs, le poivre et le parmesan, puis bien mélanger et répartir dans les empreintes
- Cuire pendant 20 minutes à 160°C
- Attendre 10 minutes avant de démouler



CAKE TOMATE FETA

Ingrédients :

- 100g d'huile d'olive
- 180g de farine T45.
- 3 oeufs.
- 100g de lait
- 200g de fêta.
- 100g de parmesan râpé
- 6 tomates cerises.
- 1 sachet de levure chimique
- sel, poivre.
- 1 c.a.c d'herbes de Provence

Préparation :

Préchauffez votre four à 180°C.

Fouettez les œufs et avec le parmesan.

Ajoutez les herbes de Provence, l'huile et le lait. Versez ensuite la farine et la levure, toujours en fouettant, puis assaisonnez.

Lavez et coupez les tomates en cubes, ainsi que la fêta.

Incorporez-les dans la pâte et mélangez à la spatule.

Mettre dans un moule à Cake votre préparation et enfournez pendant 45 minutes.



PAIN BURGER

Ingrédients :

- 500g de farine
- 10g de sel
- 30g de sucre
- 25g poudre de lait
- 20g de levure déshydratée
- 300g d'eau tiède
- 80g de beurre mou

Préparation :

- Dans le bol mettre la farine, le sel , la poudre de lait , le sucre et la levure
- Pétrir en versant l'eau petit à petit
- Incorporer le beurre et continuer de pétrir pendant environ 10 min
- Laisser lever durant 2h en couvrant
- Dégager et former des pâtons et les disposer dans le moule grand rond
- Laisser lever 40 minutes
- Badigeonner de jaune d'œuf/lait
- Cuire environ 20 minutes à 160°
- Couvrir d'un linge à la sortie du four pour garder tout le moelleux



TARTE FRAÎCHE

CONCOMBRE / THON

Ingrédients :

- 150 g de farine
- 75 g de beurre froid
- 50 g d'eau
- ½ c. à café de sel
- 50 g d'échalotes
- 4 brins de persil
- 150 g de thon au naturel
- 150 g de fromage frais
- 15 g de jus de citron
- Sel, poivre
- 1 concombre
- Ciboulette

Préparation :

- Mélanger farine, sel et beurre du bout des doigts jusqu'à obtenir une texture sableuse. Ajouter l'eau puis former une boule.
- Étaler la pâte dans un moule à tarte renversée puis cuire à blanc 20 à 25 min à 180°C avec poids puis 5 min sans. Laisser refroidir.
- Émincer les échalotes et le persil.
- Mélanger le thon émietté avec le fromage frais, le citron, les échalotes, le persil, le sel et le poivre.
- Étaler la préparation sur le fond de tarte refroidi.
- Ajouter le concombre coupé en fines rondelles puis parsemer de ciboulette.
- Réserver au frais avant dégustation



FLAN BROCOLIS POULET

Ingrédients :

- 25 g d'huile d'olive
- 100 g de carotte en morceaux
- 100 g d'oignon en quartiers
- 130 g de poulet pour salade
- 120 g de brocoli, détaillé en bouquets
- 1 pincée de sel
- 200 g de crème fraîche
- 4 œufs
- 1 - 2 pincées de poivre
- 50 g de fromage râpé

Pour la sauce curry:

- 100g de crème liquide
- 5g de curry en poudre

Préparation :

- Préchauffez le four à 170°C.
- Prenez votre tornado et mettez les carottes, oignons en morceaux et qu'ils soient bien émincés.
- Mettez dans une poêle et faites revenir avec les 25g d'huile d'olive ainsi que les bouquets de brocolis pendant 10 min.
- Rajouter à la fin en morceaux le poulet et le sel et mettez dans le fond de chaque empreinte.
- Dans un saladier, mélanger les œufs, la crème liquide ainsi que le poivre.
- Avant de mettre le mélange par dessus les légumes et le poulet ajouter le gruyère râpé et terminer par le mélange du saladier.
- Mettre au four pendant 30 min à 170°C et ajouter à la fin la sauce au curry.



TARTE FROIDE

CONCOMBRE TOMATE

Ingrédients :

- 1 pâte brisée
- 1 concombre
- 1 tomate
- 2 avocats
- 1 oignon rouge
- 2 conserves de thon
- 4 cS de fromage frais
- le zeste d'un citron
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet de ciboulette
- Huile d'olive, fleur de sel, poivre
- Graines de sésame noires et blanches

Préparation :

- Étaler la pâte dans le moule tarte couronne et la cuire entre 20 et 30 minutes, selon le four.
- Pendant ce temps, couper le concombre et les tomates en petits cubes, puis les réserver.
- Dans un saladier, mélanger l'oignon finement émincé au tornado, la ciboulette finement hachée, le zeste d'un citron, l'ail finement haché, le fromage frais, le thon et les avocats.
- Une fois la pâte refroidie, étaler la préparation thon-avocat sur le fond, puis recouvrir avec les cubes de concombre et de tomates.



PANNACOTTA À LA BETTERAVE

Ingrédients :

- 220g de betteraves cuites
- 240g de crème fraîche liquide entière
- 3 feuilles de gélatine

Préparation :

- Réhydrater la gélatine dans de l'eau froide.
- Mixer la betterave avec la crème fraîche. Faites chauffer la crème jusqu'à frémissement et ajouter les feuilles de gélatine.
- Verser à l'aide du pichet la préparation dans le moule.
- Laissez au moins 2-3h au frigo avant de démouler.



BLINIS MAISON

Ingrédients :

- 250g de skyr
- 1 oeuf
- 125g de farine
- 1/2 sachet de levure chimique
- 1 pincée de sel
- 1 cas d'huile de tournesol

Préparation :

- Mélangez tous les ingrédients ensemble.
- Couvrez et laissez la pâte reposer 1h au frigo.
- Préchauffez le four à 175°
- Placez le moule mini tartelettes sur la plaque perforée.
- Disposez, dans chaque empreinte, l'équivalent d'une cuillère à café en étalant avec le dos de la cuillère.
- Placez un petit bol d'eau dans le four et couvrez le moule avec une toile de cuisson.
- Enfournez pour 12mn à 175°
- Ajoutez ensuite la garniture de votre choix



COURONNE AU CAMEMBERT RÔTI

Ingédients :

- 2 sachets de levure de boulanger (ou 20g de levure fraiche)
- 300g de lait
- 500g de farine
- 1 cac de sel
- 30g de sucre
- 80g de beurre fondu
- 1 camembert
- huile d'olive
- thym
- graines de sésame

Préparation :

- Dans un bol, délayez la levure dans le lait tiède.
- Dans un saladier, mélangez la farine, le sel et le sucre. Ajoutez le beurre fondu et le mélange lait /levure.
- Pétrissez jusqu'à former une boule.
- Laissez pousser 1h dans le saladier recouvert d'un torchon.
- Sur la toile de cuisson, placez la boîte de camembert au milieu (en ayant enlevé le plastique).
- Faites des entailles dessus et versez un peu d'huile d'olive et de thym.
- Une fois la pâte poussée, formez des boules de 35g environs et disposez tout autour de la boîte.
- Recouvrez d'un torchon et laissez pousser 30mn.
- Préchauffez le four à 200°
- Badigeonnez les boules d'un oeuf battu + les graines de sésame.
- Enfournez 15mn à 200°



CLAFOUTIS DE COURGETTES ET FROMAGE

Ingrédients :

- 2 courgettes
- 1 oignon
- 15 g d'huile d'olive
- 75 g de lait demi-écrémé
- 75 g de crème fraîche liquide
- 2 œufs
- 40 g de farine
- 120 g de feta (ou chèvre)
- 1 pincée de sel & 2 pincées de poivre
- 12 feuilles de menthe fraîche (coriandre ou basilic)
- Gruyère râpé

Préparation :

- Préchauffez votre four à 180°C.
- Placer votre moule cubique directement sur la Plaque Aluminium Perforée.
- Laver et couper les courgettes en fines rondelles à l'aide de la mandoline, ainsi que l'oignon.
- Faites-les revenir à la poêle avec les 15 g d'huile d'olive pendant environ 10 à 12 minutes à feu moyen, jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
- Mettez-les à égoutter pour retirer l'excès d'eau.
- Placer votre Cul-de-poule sur son support.
- Casser les 2 œufs, ajouter les 40 g de farine et fouetter énergiquement pour éviter les grumeaux.
- Incorporer petit à petit la crème et le lait tout en continuant de mélanger.
- Émietter la feta directement dans le mélange.
- Ajouter le sel, le poivre et les 12 feuilles de menthe finement ciselées.
- Tapisser votre moule de gruyère râpé
- Répartir le mélange courgettes oignon égoutté au fond de votre moule.
- Verser délicatement l'appareil par-dessus.

Enfourner pour environ 30 min à 180°C, selon votre four.

