

Onigiri végétarien

Cette recette de snack japonais, l'onigiri, utilise une garniture maison végétarienne et du riz à sushi. Pratique pour un repas en bento, avec un reste de riz.

Cheese-cookie-cake myrtilles

[mpprecipe-recipe:8]

Mayonnaise à l'huile de noix et moutarde à l'ancienne

[mpprecipe-recipe:7]

Yaourt vanille au lait de soja bio

[mpprecipe-recipe:6]

Cheesecake Oreo sans cuisson

[mpprecipe-recipe:5]

Palets de sarrasin & purée de carottes

Mon âme de bretonne fait que j'adore le sarrasin, mais à part en galette, je n'ai pas vraiment l'habitude de le travailler. Du coup, j'ai acheté un paquet de sarrasin grillé « kasha ». Et maintenant, qu'est-ce que j'en fait ? J'aime assez faire des palets végétaux, du coup, pour tester ce nouveau venu dans la cuisine, j'ai fait des palets ^^'

[mpprecipe-recipe:4]

Jus de carottes et oranges

J'adore ma centrifugeuse, je ne prends malheureusement pas assez de temps pour explorer toutes les possibilités des jus. Voici un grand classique, mais bien efficace !

[mpprecipe-recipe:3]

pâte brisée vanillée

Faire un vrai fond de tarte, ça prend plus de temps que de dérouler une pâte toute faite. D'accord. Mais on est tellement loin du bon goût du beurre et en plus on ne peut pas l'aromatiser. Ici, je vous propose une version vanille d'une pâte sablée classique.

[mpprecipe-recipe:2]

Flan de courgettes et olives noires

Varier sa lunchbox est important, on évite l'ennui =) du coup, je vous propose quelque chose de facile à préparer, à mettre dans une lunchbox, à congeler pour en avoir d'avance.

[mpprecipe-recipe:1]

cookies 3 chocolats

- « Ils sont où les cookies ? »
- « Nan mais il y a TopChef ce soir, j'aurais pas le

temps... »

Finalement, j'ai eu le temps (au grand bonheur de mes collègues), et j'ai même fait des petits changements dans ma recette de base, qui sont assez concluants. Vu que je m'installe, je n'avais pas tout sous la main ^^'

Pour une 30aine de cookies : 2 œufs entiers bio - 300g de farine blanche bio – 150g de poudre d'amandes – 85g de beurre doux – 165g d'huile de coco Bio – 1 sachet de levure chimique – 300g de cassonade – 150g de pépites de 3 chocolats – 2CS d'extrait de vanille maison.

Dans un saladier mélangez la cassonade et les œufs. Bien remuer pour obtenir un mélange homogène. Ajoutez la vanille. Fouettez à nouveau.

Ajoutez le beurre/huile de coco fondu qui a refroidi un peu au mélange. Fouettez.

Ajoutez la farine/la poudre d'amande/la levure au fur et à mesure en mélangeant.

Versez ensuite les pépites de chocolat (attention, le mélange ne doit pas être trop chaud, sinon ça va fondre). Mélangez.

Faites préchauffez votre four à 180° (j'ai mis chaleur tournante+traditionnelle).

Sur une plaque de cuisson anti-adhésive (ou couverte de papier cuisson), apposez des boules de pâte à cookie de la taille d'une balle de ping pong (assez espacé, parce que ça gonfle). Répétez jusqu'à utilisation complète de la pâte.

Enfournez pendant 7min / 8min maximum. Même si après 7 min les cookies vous semblent peu cuits, c'est normal, ils s'assècheront en dehors du four. Ils seront moelleux à coeur. Laissez refroidir sur la plaque pendant quelques minutes, puis

laissez refroidir complètement sur une grille.

A conserver dans une boîte en métal si vous ne mangez pas tout dans la journée ☐

Le Versance – Paris

Hier nous célébrions nos 10 ans ensemble avec mon mari. Nous renouons avec notre tradition de faire un beau restaurant pour ce genre d'occasions. Ici, nous avons découvert **Le Versance**, rue Feydeau à Paris. Très bel endroit. L'équipe est au petit soin et les plats sont juste magnifiques. Les conseils du sommelier « aux petits oignons », surtout avec ce Crozes Hermitage « Les Galets » de 2013. Ce vin rouge puissant mais tout en fruits rouges était parfait pour accompagner le trio de betterave et le pigeon au thé. Quant aux langoustines rôties et le ris de veau étaient subtilement accompagnés d'un vin blanc Valrose Bordeaux de 2013 avec une note citronnée. Un vrai beau moment. Allez-y !







Mini Muffin Avoine Figue & pécan

Une recette simple pour le petit déjeuner. Du réconfort à chaque bouchée. Alors on n'hésite plus.

Ingrédients (12 mini muffins) : 80g de flocon d'avoine – 17G de lait concentré non sucré demi-écrémé – 1 oeuf bio – 50g de sucre – 50g de beurre doux – 4g d'extrait de vanille liquide – 110g de farine de blé bio – 2g de levure chimique – 2g de cannelle – 4 figes moelleuses – 2g de sel – 12 noix de pécan.

Faites préchauffer votre four à 190°C.

Dans une jatte, faites votre mélange sec :

Mélangez la farine et la cannelle, le tout tamisé.

Ajoutez la levure et le sel. Réservez.

Dans une autre jatte, faites votre mélange liquide :

Faites gonfler l'avoine avec le lait concentré.

A côté, fouettez l'oeuf avec le sucre. Ajoutez ensuite la vanille.

Faites fondre votre beurre et laissez tiédir.

Tout mélanger avec l'avoine gonflé.

Coupez vos figes en petits dés.

Faites un puis dans votre mélange sec. Versez le mélange

humide. Et fouettez.

A mi-parcours, ajoutez les figues.

Répartissez des caissettes en papier dans votre plaque à muffins (12 alvéoles), et versez au 3/4 de la pâte à muffin. Ajoutez une noix de pécan sur chaque muffin.

Enfournez pendant 17min.

Sortez votre plaque, et laissez refroidir vos muffins sur une grille.

Mini Muffins Choci-pralin

Le chocolat, c'est la réponse à tout. C'est bien connu ! Je vous propose dans ce post de faire des muffins au chocolat, avec pépites de chocolat et rehaussés de pralin. Alors sortez votre farine et votre chocolat et c'est parti !

Ingédients (23 mini muffins) : 180g farine de blé bio – 40g de cacao non sucré – 4g de levure chimique – 160g de sucre – 4 oeufs bio – 180g de beurre doux – 150g de lait demi-écrémé – 1/2 sachet de pralin – 100g de chocolat noir.

Faites préchauffer votre four à 190°C.

Dans une jatte, faites votre mélange sec :

Mélangez la farine et la cacao, le tout tamisé.

Ajoutez la levure. Réservez.

Dans une autre jatte, faites votre mélange liquide :

Cassez les oeufs, et ajoutez le sucre. Fouettez.

Pendant ce temps faite fondre votre beurre et laissez tiédir.

Mélangez ensemble les oeufs/sucre, le lait et le beurre fondu.

Hachez votre chocolat.

Faites un puis dans votre mélange sec. Versez le mélange humide. Et fouettez.

A mi-parcours, ajoutez le chocolat haché et le pralin.

Graissez votre plaque à muffins (12 alvéoles), et versez au 3/4 de la pâte à muffin.

Enfournez pendant 17min.

Sortez votre plaque, passez une lame tout autour des muffins.

Laissez refroidir 10min et sortez les muffins.

Cheesecake aux poires pochées

Je devais faire un gâteau d'anniversaire dernièrement. J'avoue je n'étais pas très inspirée... J'ai cherché beaucoup d'idées sur le net ou dans mes livres sans vraiment être convaincue... Et soudain, l'idée =) J'ai jamais rien mis dans mes cheesecake (oui parce que j'avais envie de faire un cheesecake, mais pas

ceux que j'avais déjà fait...). Du coup, j'ai tenté d'y mettre des poires pochées. C'est pas mal ☐

Ingédients : 200 g de shortbread – 50 g de beurre mou – 1CS de pâte de noisettes – 300 g de St Moret à 9% (température ambiante) – 100 g de crème fraîche épaisse 15% – 200 g de sucre – 3 œufs entiers – 3 jaunes d'œuf – 250 g de crème fraîche liquide 15% – 1cc de vanille en poudre – 50g de chocolat blanc – 4 poires williams – 1 citron bio – 1 bouteille de vin blanc liquoreux – 100g de sucre – 1 gousse de vanille – 1 bâton de cannelle.

la base biscuitée :

Mettez le shortbread, le beurre, la pâte de noisette dans un robot à hélice et hachez le tout grossièrement, vous pouvez hacher jusqu'à obtenir de la pâte très sableuse.

Tapissez le fond d'un moule à manqué à charnière de la pâte biscuitée, appuyez bien avec vos mains (ou un ramequin) afin de former un fond "solide" plat.

Réserver au frigo.

Les poires pochées :

Dans une casserole, versez le vin (toute la bouteille). Coupez le citron en rondelles et placez dans le vin.

Ajoutez la gousse de vanille, coupée et grattée et les 100g de sucre. Le bâton de cannelle cassé en 2. Amenez à ébullition puis baissez le feu pour que le sirop frémissse.

Coupez la base de chaque poire et épluchez-les. Placez dans le sirop et laissez pocher pendant 20min.

La crème :

Préchauffer le four à 160° (th5).

A l'aide d'un batteur électrique , battez le fromage frais afin de le rendre crémeux et lisse. Ajoutez la crème fraîche

épaisse, fouettez.

Ajoutez le sucre et la vanille en poudre, fouettez. Ajoutez les œufs un par un tout en fouettant, ainsi que les jaunes d'œuf. Le chocolat blanc fondu avec la crème liquide au bain-marie.

Une fois votre pâte bien lisse, Réservez.

Posez les poires sur la base de biscuit. Déposez la crème sur votre fond de pâte en évitant d'en mettre sur les poires.

Enfournez pour 50 minutes (surveillez le gâteau dès 40 minutes). Il ne doit pas dorer, il faut qu'il ne soit plus "liquide" au milieu.

Laissez refroidir à température ambiante. Une fois qu'il est totalement refroidi, réservez le toute une nuit au frigo couvert.