

ASSIETTES ET COMPAGNIE FÊTE SES 18 PRINTEMPS

LES RECETTES DU BONHEUR



WWW.ASSIETTESETCOMPAGNIE.COM

SOMMAIRE

- 1** Le rouleau de printemps
- 2** Le ceviche
- 3** Le pain bagnat basque
- 4** Les carottes râpées :)
- 5** Le dahl
- 6** La papillote de gambas
- 7** Le poke bowl
- 8** Les noix de Saint Jacques
- 9** Le poulet au curry
- 10** Le poulet ciboulette
- 11** Le plat péruvien
- 12** Les saltimboccas
- 13** Les cookies
- 14** Les financiers
- 15** Le fondant chocolat
- 16** Le granola
- 17** La pavlova
- 18** La tarte noire





LE ROULEAU DE PRINTEMPS

Ingrédients :

feuilles de riz
vermicelles de riz
grosses crevettes ou gambas
germes de soja frais
carotte
concombre
feuilles de laitue
bouquet de coriandre
brins de ciboulette ou menthe

Comment faire :

Les vermicelles de riz cuisent en 4 minutes environ dans de l'eau bouillante, pensez à les rincer à l'eau fraîche . Les germes de soja cuisent aussi une minute pour les ramollir un peu (je prends aussi parfois des graines germées c'est top)

Décortiquez aussi les gambas ou grosses crevettes et coupez les dans la longueur
Préparez les carottes râpées, le concombre en bâtonnets et les herbes fraîches
Humidifiez un torchon propre qui servira à poser les galettes de riz
Trempez une galette de riz dans l'eau pendant 20 secondes et posez la sur votre torchon : ensuite déposez vos ingrédients et roulez votre rouleau de printemps
Un truc à savoir c'est que les rouleaux de printemps ne doivent pas se toucher les uns aux autres, donc j'ai pris l'habitude de les envelopper dans du film transparent.

Les rouleaux se mangent dans la journée pour rester bien tendres, pensez à les tremper dans une sauce pour nems ou une sauce thaï à base de cacahuètes.



LE CEVICHE

Ingrédients :

- 250 g de saumon
- 150 g de crevettes
- 1 mangue
- 1 ou 2 avocats
- 2 citrons vert
- 1 grenade
- 1 bouquet de coriandre ou ciboulette
- 2 c à s de graines de sésame
- 1 oignon rouge
- huile d'olive et de sésame
- sauce soja
- 1/2 piment oiseau

Comment faire :

Ce qui me plaît dans cette recette, c'est l'alchimie des saveurs qui s'en dégagent, et aussi la possibilité de déclinaisons multiples en fonction des saisons, de vos envies et des goûts de vos convives.... Cette recette a un air de fête

Commencez par le saumon, qui va cuire "à froid" : coupez le en dés puis ciselez l'oignon rouge et la coriandre, que vous déposez sur le saumon.

Pressez un citron vert et déposez le jus sur le saumon avec une cuillère à café d'huile de sésame, puis au frais pendant environ 30 minutes : le saumon va "cuire" à froid...

Préparez les autres ingrédients : coupez vos crevettes cuites et décortiquées, coupez la mangue en tous petits dés, égrainez la grenade, coupez en fines tranches les avocats

Pour la sauce d'assaisonnement : un demi piment coupé en toutes fines lamelles, 2 cuillères à soupe de sauce soja, le jus de l'autre citron vert, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel et poivre : n'hésitez pas à goûter pour agrémenter en fonction de vos papilles !

Pour le montage : déposez du saumon mariné, des crevettes, la mangue et la grenade dans un saladier, rajoutez l'oignon et la coriandre et des graines de sésame. Régalez-vous !



LE PAIN BAGNAT BASQUE

Ingrédients :

pain en forme de croix basque (je vous donne mon secret)
piperade maison
piment doux d'Anglet
ventrèche
fromage de brebis
piment d'Espelette

Comment faire :

Le pain «croix basque» est une énorme blague car je suis allée faire les yeux doux à mon boulanger bio du quartier : j'ai parlé de mon idée de pain bagnat et puis tout a dérapé, car le boulanger était en train de placer des baguettes devant son four et il a pris un scalpel et a coupé une de ses baguettes pour la transformer en croix basque... comme cela en quelques secondes !

Les artisans sont géniaux, on ne le dit jamais assez.... Boulangerie Fernandez à l'avenue de la gare à Biarritz.

La piperade maison se prépare à l'avance et je vous donne ma recette fétiche sur le Blog d'Assiettes & Compagnie.

Pour les piments doux : coupez les dans la longueur et grattez l'intérieur, rincez et mettez les piments à fondre sur une poêle huilée... en douceur c'est mieux
Oui je sais ça fait deux fois des piments doux dans la recette, mais franchement comme c'est un légume, je le répète, le piment ne pique pas !!!

Faites cuire rapidement la ventrèche et coupez très finement le fromage

Pour le montage, ouvrez le pain puis déposez sur le fond la piperade généreusement, puis rajoutez les piments, la ventrèche et le fromage

Ce sandwich se déchire à quatre mains, chacun sa part !



LES CAROTTES RAPEES :)

Ingrédients :

des carottes fanes
fleurs d'ail des ours
huile d'olive
huile de sésame
graines de sésame
sauce soja
piment d'Espelette
poivre du moulin

Comment faire :

Il fallait oser je sais mais ces carottes rapées sont épatantes !

Ramassez de l'ail des ours, entre mars et juin, c'est facile à trouver... Ou achetez en chez le primeur.

Epluchez vos carottes et râpez-les.

Préparez votre vinaigrette en mélangeant de l'huile d'olive, du vinaigre de cidre, une lichette d'huile de sésame (c'est fort), et une larme de sauce soja.

Salez et poivrez selon votre convenance, et terminez avec une pincée de piment d'Espelette.



LE DAHL

Ingrédients :

250 g de lentilles corail
6 tomates cerises (les dernières du potager)
15 cl de lait de coco
2 carottes râpées
3 échalotes
2 gousses d'ail
2 c à c de poudre de curry
1 c à c de poudre de gingembre
1 pincée de graines de cumin
1 bouquet de coriandre fraîche
huile d'olive

Comment faire :

Commencez par faire rissoler vos échalotes (ou oignons) dans une cocotte huilée, rajoutez l'ail haché et les tomates cerises (coupées en deux) et les carottes râpées. On passe alors aux épices que l'on dépose dans la cocotte en mélangeant avec les ingrédients, on garde juste la coriandre fraîche pour la fin de cuisson

Une fois les épices bien mélangées, rajoutez les lentilles corail, et couvrez d'eau rapidement pour ne pas faire accrocher les lentilles.
Versez le lait de coco dans la préparation

Laissez mijoter à feu doux pendant 10 à 15 minutes, rajoutez la coriandre fraîche ciselée

Vérifiez l'assaisonnement et régalez vous !
ce plat se déguste facilement avec un bon riz



LA PAPILOTE DE GAMBAS

Ingrédients :

des gambas (3 à 4 par personne)
1 citron caviar
huile d'olive
huile de sésame
graines de sésame
feuilles de brick
sauce soja
piment d'Espelette
poivre du moulin
herbes fraîches : menthe et basilic

Comment faire :

C'est une recette facile, qui se prépare en deux temps, et qui peut juste être cuite au dernier moment. Le citron caviar est un agrume venu d'Australie, mais qui pousse aussi au Pays Basque !

Commencez par cuire et décortiquez vos gambas. puis préparez votre marinade : coupez un petit bout du citron caviar, et pressez le afin de sortir les premières perles. Dans une coupelle, déposez les perles et écrasez les avec un filet d'huile d'olive et une lichette d'huile de sésame (juste une cuillère à café), et aussi une cuillère à soupe de sauce soja : salez et poivrez, rajoutez des herbes fraîches comme le basilic et la menthe dans cette version, puis déposez vos gambas, Remuez bien et laissez mariner une bonne heure au frigo.

Au bout d'une heure, prenez la moitié d'une feuille de brick et fabriquez une petite papillote : pour qu'elle soit bien régulière, je triche avec de la cordelette de cuisine et je fais un petit paquet cadeau.

Pour la cuisson des papillotes, optez pour une poêle ou un four à chaleur tournante (10 minutes à 180 °C) et rajoutez des graines de citron caviar sur le dessus : c'est le petit détail qui frétille les papilles !



LE POKE BOWL

Ingrédients :

riz à sushi
2 c à s de mirin (saké doux)
2 c à s de sucre
avocat
saumon frais
concombre
coriandre & ciboulette
graines de sésame
graines germées

Comment faire :

Commencez par cuire le riz à sushi dans le rice cooker (surtout pensez à le laver à grande eau avant)... puis préparez l'assaisonnement du riz en mélangeant le mirin, le sucre et le sel... versez la préparation sur le riz cuit et mélangez.

Coupez votre saumon en version sashimi, des tranches suffisamment épaisses
Coupez des tranches d'avocat, de concombre
Ciselez vos herbes fraîches : coriandre et ciboulette
Pour le montage, prenez un beau bol et déposez le riz vinaigré au fond, puis ajoutez l'avocat, le concombre, le saumon... en prenant soin de faire une jolie présentation. Terminez par les graines germées, les herbes fraîches et le sésame.



LES NOIX DE ST JACQUES

Ingrédients :

noix de Saint Jacques
un peu de whisky
huile d'olive
piment d'espelette
ciboulette
crème liquide

Comment faire :

Faites chauffer votre poêle avec un peu d'huile d'olive et une noix de beurre
Déposez vos noix de Saint Jacques et cuisez les à feu vif pendant quelques minutes ; l'option lichette de whisky c'est maintenant (pour les gourmands)

Pour la sauce minute, versez de la crème liquide entière dans les sucs de cuisson, et terminez par de la ciboulette ciselée ;

Présentez sur assiette votre série de noix avec la sauce magique sur le dessus
Vous pouvez accompagner avec du riz et une pointe de piment d'Espelette.



LE POULET AU CURRY

Ingrédients :

blancs de poulet
raisins gold
poudre de curry
amandes effilées
lait de coco
curcuma en poudre
coriandre fraîche
huile d'olive
oignon

Comment faire :

Prenez une bonne poêle, une lichette d'huile d'olive et mettez votre oignon à fondre doucement ;

Rajoutez vos blancs de poulet coupés en dés et toutes vos épices... Remuez régulièrement, puis rajoutez les raisins secs gold et le lait de coco...

Laissez mijoter tranquillement pendant 15 minutes

Cette recette est rapide car tout est coupé en petits morceaux : hyper pratique pour les enfants en bas âge, hyper bon et hyper apprécié par la famille au grand complet...

Parfait avec de la semoule au curcuma



LE POULET CIBOULETTE

Ingrédients :

un beau poulet coupé en morceaux
2 oignons & 2 échalotes
1 beau bouquet de ciboulette fraîche
coriandre
beurre 1/2 sel
crème fraîche
farine
bouillon de volaille
champignons de Paris

Comment faire :

Le premier truc est que le poulet doit être coupé en morceaux
On fait rissoler tous les morceaux dans une cocotte avec de l'huile d'olive pendant quelques minutes, pour que les pièces prennent de jolies couleurs.
On met de côté le poulet, pour la cuisson des échalotes, des oignons et des champignons coupés en deux dans a cocotte,

On cuit quelques minutes et on couvre d'eau bouillante.
On rajoute un bouillon cube de volaille (moi j'ai fait un bouillon maison en parallèle). On remet les morceaux de poulet et on couvre pour une heure à feu doux

Et enfin le secret de la sauce : dans une casserole, mettez un bon morceau de beurre à fondre, et rajoutez de la farine pour faire un roux, en remuant constamment avec une spatule ; puis rajoutez petit à petit du jus de cuisson du poulet... J'ai quasiment mis tout le jus de cuisson, c'est mon conseil !
Terminez la sauce avec un petit pot de crème fraîche et la ciboulette ciselée... quand la sauce est prête, rajoutez dans votre cocotte et c'est prêt !



LE PLAT PERUVIEN

Ingrédients :

filet mignon de veau
tomates
piment doux
oignon & ail
frites
épices ximitxurri (Arostéguy Biarritz)
sel et poivre du moulin
Piment d'Espelette

Comment faire :

Pour la sauce avec les tomates, j'ai fait ma fausse flemmarde en ouvrant une de mes conserves de piperade "maison"... oui l'été dernier, j'ai passé des heures à préparer mes propres piperades... il faut juste faire une bonne compotée de tomates avec ail, oignon et piment doux, sans oublier les épices ximitxurri.

Coupez votre viande en morceaux assez fins, façon frites : laissez mariner pendant une bonne heure avec de l'huile d'olive, de l'ail pressé et des épices ximitxurri
Mettez vos vraies frites à cuire

La viande est cuite au dernier moment, à feu vif.
Pour servir, mélangez tout (la viande, la sauce aux tomates et les frites),
et oui c'est le secret péruvien !
Bon ce n'est pas archi présentable alors je mets les frites sur le côté...
car elles ramollissent si on attend trop longtemps...
Ce plat est succulent !



LES SALTIMBOCCAS

Ingrédients :

escalopes de veau archi fines (2 par personne)
fines tranches de jambon de Bayonne
mozzarella
bouquet de basilic
Whisky
huile d'olive
crème liquide
sel Force basque
piment d'Espelette

Comment faire :

Prenez vos escalopes de veau, vraiment le secret est dans une découpe archi fine, donc il faut insister auprès de votre boucher préféré. Prenez une grande poêle et cuisez vos escalopes au fur et à mesure avec de l'huile d'olive : cuisson rapide sur feu vif et terminez en flambant vos escalopes avec un peu de Whisky. Quand tout est cuit, il faut passer au montage, surtout gardez votre poêle de côté pour faire le jus à la fin !

Prenez une escalope et coupez-la de façon à faire comme un long triangle (forme d'un croissant déplié), puis déposez dessus un morceau de jambon, et une tranche de mozzarella et une belle feuille de basilic : puis roulez les quatre couches et bloquez avec des piques en bois... Et faites ainsi de suite avec toutes les escalopes. Il reste toujours un fond de jus, alors gardez-le au fond de la poêle, faites chauffer et versez de la crème liquide... soyez généreux car le jus est diaboliquement bon !

Présentez vos rouleaux de saltimboccas sur un joli plat qui va au four et rajoutez le jus... le tout dans un four chaud à 180 °C pendant environ 10 à 15 minutes : il faut que la mozzarella fonde dans les saltimboccas...



LES COOKIES

Ingrédients :

300 g chocolat noir
4 c à s de chocolat amer en poudre
300 g de farine
240 g de sucre cassonade
1 oeuf
180 g de beurre 1/2 sel mou
6 g de levure chimique

Comment faire :

On commence par fouetter l'oeuf avec le sucre pour rendre le mélange un peu mousseux (ça fera des cookies moelleux)

On mélange la levure dans la farine et on rajoute à la préparation

On coupe le beurre mou en dés et on mélange encore

Enfin on coupe le chocolat avec un bon couteau, et on termine ainsi notre préparation avec aussi le chocolat en poudre.

Autre astuce, on place la préparation au moins une heure au frigo, ça aidera à faire de jolies boules

Mettez le four à chauffer à 170 °C

Posez vos petites boules sur du papier sulfurisé sur une plaque de four, en laissant de l'espace car les cookies s'étalent en cuisant

Cuisson 10 minutes et pas plus , c'est le dernier secret du "moelleux dedans et croustillant dehors"



LES FINANCIERS

Ingrédients :

4 blancs d'œufs
100 g de farine
100 g de beurre
125 g de sucre très fin
75 g d'amandes en poudre
1 belle poignée de myrtilles
sucre vanillé

Comment faire :

Faites chauffer votre four à 200 °C

Montez les blancs en neige et rajoutez le sucre très vite pour faire une préparation de meringue... les blancs doivent être assez fermes ;

Ensuite rajoutez le beurre fondu, la farine et le sucre vanillé ;

Terminez par l'amande en poudre et les myrtilles de Cambo

Versez votre préparation dans des tasses en porcelaine

Cuisez environ 20 minutes

Tellement bons, ces financiers se mangent tièdes :)



LE FONDANT CHOCOLAT

Ingrédients :

200 g de chocolat
4 oeufs
100 g de sucre
60 g de farine
200 g de beurre demi sel

Comment faire :

Commencez par chauffer votre four à 200 °C.

Mélangez vos oeufs avec le sucre, au robot, pendant un bon moment (il faut que cela blanchisse).

Rajoutez ensuite la farine, délicatement, histoire de ne pas repeindre votre cuisine !
Faites fondre le chocolat et le beurre ensemble, soit au bain marie (pour les puristes) soit au micro ondes (pour les flemmardes comme moi !).

Mélangez le tout, les couleurs se mélangent, les odeurs se répandent,
le programme se prépare !

Versez votre préparation dans de petits ramequins et des coupelles, et mettez de côté...

Mettez au four 10 à 12 minutes et dégustez aussitôt !



LE GRANOLA

Ingrédients :

300 g flocons d'avoine
200/300 g noisettes, cacahuètes, noix de pécan, amandes
graines de sésame ou de tournesol
3 c à s d'huile de coco
100 ml de miel moelleux ou liquide
option : chocolat ou baies

Comment faire :

Cette recette est adictive, je préviens ! Pour accompagner les yaourts c'est génial.

Concasser les noisettes et autres graines
Mélangez tous les ingrédients (si besoin faites chauffer l'huile de coco)
Déposez votre mélange sur une plaque de cuisson avec du papier sulfurisé. : étalez bien votre préparation.

Cuisez dans votre four préchauffé à 160 °C et tournez la préparation toutes les 10 minutes. Normalement c'est prêt en 30 minutes.
Je vous conseille de mettre les baies pour les 10 dernières minutes
Si vous optez pour la version chocolat, rajoutez les pepites quand tout est cuit

Cette recette se garde dans des bocaux pendant plusieurs semaines



LA PAVLOVA

Ingrédients :

6 blancs d'œufs
340 g de sucre
1 et 1/2 c à c de vinaigre blanc
1 et 1/2 c à s de maïzena
20 cl de crème liquide entière
50 g de sucre glace
des fraises, du fruit de la passion et vos fruits préférés

Comment faire :

Préparez vos blancs en neige et montez les au fouet ou au robot... rajoutez le sucre petit à petit, puis mettez le vinaigre blanc et la maïzena et continuez à mélanger pour avoir une préparation ferme et brillante.

N'ayez pas d'inquiétude sur le vinaigre blanc, c'est vraiment LE secret de la meringue onctueuse des pavlovas.

Faites chauffer votre four à 130 °C et déposez des tas de meringues le plus haut possible : cuisez pendant 1h15. Sachez que le résultat est fondant à l'intérieur....

Préparez votre chantilly en fouettant la crème liquide bien froide et terminez avec le sucre (j'aime bien avec le sucre glace mais ce n'est pas une obligation)

Préparez vos fruits : l'indispensable c'est le fruit de la passion, car son acidité rééquilibre parfaitement les goûts... pour cette version printanière j'ai opté pour une farandole de fraises... Mangez aussitôt :)



LA TARTE NOIRE

Ingrédients :

145 g de beurre mou
75 g de sucre glace
25 g d'amandes en poudre
1 pincée de sel
1/4 de gousse de vanille
1 oeuf
250 g de farine
plein de myrtilles, cassis, mures
quelques framboises blanches

Comment faire :

Avec le mixeur, mettez le beurre mou à vitesse minimum pour obtenir un mélange crémeux ; ajoutez le sucre, la poudre d'amandes, le sel, les grains de vanille et l'oeuf préalablement battu ; toujours à vitesse minimum, vérifiez que tout se mélange bien ; enfin rajoutez la farine, par étape (pour ne pas repeindre votre cuisine), cela fait une pâte molle et moelleuse.

Prenez la pâte et faites une boule, et laissez au moins 4 heures au frigidaire dans du film alimentaire. Faites chauffer votre four à 180 °C
Ensuite, farinez votre plan de travail et votre rouleau et abaissez votre pâte. Cuisez votre pâte à blanc pendant 18 à 20 minutes.

A la sortie du four, rajoutez tous les fruits et saupoudrez d'un peu de sucres selon vos goûts... Puis enfournez de nouveau pour 30 minutes...
Cette tarte noire se mange chaude ou froide, selon votre impatience !

MERCI !

18 ans

que vous accompagnez les créations
de porcelaines et autres bricoles
d'Assiettes & Compagnie
Elles se sont installées sur vos tables
et dans vos idées cadeaux

Merci

L'aventure à vos côtés est un vrai plaisir
alors encore MERCI

VENEZ NOUS VOIR !

La boutique de La Bastide Clairence est ouverte toute l'année
sur rendez-vous

115 rue Saint Jean - 64240 La Bastide Clairence

Le stock de Biarritz est aussi ouvert sur Rendez-vous
4 avenue de la gare - 64200 Biarritz

Appelez moi : 06 13 17 19 35

WWW.ASSIETTESETCOMPAGNIE.COM