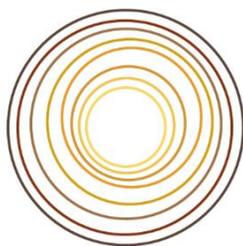


bouffe & co

nos recettes coup de coeur



victoriaville & co



TARTARE DE SAUMON À LA POMME VERTE



Ingrédients :

- 240g de Saumon fumé
- 1 pomme Granny Smith
- 1 branche de céleri
- 1 bouquet de coriandre
- 0.5 lime
- 1 pain ciabatta
- 40g de roquette

Préparation :

1. Préchauffer le four à 400F.
2. Couper en très petit cubes la pomme, le céleri et le saumon fumé.
3. Hacher la coriandre. Zester la lime
4. Trancher finement le ciabatta en croûtons. Déposer sur une plaque de cuisson. Cuire au four 6 – 8 minutes;
5. Mélanger le saumon fumé avec la pomme, le céleri, la coriandre, le zeste de lime, le jus d'une demi-lime, plus au goût, un filet d'huile sel et poivre.
6. Mélanger la roquette avec un filet d'huile, sel et poivre.
7. Servir avec la roquette et les croutons.

Bon appétit!

Source : Cook It

Fournie par Michelle Bouffard

BOUCHÉES À LA MOUSSE DE FOIE, AUX MÎRES & AUX BALSAMIQUE



Ingrédients :

- 125 gr de mousse de foie de volaille ou de canard, du commerce
- 24 petites croustades de type Siljans (ou coupole de tortillas)
- 1/4 tasse (60ml) de micro pousses de roquette (ou de roquette hachée)
- 12 mûres, coupées en 2

• Pour la réduction balsamique :

- 1/4 tasse (60ml) de vinaigre balsamique
- 2 c. à soupe de sucre

Préparation :

1. Dans une petite casserole, combiner les ingrédients (pour la réduction balsamique).
2. Porter à ébullition et cuire pendant 5 min. afin de réduire le liquide des trois quarts.
3. Verser dans un petit plat, puis laisser tiédir température ambiante.
4. Avec une fourchette, travailler légèrement la mousse de foie afin qu'elle soit malléable.
5. Garnir chacune des croustades avec 1 c. à thé de mousse de foie.
6. Garnir avec la roquette, une demi-mûre et un trait de réduction balsamique, puis servir.

Source : Trois fois par jour

Fournie par Maryse Arcand

BOUCHÉES À L'OIGNON DE MAMAN



Ingrédients :

- 1 pain baguette tranché en rondelle
- 1 tasse (250ml) de fromage cheddar fort râpé
- 3/4 tasse (180ml) d'oignons hachés finement
- 1/2 tasse (125ml) de mayonnaise
- Poivre

Préparation :

1. Mélanger tous les ingrédients (sauf le pain)
2. Mettre le mélange sur le pain
3. Hop! Au four à 400F pendant 8 min. ou jusqu'à ce que ce soit doré

Fournie par Aurélie Brisebois

ENTRÉE AU SAUMON FUMÉ SUR BISCOTTE OU PAIN CROUTÉ



Ingrédients :

- 3/4 lb (340g) saumon fumé Atlantique
- 1/2 tasse (125ml) huile olive
- 2 c. à table (30ml) d'échalotte grise haché
- 1 c. à table (15ml) de câpres
- Jus de citron (2c. à table ou 30ml)
- Jus de 1 orange (ou ¼ tasse ou 60ml)

Mettre le tout dans un plateau de service

Ingrédients pour fromage si désiré :

- 1 1/2 c. (22ml) à soupe de vinaigre
- 2c. à soupe (30ml) d'huile d'olive
- 1 1/2 c. (22ml) à soupe moutarde de Dijon
- 1 c. à soupe (15ml) de ciboulette, de persil et d'oignon haché
- Sel poivre au goût

Fournie par Johanne Lachance

SALADE DE FRAISES ET BROCOLI, SAUCE CRÉMEUSE



Ingrédients :

- 1 brocoli coupé en petits bouquets
- 1 lb (450g) de fraises coupées en quartier
- 1 contenant (200 g) de bocconcini
- 1 petit oignon rouge coupé en dés
- 1/2 tasse (125ml) d'amandes tranchés
- 1/3 de tasse (75ml) de graine de chanvre crues décortiquées(facultatif)

Pour la sauce :

- 1/2 tasse (125ml) de mayonnaise
- 1/2 tasse(125ml) de yogourt nature 0 %
- 2c. à soupe (30ml) de persil haché
- 2 c. à soupe (30ml) de ciboulette hachée
- 2 c. à soupe (30ml) de jus de citron
- 1 c. à soupe (15ml) de miel
- Sel et poivre au goût

1. Dans le contenant du mélangeur, déposer les ingrédients de la sauce. Émulsionner 1 min. jusqu'à l'obtention d'une préparation lisse et onctueuse.
2. Dans un saladier, déposer le brocoli, les fraises, les perles de bocconcini, l'oignon rouge, les amandes les graines de chanvres (facultatif). Ajouter la sauce et remuer.

Source : Pratico-pratiques

Fournie par Luc Dubois

ROULÉS CHAUD AU JAMBON ET FROMAGE SUISSE



Ingrédients :

- 1 paquet de deux abaisses de pâte surgelée décongelée 400 gr
- 2 c. à soupe (30ml) de moutarde de Dijon
- 8 tranches de jambon blanc
- 1 paquet de (200g) fromage suisse de l'Ancêtre râpé
- 3 oignons verts hachés

Préparation :

1. Sur le plan de travail, déposer les deux abaisses de pâte feuilletée. Badigeonner les abaisses de moutarde de Dijon.
2. Répartir les tranches de jambon, le fromage et les oignons verts sur la pâte. Rouler en serrant de façon à former deux cylindres.
3. Couper chaque cylindre en dix à douze morceaux. Déposer les roulés sur une ou deux plaques de cuisson tapissées de papier parchemin.
4. Cuire au four de 22 à 24 minutes.

Fournie par Maryse St-Hilaire

MUFFINS SAVOUREUX AUX ÉPINARDS, TOMATES ET FÉTA



Ingrédients :

- 2 tasses (500ml) de farine tout usage
- 1 c. à table (15ml) de poudre à pâte
- 1/4 c. à thé (1,25ml) de bicarbonate de soude
- 1/2 c. à thé (2,25ml) de sel
- 1/4 c. à thé (1,25ml) de poivre
- 1/4 c. à thé (1,25ml) de poudre d'ail
- 1/4 c. à thé (1,25ml) d'origan séché
- 2 œufs
- 3/4 tasse (175ml) de lait
- 1/2 tasse (125ml) de beurre ramolli
- 2 c à thé (10ml) de sucre granulé
- 1 tomate Roma ou italienne haché finement
- 1/2 tasse (125ml) de féta finement émietté
- 1 c à table (30ml) de parmesan râpé
- 2 tasses (500ml) jeunes pousses d'épinards bien compactes, hachées

Préparation :

1. Préchauffer le four à 400F (200C)
2. Mélanger la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude, le sel, le poivre, la poudre d'ail et l'origan ; mettre de côté
3. Dans un autre bol, fouetter les œufs, le lait, le beurre ramolli et le sucre jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène; bien incorporer aux ingrédients secs (ne pas trop mélanger). Ajouter les épinards, la tomate, le féta et le parmesan et remuer jusqu'à ce que les ingrédients soient bien mélangés.
4. Verser à la cuillère dans les moules de papier, Cuire jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre d'un muffin en ressorte propre, soit de 20 à 25 minutes environ; laisser refroidir complètement, puis conserver dans des contenants hermétiques jusqu'à 2 jours au réfrigérateur et jusqu'à un mois au congélateur.

Remarques : Pour des muffins des plus décadents, ajouter du bacon émietté.

Source : J'craque pour toi mon coco. Fournie par Sylvie Payette

FILET DE TRUITE À L'ORANGE



Ingrédient :

- 1 orange
- 2 c à soupe (30ml) de sauce tamari (ou soya) réduite en sodium
- 1 c à soupe (15ml) de sirop d'érable
- 1 filet de truite (720 gr) avec la peau
- Poivre au goût

Préparation :

1. Préchauffer le four à 350F (170C)
2. Dans un bol, combiner le zeste et le jus d'une demie orange (Conserver l'autre moitié pour le service) avec la sauce tamari et le sirop d'érable. Réserver.
3. Couper le filet de truite en 4 parts égales. Déposer les filets dans un plat allant au four.
4. Arroser de la moitié de la marinade à l'orange. Poivrer au goût.
5. Cuire au centre du four de 12 à 15 minutes.

Accompagnement :

Servir avec le reste de l'orange en dés, des mini bok choy vapeur et napper du reste de la marinade.

Truc :

Pour cuire un poisson au four, comptez de 4 à 5 minutes par centimètre d'épaisseur ou environ 10 minutes par pouce d'épaisseur. Si votre poisson est congelé, ajoutez 5 minutes au temps total de cuisson.

Source : Nutrisimple

Fournie par Michelle Bouffard

SALADE AUX FRUITS DE MER



Ingrédients :

- 1 lb (454g) de crevette Matane
- 1 lb (454) de goberge
- 1/2 concombre anglais en petit cube
- 2 oignons vert émincé
- 3 c. à soupe (45ml) d'huile d'olive
- 1 jus de lime
- Sel poivre

Meilleur si on la mange le lendemain

Fournie par Maryse Arcand

BRUSCHETTA AU CONCOMBRE ET AU THON ROUGE



Ingrédient :

- 2 c. à thé (10ml) de miel
- 2 c. à soupe (30ml) d'huile d'olive
- 2 c. à soupe (30ml) de vinaigre de riz
- 1 c. à soupe (15ml) de basilic frais ciselé
- 1/4 c. à thé (1ml) de piment fort séché en flocons
- 1 tasse (250ml) de concombre, épépiné et coupé en petits dés
- 12 croûtons de pain baguette, coupés en biseau de 1/2 po (1cm) d'épaisseur
- 1 gousse d'ail, pelée
- 1 tasse (environ 250g) de thon rouge très frais, coupé en petit dés
- Sel et poivre
- Fleur de sel

Préparation :

1. Dans un bol, bien mélanger le miel, l'huile, le vinaigre, le basilic et le piment puis ajouter le concombre. Saler et poivrer. Laisser mariner 10 minutes.
2. Régler le barbecue à puissance élevé ou le four à grill (broil). Griller les croûtons sur le BBQ environ 30 secondes de chaque côté au faire dorer au four quelques minutes. Retirer du feu et frotter un seul côté de chaque croûton avec la gousse d'ail. Réserver.
3. Ajouter le thon au mélange de concombre. Mélanger et rectifier l'assaisonnement. Déposer ensuite deux cuillères à soupe de garniture sur chaque croûton, soupoudrer d'un peu de fleur de sel et servir immédiatement.

Source : Ricardo cuisine

Fournie par Gaétane Michel

CHAUDRÉE DE CRABE DE SAN FRANCISCO



Ingrédients :

- 1 blanc de poireau, haché finement
- 1 carotte, pelée et coupée en petits dés
- 60 ml (1/4 tasse) de beurre
- 60 ml (1/4 tasse) de farine
- 500 ml (2 tasses) de bouillon de poulet
- 500 ml (2 tasses) de lait
- 2 pommes de terre, pelées et coupées en dés (500 ml / 2 tasses)
- 2 branches de thym frais
- 375 g (3/4 lb) de chair de crabe en morceaux ou 3 boîtes de 120 g de chair de crabe, égouttées
- 4 tranches de bacon, coupées en lardons
- 4 miches de pain au levain (grosseur individuelle) ou Autres petites miches d'environ 15 cm (6 po)
- Sel et poivre
- 60 ml (1/4 tasse) de crème 35 %
- 250 ml (1 tasse) de grains de maïs frais ou Grains de maïs surgelés

Préparation :

1. Dans une casserole, attendrir le poireau et la carotte dans le beurre. Saler et poivrer. Saupoudrer de farine et bien mélanger. Ajouter le bouillon et porter à ébullition à feu moyen en remuant à l'aide d'un fouet. Ajouter le lait, les pommes de terre et le thym.
2. Porter doucement à ébullition et laisser mijoter très doucement environ 15 minutes, en raclant fréquemment le fond de la casserole, jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Ajouter le crabe, le maïs et la crème. Poursuivre la cuisson environ 5 minutes. Retirer les branches de thym et rectifier l'assaisonnement.
3. Entre-temps, dans une petite poêle, dorer le bacon jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Égoutter sur du papier absorbant.
4. Sur un plan de travail, retirer la calotte des pains à l'aide d'un couteau à pain. Du bout des doigts, retirer la mie en conservant 2,5 cm (1 po) au pourtour.
5. Verser la soupe chaude dans les bols en pain. Saupoudrer de bacon croustillant.

Source : Ricardo Cuisine

Fournie par Sylvie Payette

SOUPE À L'ORGE ET AU CONFIT DE CANARD



Ingrédients :

- 1 poireau, haché finement
- 2 carottes, coupées en dés
- 1 gousse d'ail, hachée
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 125 ml (1/2 tasse) d'orge perlé
- 250 ml (1 tasse) de vin blanc
- 1,25 litre (5 tasses) de bouillon de poulet
- 2 feuilles de laurier
- 2 cuisses de canard confit
- Sel et poivre

Préparation :

1. Dans une casserole, attendrir le poireau, les carottes et l'ail dans l'huile. Saler et poivrer. Ajouter l'orge et déglacer avec le vin. Laisser mijoter 1 minute. Ajouter le bouillon et le laurier. Porter à ébullition. Couvrir et laisser mijoter doucement environ 45 minutes, jusqu'à ce que l'orge soit tendre.
2. Entre-temps, au four à micro-ondes, réchauffer les cuisses de canard de 2 à 3 minutes à puissance maximale, jusqu'à ce que la chair soit tendre. Désosser, effilocheur la viande et l'ajouter à la soupe. Poursuivre la cuisson 5 minutes. Rectifier l'assaisonnement. Accompagner de tartines de champignons.

Source : Ricardo Cuisine
Fournie par Sylvie Payette

PIZZA AU SAUMON FUMÉ



Ingrédient :

- 1 Pain plat style Nan
- Sauce moutarde sucré
- Saumon fumée
- Olives noires
- Fromage fêta de chèvre

Préparation :

1. Au four 400F environ 12 minutes selon le pain
2. Une fois cuit, ajouter de la roquette et un filet de réduction de vinaigre balsamique

Fournie par Maryse Arcand

BATONNETS DE POISSON PANÉS ET MAYO AU CITRON



Ingrédients :

- 1 lb (450g) de filet de morue surgelée
- 1/2 tasse (125ml) de farine de maïs
- Poivre du moulin et sel
- 3 tasses (750ml) de flocons de maïs nature (de type Corn Flakes)
- 1 c. à soupe (15ml) d'herbes de Provence ou de fines herbes séchées à l'italienne
- 2 c. à thé (10ml) de paprika
- 1 c. à thé (5ml) de cumin moulu
- Le zeste de 1 citron

Mayo au citron :

- 1/4 tasse (60ml) de mayonnaise allégée
- 1/4 tasse (60ml) de yogourt grec nature
- Le jus de 1 citron

Préparation :

1. Placer la grille au centre du four et préchauffer le four à 400F (200C).
2. Couper la morue en bâtonnets de 1 po (2,5cm) de largeur. Il est plus facile de couper les bâtonnets bien droits avec du poisson surgelé qu'avec du poisson frais ou décongelé.
3. Déposer la farine de maïs dans un bol. Poivrer généreusement et ajouter une pincée de sel.
4. Caser les œufs dans un deuxième bol et les battre à la fourchette.
5. Dans un troisième bol, écraser avec les doigts les flocons de maïs. Ajouter les fines herbes, Le paprika, le cumin et le zeste de citron.
6. Tremper les bâtonnets de poisson dans la farine de maïs, dans l'œuf, puis dans le mélange de céréales.
7. Placer les bâtonnets sur une plaque de cuisson recouvert de papier parchemin. Cuire au four de 15 à 30 minutes ou jusqu'à ce que la croûte de céréales soit dorée.
8. Pendant ce temps, mélanger tous les ingrédients de la mayonnaise au citron.
9. Servir le poisson avec la mayo et accompagner d'une salade verte ou de crudités. Les bâtonnets doivent être consommés immédiatement, sinon la panure a tendance à ramollir. On peut

cependant les faire cuire 12 minutes, les congeler (1 mois max) et les faire cuire au four encore congelés pendant 15 minutes.

Astuce : Pour convertir la mayo citronnée en sauce tartare, omettez le jus de citron et ajoutez 1 oignon vert hachée et 1 c. à soupe (15ml) de relish sucré.

Variante : Vous pouvez préparer les bâtonnets avec un autre poisson blanc ou du saumon. Il est également possible de couper le poisson en petits cubes afin d'obtenir des bouchées de poisson pané, semblable au poulet pop-corn.

Source : Famille Futée

Fournie par Mélanie Morin

TOURTE MÉDITERRANÉENNE À ÉTAGE



Ingrédients :

- 1 oignon émincé
- 1 gousse d'ail émincé
- 1 c. à table de beurre
- 1 sac (10oz) d'épinards lavés et équeutés
- 1 sachet (1/2 boîte) de mélange pour pâte à tarte feuilletée ROBIN HOOD
- 8 onces de jambon en tranches
- 8 onces de mozzarella en tranche ou mélange de Fondue Suisse de Kingsey
- 1 poivron rouge découpé en lanière
- 4 œufs battus

Préparation :

1. Faire revenir les oignons et l'ail dans le beurre jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
2. Cuire les épinards jusqu'à ce qu'ils soient ramollis; bien les égoutter et les ajouter à l'oignon.
3. Préparer la pâte tel qu'indiquée sur la boîte, pour une tarte à double croûte.
4. Abaisser le fond de tarte et le déposer dans un moule à quiche ou à tarte de 9 po.
5. Disposer les tranches de jambon sur ce fond. Recouvrir avec le fromage, le mélange d'épinards puis le poivron rouge.
6. Réserver une partie des œufs battus pour en badigeonner le dessus et verser ce qui reste dans la tarte.
7. Recouvrir avec la croûte. Sceller les deux bords ensemble. Découper diverses formes dans les retailles de pâte pour décorer.
8. Badigeonner le dessus avec les œufs battus réservés. Faire des incisions pour que la vapeur puisse s'échapper.
9. Cuire à 400F pendant 35 à 40 minutes ou jusqu'à ce que la tourte soit dorée.

Source: Je repars en œuf

Fournie par Maryse Connolly

TOFU GÉNÉRAL TAO VÉGAN



Ingrédient :

- 1 bloc (454g) de tofu ferme, coupé en dés
- 1/4 de tasse (35g) de fécule de maïs
- 3 c. à soupe (45ml) d'huile végétale
- 2 gousses d'ail, hachées
- 1 c. à soupe (15ml) de gingembre frais, haché
- 2 c. à soupe (30ml) de sirop d'érable
- 2 c. à soupe (30ml) de sauce soya
- 2 c. à soupe (30ml) de ketchup
- 1 c. à thé (5ml) de sauce Sriracha ou pâte de piment
- 3 oignons verts, émincés
- 3/4 tasse (180ml) de bouillon de légumes
- Oignons verts et graines de sésame, pour garnir

Préparation :

1. Dans un bol, mélanger le tofu avec la fécule de maïs pour bien l'enrober.
2. Dans une casserole, faire chauffer l'huile à feu moyen-vif. Ajouter la moitié des dés de tofu et les faire revenir, en les retournant de temps à autre, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et croustillants.
3. Laisser égoutter le tofu sur un essuie-tout. Répéter l'opération avec le reste des dés de tofu. Ajouter de l'huile, au besoin.
4. Dans la même poêle, faire revenir l'ail et le gingembre pendant 1 minute. Ajouter de l'huile, au besoin.
5. Ajouter le sirop d'érable, la sauce soya, le ketchup, la sauce Sriracha, les oignons verts et le bouillon de légumes. Laisser réduire quelques minutes et ajouter le tofu grillé pour le réchauffer.
6. Servir sur du riz et garnir d'oignons verts émincés et de graines de sésame

Source : La cuisine de Jean-Philippe.

Fournie par Diane Lanneville

NACHOS



Ingrédients :

- 1/2 tasse (65g) d'olives noires dans l'huile dénoyautées, hachées
- 1/4 tasse (40g) de rondelles de piments bananes marinés, hachées grossièrement
- 1/4 tasse (40g) de coriandre ciselée
- 2 oignons verts, hachés
- 2 tasses (200g) de fromage cheddar orange râpé
- 2 tasses (200g) de fromage mozzarella râpé
- 1 sac de 275g de croustilles de maïs
- 1 1/2 tasse (255g) de poulet cuit coupé en dés
- 1 tasse (250ml) de sauce au fromage pour nachos du commerce
- 1 tasse (250ml) de crème sure
- 1 tasse (250ml) de guacamole maison ou de commerce
- 1 tasse (250ml) de salsa maison ou de commerce
- Quartier de lime, pour le service

Préparation :

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 350F (180C).
2. Dans un bol. Mélanger les olives, les piments, la coriandre et les oignons verts. Réserver
3. Dans un autre bol, mélanger les fromages.
4. Sur une plaque de cuisson antiadhésive, répartir la moitié des croustilles. Répartir la moitié du poulet, la moitié du mélange d'olive et la moitié du fromage. Répéter cette étape.
5. Cuire au four 8 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit complètement fondu.
6. Servir aussitôt et accompagner de sauce au fromage, de crème sure, de guacamole, de salsa et de quartiers de lime.

Fournie par Michelle Bouffard

LASAGNE AU POULET RÉCONFORTANTE



Ingrédients :

- Pâte à lasagne

Garniture :

- 1 oignon, haché finement
- 3 c. à soupe (45ml) d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail, haché finement
- 10 tasses (2,5 litres) de bébé épinards légèrement tassés
- 1 1/2 lb (675g) de poulet haché
- Sel et poivre

Béchamel :

- 1/3 tasse (75ml) de beurre
- 6 c. à soupe (90ml) de farine tout usage non blanchie
- 3 1/4 tasses (810ml) de lait
- 1/4 c. à thé (1ml) de muscade moulue
- 1/4 de tasse (60ml) de fromage parmigiano reggiano râpé
- 2 tasses (500ml) de fromage gruyère

Préparation :

1. Dans une casserole d'eau bouillante salée, cuire les pâtes jusqu'à ce qu'elles soient al dente. Rincer sous l'eau froide et huiler légèrement. Réserver.
2. Garniture : Dans une grande poêle antiadhésive, dorer l'oignon dans 1c. à soupe(15ml) d'huile. Ajouter l'ail et poursuivre la cuisson 1 minute. Ajouter les épinards et poursuivre la cuisson en remuant de 1 à 2 minutes. Saler et poivrer. Réserver dans un bol.
Dans la même poêle, dorer le poulet dans le reste de l'huile en le défaisant à la fourchette. Saler et poivrer. Réserver dans un grand bol.
3. **Béchamel** : Dans la même poêle, faire fondre le beurre. Ajouter la farine et cuire 1 minute à feu moyen en remuant. Ajouter graduellement le lait, la muscade et porter à ébullition en remuant à l'aide d'un fouet. Saler et poivrer. Verser sur le poulet.
4. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 350F(180C).
5. Dans un plat de cuisson de 33X23cm (13 x 9 po). Répartir un tiers du mélange de poulet à la béchamel. Couvrir d'un rang de pâtes. Y répartir la préparation aux épinards. Parsemer de parmesan. Couvrir d'un rang de pâtes et ajouter le reste du mélange de poulet à la béchamel. Parsemer de gruyère.
6. Cuire au four environ 45 minutes. Terminer la cuisson sous le gril (broil) environ 5 minutes. Laisser reposer 15 minutes avant de servir.

Source : Ricardo cuisine. Fournie par Aurélie Brisebois

BŒUF À LA STROGANOFF



Ingrédients :

- 1 lb environ (420 g) de bœuf haché
- 2 contenants de crème sure
- 1 bouquet de thym
- 170g de champignon criminis
- 6 oignons perlés
- 1/2 tasse (120ml) de pois verts
- 1/2 lb (225g) de pappardelles aux œufs
- 1 cube de bouillon de bœuf
- 2 c. à soupe (30ml) de sauce Worcestershire
- 2 c. à soupe (30ml) de farine de blé

Préparation :

1. Cuire les pâtes et conserver 1/2 tasse (125ml) d'eau de cuisson.
2. Chauffer un filet d'huile dans une grande poêle à feu moyen élevé. Cuire le bœuf de 5 – 6 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit cuit. Saler et poivrer. Retirer de la poêle.
3. Ajouter 1c. à soupe de beurre à la poêle et cuire les champignons et les oignons de 4 – 5 minutes. Ajouter la farine et mélanger.
4. Ajouter le demi-cube de bouillon, l'eau de cuisson (1/2 tasse) et la sauce Worcestershire. Cuire de 2 – 3 minutes.
5. Ajouter les pâtes cuites, les pois verts, la crème sure et le bœuf à la poêle, Mélanger et rectifier l'assaisonnement au goût.
6. Garnir avec le thym et servir.

Source : Cook it

Fournie par Charles-Olivier Dumont

CASSOULET



Ingrédients :

- 750 ml (3 tasses) de haricots blancs (de type lingot, de préférence)
- 1 oignon, coupé en deux
- 2 branches de céleri, coupées en morceaux
- 3 feuilles de laurier
- 4 gousses d'ail, hachées
- 2 branches de thym
- 125 g (1/4 livre) de lard mi-salé, non coupé et blanchi

Préparation de la viande / sauce :

- 4 saucisses de Toulouse
- 4 côtelettes de porc minces sans os et dégraissées
- Huile d'olive
- 1 oignon, haché
- 2 gousses d'ail, hachées
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 15 ml (1 c. à soupe) de farine
- 500 ml (2 tasses) de vin blanc
- 1 saucisson à l'ail coupé en tronçons **ou** 1 rosette de Lyon coupée en tronçons
- 4 cuisses de canard confit
- 125 ml (1/2 tasse) de persil frais, haché
- 2 carottes, coupées en morceaux
- 1 boîte de 796 ml (28 oz) de tomates en dés, égouttées
- 75 ml (1/3 tasse) de chapelure de pain sec
- Sel et poivre

Préparation :

1. Dans une casserole, mélanger les haricots, l'oignon, le céleri, le laurier, l'ail, le thym et le lard. Ajouter jusqu'à 5 cm (2 po) d'eau au-dessus des haricots. Faire tremper 12 heures. Égoutter.
2. Renouveler l'eau pour qu'il y ait toujours 5 cm (2 po) d'eau au-dessus des haricots. Porter à ébullition. Couvrir et laisser mijoter doucement jusqu'à tendreté, environ 45 minutes. Saler et

poivrer légèrement. Égoutter les haricots et conserver le liquide de cuisson. Jeter le lard et les légumes.

3. Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).
4. Dans une poêle, dorer les saucisses et les côtelettes dans un peu d'huile d'olive. Réserver.
5. Dans une grande casserole, dorer l'oignon et l'ail dans l'huile d'olive. Saupoudrer de farine et bien mélanger. Mouiller avec le vin blanc et le liquide de cuisson des haricots. Porter à ébullition.
6. Piquer le saucisson avec la pointe du couteau et le déposer dans la casserole. Ajouter le canard, les saucisses, les côtelettes, le persil et les carottes. Couvrir avec les haricots et les tomates. Cuire au four environ 3 h, sans couvrir.
7. Quinze minutes avant la fin de la cuisson, saupoudrer de chapelure et dorer sous le gril.

Source : Ricardo Cuisine

Fournie par : Sylvain Gagné

PÂTES AUX SAUCISSES ET AUX ÉPINARDS



Ingrédients :

- 1 lb (500g) de saucisses italiennes
- 2 c. à table (30ml) huile d'olive
- 1 oignon haché
- 1/2 tasse (125ml) vin blanc sec
- 3 gousses d'ail hachées finement
- 8 oz ((250g) de champignons, les pieds enlevés, coupés en tranches
- 1 boîte de tomates italiennes (796ml)
- 3 c. à table (45ml) pâte de tomates
- 1/2 c. à thé (2ml) sel
- 1 c. à thé (5ml) origan séché
- 1/4 c. à thé (1ml) poivre noir du moulin
- 3 tasses (750ml) feuilles d'épinards frais
- 16 oz (500g) pâte courtes
- 1 pointe de parmesan 2po environ (5cm) de largeur

Préparation :

1. Couper une extrémité des saucisses. Presser les saucisses de manière à en extraire la chair et la mettre dans un bol. Réserver.
2. Dans une grande casserole, chauffer l'huile à feu moyen. Ajouter l'oignon et cuire pendant 5 minutes. Ajouter le vin et cuire pendant 1 minute. Ajouter l'ail, la chair des saucisses réservée et les champignons et cuire, en brassant de temps à autre, pendant 10 minutes. Ajouter les tomates, la pâte de tomates, le sel, l'origan et le poivre et mélanger.
3. Porter à ébullition en défaisant les tomates à l'aide d'une cuillère de bois. Réduire à feux doux, couvrir et cuire, en brassant de temps à autre, pendant 20 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait épaissi. Ajouter les épinards et mélanger.
4. Entre-temps, dans une casserole d'eau bouillant salée, cuire les pâtes 7 à 10 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient al dente. Égoutter les pâtes et les remettre dans la casserole. Ajouter la sauce et mélanger délicatement pour bien enrober les pâtes.
5. À l'aide d'un couteau économe, râper le parmesan en gros copeaux de manière à obtenir environ 1/2 t (125ml) ou le râper. Au moment de servir, parsemer chaque portion de parmesan.

SUCRE À LA CRÈME DE MA MÈRE (6 MINUTES)



Ingrédients :

- 6 c (90ml) à table de beurre
- 2 tasses (500ml) de cassonade
- 6 onces (190ml) de lait évaporé (style carnation)
- 4 tasses de sucre à glacer

Préparation :

1. Mettre le beurre, la cassonade et le lait évaporé dans un chaudron.
2. Faire fondre doucement en brassant pour mélanger.
3. Quand ça boue sur toute la surface cuire pendant 6 minutes exactement.
4. Retirer du feu et incorporez immédiatement les 4 tasses de sucre à glacer et mélanger (au malaxeur) jusqu'à ce que ce soit homogène.
5. Verser dans un moule de 8 x 10 préalablement beurré, ou tout simplement mettre un papier parchemin qui couvre le fond et les côtés.
6. Vous pouvez marquer les carrés avec un couteau sur la surface seulement, ça aide à mieux les couper quand ils sont froids
Impossible à rater.

Fournie par Jean Dubuc

BISCUIT GÉANT



Ingrédients :

- 1 tasse (250ml) beurre salé fondu
- 1 tasse (250ml) de cassonade
- 1/2 tasse (125ml) de sucre
- 1/4 c. à thé (1,25ml) de sel
- 1/2 c. à soupe (7,5ml) d'extrait de vanille
- 2 œufs (1 entier + 1 jaune)
- 2 tasses (500ml) de farine tout usage
- 1/2 c à thé (2,5ml) de bicarbonate de soude
- 1 1/2 tasse (375ml) de chocolat au lait coupé en morceaux

Préparation :

1. Préchauffer le four à 325F (163C).
2. Dans un bol, fouetter le beurre avec la cassonade, le sucre, le sel et la vanille à l'aide du batteur électrique jusqu'à l'obtention d'une préparation crémeuse.
3. Incorporer l'œuf entier, puis le jaune d'œuf.
4. Incorporer graduellement la farine et le bicarbonate de soude. Remuer jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène.
5. Ajouter les morceaux de chocolat et remuer à l'aide d'une spatule.
6. Dans une poêle allant au four, verser la préparation. Égaliser la surface.
7. Cuire au four de 30 à 35 minutes. Retirer du four et laisser tiédir

Fournie par Marika Nolette

BEIGNES



Ingrédients :

- 2 tasses (500ml) de farine
- 2 c. à thé (10ml) de poudre à pâte
- 1/2 c. à thé (2,5ml) de sel
- 1/2 c. à thé (2,5ml) de muscade
- 2 c. à soupe (30ml) de beurre non salé, ramolli
- 3/4 tasse (180ml) de sucre
- 2 œufs
- 1 c. à thé (5ml) d'extrait de vanille
- 2/3 tasse (150ml) de lait
- Sucre à glacer

1. Préparation :

2. Dans un bol, mélanger la farine, la poudre à pâte, le sel et la muscade
3. Dans un autre bol, mélanger le beurre et le sucre au batteur électrique. Ajouter les œufs et fouetter jusqu'à ce que le mélange soit lisse et homogène. Ajouter la vanille.
4. A basse vitesse, incorporer les ingrédients secs en alternant avec le lait.
5. Couvrir et réfrigérer à pâte environ 2 heures.
6. Préchauffer la friteuse à température élevée.
7. À l'aide de deux cuillères à café, prélever environ 1 c. à soupe (15ml) de pâte et façonner une boule. La laisser tomber dans l'huile chaude. Frire quelques boules à la fois jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées de tous les côtés. La particularité de cette recette, c'est que les beignes se retournent d'eux-mêmes à mi-cuisson. Égoutter sur un papier absorbant et saupoudrer de sucre à glacer.

Source : Ricardo

Fournie par Nadia Deshaies

CARRÉS FAÇON KEY LIME PIE



Ingrédients :

- 1 1/2 tasse (375ml) de chapelure de biscuits Graham
- 1/3 de tasse (80ml) de beurre salé fondu
- 2 c à soupe (30ml) de sucre
- 1 paquet de fromage à la crème de 250g, ramolli
- 1 boîte de lait concentré sucré de 300ml
- 4 jaunes d'œufs
- 2 limes (zeste)
- 1/2tasse (125ml) de jus de lime frais
- 1c à thé (5ml) d'extrait de vanille

Préparation :

1. Préchauffer le four à 350F (180C)
2. Dans un grand bol, mélanger la chapelure de biscuit avec le beurre et le sucre.
3. Beurrer un plat de cuisson carré de 9 pouces (23cm), puis y étaler la préparation en une couche uniforme. Presser la préparation au fond du plat.
4. Cuire au four 10 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit légèrement dorée. Retirer du four et laisse tiédir.
5. Pendant ce temps, fouetter le fromage à la crème à l'aide du batteur électrique dans un bol jusqu'à l'obtention d'une texture lisse.
6. Ajouter le lait concentré et remuer. Incorporer les jaunes d'œufs un à un. Fouetter de nouveau jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène.
7. Réserver un peu de zeste de lime pour décorer. Ajouter le zeste de lime restant, le jus de lime et la vanille dans le bol. Remuer. Verser la préparation sur la croûte et égaliser la surface. Réfrigérer 4 heures.
8. Démouler et couper en 16 carrés. Garnir du zeste de lime réservé.

Source : Livre **Simplement Chic 2**

Fournie par **Jessica Lavoie**

CROUSTADE AUX POMMES ET SIROP D'ÉRABLE



Ingrédients :

- 6 belles pommes rouges, pelées, sans pépin et coupées en quartiers
- 2/3 de tasse (170ml) de sirop d'érable
- 3/4 de tasse (190ml) de farine tout-usage
- 3/4 de tasse (170ml) de gruau
- 1/2 tasse (125ml) de cassonade
- 1/2 tasse (125ml) de beurre
- Sel

Préparation :

1. Préchauffer le four à 375F
2. Tapissez le fond d'un plat pyrex de 8 pouces des quartiers de pomme préalablement coupés.
3. Verser le sirop d'érable.
4. Dans un grand bol, mélanger la farine, le gruau, le beurre, la cassonade ainsi que le sel.
5. Ajouter ce mélange aux pommes.
6. Faites cuire dans le four pendant environ 35 minutes.
7. Servir avec sirop d'érable! Parce qu'il n'y a jamais assez de sirop d'érable.

Source : Chef Cuisto

Fournie par Marc Ramsay

GATEAU AUX CAROTTES



Ingrédients :

- 1 tasse (250ml) de sucre
- 1 tasse (250ml) d'huile
- 3 œufs
- 1 1/3 tasses (325ml) de farine
- 1 1/4 (6ml) cuillère à thé de sel
- 1 1/2 (8ml) cuillère à thé de soda
- 1 1/3 (7ml) cuillère à thé de poudre à pâte
- 1 1/3 (7ml) cuillère à thé de cannelle
- 2 tasses (500ml) de carottes râpées
- 1/2 tasse (125ml) de noix de Grenoble ou de pacanes écrasés

Préparation :

1. Mélangez le sucre et l'huile.
2. Ajoutez les œufs, un à la fois en battant après chaque addition.
3. Mélangez les ingrédients secs ensemble, tamisez la farine, ajoutez le sel, le soda, la poudre à pâte et la cannelle.
4. Incorporez la farine dans le premier mélange.
5. Enfin, ajoutez les carottes râpées et les noix.
6. Versez dans 2 moules de 8 pouces graissés.
7. Placez au four à 300F pour 1 heure.

Glaçage :

- 4 onces de fromage à la crème
 - 1/4 (60ml) tasse de beurre doux
 - Sucre à glacer avec essence de vanille ou d'amande
1. Faites un mélange crémeux avec le fromage et le beurre
 2. Ajoutez le sucre à glacer au goût, au moins 2 tasses. Aromatisez.

Fournie par Rémi Boudreault

GÂTEAU FONDANT À L'ŒUF CADBURY



Ingrédients :

- 3 ½ oz (100g) de chocolat noir 70% coupé en morceaux
- 1/3 de tasse (80ml) de beurre
- 2 œufs
- 1/3 tasse (80ml) de sucre
- 1 pincé de sel
- 1/4 de tasse (60ml) de farine
- 4 œufs Cadbury

Préparation :

1. Préchauffer le four à 400F (205C).
2. Beurrer généreusement quatre ramequins.
3. Dans un bain-marie, faire fondre le chocolat et le beurre.
4. Dans un bol, fouetter les œufs avec le sucre et le sel jusqu'à ce que la préparation blanchisse. Incorporer graduellement la farine.
5. Incorporer la préparation aux œufs à la préparation au chocolat. Remuer jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
6. Répartir la moitié de la pâte dans les ramequins. Insérer un œuf Cadbury au centre de chaque ramequin. Couvrir du reste de la pâte.
7. Cuire au four de 12 à 14 minutes.

Source : Revue 5 ingrédients 15 minutes

Fournie par Aurélie Brisebois

GÂTEAU AUX MANDARINES



Ingrédients :

Pour le gâteau :

- 1 tasse (250ml) de farine
- 1 c. à thé (5ml) de bicarbonate de soude
- 1 c. à thé (5ml) de poudre à pâte
- 3/4 de tasse (180ml) de sucre
- 1 c. à thé (5ml) de vanille
- 1 œuf battu
- 1 boîte de mandarines de 284 ml, avec le jus

Pour le glaçage :

- 3 c. à soupe (45ml) de beurre
- 3/4 de tasse (180ml) de cassonade
- 2 c. à soupe (30ml) de farine
- 3 c. à soupe (45ml) de lait 1%

Préparation :

1. Préchauffer le four à 350F (180C).
2. Au-dessus d'un bol, tamiser la farine avec le bicarbonate de soude et la poudre à pâte. Incorporer le reste des ingrédients du gâteau.
3. Couvrir de papier parchemin un moule à gâteau carré de 9po (23cm). Verser la pâte dans le moule
4. Cuire au four de 35 à 40 minutes, jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre du gâteau en ressorte propre.
5. Pendant ce temps, faire fondre le beurre à feu doux dans une petite casserole. Incorporer la cassonade, la farine et le lait. Cuire jusqu'à ce que la cassonade soit fondue.
6. Glacer le gâteau dès sa sortie du four.

Fournie par Michelle Bouffard

GÂTEAU AU CHOCOLAT GRANDE SŒUR DE MICHELLE (MANON)



Ingrédients :

- 2 tasses de sucre
- 1/2 tasse de cacao
- 1 c. à thé de poudre à pâte
- 2 ¼ tasses de farine
- 2 c. à thé soda
- 1/2 c. à thé de sel

Ajouter :

- 1 tasse de lait sûr
- 1/2 tasse d'huile végétale
- 2 œufs
- 1 tasse café fort (3c. à thé café dans 1 tasse eau chaude)
- 1 c. à thé de vanille

Préparation :

1. Battre à vitesse moyenne pendant 2 minutes.
2. Verser dans une grande lèchefrite ou 2 moules carrés de 8 pouces ou 2 moules ronds.

N.B. : lait sûr : ajouter 1 à 2 c. à table de vinaigre dans la tasse de lait.

GLACAGE AU FROMAGE ET AU CHOCOLAT

- 6 carrés de chocolat mi-sucré Baker
 - 3 c. à table d'eau
 - 1 paquet de 250g. de fromage à la crème ramolli Philadelphia
 - 1 c. à thé de vanille
 - 1 ½ à 2 tasses de sucre à glacer tamiser
1. Faire fondre le chocolat jusqu'à ce qu'il soit fondu et onctueux.
 2. Laisser tiédir. Ajouter le fromage et la vanille au chocolat.
 3. Battre jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé.
 4. Ajouter graduellement le sucre à glacer en battant jusqu'à homogénéité.
 5. Étendre sur le gâteau.

Fournie par Michelle Bouffard

GÂTEAU BLANC SAUCE STYLE ST-HUBERT DE SYLVIA PÉPIN



Ingrédients :

- 1 tasse (200g) de sucre
- 2 œufs
- 1/4 de tasse (60g) de beurre mou
- 2 tasses de farine
- 2 c. à thé (8g) de poudre à pâte
- 1 tasse (250g) de lait
- 1/2 c. ou 1 c à thé d'essence de vanille

Sauce Ingrédients :

- 2 tasses (400g) de cassonade
- 4 c. à table (36g) de farine
- 3 c. à table (45g) beurre
- 1 ½ tasse (375g) de lait ou (1 tasse de lait + ½ tasse de crème 15%)
- 1 c. à thé (5g) d'essence de vanille

Préparation du gâteau :

1. Préchauffer le four à 350F. Grille au milieu.
2. Mettre une feuille de papier parchemin au fond d'un moule de 8 x 8 ou 9 x 9.
3. Dans un petit bol, mélanger la farine avec la poudre à pâte. (Réserver)
4. Dans un bol moyen, mélanger le sucre, les œufs et le beurre jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse. Ajouter le mélange de farine en alternant avec le lait et l'essence de vanille.
5. Verser la pâte à gâteau dans le moule.
6. Cuire au four à 350F, environ 30 minutes (moule 8 x 8)
7. Laisser refroidir sur une grille avant de démouler.
8. Servir le gâteau accompagné de la sauce (recette plus bas).

Sauce préparation :

1. Dans un petit chaudron, mélanger la cassonade, la farine et la féculé. Ajouter la margarine, le lait et la vanille. Bien mélanger au fouet.
2. Cuire sur feu doux le temps de laisser épaissir la sauce.
3. Conserver la sauce au frigo.

Fournie par Michelle Bouffard