

-Crème de fèves au lait de coco

- 450 g de fèves congelées
- 20 cl de lait de coco
- 1 gousse d'ail
- 2 tablettes de bouillon de volaille
- Tabasco
- paprika doux
- coriandre

Préparation de la recette :

Faites bouillir un litre d'eau avec deux tablettes de bouillon de volaille. Mettez-y les fèves encore congelées et la gousse d'ail épluchée.

Laissez cuire 10 min après reprise de l'ébullition.

Egouttez les fèves en conservant le bouillon, en réserver quelques unes pour la décoration.

Mixez les fèves et l'ail avec le lait de coco et 5 ou 6 gouttes de Tabasco.

Ajoutez un peu de bouillon pour obtenir la consistance désirée.

-Gaspacho (Andalousie)

- 9 tomates bien mûres
- 1.5 poivron rouge
- 1.5 poivron vert
- 1.5 concombre
- 1 gros oignon
- 1 gousse d'ail
- 4 oignons nouveaux
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de Xérès
- 1 tranche de pain de mie
- 2 œufs durs
- basilic frais
- huile d'olive, sel poivre et piment

Préparation de la recette :

Couper les tomates, 1 poivron vert et un rouge, 1 concombre, l'oignon et l'ail, passer le tout au mixer.

Ajouter le pain de mie, mixer une nouvelle fois.

Assaisonner avec sel,poivre, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 cuillères à soupe de vinaigre de Xérès et de piment (selon les goûts).

Laisser reposer au frais au minimum 2 heures.

Détailler en petits dés poivrons et concombre restants ainsi que les oignons nouveaux. Ecraser les oeufs durs à la fourchette.

Parsemer la soupe de basilic ciselé.

Disposer les garnitures dans des ramequins et chacun accommodera son gaspacho selon ses goûts.

-Gâteau de crêpes salées

- 6 ou 7 crêpes (ou plus, si on décide de rajouter des "couches")
- 3 ou 4 tomates coupées en dés
- 2 avocats coupés en dés
- quelques feuilles de salade
- un bol de mayonnaise (meilleur si maison)
- une boîte de crabe ou bâtonnets de surimi mixés
- 2 tranches de jambon en petits morceaux, ou du bacon en dés...
- un gros moule rond assez haut pour contenir toutes les "couches"

Préparation de la recette :

Huiler le plat, y déposer une crêpe.

Etaler une couche de mayonnaise, puis mettre dessus les avocats coupés en dés. Etaler de la mayonnaise sur une crêpe, la déposer sur les avocats.

Redéposer une couche de mayonnaise sur cette crêpe, puis mettre les tomates. Ainsi de suite avec toutes les couches d'ingrédients.

Vous pouvez mettre la salade avec les morceaux de jambon.

Finir par une crêpe sur le dessus.

Laisser reposer 3 ou 4 h au réfrigérateur.

-La verrine de septembre

- 1 betterave (130 g)
- 100 g de bleu de bresse
- 3 cuillères à soupe de fromage blanc
- 1 avocat
- le jus d'un citron
- sel, poivre
- quelques brins de ciboulette

Préparation de la recette :

Mixer la betterave pour en obtenir une purée

Ecraser à la fourchette le bleu de bresse et ajouter le fromage blanc pour que la préparation soit onctueuse.

Mixer l'avocat avec du jus de citron.

Déposer dans les verrines, à l'aide d'une cuillère à café, la purée de betterave, puis le fromage et enfin la purée d'avocat.

Terminer par quelques brins de ciboulette coupés en morceaux. Servir aussitôt ou tenir au frais.

-Mousse d'asperge

- 1 botte d'asperges blanches
- 1 oignon
- 1/4 l de crème fraîche liquide
- 4 oeufs
- beurre
- sel et poivre

Préparation de la recette :

Hachez l'oignon et faites-le revenir dans une poêle avec une cuillerée de beurre.

Lorsqu'il devient translucide, ajoutez les asperges. Laissez bouillir 2 mn puis passez le tout au mixer.

Dans un saladier, battez les oeufs et ajoutez la crème liquide. Salez, poivrez et ajoutez les asperges battues en mélangeant bien.

Versez le tout dans un moule à pudding.

Faites cuire au bain marie jusqu'à ce que la mousse soit bien prise.

Démoulez à froid.

-Tortillas de maïs à la poêle

- 4 tortillas de maïs
- 4 tranches de jambon
- 100 g de fromage râpé
- 1 bocal de sauce chili

Préparation de la recette :

Prenez une tortilla de maïs et étalez la sauce chili dessus jusqu'à 2 cm des bords. Arrangez-vous pour que les haricots et autres légumes restent au milieu.

Posez dessus une tranche de jambon.

Recouvrez le tout de fromage râpé.

Repliez la tortilla en deux pour former un chausson. Faites attention à ne pas déchirer la tortilla.

Mettez le chausson dans une poêle antiadhésive chaude sans matière grasse et faites cuire 2 minutes maximum de chaque côté.

Utilisez une assiette pour retourner le chausson.

Attention, ça va très vite ! La tortilla doit brunir le moins possible !

Faites de même pour les 3 autres tortillas.

Servez immédiatement.

-Oeuf brouillés au bain-marie

- 6 oeufs

- 1 cuillère à café de crème fraîche épaisse

- sel

Préparation de la recette :

Casser les oeufs dans un saladier et battre jusqu'à obtenir une préparation homogène.

Saler la préparation de 3 à 5 tours de moulin à sel.

Transvaser la préparation dans une petite casserole et mettre à cuire au bain-marie, à feu moyen (attention à ne pas mettre trop d'eau dans la grande casserole, pour éviter les débordements).

Avec une cuillère en bois, remuer régulièrement la préparation, en décollant les morceaux qui se forment peu à peu.

C'est lorsque la préparation commence à bien prendre qu'il faut choisir le mode de cuisson, car ça va très vite : soit vous aimez les oeufs baveux, et il faudra veiller à ne pas laisser cuire trop longtemps, soit vous les aimez bien cuits, et il faut remuer encore un peu.

Servir et manger chaud (attention, les oeufs refroidissent vite).

Conseil : vous pouvez, pour des oeufs plus tendres, ajouter une cuillère à café de crème fraîche épaisse au début de la cuisson, avant que les oeufs ne prennent.

Remarques :

Cette façon de faire permet d'éviter de brûler les oeufs, et donne un plat plus tendre. Attention, veillez à mettre tout de suite la casserole ayant servi à cuire les oeufs à tremper dans l'eau chaude, vous éviterez la galère du grattage.

-Tortillas (wraps) estivales

- 4 tortillas (pour fajitas)
- 1/4 de poivron jaune
- 1 petite boîte de tarama
- 1 carotte râpée
- 1/2 concombre râpé
- 1 échalote émincée
- 1 petite boîte de thon
- 2 cuillères à soupe de fromage blanc
- 1 pincée de curry
- 6 feuilles de basilic
- 6 feuilles de persil

Préparation de la recette :

Egoutter le thon, le mélanger au fromage blanc, aux herbes, à l'echalote et au curry.

Couper le poivron en dés.

Prendre une galette, la recouvrir d'une fine couche de tarama.

Faire une ligne avec la préparation de thon, disposer dessus une petite poignée de carottes, de concombre et une pincée de poivron.

Rouler le tout... Et déguster froid !

Mini pizzas d'appéro (pour fauchés sans four)

- 200 g de Pâte à pizza
- 200 g de Sauce tomate ou Ketchup (moins de saveur mais pas mauvais)
- 2-3 tranches de Jambon
- 50 g de Fromage râpé
- 50 g de Champignons
- 1 tomate

Préparation de la recette :

La garniture est bien-sur modulable à votre gré, selon vos goûts et ce que vous avez dans le frigo. Que vous soyez au régime, végétarien, diabétique, gourmand...à vous de choisir:

(Oignon, ail, origan, huile d'olive, mozzarella, basilic, anchois, olives noires, pepperoni, poivrons verts, aubergine, ananas, artichaut, miel, chocolat, patates, lardons, fromage de chèvre, roquefort, parmesan, brocolis, piment, sel, poivre & épices etc etc...)

Matériel :

- Plaque chauffante
- Micro ondes
- Poêle (anti adhésive recommandée)
- Spatule ou a défaut fourchette
- Verre
- Couteau

Après avoir pétri avec amour votre pâte à pizza ou avoir, comme moi, délicatement saisi votre paire de ciseau et découpé l'emballage de votre pâte, étalez la sur un plat fariné ou déroulez simplement le papier de la pâte.

Posez votre verre sur la pâte et aidez vous en pour découper de minipizzas rondes de tailles égales.

Avant de garnir, cuisez votre pâte à la poêle des deux cotés, que vous retournez à la spatule lorsqu'elle a suffisamment durci.

[Pourquoi pas la cuire dans notre cher micro ondes monofonction - réchauffer la nourriture - datant de 1947? Car de la sorte, on obtient un bel effet de feux d'artifices avec la garniture et une pâte ramollie, non merci]

En 2 minutes, vous pouvez faire fondre le fromage au micro ondes sur les petites tranches de jambons. Garnissez et bon appétit !

Tapas inavouables de Lili

- du pain de seigle noir de Westphalie 'pumpernickel' (dans les rayons de produits étrangers en grande distribution)
- du camembert très fait (10 jours avant la date limite ou moins encore) ou du brie ou du coulommiers dans le même état
- de la confiture oignons oranges de Lili (recette sur le site)

Préparation de la recette :

Écroûter le fromage, le tartiner sur les tranches de pumpernickel.

Couper les tartines en bouchées.

Mettre sur chacune une petite cuillerée de confiture.

Servir avec un grand sourire et des airs engageants.

Remarques :

Ne pas avouer la composition aux convives avant qu'ils n'aient deviné au moins un des ingrédients...

Dégusté et approuvé à la 2ème rencontre marmitonne.