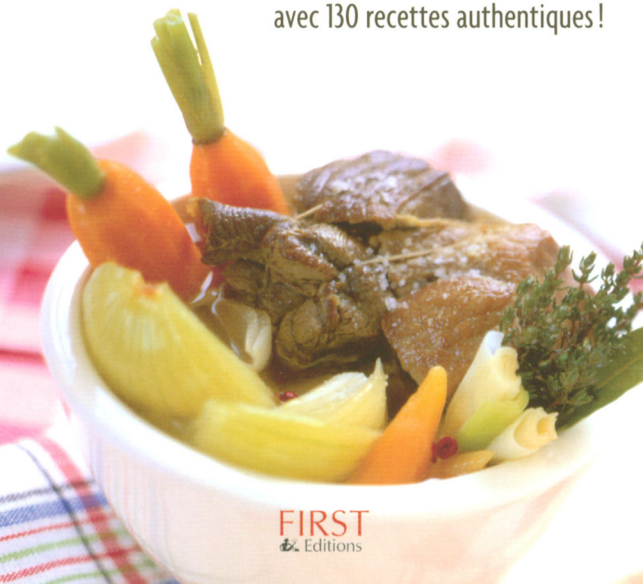


Le petit livre de Recettes de Grands-mères

Héloïse Martel

Retrouvez les bons petits plats de votre enfance
avec 130 recettes authentiques !



FIRST
Editions

Recettes de Grands-mères

Héloïse Martel

FIRST
 Editions

© Éditions First, 2005

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective.

Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'Auteur ou de ses ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L.335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Dépôt légal : 3^e trimestre 2005

Conception couverture : Bleu T

Mise en page : Pascale Desmazières

Éditions First

60, rue Mazarine

75006 Paris – France

Tél. : 01 45 49 60 00

Fax : 01 45 49 60 01

e-mail : firstinfo@efirst.com

www.editionsfirst.fr

Introduction

On les appelle des vol-au-vent, des oiseaux sans tête ou encore des pets de nonne, des îles flottantes..., ces plats délicieux hérités de nos grands-mères. Ces noms évoquent irrésistiblement les effluves qui s'échappaient de la cuisine et qui nous promettaient un vrai régal.

Hommage aux produits de notre terroir, ces recettes sont simples, goûteuses, cuisinées avec des produits de saison, et souvent longuement mitonnées au coin du feu. Elles feront le succès de votre table, ces recettes parfois oubliées. Aujourd'hui, la modernité est l'alliée de la tradition et la plupart d'entre elles se congèlent et se réchauffent sans perdre une miette de leurs qualités gustatives.

Pas d'allégés, pas de *light* dans les ingrédients de ces recettes. Vous pouvez bien sûr remplacer le beurre par de la margarine, la crème fraîche par de la crème à 15 % de

MG, le lait entier par du lait demi-écrémé, mais le résultat sera un peu différent.

Retrouvez dans ce Petit Livre 130 recettes au parfum d'enfance, des croquettes au fromage au fricandeau, du pain de poisson à la gibelotte de lapin, de la fricassée de poulet aux morilles à la purée Soubise, sans oublier la reine de Saba ou les poires Bourdaloue.

LES ENTRÉES



ASPERGES SAUCE MOUSSELINE

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 35 min

1,5 kg d'asperges • 3 jaunes d'œufs • 1 cuil. à soupe de crème fraîche • 125 g de beurre • 1 citron • sel, poivre

Réalisation

Pelez les asperges avec un couteau économe et coupez la partie fibreuse : les asperges doivent être mangées entièrement. Faites bouillir de l'eau salée dans une grande casserole, plongez les asperges en plaçant les têtes du même côté. Laissez-les cuire 30 minutes environ. Retirez-les avec une écumoire et laissez-les égoutter sur un linge.

Pendant ce temps, préparez la sauce : faites fondre le beurre. Pressez le citron et réservez le jus. Mettez les jaunes d'œufs dans une petite casserole, ajoutez 1 cuillerée à soupe d'eau, du sel et du poivre. Mélangez au fouet et mettez sur feu très doux jusqu'à épaississement.

Retirez du feu, versez peu à peu le beurre fondu sans cesser de fouetter. Remettez sur feu doux pendant 3 minutes, puis ajoutez la crème fraîche et le jus de citron. Déposez les asperges sur un torchon placé sur un plat, servez la sauce en saucière.

BRIOCHES FARCIES AU ROQUEFORT

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 10 min

4 brioches individuelles • 60 g de roquefort • 4 cuil. à soupe de crème fraîche • 1 cuil. à soupe de cognac • poivre du moulin

Réalisation

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Retirez la tête des brioches, creusez-les légèrement en prenant soin de ne pas les percer. Dans un bol, mélangez le fromage et la crème. Ajoutez le cognac. Poivrez. Remplissez les brioches avec cette préparation. Posez les chapeaux par-dessus et passez au four pendant 10 minutes pour réchauffer les brioches.

COCKTAIL D'AVOCATS AUX CREVETTES

4 pers. Préparation : 20 min Réfrigération : 2 h

2 avocats à point • 200 g de crevettes cuites décortiquées
• 1 cuil. à soupe de ketchup • 1 cuil. à soupe de moutarde
• 1 jaune d'œuf • 6 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel, poivre

Réalisation

Dans un saladier, mélangez la moutarde, le jaune d'œuf, du sel et du poivre. Avec un batteur, montez en mayonnaise en versant l'huile au fur et à mesure. Une fois la mayonnaise prise, ajoutez le ketchup. Ouvrez les avocats en deux, ôtez le noyau puis retirez la chair avec une cuillère parisienne et mélangez-la à la mayonnaise. Ajoutez les crevettes. Mélangez délicatement. Remplissez les avocats vides avec cette préparation. Mettez au frais au moins 2 heures avant de servir.

CROQUETTES AU FROMAGE

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 10 min

90 g de farine • 80 g de beurre • 50 cl de lait • 2 jaunes d'œufs
• 150 g de gruyère râpé • 6 cuil. à soupe de chapelure • huile
de friture • sel, poivre

Réalisation

Préparez une béchamel épaisse : faites fondre le beurre dans une casserole, saupoudrez de farine et faites cuire en mélangeant pendant 3 minutes. Ajoutez peu à peu le lait sans cesser de remuer, salez, poivrez. Laissez épaissir. Hors du feu, incorporez le fromage râpé et les jaunes d'œufs. Laissez refroidir. Façonnez cette pâte en un boudin long et fin, détaillez-le en tronçons de 3 cm de long. Versez la chapelure dans une assiette creuse. Passez les croquettes dans la chapelure, puis faites-les frire dans l'huile très chaude. Déposez les croquettes sur un papier absorbant, puis sur le plat de service.

CROÛTES AUX CHAMPIGNONS

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

250 g de champignons • 1 cuil. à soupe de farine • 10 cl de lait
• 2 jaunes d'œufs • 80 g de beurre • 70 g de gruyère râpé
• 4 larges tranches de pain de mie • sel, poivre

Réalisation

Lavez, essuyez et émincez les champignons. Faites fondre 40 g de beurre dans une casserole, et faites revenir les champignons à feu doux jusqu'à ce que l'eau rendue soit évaporée. Salez, poivrez et réservez. Dans une autre casserole, préparez une béchamel : faites fondre le reste de beurre, saupoudrez de farine, mélangez bien puis versez le lait en filet sans cesser de mélanger. Salez, poivrez et retirez du feu. Ajoutez les champignons. Tartinez les tranches de pain de mie de béchamel aux champignons, disposez dessus un peu de fromage râpé et passez sous le gril pendant 5 minutes pour faire gratiner. Servez très chaud.

FRIANDS

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 25 min

2 rouleaux de pâte feuilletée • 250 g d'échine de porc
• 250 g d'épaule de veau • 150 g de jambon de Paris
• 100 g de lard gras • 1 échalote • 2 branches de thym • 1 jaune
d'œuf • 2 cuil. à soupe de lait • 2 cuil. à soupe de cognac
• 10 g de beurre • sel, poivre

Réalisation

Épluchez l'échalote. Hachez ensemble le porc, le veau, le jambon, le lard et l'échalote. Mettez ce hachis dans une terrine, ajoutez le thym effeuillé, du sel, du poivre et le cognac. Mélangez bien. Préchauffez le four à 240 °C (th. 8). Disposez la pâte feuilletée sur un plan de travail. Coupez dans la pâte quatre carrés. Façonnez la farce en quatre boudins, mettez chacun d'eux dans un carré de pâte, repliez-les et soudez les bords en les pinçant avec les doigts. Battez le jaune d'œuf avec le lait, badigeonnez les friands au pinceau avec ce mélange. Pratiquez quelques entailles avec la pointe d'un couteau sur le dessus des friands.

Déposez-les sur la plaque du four légèrement beurrée et faites cuire 15 minutes environ, puis dès que la pâte est dorée, baissez la température du four à 180 °C (th. 6). Faites cuire encore 10 minutes. Laissez légèrement tiédir avant de servir.

GRATIN DE QUENELLES

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

4 grosses quenelles de brochet • 1 boîte de bisque de homard
• 2 oignons • 2 gousses d'ail • 2 pincées de piment de Cayenne
• 1 branche de thym • 1 feuille de laurier • 3 cuil. à soupe
d'huile d'olive • sel, poivre

Réalisation

Épluchez l'ail et les oignons, hachez-les. Faites chauffer l'huile d'olive dans une casserole, faites revenir le hachis, ajoutez le thym effeuillé et la feuille de laurier brisée en quelques éclats. Dès que l'ail et l'oignon sont dorés, versez la bisque, ajoutez le piment de Cayenne et

réchauffez jusqu'au premier bouillon. Préchauffez le four à 240 °C (th. 8). Faites pocher les quenelles dans de l'eau bouillante salée pendant 2 minutes, égouttez-les bien puis déposez-les dans un plat à gratin. Versez dessus la sauce et passez au four pendant 5 minutes environ. Servez très chaud.

GRATINÉE À L'OIGNON

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 30 min

500 g d'oignons • 30 g de beurre • 150 g de fromage râpé
• 2 cubes de bouillon de bœuf • 1/3 de baguette rassise • sel,
poivre

Réalisation

Épluchez les oignons, émincez-les et faites-les revenir dans le beurre jusqu'à ce qu'ils soient transparents. Reconstituez le bouillon en versant 1 litre d'eau bouillante sur les cubes. Mouillez les oignons avec le bouillon, vérifiez l'assaisonnement, salez et poivrez si néces-

saire. Versez ce potage dans quatre bols individuels. Coupez le morceau de baguette en tranches, répartissez-les dans les bols, saupoudrez de fromage râpé et faites gratiner environ 10 minutes. Servez bien chaud.

L'astuce de mamie : pour une préparation rapide, utilisez des oignons émincés surgelés.

ŒUFS COCOTTE DE MA GRAND-MÈRE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 15 min

4 œufs • 100 g de crevettes roses décortiquées • 50 g de champignons blancs • 2 échalotes • 25 cl de crème fraîche • 4 cl de cognac • 25 g de beurre • sel, poivre

Réalisation

Lavez, essuyez les champignons et émincez-les finement. Épluchez les échalotes et hachez-les. Rincez et égouttez les crevettes. Faites revenir les champignons, les crevettes et les

échalotes dans le beurre pendant 5 minutes. Salez, poivrez et arrosez de cognac. Flambez. Ajoutez la crème et donnez un bouillon. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Graissez légèrement quatre ramequins, cassez un œuf dans chacun d'eux. Versez 2 cm de hauteur d'eau bouillante dans un plat à four, mettez-y les ramequins et faites cuire au bain-marie pendant environ 6 minutes. Versez la sauce sur les œufs et servez immédiatement.

ŒUFS MIMOSA

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 10 min

6 œufs • 1 bol de mayonnaise • quelques feuilles de laitue

Réalisation

Faites durcir les œufs dans de l'eau bouillante pendant 10 minutes. Mettez-les dans un saladier d'eau froide, puis écalez-les. Laissez-les refroidir. Coupez-les en deux dans le sens de la longueur et ôtez délicatement le jaune avec