

Héloïse Martel

Les meilleures recettes classiques

130 recettes de famille incontournables
à connaître par cœur !



FIRST
Editions

Les meilleures recettes classiques

Héloïse Martel

FIRST
 Editions

© Éditions First, 2009

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 2009

Mise en page : KN Conception

Conception couverture : Olivier Frenot

Éditions First

60, rue Mazarine

75006 Paris

Tél. : 01 45 49 60 00

Fax : 01 45 49 60 01

E-mail : firstinfo@efirst.com

Site internet : www.editionsfirst.fr

ISBN numérique : 978-2-7540-2888-2

Introduction

Vous appréciez le mariage des saveurs, les alliances salées-sucrées, la force des épices et la découverte des cuisines venues d'ailleurs ? Aujourd'hui, la gastronomie n'a plus de frontières. Mais n'aimez-vous pas aussi retrouver le parfum des plats de tradition, ceux que cuisinaient nos arrière-grands-mères ? Chaque famille avait sa recette, jalousement gardée au cœur d'un livre de cuisine manuscrit d'une belle écriture penchée, que l'on se transmettait de mère en fille.

On ne parlait pas de calories, ni d'allégés. On dévorait la crème à la petite cuillère, comme les confitures maison, en toute bonne conscience. Tout ou presque était bio, la planète n'avait pas commencé à se réchauffer.

Les plats étaient souvent riches, mais tellement bons ! Les déjeuners du dimanche étaient une fête pour les papilles, un moment de pur bonheur gastronomique.

Vous avez la nostalgie d'un faisan sur canapé, d'une truite meunière, de croquettes de pommes de terre, de pommes bonne femme ? Vous avez envie de découvrir la saveur riche d'un tournedos Rossini, ou la simplicité de poireaux vinaigrette ou encore l'arôme d'une terrine de foies de volaille maison ? Retrouvez dans ce Petit Livre plus de 120 recettes choisies parmi les grands classiques de la cuisine française, qui font partie de notre patrimoine culturel et transmettez à vos enfants et à vos amis ce précieux héritage. Ils vont adorer !

ENTRÉES



ASPERGES À LA POLONAISE

4 pers. **Préparation : 10 min** **Cuisson : 45 min**

1 kg d'asperges • 2 œufs • 50 g de beurre • 50 g de chapelure blonde • 2 branches de persil • sel

Réalisation

Pelez les asperges avec un couteau économe, coupez le bout filandreux, attachez-les avec du fil de cuisine et plongez-les dans une casserole d'eau salée en ébullition. Laissez-les cuire pendant 20 à 30 minutes selon leur grosseur. Vérifiez la cuisson en plantant un couteau dans la tige. Retirez-les délicatement de la casserole et déposez-les sur un torchon plié.

Pendant la cuisson des asperges, faites cuire les œufs pendant 10 minutes dans de l'eau bouillante, rafraîchissez-les, égalez-les. Effeuillez le persil. Hachez-le avec les œufs. Faites fondre le beurre sans le laisser prendre couleur, ajoutez la chapelure, laissez cuire 2 minutes. Disposez les asperges sur le plat de service, recouvrez les pointes de hachis et de beurre à la chapelure.

BOUCHÉES À LA REINE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 12 min

4 fonds de bouchée à la reine (en boulangerie ou en supermarché) • 250 g de poulet cuit • 50 g de farine • 50 cl de lait • 3 jaunes d'œufs • 30 g de beurre • 100 g de gruyère râpé • sel, poivre, noix de muscade

Réalisation

Réchauffez les bouchées au four à 150 °C (th. 5) pendant 10 minutes. Pendant ce temps, préparez une béchamel : faites fondre le beurre dans une casserole, saupoudrez-le de farine, laissez cuire pendant 3 minutes en mélangeant, puis arrosez avec le lait sans cesser de fouetter jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse. Hors du feu, incorporez les jaunes d'œufs, le gruyère râpé, du sel, du poivre et une bonne pincée de noix de muscade.

Coupez le poulet en petits dés, ajoutez-le à la sauce. Répartissez cette garniture dans les bouchées et servez immédiatement.

Notre conseil : vous pouvez remplacer le poulet par des petites quenelles de volaille et des champignons.

BROUILLADE AUX TRUFFES

4 pers. Préparation : 5 min Cuisson : 15 min

6 œufs • 1 petit bocal de pelures de truffe • 2 cuil. à soupe de crème liquide • 80 g de beurre • sel, poivre

Réalisation

Cassez les œufs, fouettez-les dans un saladier avec la crème liquide, un peu de sel et de poivre et le jus des pelures de truffe. Faites fondre le beurre dans une casserole sans le laisser colorer. Placez cette casserole dans un bain-marie frémissant. Versez les œufs et faites cuire en mélangeant au fouet sans cesse jusqu'à ce que le mélange devienne crémeux. Retirez la casserole du bain-marie. Répartissez les œufs sur quatre petites assiettes et déposez des pelures de truffe dessus.

Notre conseil : servez avec des demi-tranches de pain de mie revenues dans un peu de beurre.

CROÛTES AU GRUYÈRE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 5 min

4 tranches de pain de mie • 150 g de gruyère râpé • 1 œuf
• 4 cl de vin blanc • 50 g de beurre • sel, poivre

Réalisation

Beurrez les tranches de pain de mie. Dans un bol, battez à la fourchette le fromage avec l'œuf et le vin blanc, un peu de sel et de poivre. Tartinez les tranches de pain avec cette préparation, déposez-les dans un plat à four et faites gratiner sous le gril pendant 5 minutes. Servez bien chaud.

GRATINÉE AUX OIGNONS

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 25 min

800 g d'oignons • 1 l de bouillon de bœuf • 40 g de beurre • 200 g de gruyère râpé • ½ baguette de pain • sel, poivre

Réalisation

Pelez et émincez finement les oignons. Faites fondre le beurre dans une casserole, mettez les oignons

et faites-les fondre à feu doux pendant 5 minutes. Arrosez-les de bouillon, salez, poivrez et laissez cuire pendant 15 minutes. Répartissez le bouillon aux oignons dans quatre bols allant au four. Coupez le pain en tranches fines, déposez-les dans les bols et saupoudrez de gruyère râpé. Passez sous le gril pendant 5 minutes et servez aussitôt.

Notre conseil : prenez des oignons surgelés si vous redoutez l'épluchage des oignons frais.

ŒUFS COCOTTE À L'OSEILLE

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 10 min

4 œufs • 200 g d'oseille • 25 cl de crème fraîche • 20 g de beurre + 10 g pour les ramequins • sel, poivre

Réalisation

Épluchez l'oseille, lavez-la et faites-la revenir dans le beurre avec un peu de sel et de poivre. Dès que l'oseille a fondu, ajoutez la crème. Mélangez et maintenez au chaud.

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6) et préparez un bain-marie. Graissez les ramequins, cassez un œuf

dans chacun d'eux. Faites cuire au bain-marie pendant environ 6 minutes. Surveillez la cuisson : le blanc doit être pris, mais le jaune doit rester liquide. Répartissez la crème à l'oseille dans les ramequins. Servez très chaud.

ŒUFS EN GELÉE AU JAMBON

4 pers. Prép. : 10 min Cuisson : 10 min Réfrigération : 3 h

4 œufs • 1 tranche de jambon de Paris • 1 sachet de gelée instantanée • ½ bouquet d'estragon • 6 feuilles de laitue

Réalisation

Préparez la gelée selon les indications portées sur le paquet. Faites couler 5 mm de gelée froide au fond de quatre moules individuels et faites prendre au réfrigérateur. Pendant ce temps, faites cuire les œufs mollets à l'eau bouillante pendant 7 minutes. Rafraîchissez-les, égalez-les. Hachez l'estragon. Coupez le jambon en lanières.

Placez dans chaque moule un peu d'estragon, des lanières de jambon, un œuf, remplissez de gelée et faites prendre au réfrigérateur pendant au moins

3 heures. Démoulez délicatement les œufs dans des petites assiettes garnies de salade verte ciselée.

ŒUFS MIMOSA

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 10 min

6 œufs + 1 jaune • 1 cuil. à café de moutarde forte • 10 cl d'huile de colza • 1 botte de ciboulette • sel, poivre

Réalisation

Faites durcir les œufs entiers pendant 10 minutes dans de l'eau bouillante, rafraîchissez-les, écalez-les. Coupez-les en deux, retirez les jaunes, mettez-les dans une terrine. Préparez la mayonnaise en fouettant au batteur le jaune d'œuf avec la moutarde, du sel, du poivre et l'huile versée en filet. Ciselez la ciboulette.

Mélangez les jaunes d'œufs avec la mayonnaise et la ciboulette, farcissez-en les demi-œufs. Servez frais.

Notre conseil : vous pouvez ajouter des miettes de thon ou des anchois pilés à la mayonnaise.

PAMPLEMOUSSES AU CRABE

4 pers. Préparation : 20 min

2 pamplemousses • 1 boîte de miettes de crabe au naturel
• 1 citron • 2 cuil. à soupe de crème fraîche épaisse • sel,
poivre

Réalisation

Coupez les pamplemousses en deux, détachez les quartiers de fruit avec un couteau incurvé, mettez-les dans un saladier au fur et à mesure. Retirez les peaux blanches des écorces, essuyez-les et déposez-les sur un plat de service.

Pressez le citron, versez le jus dans un saladier, ajoutez le crabe, salez, poivrez, mélangez, puis incorporez enfin la crème. Mélangez de nouveau et répartissez dans les écorces de pamplemousse. Servez bien frais.

TARTE À L'OIGNON

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 40 min

1 fond de pâte brisée • 3 œufs • 20 cl de lait • 700 g d'oignons
• 50 g de gruyère râpé • 1 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel,
poivre

Réalisation

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Épluchez et émincez les oignons, faites-les fondre à feu doux dans l'huile. Battez les œufs en omelette, salez, poivrez, ajoutez le lait puis les oignons.

Garnissez un moule à tarte de pâte, versez dessus la préparation aux oignons, saupoudrez de fromage râpé et faites cuire pendant 30 minutes. Servez chaud ou tiède.

TERRINE DE FOIE GRAS DE CANARD

4/6 pers. Préparation : 10 min Marinade : 3 jours

Cuisson : 12 min Réfrigération : 12 h

1 foie gras de canard cru de 800 g environ • 2 cuil. à soupe de gros sel • 20 cl de porto rouge • 4 cl d'armagnac • 1 cuil. à café de poivre gris moulu • 1 cuil. à café de quatre-épices • 1 crêpine • 1 sachet de gelée instantanée

Réalisation

Salez le foie gras sur toutes ses faces, mettez-le dans une jatte, recouvrez-la de film alimentaire et laissez au frais pendant 24 heures.

Rincez le foie, essuyez-le. Mettez-le dans un saladier avec le poivre, le quatre-épices, l'armagnac et le porto, retournez-le délicatement pour qu'il soit bien enduit de marinade et couvrez le saladier d'un film alimentaire. Laissez reposer au frais pendant 48 heures.

Rincez la crêpine sous l'eau courante, égouttez-la et enveloppez le foie dedans. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Reconstituez la gelée en ajoutant le liquide de la marinade. Placez le foie dans une terrine, recouvrez-le de gelée au porto. Placez la terrine dans un bain-marie frémissant et mettez au four.