

Recettes chic et choc

Thomas Feller

150 recettes simplissimes
qui feront un effet bœuf !



FIRST
Editions

Recettes chic et choc

Thomas Feller

FIRST
 Editions

© Éditions First, 2010

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 : 4^e trimestre 2010

Édition : Aurélie Starckmann

Mise en page : **ReskatoЯ** 

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 : 978-2-7540-2822-6

Introduction

Vous ne vous appelez pas Alain Ducasse, Pierre Gagnaire, Paul Bocuse ou Michel Bras?

Et pourtant, vous aimeriez cuisiner comme un grand chef tout en faisant plaisir à vos convives, dans votre cuisine à vous, avec peu de techniques et peu d'ingrédients.

Eh bien, ce n'est pas un problème! Pas la peine, pour se régaler, d'avoir un grand chapeau blanc qui donne l'air d'un drôle de Coton-Tige, ni même d'avoir passé les 40 dernières années de sa vie à se battre bec et ongles dans une cuisine qui ressemble plus à une grotte qu'à un lieu de vie.

Ce dont vous avez besoin, c'est de ce Petit Livre, d'un peu de motivation, et surtout de l'envie de partager et de faire plaisir.

Les recettes de ce livre sont toutes simples, faciles à réaliser avec des produits courants. Assurez-vous

simplement de toujours choisir des ingrédients de qualité, qui créeront la surprise et l'émotion lorsque vous ferez déguster vos préparations.

C'est en effet sur ce point que se fait la différence entre ce que vous mangez chez les restaurateurs et ce que l'on a dans nos réfrigérateurs. Les chefs (du moins les bons) ne choisissent que des produits de qualité, qui, déjà à l'état brut, sont excellents. N'oubliez jamais que la base, le socle fondateur de la cuisine, c'est la qualité des produits.

Une confiture de fraises faite avec des fraises moyennes et un sucre blanc de base sera bien moins bonne qu'une confiture réalisée avec des Mara des bois mûres et de la cassonade.

Maintenant, prenez du plaisir, cuisinez bien et bon appétit!

«T'as la recette chic, t'as la recette choc.»

MISES EN BOUCHE AU BOUT D'UNE PIQUE



MAGRET FUMÉ ET POMELOS

4 pers. Préparation : 10 min

1 pamplemousse rose • 1 magret de canard fumé tranché
• poivre du moulin

Réalisation

Coupez les bouts ronds du pamplemousse. Posez-le à plat puis, à l'aide d'un couteau, découpez la chair en retirant toute la partie blanche de la peau. Toujours à l'aide de votre couteau, et en suivant les membranes, détachez les quartiers de pamplemousse. Séparez les tranches de magret de canard fumé et retirez les $\frac{2}{3}$ du gras. Sur de petites brochettes, piquez 1 quartier de pamplemousse, puis, en formant 1 vague, 1 tranche de magret fumé. Poivrez légèrement et servez aussitôt.

Notre conseil : vous pouvez réaliser la même recette avec des oranges ou un très bon lard fumé.

CONCOMBRE CROQUANT, ANCHOIS MARINÉS

4 pers. Préparation : 10 min Repos : 1 h

1 concombre • 1 vingtaine d'anchois marinés au vinaigre
• 1 brin de menthe • sel • poivre

Réalisation

À l'aide d'une cuillère parisienne, faites des billes de concombre en laissant la peau. Mettez les billes dans un grand bol et salez-les. Laissez reposer pendant 1 heure. Effeuiliez la menthe puis, à l'aide d'un couteau ou de ciseaux, coupez-la en fins bâtonnets. Égouttez les anchois. Sur de petites brochettes, piquez 1 bille de concombre puis, en vague, 1 filet d'anchois. Poivrez légèrement, saupoudrez de menthe et servez aussitôt.

Notre conseil : ajoutez sur vos brochettes des cubes de fromage de type feta.

TOMATES CONFITES, MOZZARELLA

4 pers. Préparation : 10 min

1 douzaine de tomates confites • 1 douzaine de petites billes de mozzarella di bufala • 1 douzaine de crevettes roses cuites • 1 brin de basilic • poivre du moulin

Réalisation

Décortiquez les crevettes. Égouttez la mozzarella et les tomates confites. Essuyez-les à l'aide de papier absorbant. Effeuiliez le basilic, puis, à l'aide d'un couteau ou de ciseaux, coupez-le en fins bâtonnets. Sur de petites brochettes, piquez 1 pétale de tomate confite, 1 bille de mozzarella et 1 crevette rose. Poivrez légèrement, saupoudrez de basilic et servez aussitôt.

Notre conseil : vous pouvez remplacer les crevettes par des olives noires à la grecque.

GAMBAS, MANGUE

4 pers. Préparation : 10 min

1 mangue mûre • 1 vingtaine de gambas cuites • 3 brins de coriandre • 1 petit piment vert pas trop fort

Réalisation

Décortiquez les gambas en conservant la carapace autour de la queue. Épluchez, à l'aide d'un économe, la mangue puis, avec un couteau, retirez la chair se trouvant tout autour du noyau. Découpez la chair de la mangue en gros cubes d'environ 1 cm de côté. Effeuillez la coriandre. Coupez le piment en 2 dans le sens de la longueur, retirez les graines et les membranes blanches se trouvant à l'intérieur. Coupez ensuite la chair en petites lamelles. Sur de petites brochettes, piquez 1 gamba, 1 dé de mangue, saupoudrez de coriandre et de piment. Servez aussitôt.

Notre conseil : vous pouvez remplacer la mangue par de l'ananas frais.

CUBES DE LOTTE AU JAMBON SEC ET TOMATES CONFITES

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 4 min

300 g de queue de lotte • 1 quinzaine de tomates confites
• 4 tranches de jambon cru italien • poivre

Réalisation

Découpez le poisson en cubes d'1,5 à 2 cm de côté. Posez les tranches de jambon italien à plat sur une planche et coupez-les en bandes larges de 2 cm de côté. Égouttez les tomates confites. Enroulez le poisson dans le jambon cru. Sur de petites brochettes, piquez 1 pétale de tomate confite, puis 1 cube de lotte enroulé de jambon.

Dans une poêle antiadhésive, faites cuire les brochettes de lotte 3 à 4 minutes de chaque côté. Poivrez, puis laissez tiédir quelques minutes avant de servir.

Notre conseil : vous pouvez remplacer la lotte par de l'espadon ou du thon blanc.

BILLES DE COURGETTE, PIMENT ET MOZZARELLA

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 5 min

2 courgettes • 1 douzaine de petite billes de mozzarella di bufala • sel • piment d'Espelette

Réalisation

À l'aide d'une cuillère parisienne, faites des billes de courgette. Égouttez la mozzarella. Dans une casserole remplie d'eau bouillante salée, faites cuire les billes de courgette pendant 5 minutes. Égouttez-les, puis essorez-les sur du papier absorbant. Sur de petites brochettes, piquez 1 bille de courgette, puis 1 bille de mozzarella, puis 1 courgette. Salez et saupoudrez de piment d'Espelette.

COPPA, CERISES ET FROMAGE

4 pers. Préparation : 10 min

1 dizaine de tranches de coppa • 1 vingtaine de cerises • 100 g de fromage de brebis • poivre

Réalisation

Découpez les tranches de coppa en 2. Ôtez la queue des cerises et découpez le fromage en dés d'1 cm de côté. Sur de petites brochettes, piquez 1 cerise,

1 demi-tranche de coppa pliée en accordéon et 1 cube de fromage. Poivrez légèrement et servez aussitôt.

Notre conseil : vous pouvez remplacer la coppa par de la viande des Grisons, les cerises par du raisin blanc, et le fromage de brebis par du gruyère suisse.

CUBES DE THON, POIREAUX CARAMÉLISÉS

4 pers. Préparation : 15 min Cuisson : 15 min

300 g de thon blanc • 4 petits poireaux • 15 g de beurre
• 1 cuil. à café de cassonade • sel • poivre

Réalisation

Retirez le vert des poireaux et nettoyez-les afin d'enlever toute la terre. Dans une petite poêle, faites fondre le beurre, puis faites dorer les blancs de poireaux pendant 1 à 2 minutes. Versez alors un petit verre d'eau, couvrez les poireaux, et laissez cuire 10 minutes à feu doux. Retirez le couvercle, saupoudrez les poireaux de cassonade et poursuivez la cuisson 2 à 3 minutes sans cesser de remuer.

Découpez le thon en cubes d'1,5 à 2 cm de côté. Coupez ensuite les blancs de poireaux en 4 parts égales. Sur des piques à brochettes, enfiler 1 cube

de thon et 1 tronçon de poireau. Dans une poêle, faites cuire les brochettes 1 à 2 minutes de chaque côté. Salez, poivrez et servez aussitôt.

Notre conseil : vous pouvez remplacer le thon par du saumon.

FOIE GRAS ET ABRICOTS MOELLEUX, POIVRE LONG

4 pers. Préparation : 10 min

2 tranches de foie gras mi-cuit • 1 dizaine d'abricots moelleux
• 1 gousse de poivre long • fleur de sel

Réalisation

Coupez les abricots en 2 dans l'épaisseur. Détaillez le foie gras en cubes d'1 cm de côté. Disposez 1 morceau de foie gras sur chaque moitié d'abricot. Râpez un peu de poivre long au-dessus et saupoudrez d'un peu de fleur de sel. Piquez le tout sur des petites brochettes avant de servir.

Notre conseil : vous pouvez remplacer les abricots moelleux par des pruneaux ou des dattes.

ARTICHAUTS, RAVIOLES DE ROYAN ET CHORIZO

4 pers. Préparation : 10 min Cuisson : 2 min

1 plaque de ravioles de Royan • 200 g d'artichauts à l'huile
• 1 douzaine de tranches de chorizo

Réalisation

Égouttez les artichauts et, s'ils sont gros, coupez-les en 2 ou en 4. Faites cuire les ravioles pendant 2 minutes dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les rapidement et séchez-les à l'aide de papier absorbant. Sur de petites brochettes, piquez 1 morceau d'artichaut, ajoutez 1 ou 2 ravioles, et terminez par 1 tranche de chorizo.

SAUMON CRU MARINÉ AUX ALGUES ET SÉSAME, RADIS BLANC

4 pers. Préparation : 10 min

2 pavés de saumon sans la peau • 1 radis blanc • 1 cuil. à café de sésame blanc • 1 cuil. à café de mélange d'algues séchées (dans les épiceries ou les magasins de produits biologiques) • 1 cuil. à soupe de vinaigre de riz • sel • poivre

Réalisation

Épluchez le radis blanc à l'aide d'un économe et coupez-le en fines rondelles. Coupez le saumon en

cubes de 2 cm de côté et épongez-le à l'aide de papier absorbant. Dans un bol, mélangez le sésame, un peu de sel, de poivre et le mélange d'algues. Humidifiez légèrement les cubes de saumon avec le vinaigre de riz avant de les plonger dans le bol de sésame. Posez ensuite chaque cube sur 1 rondelle de radis blanc et piquez le tout sur des petites brochettes. Servez aussitôt.

Notre conseil : servez vos brochettes avec un peu de sauce soja et de wasabi.

CUBES DE MAGRET LAQUÉ, RONDELLES DE CAROTTE ET RADIS

4 pers. Préparation : 15 min Marinade : 1 h Cuisson : 20 min

1 magret de canard • 1 verre de sauce soja • 1 cuil. à soupe de miel • 1 pincée d'épices à pain d'épice • 1 carotte • 4 radis roses

Réalisation

Dans une assiette creuse, versez la sauce soja, le miel et les épices. Mélangez bien et faites-y mariner le canard pendant 1 heure en le retournant aussi souvent que possible. Épluchez la carotte, coupez-la en rondelles