

Cuisine Actuelle

HORS-SÉRIE

Duos gagnants
À chaque
cake ou tarte,
sa salade

**Nos techniques
épatantes
pour décorer
les tartes**

Iconique
La quiche
lorraine de
Paul Bocuse

Façon sandwich
La révolution
des cakes

On a testé

- ✓ 5 façons de cuire à blanc
- ✓ Le match : farine de blé ou farine de riz
- ✓ Pâtes et fruits, les bonnes astuces

7 idées
pour
renouveler
la tarte
du dîner

Tarte
carottes-ricotta

PM PRISMA MEDIA CPPAP

L 16451 - 157 H - F - 4,90 € - RD



Tartes et Cakes

Nos **110** meilleures recettes

TOC

TROUBLE
OBSESSIONNEL
CULINAIRE



USTENSILES
ET MATÉRIEL
DE CUISINE



Chic CUISINE Toc!

RECEVEZ UN CADEAU SURPRISE DANS VOTRE COMMANDE AVEC LE CODE : **KDOACT**

21 boutiques
de cœur de ville en France !

06 Antibes - 06 Nice - 13 Marseille - 17 La Rochelle - 18 Bourges
21 Dijon (ouverture en juin) - 31 Toulouse - 33 Bordeaux - 44 Nantes
49 Angers - 59 Lille - 67 Strasbourg - 68 Mulhouse - 69 Lyon
74 Annecy - 75 Paris - 92 Boulogne-Billancourt - 94 Arcueil*

* Boutique franchisée

SHOP EN LIGNE 🛒

toc.fr

CLICK&COLLECT



40 Quiche lorraine
à la Paul Bocuse



44 Pizza crousti aux fruits



73 Cakissime® Melba
de Nicolas Bernardé



68 Croque-cake saumon
et mâche



Tartes, cakes, pizzas et cie

4 Nos coups de cœur

18 Pour l'apéro

TARTES & QUICHES

20 Les duos gagnants

28 Des tatin
renversantes

32 7 tartes pour
toute la semaine

36 Effets déco

38 À l'heure du thé

40 Comme un chef

44 Tartes new look

PIZZAS

48 Les stars de l'été

15 idées de...

46...Restes de pâte

70...Petits desserts express

CAKES

52 Les duos gagnants

60 7 cakes pour
toute la semaine

64 Autour du café

66 Les bonnes recettes
de Mamie

68 Les nouveaux
cakes

73 Le Cakissime® de
Nicolas Bernardé



Les guides et conseils de Cuisine Actuelle

82 Les tartes
de nos régions

84 Choisir le bon moule

86 Quelle pâte toute
prête faut-il acheter ?

87 Farine de riz
ou farine de blé ?

88 Des recettes sans
allergènes

90 Sélection d'ustensiles

92 Test : bien lester sa pâte

94 Quel fromage utiliser ?

95 Du bon usage des fruits

96 Sélection de rosés

Et aussi...

14 Quoi de neuf ?

42 Envie de déco naturelle

Abonnez-vous vite à tarif préférentiel
ou reportez-vous page 59



Des couleurs qui
claquent, des mariages
inattendus et des
présentations
3 étoiles, vous allez en
épater plus d'un !

Tartes et cakes au top



Sybille

Pour obtenir une présentation parfaite, je laisse dépasser la pâte à l'extérieur du moule et je passe le rouleau à pâtisserie sur le pourtour. La pâte en trop est coupée net et le bord est impeccable. Je ne remplis la tarte qu'aux trois quarts, car la garniture va gonfler lors de la cuisson. Bien rempli c'est beau, mais si c'est trop rempli ça va déborder.



Tarte verte au chèvre frais

⌚ POUR 6 PERSONNES **🕒 PRÉPARATION 30 MIN** **⌚ ATTENTE 2 H** **🕒 CUISSON 35 MIN**

LA PÂTE ■ 1 œuf ■ 250 g de farine ■ 5 cl d'huile d'olive. **LA GARNITURE** ■ 3 bottes de verdure mélangée (roquette, épinards, cresson...) ■ jeunes pousses ■ 4 œufs ■ 10 cl de lait ■ 10 cl de crème liquide ■ 250 g de chèvre frais ■ 1 cuil. à soupe d'huile d'olive ■ 3 cuil. à soupe de graines (tournesol,

haricot mungo, lin...) ■ sel, poivre du moulin.

1. Mélangez les ingrédients de la pâte au robot en ajoutant 5 cl d'eau (ou plus si besoin). Faites une boule et emballez-la dans un film étirable. Réfrigérez-la 2 h.
2. Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte

dans une tourtière. Piquez-la à la fourchette et réservez-la au frais.
3. Rincez et équeutez la verdure. Ciselez-la. Chauffez l'huile dans une poêle et faites-y cuire ces herbes 3 min. Garnissez-en le fond de tarte et éparpillez-y du chèvre émietté (gardez quelques morceaux pour le décor). Battez

les œufs dans un bol avec la crème, le lait, du sel et du poivre. Versez sur la tarte et enfournez pour 30 min.
4. Sortez la tarte du four et laissez-la reposer 15 min. Démoulez-la sur un plat et garnissez-la de jeunes pousses, de graines et de petits morceaux de chèvre. Servez sans attendre.



Sophie

L'été, ce gâteau tout simple et tellement moelleux est l'un de mes favoris. Je le prépare avec des fruits rouges (framboises, cassis, myrtilles ou groseilles), mais aussi avec des abricots et des pêches découpés en dés, ou avec des grains de raisins, des prunes et des mûres. À chaque fois, c'est une vraie réussite !



Cake à la ricotta et aux fruits rouges

 POUR 6 PERSONNES

 PRÉPARATION 20 MIN  CUISSON 40 MIN

- 250 g de fruits rouges
- 1 citron bio ■ 3 œufs
- 20 g de beurre ■ 100 g de crème épaisse
- 300 g de ricotta ■ 150 g de sucre ■ 300 g de farine + 20 g (moule)
- 1 sachet de levure
- 1 pincée de sel.

1. Préchauffez le four à 190 °C. Beurrez et farinez un moule à cake.

2. Passez la ricotta au moulin à légumes côté grille fine. Déposez-la

dans un saladier avec la crème, le zeste râpé du citron, le sucre, les œufs et le sel. Mélangez. Incorporez doucement la farine mêlée à la levure, puis les fruits rouges.

3. Versez la pâte dans le moule. Enfourez et baissez la température à 175 °C. Laissez cuire 40 min (une brochette piquée au centre doit ressortir sèche). Sortez le cake du four, puis démoulez sur une grille.





Marion

Cette tarte est délicieuse un peu tiède après la sortie du four, puis parsemée de parmesan. Je la sers avec une salade de tomates anciennes en mélangeant les variétés et en l'agrémentant d'une très bonne huile d'olive, d'un bon vinaigre de vin et de petites feuilles de basilic.



Tarte rustique aux oignons nouveaux

👤 POUR 6 PERSONNES 🕒 PRÉPARATION 45 MIN ⏱ ATTENTE 2 H 🍳 CUISSON 30 MIN

LA PÂTE ■ 1 œuf

- 125 g de beurre mou
- 2 cuil. à soupe de lait
- 50 g de parmesan râpé
- 250 g de farine
- 1 pincée de sel.

- LA GARNITURE ■ 100 g de jambon blanc en dés ■ 800 g d'oignons nouveaux avec leurs fanes ■ 4 gousses d'ail
- 5 brins de persil ■ 40 g de moutarde ■ 5 cl d'huile d'olive ■ sel.

1. Préparez la pâte.

Mélangez la farine et le beurre découpé en dés en frottant entre vos mains pour obtenir un gros sable. Ajoutez le parmesan, le sel, l'œuf et le lait. Travaillez sans trop insister, juste pour obtenir une pâte homogène. Emballez-la dans un film étirable et laissez-la reposer 2 h au réfrigérateur.

2. Chauffez le four

à 180 °C. Pelez et hachez l'ail. Ciselez le persil. Placez-les dans un bol et recouvrez-les d'huile. Épluchez et émincez les oignons.

3. Étalez la pâte en disque

sur une plaque tapissée d'un papier sulfurisé. Tartinez-la de moutarde et éparpillez les dés de jambon. Étalez les oignons au

centre. Salez, puis répartissez l'huile aux aromates. Rabattez le pourtour de pâte sur les oignons.

4. Glissez la plaque

dans le four et laissez cuire environ 30 min, jusqu'à ce que la pâte soit dorée et que les oignons commencent à caraméliser. Laissez refroidir sur une grille avant de déguster.



Christine

Je fais souvent ces barres pour le goûter des enfants, car c'est sain et rassasiant. Ils adorent ! C'est peu sucré comparé aux goûters industriels. Il m'arrive aussi de les préparer pour le petit déjeuner ou pour un brunch. Je peux les faire à l'avance, car elles se gardent plusieurs jours, bien emballées.

Cake-barres d'avoine aux fraises

🍴 POUR 6 PERSONNES

🕒 PRÉPA 20 MIN 🕒 CUISSON 35 MIN

■ 350 g de fraises
■ 1/2 citron ■ 1 œuf
■ 90 g de crème épaisse ■ 70 g de sucre roux ■ 90 g de farine ■ 1 cuil. à café de levure ■ 1 cuil. à soupe de fécule de maïs ■ 70 g de miel
■ 60 g de pistaches décortiquées ■ 90 g de flocons d'avoine
■ 1 cuil. à café de cannelle ■ 1/2 cuil. à café de sel.

1. Allumez le four sur à 180 °C. Mélangez les flocons d'avoine dans un saladier avec la farine, la levure, le sucre, la cannelle, 40 g de pistaches et le sel. Ajoutez la crème et l'œuf. Mélangez à nouveau et laissez reposer 10 min pour

que les flocons d'avoine gonflent un peu (vous obtenez une pâte grumeleuse). Écrasez 250 g de fraises à la fourchette.

2. Tapissez un moule à cake d'un papier sulfurisé. Tassez-y la moitié de la pâte. Étalez l'écrasée de fraises. Poudrez de fécule et arrosez du jus du citron. Couvrez du reste de pâte. Disposez les fraises restantes découpées en tranches, puis parsemez du reste de pistaches.

3. Enfourez pour environ 35 min, (une brochette piquée au centre doit ressortir sèche). Laissez refroidir. Démoulez le cake et détaillez-le en barres.



Cake glacé pêche Melba

POUR 6 PERS.
PRÉPARATION 30 MIN
CONGÉLATION 4 H
CUISSON 1 H

- 5 pêches bien mûres
- 250 g de framboises
- 4 œufs ■ 200 g de beurre + 15 g (moule)
- 250 g de yaourt à la vanille ■ 8 cuil. à soupe de crème chantilly
- 200 g de sucre ■ 200 g de farine + 15 g (moule)
- 1 sachet de levure chimique ■ sucre glace
- 1 pincée de sel.

1. Pelez 4 pêches et découpez-les en petits morceaux. Posez-les sur un plateau. Placez-les 4 h au congélateur.

2. Préchauffez le four à 180 °C. Beurrez et farinez un moule à cake. Fouettez le beurre et le sucre en un mélange crémeux. Intégrez les œufs un par un en battant entre chaque ajout. Mélangez la farine avec la levure et le sel. Versez-la sur la préparation en mélangeant bien.

3. Versez 2 cm de pâte dans le moule. Couvrez de framboises en prenant soin de ne pas les superposer, puis remplissez du reste de pâte. Enfourez pour 1 h (une brochette piquée dans le gâteau doit ressortir sèche). Démoulez le cake sur une grille. Laissez-le refroidir à l'air ambiant.

4. Creusez le gâteau comme pour un pain surprise en utilisant un couteau-scie. Veillez à conserver une coque d'environ 2 cm d'épaisseur. Placez le cake au congélateur.

5. Mixez les pêches congelées avec le yaourt, puis garnissez le fond de la coque de chantilly. Remplissez de glace à la pêche. Décourez de framboises, d'1 pêche découpée en lamelles et de sucre glace. Servez aussitôt.



Julie

Je prépare souvent ce gâteau à l'avance et je le congèle pour toujours avoir un beau dessert tout prêt. Il faut penser à le réserver au réfrigérateur au début du repas pour que le biscuit décongèle, mais pas la glace. C'est très important, car si le biscuit est congelé, la dégustation sera gâchée.



Marilyne

Dans ma cuisine, j'ai un petit bocal à joint de caoutchouc rempli de raisins secs et de rhum. Il se conserve à l'infini et j'ai toujours des raisins tout prêts pour préparer mes desserts : kouglofs, cakes, glaces, salades de fruits... Pour cela, je renouvelle ceux que j'ai prélevés. Je n'ai alors plus besoin d'attendre pour me régaler, et c'est bien meilleur ainsi !



Tartelettes aux pommes, raisins secs et noix

🕒 POUR 6 PERS. **🕒 PRÉPA 40 MIN**
🕒 ATTENTE 1 H **🕒 CUISSON 30 MIN**

■ 350 g de pâte sablée ■ 4 pommes
■ 150 g de raisins secs ■ 60 g de noix concassées ■ 5 cl de sirop d'érable
■ 5 cl de rhum.

1. Faites tremper les raisins secs le plus longtemps possible dans le rhum (la veille, par exemple).
2. Épluchez les pommes et ôtez les pépins. Découpez-les en dés. Versez dans un récipient et arrosez de sirop d'érable. Ajoutez les raisins secs et le rhum, puis les noix. Laissez reposer 1 h. Égouttez le tout dans une passoire

et versez le jus dans une casserole.

3. Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte et garnissez-en des moules à tartelettes. Remplissez-les de mélange aux pommes, puis enfournez 30 min, jusqu'à ce que la pâte soit dorée et les pommes cuites.
4. Faites réduire le jus dans la casserole jusqu'à obtenir un sirop.
5. Retirez les tartelettes du four et arrosez-les aussitôt de sirop. Démoulez-les et laissez-les refroidir sur une grille avant de les déguster.



Michel

Quand j'ai le temps, je prépare ma pâte sablée maison en y ajoutant 25 g de cacao pour la corser. Je m'amuse avec la garniture : je fais de la ganache au chocolat au lait, et je garnis de noix, noisettes, noix de pécan, éclats de spéculoos ou sablés, raisins secs ou cranberries, et même un peu de piment en flocons ou de poivre noir concassé.



Tarte cowboy au chocolat

🍴 POUR 6 PERSONNES **🕒 PRÉPARATION 30 MIN** **🕒 CUISSON 20 MIN**

- 1 disque de pâte sablée
- 20 g de beurre
- 20 cl de crème liquide
- 200 g de chocolat noir
- 70 g d'amandes entières caramélisées (grandes surfaces)
- 80 g de guimauves
- sel noir.
- LE DÉCOR** ■ 100 g de chocolat noir amer
- 5 cl de whisky.

1. Allumez le four à 180 °C. Garnissez un moule de pâte sablée. Déposez un disque de papier sulfurisé, puis remplissez de haricots secs. Enfouez 15 min. Ôtez le lest et cuisez jusqu'à ce que le fond de tarte soit doré. Démoulez sur une grille.

2. Disposez les guimauves dans un

plat à four et passez-les au chalumeau de cuisine pour les faire caraméliser légèrement.

3. Hachez le chocolat dans une jatte. Portez la crème à ébullition. Versez-la bouillante sur le chocolat en trois fois, en mélangeant bien. Incorporez le beurre et versez sur le fond de tarte. Laissez tiédir et

incrustez de guimauves et d'amandes. Réservez au frais jusqu'à ce que le chocolat se fige.

4. Préparez le décor. Faites fondre le chocolat avec le whisky. Sortez la tarte du réfrigérateur 30 min avant de servir. Saupoudrez-la d'un soupçon de sel noir et dessinez des zigzags de sauce au whisky.

Tarte-cookie aux fruits de la forêt

16 POUR 6 PERSONNES **15** PRÉPARATION 45 MIN

■ 200 g de cerises noires dénoyautées
■ 200 g de mûres ■ 80 g de beurre ■ 250 g de crème de coco froide
■ 2 sachets de sucre vanillé ■ 250 g de cookies au chocolat

■ 40 g de chocolat noir
■ menthe fraîche.

1. Écrasez les cookies en chapelure. Mélangez avec le beurre fondu. Étalez cette préparation en tassant dans un

moule rond tapissé d'un papier sulfurisé, en le faisant remonter sur les bords. Réfrigérez.

2. Mélangez le sucre vanillé avec la crème de coco. Fouettez en chantilly et étalez sur le

fond de miettes. Garnissez de cerises et de mûres.

3. Faites fondre le chocolat et faites-le tomber en zigzags sur la tarte avec une cuillère. Parsemez de menthe.



Isabelle

Cette tarte presque sans cuisson me sauve les jours de canicule ! Pour un fini parfait, il faut tasser les biscuits dans le moule. Pour cela, j'utilise le fond d'un verre large (je m'en sers d'abord comme pilon pour écraser les cookies dans un saladier). C'est plus facile et plus régulier qu'à la main.



Véronique

J'adore servir cette tarte avec des dragées concassées pour ajouter du croquant. Et pour encore plus de gourmandise, je dispose sur chaque part une boule de glace à la vanille ou à la noix de coco.



Pizza briochée tutti frutti

🕒 POUR 4 PERSONNES 🕒 PRÉPARATION 30 MIN 🕒 ATTENTE 1 H 🕒 CUISSON 30 MIN

LA PÂTE ■ 40 g de beurre ■ 2 cuil. à soupe de sucre ■ 300 g de farine ■ 1 sachet de levure de boulanger ■ sel. **LA GARNITURE** ■ 300 g de fruits rouges ■ 1/2 citron bio ■ 3 œufs ■ 15 cl de crème fraîche ■ 200 g de fromage blanc ■ 2 cuil. à s. de sucre glace ■ 100 g de sucre en poudre ■ 1 cuil. à café de féculé de maïs.

1. Diluez la levure dans 20 cl d'eau tiède avec le sucre. Mélangez la farine et 2 pincées de sel dans un saladier. Incorporez la levure délayée et le beurre fondu en pétrissant jusqu'à obtenir une pâte homogène. Façonnez une belle boule et couvrez-la d'un linge. Laissez-la reposer au moins 1 h à température ambiante.

2. Préchauffez le four à 240 °C. Étalez la pâte et garnissez-en un moule antiadhésif équipé d'un fond amovible. Tapissez de papier de cuisson et lestez de légumes secs. Enfourez pour 10 min. **3.** Mixez le fromage blanc avec la crème fraîche, les œufs, le zeste du citron, le sucre en poudre, la féculé et 1 pincée de sel.

4. Baissez la température du four à 180 °C. Retirez le papier de cuisson. Versez la crème citronnée sur la pâte et réenfourez 20 min. **5.** Triez les fruits et roulez-les sur du papier absorbant humidifié. Répartissez-les sur la préparation à la crème tiédie et parsemez de sucre glace avant de servir.

Tarte-pizza aux poivrons et à la mozzarella

🍴 POUR 4 PERSONNES 🕒 PRÉPARATION 45 MIN ⏱ ATTENTE 2 H 🍳 CUISSON 20 MIN

- 2 poivrons rouges
- 2 poivrons jaunes
- 1 brin de basilic
- 2 boules de mozzarella
- 250 g de farine
- 10 cl d'huile d'olive
- sel, poivre du moulin.

1. Faites une fontaine dans la farine. Versez-y 5 g de sel, 15 cl d'eau et

la moitié de l'huile. Pétrissez pour obtenir une pâte homogène. Filmz-la et laissez-la reposer 2 h.

2. Préchauffez le four à 210 °C. Découpez les poivrons en lamelles en ôtant les graines et les cloisons. Détaillez la mozzarella en tranches.

3. Étalez la pâte et garnissez-en une petite plaque tapissée de papier sulfurisé. Recouvrez de lamelles de poivrons et salez légèrement. Arrosez du reste d'huile et enfournez 15 min.

4. Sortez la tarte du four. Garnissez-la de

tranches de mozzarella et réenfournez pour 10 min en surveillant la couleur (la mozzarella ne doit pas colorer).

5. Assaisonnez-la de quelques tours de moulin à poivre à la sortie du four. Parsemez de feuilles de basilic et dégustez aussitôt.



Yann

Cette pâte gagne à reposer. Je la prépare souvent la veille. J'en fais toujours une plus grande quantité, car elle se conserve trois ou quatre jours au réfrigérateur, dans une boîte hermétique, ou plusieurs mois au congélateur. Il suffira de la laisser décongeler plusieurs heures à température ambiante pour qu'elle soit prête à être étalée.



L'AFRIQUE EN KIT

Ancien footballeur professionnel passionné de cuisine, Mahamadou Sylla crée, avec la complicité de la cheffe Anto, des kits de plats aux saveurs africaines. On commence sous les couleurs du Sénégal avec des recettes de mafé, yassa et thiou yapp... emballés dans des fourreaux illustrés de wax, ce tissu coloré très tendance en Afrique.

Tamba, 8 € les 350 g, dans les Intermarchés d'Île-de-France.

A MESA!

Cet ensemble de vaisselle en grès fin, aux douces glaçures bleues et aux formes organiques, est fabriqué artisanalement au Portugal et fait souffler sur la table un air de vacances.

Vaisselle Blue Sk, à partir de 13 €; assiette creuse, 17 €; pichet, 38 €; saladier, 39 €, Casa Estrelita.



Mai-Juin

QUOI DE

Des idées, de bons produits et toutes les

100 % cacao

Entièrement élaboré à partir du fruit du cacaoier et naturellement sucré à la pulpe de cacao, habituellement jetée, ce chocolat, engagé pour la planète et les producteurs, se déguste les yeux fermés. Fondant et intense, il charme par ses notes de fruits secs et son absence d'amertume. Sa longueur en bouche permet à chacun de se faire plaisir sans en abuser.

Incoa, Nestlé chocolat, 2 € la tablette de 68 g, en grandes surfaces.

ON FAIT LE PLEIN DE NUTRIMENTS

Connue depuis 1989 pour ses laits d'amande français, La Mandorle lance des préparations en poudre mariant le lait d'amande à des super-aliments : le curcuma et le matcha. Ajoutez un peu d'eau pour réaliser un latte ou incorporez-les dans une recette sucrée ou salée. Dépourvues de lactose, gluten ou soja, elles conviennent aux allergiques ou intolérants.

La Mandorle, 12,95 € les 400 g (pour 31), dans les magasins bio.





ACCESSOIRE MAIS DURABLE

Malins, ces accessoires
réutilisables en fibre de verre
qui protègent vos
appareils électroménagers
des salissures.

Point Virgule, 4,50 € le set
de 2 sacs en fibre de verre
16 x 16,5 cm; 4,50 € le papier
de cuisson 40 x 33 cm;
9,95 € le panier à four carré
33 x 33 x 2,5 cm, Mathon.



La chasse au gaspi

Pour conserver les aliments cinq fois plus longtemps, on choisit cette pompe sous vide qui aspire l'air d'un simple clic. Silencieuse et sans fil, elle se recharge par port USB. Une collection de boîtes en verre, qui permettent de passer du frigo au four et du four à la table, vient compléter l'achat. Et pour les boissons, on s'équipe du bouchon hermétique sous vide (4,95 €).

Pompe Fresh & Save par Zwilling, 64,95 €, sur le site de la marque.

NEUF ?

nouveautés pour cuisiner en beauté.

Bons et malins

Bravo à ces délicieux smoothies, faits "avec des fruits et rien d'autre". Leurs bouteilles de verre, grâce à une série de bouchons disponibles en ligne, se recyclent à l'infini en bouteilles d'huile ou en moulins à poivre !

True fruits, 4 € les 75 cl, chez Monoprix.



ON DIT OUI !

Acteur incontournable du circuit court en ligne, La Ruche qui dit oui ! lance son réseau de boutiques physiques. S'appuyant sur les valeurs qui ont fait sa réputation, ces magasins proposeront une offre locale et de saison tout en appliquant une rémunération juste pour les producteurs. Une première boutique a déjà ouvert ses portes à Sceaux et une seconde devrait être inaugurée au printemps à Bois-Colombes.

ADRESSES EN FIN DE NUMÉRO

Quoi de neuf ?

Parce que c'est sa fête le 30 mai, on lui offre dans un joli coffret un mignon bol "Maman chérie". Ce bol est accompagné d'une serviette en lin décorée d'une broderie florale et de son rond de serviette en bois gravé (B, 56 € le coffret personnalisé, Maison Roussot). Le mug "ma petite maman d'amour" sera parfait, de son côté, pour qu'elle déguste son café ou son thé en lisant son magazine préféré (C, 15,90 €, Simon-Simone). Et pour les plus gourmandes, ce magnifique tourbillon aux fruits rouges sera la plus irrésistible des déclarations d'amour (A, 22 € pour 4 à 6 personnes, à partir du 28 mai dans les boulangeries Kayser de France).

Maman,
je t'aime !



ON A SAUVÉ LE CAMEMBERT DE NORMANDIE

Il n'y a qu'un seul et unique camembert en Normandie, et c'est celui défini par l'AOP, au lait cru moulé à la louche. Le 1^{er} janvier dernier, après de longs mois de combat, les producteurs du "vrai" camembert ont obtenu gain de cause et ont pu interdire aux industriels d'apposer sur leurs boîtes de fromages au lait pasteurisé la mention, jugée trompeuse pour le consommateur, "fabriqué en Normandie".



Comme les pros

Voici une gamme intensément chocolat, élaborée par la maison Bonnat à Voiron (Isère). Pratique, elle est présentée au format professionnel, en sac refermable d'1 kilo. De quoi apporter les meilleures saveurs cacaotées à vos gâteaux, mousses ou fondants. Palets de chocolat noir (60 ou 75 %) ou au lait, à partir de 36 €, boutique en ligne.





BLUFFANT !

Pour contribuer à la baisse de consommation de viande issue d'élevages intensifs, Guillaume Dubois et Cédric Meston inaugurent la première usine française dédiée à la fabrication de viande végétale. Au menu, des recettes gourmandes de nuggets, de steaks, d'aiguillettes, de haché... à incorporer dans vos recettes ou à réchauffer avec quelques légumes. Servez sans rien dire, ils n'y verront que du feu !

Les Nouveaux Fermiers, à partir de 5 € les 150 g, dans les grandes surfaces et en ligne.

Dégustez l'Italie

Le plus italien des chefs français, Denny Imbroisi, s'est associé à Mammafiore, fournisseur de produits italiens de qualité pour la restauration, et propose d'exquises recettes de pâtes farcies. Des trésors gourmands !

Pasta Così, à partir de 5,50 € les 250 g, chez E. Leclerc, Intermarché et en ligne.



LINGE PROPRE

On adopte ce linge de maison fabriqué 100 % en lin et produit en France à 100 %. Il est tellement élégant qu'avec lui on ne pourra plus dire : "On ne mélange pas les torchons avec les serviettes" !



L'Atelier Païsan, 29 € le pack de 2 serviettes 43 x 43 cm, 19 € le torchon 67 x 53 cm, boutique en ligne et à Paris.



NOMADE

Heureux de profiter de la douceur extérieure, on prolonge la soirée autour d'un brasero au design effilé en acier laqué. Et pendant que les bûches crépitent, les plus gourmands font griller les chamallows.

Brasero Jura, Ø 42,5 cm, H 70 cm, 95 €, Barbecue, en jardinerie, magasins de bricolage et en ligne.

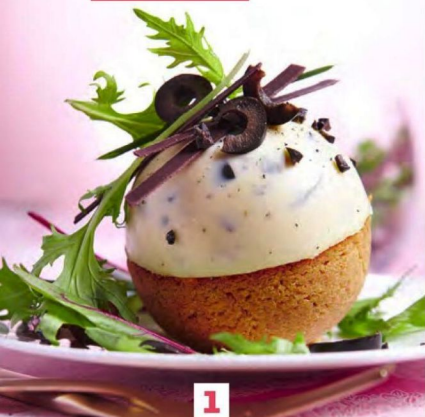


PÉTILLANTES

Naturelles et peu sucrées, on aime ces boissons bio à l'équilibre savoureux. Elles sont fabriquées à partir d'infusions véritables associées à de purs jus de fruits pressés. Avec trois fois moins de sucre qu'un jus de fruits classique, des fruits bio et un goût original, ces cinq recettes légèrement pétillantes désaltèrent sans culpabiliser.

Les infusées, Cœur de pom', 1,95 € les 75 cl, dans les grandes surfaces.

APÉRO



1



2



3

Pour
6 personnes

Mini portions,

Du croustillant tout doré, de la garniture fondante, les tartes et

1. Cheesecakes aux olives

PRÉPA 30 MIN
 CUISSON 10 MIN
 ATTENTE 6 H

1. Préchauffez le four à 180 °C. Mixez 140 g de **biscuits salés Tuc** et mélangez-les avec 120 g de **beurre fondu**. Tassez cette préparation dans 6 moules demi-sphères en silicone (Ø 8 cm) et enfournez pour 10 min. Laissez tiédir et réservez 15 min au congélateur. Démoulez-les.
2. Plongez 3 **feuilles de gélatine** dans de l'eau froide. Dénoyautiez 20 **olives noires** (variété kalamata de préférence) et hachez-en 12. Coupez le reste en rondelles. Portez à ébullition 15 cl de **crème liquide**. Ajoutez 250 g de **chèvre frais** découpé en petits dés et mélangez bien. Hors du feu, incorporez la gélatine essorée. Laissez tiédir et

ajoutez les olives hachées. Garnissez-en 6 moules demi-sphères en silicone et réfrigérez 5 h.
3. Démoulez les demi-sphères au chèvre. Répartissez 6 cuil. à café de **tapenade** sur le côté plat des demi-sphères en biscuit et déposez les demi-sphères au chèvre. Calez-les sur des **jeunes pousses de salade** et décorez d'olives réservées.

2. Feuilletés aux noix et à la persillade

PRÉPA 15 MIN
 CUISSON 15 MIN
 ATTENTE 30 MIN

1. Équeutez 1 bouquet de **persil plat** et hachez-les avec 2 gousses d'ail. Ajoutez 40 g de **beurre**, 50 g de **noix concassées**, 100 g de **cantal râpé** et du **sel**. Étalez sur 1 **pâte feuilletée** rectangulaire (env. 240 g). Roulez-la en

la serrant et enveloppez-la dans un film étirable. Réservez 30 min dans le congélateur.
2. Préchauffez le four à 200 °C. Déballez le rouleau et découpez-le en rondelles d'1,5 à 2 cm. Espacez-les un peu sur une plaque tapissée de papier sulfurisé, puis enfournez pour 15 min. Dégustez tiède.

3. Feuilleté aux épinards

PRÉPA 25 MIN
 CUISSON 45 MIN

1. Hachez 3 **ciboules**. Faites-les fondre dans une sauteuse avec un filet d'**huile d'olive**. Ajoutez 600 g de **pousses d'épinards** et laissez cuire 3 min sur feu vif en mélangeant pour leur faire perdre du volume. Égouttez-les et hachez-les.
2. Préchauffez le four à 180 °C. Mélangez les **épinards** avec 250 g de

feta, 1/2 bouquet de **persil plat** et 1 bouquet **d'aneth** ciselé, du **sel** et du **poivre**. Laissez refroidir.
3. Huilez un plat à gratin. Garnissez le fond avec 3 couches de **feuilles de filo** huilées en les faisant remonter le long des parois. Étalez la farce aux épinards et recouvrez de 3 couches de feuilles de filo huilées. Rentrez les bords du filo à l'intérieur du moule, puis enfournez pour 40 min. Détaillez le feuilleté en carrés et servez chaud ou tiède.

4. Tartelettes-röstis à la salade de saumon

PRÉPA 25 MIN
 CUISSON 30 MIN

1. Plongez 250 g de filet de **saumon** dans une grande casserole d'eau froide et portez lentement à ébullition. Éteignez le feu et laissez reposer.



4



5



6

maxi gourmandises

les quiches en format individuel ont vraiment tout pour plaire.

2. Préchauffez le four à 180 °C. Épluchez et râpez 350 g de **pommes de terre**. Pressez-les dans un linge propre pour en extraire l'excès d'humidité. Mélangez-les dans un saladier avec 200 g de blanc de **poireau**, 1 **œuf**, 1 **échalote** épluchée et émincée, du **sel** et du **poivre**. Tassez cette préparation dans le fond et sur les bords de 4 moules à tartelettes généreusement **beurrés** et enfournez pour 25 à 30 min. Laissez tiédir.

3. Pelez 1 **pamplemousse**. Séparez les quartiers et ôtez la fine peau blanche qui les enveloppe. Coupez-les en trois et mélangez-les bien avec le saumon égoutté et grossièrement émietté, 1 **avocat** pelé détaillé en dés, 1 petit brin d'**estragon** ciselé, du sel et du poivre.

4. Démoulez les fonds de tarte et remplissez-les de préparation au saumon. Dégustez sans attendre.

5. Chaussons frits au bœuf

🕒 **PRÉPA 30 MIN**
🕒 **CUISSON 35 MIN**

1. Mixez 1 bouquet de **persil plat** avec 2 brins d'**origan frais** effeuillés, 3 gousses d'**ail**, 6 cuil. à soupe d'**huile d'olive**, 2 cuil. à soupe de **vinaigre de vin rouge**, 1/2 cuil. à café de **purée de piment** et du **sel**. Réfrigérez.

2. Hachez 3 **oignons nouveaux** avec leur tige verte et faites-les fondre 5 min dans un filet d'**huile**. Ajoutez 300 g de **bœuf** et 12 **olives noires** hachés 1 cuil. à café d'**origan sec**, 1 cuil. à café de **paprika fumé**, 1/2 cuil. à café de **piment moulu**, 1/2 cuil. à café de **cumin** et du sel. Faites cuire 10 min en remuant. Laissez refroidir.

3. Découpez des disques de 12 cm dans 2 rouleaux de **pâte brisée**. Déposez 1 cuil. à soupe de farce au centre. Enduisez les bords

de blanc d'**œuf** et repliez en chaussons. Pincez les bords en les écrasant à l'aide d'une fourchette.

4. Cuisez de l'**huile pour friture** (sur 5 cm de haut) dans une sauteuse, puis faites-y dorer les chaussons par quatre 3 min par face. Égouttez-les et servez-les chauds avec la sauce.

6. Pizzettes aux sardines et zaatar

🕒 **PRÉPA 20 MIN**
🕒 **CUISSON 25 MIN**

1. Faites fondre 2 gousses d'**ail** hachées dans 3 cuil. à soupe d'**huile d'olive**. Ajoutez 40 cl de **coulis de tomates**, 1 cuil. à café de **harissa**, du **sel** et du **poivre**. Laissez mijoter 10 min sans couvrir, jusqu'à ce que la sauce réduise et devienne épaisse. Laissez refroidir complètement.

2. Chauffez le four à 200 °C. Déroulez 2 **pâtes à pizza** et découpez-y 7 ou 8 disques à l'aide

de l'un emporte-pièce. Tartinez-les de sauce et déposez-y 1 **sardine à l'huile** bien égouttée. Répartissez 3 cuil. à café de **zaatar** et enfournez pour environ 15 min. Dégustez bien chaud.

Le zaatar

Ce mélange oriental de plantes aromatiques séchées contient en général du thym, de l'origan, de la sarriette, des graines de sésame moulues, du sumac au goût acidulé et un peu de sel. Très bon avec l'houmous, sur des brochettes de viande ou de légumes, il est facile à faire, car on trouve facilement ses principaux ingrédients. Mais essayez d'acheter du sumac (épicerie orientale), c'est lui qui va lui donner tout son caractère.



Les duos gagnants

Une tarte et son accompagnement, des paires bien choisies pour s'offrir des petits dîners chics ou relax.



Tarte spirale à l'italienne

- POUR 4 PERSONNES**
- PRÉPARATION 30 MIN**
- CUISSON 40 MIN**

- 200 g de pâte brisée
- 2 courgettes vertes
- 2 courgettes jaunes
- 2 carottes violettes
- 2 carottes orange ■ 2 œufs
- 150 g de ricotta ■ 50 g de parmesan ■ 10 cl de coulis de tomates ■ huile (moule) ■ sel, poivre.

1. Épluchez les carottes et découpez-les en longues bandes à l'épluche-légumes. Faites-les ramollir 3 min dans le micro-ondes.

2. Rincez et éboutez les courgettes. Détaillez-les en bandes. Laissez dégorger 5 min dans une passoire avec une pincée de sel et égouttez sur un linge.

3. Chauffez le four à 240 °C. Tapissez de pâte un moule à tarte huilé. Piquez la pâte à l'aide d'une fourchette et badigeonnez-la de coulis de tomates. Garnissez-la de rubans de carottes et de courgettes en spirale en alternant les couleurs.

4. Mixez la ricotta avec les œufs, le parmesan, du sel et du poivre. Versez cette préparation sur les légumes et enfournez pour 15 min. Baissez la température à 180 °C et cuisez encore 20 min. Servez à la sortie du four ou laissez tiédir.

BON À SAVOIR

Faites réchauffer les quiches et les tartes sur une grille dans un four à 200 °C ou sur feu doux dans une poêle antiadhésive avec un couvercle.



SALADE AU MELON ET LÉGUMES RÔTIS

Mélangez 4 tranches de melon pelé et épépiné avec 250 g de brocolis en petits bouquets, 2 courgettes détaillées en rondelles, 1 oignon rouge découpé en lamelles, 2 cuil. à soupe d'huile d'olive, 1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique blanc, 1 cuil. à soupe de miel liquide, du sel et du poivre. Étalez sur un plat et enfournez pour 10-12 min à 210 °C. Laissez tiédir. Mélangez avec 100 g de jeunes pousses, le jus des légumes rendu à la cuisson, 1 cuil. à soupe d'huile d'olive et 1 trait de citron. Salez et poivrez à votre goût.

MENU EXPRESS

SALADE ARLEQUIN À L'ORANGE

Pelez et détaillez en lamelles 1 **betterave** crue. Déposez-les dans un saladier. Ajoutez 2 cuil. à soupe de **vinaigre balsamique blanc**, du **sel** et du **poivre**. Pelez à vif 2 **oranges**. Prélevez les segments et découpez la chair en dés. Récupérez le jus et versez-le dans le saladier. Nettoyez 4 **radis roses** et découpez-les en rondelles. Pelez un morceau de **radis noir** et prélevez des bandes avec un épluche-légumes. Épluchez et émincez 1/2 **oignon rouge**. Ajoutez le tout dans le saladier avec 100 g de **roquette**, du **cerfeuil** ciselé et 2 cuil. à soupe d'**huile d'olive**. Mélangez bien et parsemez de **pinçons**.



Quiche chou du potager

- 👤 POUR 6 PERSONNES
- 🕒 PRÉPARATION 20 MIN
- 🕒 CUISSON 55 MIN

- 1 pâte brisée pur beurre
- 4 choux-raves avec leurs feuilles ■ 2 gousses d'ail
- 1 chèvre frais (env. 125 g)
- 4 œufs ■ 30 cl de crème fraîche ■ 10 cl de lait de chèvre ■ 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ■ 1/2 cuil. à café de thym effeuillé
- sel, poivre.

1. Épluchez le bulbe des choux-raves et découpez-les en dés. Pelez et hachez l'ail. Réunissez le tout dans une sauteuse avec l'huile, du sel et du poivre. Faites cuire 5 min sur feu moyen. Découpez les belles feuilles des choux en lanières. Rincez-les et ajoutez-les dans la sauteuse avec le thym. Couvrez et cuisez 5 min. Laissez tiédir à découvert.

2. Chauffez le four à 210 °C. Déroulez la pâte et tapissez-en un moule à tarte antiadhésif.

3. Battez les œufs. Intégrez la crème fraîche, le lait, le chèvre émietté et le contenu de la sauteuse. Rectifiez l'assaisonnement en sel et en poivre, puis versez cette préparation sur la pâte. Enfournez pour 15 min, puis baissez la température du four à 180 °C et faites cuire encore 30 min.



AU GOÛT DU JOUR

Quand le printemps et l'été sont passés, remplacez le chèvre par du comté et le thym par 2 pincées de muscade râpée. Les saveurs seront de saison !

Tatin d'endives au gingembre

 **POUR 6 PERSONNES**
 **PRÉPARATION 25 MIN**
 **CUISSON 45 MIN**

- 1 pâte brisée pur beurre
- 6 endives ■ 2 oranges
- 1/2 citron ■ 25 g de beurre
- 3 cuil. à soupe de sucre roux ■ 1 cuil. à soupe de sauce de soja ■ 1/2 cuil. à café de curcuma en poudre
- 1/2 cuil. à c. de gingembre en poudre ■ sel, poivre.

1. Préchauffez le four à 210 °C. Rincez les endives, essuyez-les et fendez-les dans la longueur. Faites-les dorer 5 min face coupée vers le bas dans une grande poêle avec le beurre, du sel et du poivre. Ajoutez le sucre, le jus des oranges et du citron, la sauce de soja, le curcuma et le gingembre. Faites bouillir 5 min en remuant souvent la poêle.

2. Rangez les endives face coupée vers le bas dans un moule à tarte antiadhésif. Faites caraméliser le jus de cuisson et versez-le sur les endives. Recouvrez de la pâte brisée en glissant le pourtour de pâte dans le moule. Piquez la surface à l'aide d'une fourchette et enfournez pour 35 min.

3. Retirez la tarte du four et laissez-la tiédir 10 min. Démoulez et servez vite.

SYSTEME D

Si la tarte semble collée au moule, réchauffez le tout dans le four doux et retournez d'un geste sur le plat de service.

COLESLAW AU POULET RETOUR D'ASIE

Réunissez dans un saladier 200 g de **chou rouge** et 200 g de **chou blanc** émincés, 2 **blancs de poulet** cuits effilochés, 1 **carotte** râpée avec une grille à gros trous, 1 poignée de **pousses de soja** et 1/2 botte de **ciboule** et de **coriandre** ciselée. Versez 1 cuil. à soupe de **miso blanc** (magasins bio ou rayon Japon) mixé avec 5 cl d'eau, 1 cuil. à soupe de **vinaigre de riz**, 1 cuil. à soupe de **sirup de canne**, 1 cuil. à café d'**huile de sésame** et du **poivre blanc**. Ajoutez des **graines de sésame** torréfiées 2 min dans une poêle à sec.

Tatin de poires bourguignonnes

- 👤 POUR 6 PERSONNES
- 🕒 PRÉPARATION 25 MIN
- 🕒 ATTENTE 30 MIN
- 👉 CUISSON 50 MIN

- 1 pâte brisée pur beurre
- 12 moitiés de poires au sirop
- 20 g de beurre ■ 15 cl de vin rouge (beaujolais-villages)
- 5 cl de crème de cassis.

1. Préchauffez le four à 210 °C. Versez le vin dans une casserole avec 10 cl de sirop des poires et la crème de cassis. Faites bouillir 5 min, puis ajoutez les moitiés de poires. Laissez mijoter 5 min en les arrosant de sauce.

2. Beurrez un moule à tarte. Répartissez-y les poires en étoile et arrosez-les de sirop au vin rouge. Déroulez la pâte brisée sur les poires et glissez le surplus à l'intérieur du moule. Enfournez aussitôt pour 15 min. Baissez la température à 180 °C et cuisez encore 25 min.

3. Retirez la tarte du four, puis patientez 30 min avant de la démouler et de la déguster.



DANS MON JARDIN

Si vous avez des poires fraîches, faites-les cuire 25 min à frémissements dans le jus prévu allongé de 10 cl d'eau.

Mariages heureux

Associer une tarte à un compagnon de table peut suivre deux règles opposées. Comme en amour, on peut parler sur la ressemblance pour garantir l'harmonie ou, au contraire, jouer la carte de la complémentarité. Dans le premier cas, utilisez le même ingrédient-phare pour la tarte et son partenaire ou un même univers régional, par exemple pour assurer une cohérence gustative. Dans le second, jouez sur les contrastes, associant tarte tiède et salade fraîche ou crème glacée, mais aussi les couleurs (le foncé et le clair), ou de textures mariant au croustillant de la tarte un comparse tendre et moelleux.



POTS DE CRÈME AUX ÉPICES DOUCES

Portez à frémissements 30 cl de lait et 20 cl de crème liquide avec 2 clous de girofle. Fouettez 3 œufs dans un saladier avec 75 g de sucre, 2 pincées de cannelle moulue et 1 pincée de muscade râpée. Incorporez le lait et la crème passés à travers une passoire fine en mélangeant sans cesse. Versez la préparation dans 6 ramequins et faites cuire 30 min au bain-marie dans le four chauffé à 180 °C. Réservez au moins 2 h au frais avant de servir.



*Fruit du travail
de nos maîtres-çrémiers,*

CETTE RECETTE, COMPOSÉE DE **CRÈME DE LAIT
ORIGINE FRANCE GARANTIE**, D'UN SOUPÇON
DE **VANILLE D'ORIGINE MADAGASCAR**
ET UNE TOUCHE DE SUCRE, EST 100% NATURELLE.

ELLE SE DISTINGUE PAR SA CAPACITÉ À MONTER
TRÈS VITE EN CHANTILLY.



UN PRODUIT DE CHOIX POUR RÉUSSIR TOUTES VOS PÂTISSERIES ET DESSERTS GOURMANDS.

INGRÉDIENTS :

- 3 ŒUFS
- 140 G DE SUCRE
- 45 CL DE CRÈME FLEURETTE
À LA VANILLE DE MADAGASCAR
- 140 G DE FARINE
- 1 SACHET DE LEVURE



Photo : Glenn Vigouroux



Gâteau moelleux à la vanille et chantilly gourmande



- Fouetter au batteur 3 œufs entiers et 140 g de sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse et triple de volume. Ajouter 260 g de crème Fleurette et continuer à battre.
- Mélanger 140 g de farine et 1 sachet de levure à part et ajouter à la pâte. Continuer à battre jusqu'à obtenir une pâte lisse qui va s'épaissir un peu.
- Cuire 30 minutes à 180°C (four préchauffé) dans un moule à manquer bien beurré (22 cm). Démouler à chaud.
- Monter le reste de crème vanille en chantilly et décorer le gâteau une fois refroidi.

Bonne dégustation !



Tarte tendre aux nectarines

- POUR 6 PERSONNES**
- PRÉPARATION 30 MIN**
- ATTENTE 1 H**
- CUISSON 45 MIN**

LA PÂTE ■ 1 jaune d'œuf ■ 125 g de beurre + 25 g pour le moule ■ 1 cuil. à soupe de sucre ■ 250 g de farine ■ 1/2 cuil. à café de levure chimique ■ sel.

LA GARNITURE ■ 6 nectarines mûres, mais fermes ■ 25 g de beurre ■ 4 cuil. à soupe de sucre.

1. Tamisez la farine avec la levure, le sucre et 2 pincées de sel au-dessus d'un saladier. Formez un puits. Ajoutez le beurre découpé en morceaux et travaillez la pâte du bout des doigts. Incorporez le jaune d'œuf et un filet d'eau glacée sans trop pétrir. Faites une boule et laissez-la reposer 1 h au frais.

2. Chauffez le four à 210 °C. Étalez la pâte et tapissez-en un moule à tarte beurré.

3. Nettoyez les nectarines. Fendez-les en deux et ôtez les noyaux. Répartissez les fruits sur le fond de tarte, face coupée orientée vers le haut. Parsemez-les de noisettes de beurre et saupoudrez-les de sucre. Glissez dans le four et cuisez 20 min. Baissez la température à 180 °C et faites cuire encore 25 min.

BIEN DORÉE

Glissez la tarte sous le gril du four 1 ou 2 min avant de servir pour la faire un peu caraméliser.



NECTARINES, SIROP DE GRENADINE, GLACE MOZZA ET COULIS D'ABRICOTS

Préparation : 2 h à l'avance.

Ébouillantez 4 nectarines 30 secondes. Plongez-les dans de l'eau glacée et pelez-les. Mélangez-les avec 5 cl de sirop de grenadine et réservez au frais. Mixez 150 g de mozzarella avec 30 cl de lait, 1 blanc d'œuf et 10 cl de sirop de canne à la vanille. Faites prendre en sorbetière et réservez 30 min au congélateur. Mixez 6 cuil. à soupe de confiture d'abricots avec 3 cuil. à soupe de jus de citron. Incorporez env. 5 cl d'eau jusqu'à obtenir un coulis. Égouttez les nectarines et découpez-les en quartiers. Disposez-les sur des assiettes en les alternant avec des boules de glace mozza. Versez le coulis d'abricots par petites touches et servez aussitôt.

Vive les petites astuces en cuisine !



Quelques cuillères de lait en poudre dans vos recettes habituelles et ça change tout !

Le lait en poudre absorbe l'humidité, colore les viandes rôties, apporte de l'onctuosité aux veloutés... Bien connu et utilisé depuis longtemps par les chefs et les artisans boulangers, pâtisseries, traiteurs, cuisiniers, blogueurs... ils nous ont confié leurs astuces. C'est fou tout ce qu'on peut faire avec du lait en poudre Régilait !

Comment éviter les fonds de tarte mouillés et ramollis ?

Saupoudrer la pâte de 3 cuillères à soupe de lait en poudre. Le lait en poudre absorbe l'excès de liquide des fruits et légumes, ou autres ingrédients, dans les tartes et même les flans. C'est meilleur et ça se voit dès la sortie du four !

Comment cuisiner une sauce tomate moins acide ?

Ajoutez 2 cuillères à soupe de lait en poudre dans votre sauce. Le lait en poudre permet d'atténuer l'acidité des tomates et apporte aussi de l'onctuosité à la sauce.

Comment réussir une brioche ultra moelleuse ?

Ajoutez 3 cuillères à soupe de lait en poudre dans votre pâte. Le petit



**ET HOP,
une pâte qui croustille !**

secret pour une brioche extra moelleuse, c'est le lait en poudre Régilait ! Il apporte du moelleux aux brioches, leur donne une texture douce, savoureuse et une couleur dorée. Et en plus, il améliore leur conservation.

Comment obtenir des cookies plus moelleux avec une jolie couleur ?

Mélanger 1 cuillère à soupe de lait en poudre à la farine. Ajouter du lait en poudre à la pâte à cookies leur donne une saveur légèrement caramélisée,

une texture plus moelleuse et une jolie couleur.

Comment obtenir des yaourts maison plus fermes et onctueux ?

Ajoutez 4 à 5 cuillères à soupe de lait en poudre Régilait à votre recette habituelle. Vos yaourts maison seront meilleurs !



Retrouvez toutes les astuces et les recettes simples et gourmandes sur www.regilait.com et sur les réseaux sociaux



TATINS

Avec sa garniture sous son beau chapeau de pâte, cette tarte a juste besoin d'être retournée pour être présentable !

C'est le monde à l'envers

Tatin vanillée aux tomates

👤 POUR 6 PERSONNES **🕒 PRÉPARATION 20 MIN**
🕒 CUISSON 40 MIN **🕒 ATTENTE 30 MIN**

- 1 rouleau de pâte feuilletée
- 10 tomates rondes moyennes de même taille
- 50 g de sucre roux
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse de vanille.

1. Ébouillantez les tomates

10 secondes et rafraîchissez-les sous l'eau. Laissez-les tiédir et pelez-les. Ôtez leur chapeau et évidez-les. Réservez.

2. Faites chauffer l'huile dans une poêle.

Ajoutez la gousse de vanille fendue en deux et le sucre. Faites-y légèrement rôtir les tomates 5 min en les retournant souvent. Laissez-les égotter 30 min dans une

passoire placée au-dessus d'un saladier, côté coupé vers le tamis. Versez le jus rendu dans la poêle non lavée et laissez réduire jusqu'à obtenir un caramel blond. Versez-le dans un moule à manqué de 24 cm. Rangez-y les tomates, côté coupé vers le haut. Déposez la pâte feuilletée dessus en glissant celle qui déborde à l'intérieur du moule. Piquez la pâte pour qu'elle ne gonfle pas trop à la cuisson.

3. Faites cuire 30 min dans le four préchauffé à 210 °C Démoulez la tarte sur un plat et dégustez-la aussitôt.



SALÉE OU SUCRÉE ?

Servez cette tatin salée en entrée avec un bon tour de moulin à poivre, ou en dessert avec une glace vanille ou pistache.



LES BONNES POMMES

Elles doivent bien tenir à la cuisson. Choisissez plutôt des reines des reinettes, des pink lady, des golden, des ariane, des elstar ou des braeburn.

Mini tatins aux pommes et noix

👤 POUR 4 PERS. **🕒 PRÉPARATION 20 MIN** **🕒 CUISSON 40 MIN**

- 1 pâte feuilletée
- 4 pommes
- 75 g de cerneaux de noix
- 50 g de beurre
- 50 g de sucre
- 2 cuil. à s. de miel d'acacia
- quelques pincées de vanille et de cannelle en poudre.

1. Pelez les pommes et évidez-les à l'aide d'un vide-pommes. Découpez-les en fines tranches. Faites fondre le beurre à la poêle,

puis ajoutez le sucre, le miel, la vanille et la cannelle. Faites-y dorer les pommes. Réservez. Procédez de même avec les noix. Faites réduire le jus pour obtenir un caramel.

2. Répartissez des couches de pommes et de noix dans des cercles de 12 à 14 cm en tassant bien, puis versez le caramel.

3. Chauffez le four à 210 °C. Découpez

4 disques dans la pâte feuilletée (1 cm plus grand que la taille des cercles). Déposez les disques de pâte sur les pommes en glissant la pâte qui déborde à l'intérieur des cercles. Piquez la pâte à la fourchette pour qu'elle ne gonfle pas trop en cuisant.

4. Enfournez 20 à 25 min. Laissez tiédir les tatins et démoulez-les sur des assiettes.

Tatin de carottes au thym citron

POUR 6 À 8 PERSONNES **PRÉPARATION 30 MIN** **CUISSON 1 H**

LA PÂTE ■ 1 jaune d'œuf
■ 125 g de beurre ■ 250 g
de farine ■ 1/2 cuil. à
café de curcuma en
poudre ■ 1/2 cuil. à café
de sel. **LA GARNITURE**
■ 1 kg de carottes
nouvelles ■ 1 citron
■ 3 brins de thym ■ 125 g
de ricotta ■ 25 g de
beurre ■ 2 cuil. à soupe
de miel ■ 6 pincées
de cumin en poudre
■ sel, poivre.

1. Préparez la pâte.

Versez la farine dans un saladier. Ajoutez le beurre en morceaux, le sel et le

curcuma. Sablez le tout entre vos mains et ajoutez le jaune d'œuf. Travaillez rapidement le tout en ajoutant suffisamment d'eau pour obtenir une boule de pâte. Laissez-la reposer le temps de préparer la garniture.

2. Épluchez les carottes.

Coupez-en la moitié en deux dans la longueur et le reste en rondelles. Faites fondre le beurre dans une poêle. Ajoutez le thym, le miel et le jus du citron. Faites dorer les carottes entières 15 min en les retournant

souvent. Égouttez-les et déposez-les dans un moule à manqué de 26 cm. Faites réduire le jus pour obtenir un caramel ambré et versez-le sur les carottes.

3. Cuisez les carottes en rondelles env. 15 min à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient très tendres. Égouttez-les bien et mixez-les avec la ricotta, du sel, du poivre et le cumin. Tartinez ce

mélange sur les carottes posées dans le moule.

4. Préchauffez le four à

180 °C. Étalez la pâte en un disque de 28 cm. Posez-le sur la purée de carottes en glissant la pâte qui déborde à l'intérieur du moule. Piquez-la pour qu'elle ne gonfle pas trop lors de la cuisson et enfournez 35 min. Démoulez sur un plat et dégustez.

SPÉCIAL LÉGUMES

Vous pouvez aussi préparer cette recette avec des navets, des panais découpés en rondelles, en purée, en les mélangeant ou pas avec des carottes.

Le bon tour de main

Pour qu'une tatin soit jolie, il est important de couper la pâte un peu plus large que le moule et de glisser le surplus à l'intérieur, entre le moule et la garniture. Pour cela, utilisez le manche d'une cuillère en bois afin de ne pas le déchirer. La pâte, qui peut avoir tendance à rétrécir, restera bien en place et couvrira la garniture. Comptez environ 2 cm de pâte de plus que le diamètre du moule.



L'ASTUCE

Assurez-vous que les légumes sont tendres à cœur dans la sauteuse (un couteau les traverse sans effort) avant d'ajouter le miel et le vinaigre.

Tatins aux légumes rôtis

🕒 POUR 4 PERS. **🕒 PRÉPA 30 MIN** **🕒 CUISSON 50 MIN**

■ 1 pâte feuilletée ■ 4 carottes nouvelles ■ 4 navets nouveaux ■ 2 courgettes ■ 4 oignons nouveaux ■ quelques tomates cerises ■ 1 gousse d'ail ■ 1 brin de romarin ■ 25 g de beurre ■ 2 cuil. à soupe de miel d'acacia ■ 2 cuil. à soupe de vinaigre de cidre ■ sel, poivre.

1. Épluchez les carottes et les oignons. Coupez-les en deux dans le sens de la longueur. Découpez les courgettes et les navets en rondelles épaisses. Pelez l'ail et hachez-le finement. Émiettez le romarin.

2. Faites fondre le beurre dans une sauteuse et faites-y blondir les légumes env. 20 min avec l'ail et le romarin en remuant

souvent. Salez et poivrez. Arrosez de miel et de vinaigre. Mélangez jusqu'à ce que les légumes caramélisent.

3. Répartissez les légumes dans 4 cercles de 12 à 14 cm (ou dans 4 moules individuels à bords hauts), en tassant bien.

4. Chauffez le four à 210 °C. Découpez 4 disques dans la pâte feuilletée (1 cm plus grand que les cercles). Déposez les disques de pâte sur les légumes en glissant la pâte qui déborde à l'intérieur des cercles. Piquez la pâte pour qu'elle ne gonfle pas trop pendant la cuisson et enfournez 20 à 25 min.

5. Démoulez les tatins sur des assiettes. Décourez-les de tomates cerises et de romarin.

Tatin aux poires et parmesan

🕒 POUR 6 À 8 PERSONNES

🕒 PRÉPARATION 30 MIN **🕒 CUISSON 40 MIN**

LA PÂTE ■ 250 g de farine ■ 50 g de parmesan râpé ■ 4 cuil. à soupe d'huile d'olive ■ 1 cuil. à café de poivre moulu ■ 1 cuil. à café d'épices mélangées (noix de muscade râpée, piment doux ou fort, cannelle) ■ 1/2 cuil. à café de sel. **LA GARNITURE** ■ 6 poires (conférence ou william) ■ 75 g de beurre ■ 30 g de sucre ■ 30 g de parmesan ■ 5 cl de jus de citron ■ poivre.

1. Préparez la pâte. Versez la farine dans un saladier avec le parmesan, le sel et les épices. Mélangez bien. Creusez un puits au centre

et versez l'huile, puis peu à peu 10 cl d'eau. Travaillez du bout des doigts jusqu'à obtenir une boule de pâte. Laissez-la reposer.

2. Épluchez les poires et coupez-les en quatre. Éliminez le cœur. Faites fondre le beurre dans une poêle. Ajoutez le sucre et le jus de citron. Faites-y dorer les poires en les tournant. Égouttez-les et placez-les dans un moule à manqué de 26 cm de diamètre. Faites réduire le jus de cuisson pour obtenir un caramel ambré. Versez-le sur les poires.

3. Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte



QUESTION FROMAGES

Vous pouvez glisser des petites noisettes de gorgonzola, de fourme ou de roquefort entre la pâte et les poires, et même remplacer le parmesan par du pécorino ou du grana padano.

en un disque de 28 cm de diamètre. Déposez-le sur les poires en glissant la pâte qui déborde à l'intérieur du moule. Piquez la pâte pour qu'elle ne gonfle pas trop pendant la cuisson et enfournez 30 min.

4. Démoulez la tarte sur un plat. Garnissez-la d'éclats de parmesan et servez sans attendre.

Le meilleur prix, mais pas à n'importe quel prix.

Pouvoir d'Achat.

0€⁵⁸

Pâte feuilletée 230g.
Soit 2€52 le kilo.

Savoir d'Achat.

Origine des ingrédients

Blé : France.

Lieu de fabrication

France (3 sites
de fabrication, qui représentent
517 salariés).



Nutri-Score D.

Marque Repère, en plus de protéger votre Pouvoir d'Achat, vous propose le Savoir d'Achat. Origine des ingrédients principaux, lieu de fabrication et Nutri-Score, à retrouver sur le drive E.Leclerc et progressivement sur les emballages de tous nos produits alimentaires.



Vous pourrez
toujours compter sur
Marque Repère.

E.Leclerc 



Du lundi
au dimanche,
on la décline
en version salée
ou sucrée.
**Sept idées pour
la renouveler
et la sublimer.**

La tarte du jour !

Lundi

Jambon & cottage cheese

1. Étalez 1 **pâte brisée** dans un moule **beurré** et **fariné**, puis piquez-la avec une fourchette. Parsemez-la de 150 g de **jambon à l'os**.

2. Battez 10 cl de **crème** avec 200 g de **cottage cheese**, 2 **œufs**, du **sel**, du **poivre**, 2 pincées de **paprika fumé** et 4 cuil. à soupe d'**herbes**. Versez le mélange sur le jambon.

3. Découpez des bandelettes d'1,5 cm dans une autre pâte brisée. Disposez-les en croisillons sur la tarte. Soudiez-les bien, puis enduisez-les d'1 jaune d'œuf salé et enfournez pour 35 min à 180 °C.

La pâte express

Pré-étalées en disque, roulées, de forme carrée ou rectangulaire, voire en pâtons à façonner soi-même, des pâtes brisées, sablées ou feuilletées sont disponibles dans les grandes surfaces, en version fraîche ou surgelée. Très pratiques et abordables, elles permettent de faire toutes sortes de tartes et de quiches en un clin d'œil. Il est bon d'en avoir en réserve pour les jours où le temps manque.

Petits légumes printaniers

1. Tapissez un moule humidifié de **pâte feuilletée**, piquez-la à la fourchette et réservez-la au frais.
2. Faites cuire 100 g de **petits pois** 10 min avec 100 g de **fèves**, 200 g de **jeunes carottes** et 4 **oignons fanes** émincés, dans 20 g de **beurre** et 1 cuil. d'eau.
3. Battez 2 **œufs** avec 2 jaunes, 15 cl de **crème**, du **sel**, du **poivre** et 1 pincée de **muscade**. Incorporez 1 **crottin** râpé.
4. Garnissez la pâte de légumes et nappez de crème aux œufs. Enfournez 35 min.

Mardi



Bresaola-oignons nouveaux

1. Découpez 250 g de **champignons de Paris** en lamelles. Émincez 2 **oignons fanes**.
2. Étalez 1 **pâte à pizza** de forme rectangulaire. Garnissez-la d'1 **yaourt grec** mixé avec 2 **boules de mozzarella**. Rangez dessus les champignons et environ 12 **tranches de bresaola** (rayons jambon sec) coupées en deux. Badigeonnez d'**huile d'olive** et parsemez d'oignon. Enfournez pour 25 min à 200 °C. Ajoutez un filet d'**huile pimentée** et servez aussitôt.

Mercredi

ON MANGE QUOI CE SOIR ?

Radis roses et mascarpone

1. Garnissez un moule de **pâte brisée**. Roulez légèrement le bord. Pincez de façon régulière pour le festonner. Cuisez à blanc, avec papier et lest, 10 min à 180 °C, puis faites dorer 5 min à nu.
2. Fouettez en chantilly 250 g de **mascarpone** avec 20 cl de **crème**, du **sel** et du **poivre**. Incorporez 8 **feuilles de radis** et 5 **brins de ciboulette** ciselés. Versez sur la tarte. Garnissez de 200 g de **radis** découpés en rondelles et servez assaisonné d'une **vinaigrette au balsamique**.



Jeudi

Les bonnes pâtes

Les meilleures sont au beurre, ou mieux encore, sont "pur beurre" et sans additifs. Les versions élaborées à base de matières grasses végétales (bio ou pas) et d'ingrédients superflus, sont moins chères mais peu intéressantes sur le plan nutritionnel. Au rayon frais, on les trouve prêtes à l'emploi. Surgelées, elles nécessitent d'être totalement décongelées avant de pouvoir être cuisinées.



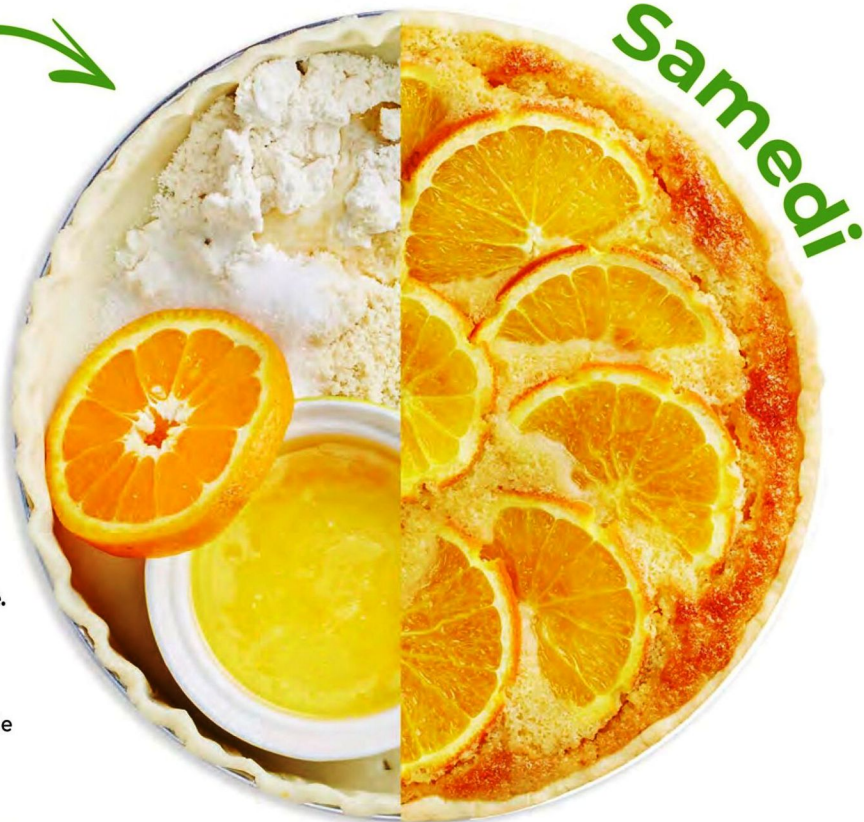
Riz au lait aux pêches

1. Beurrez et farinez un moule. Enrobez-le d'1 **pâte brisée**, puis piquez-la à l'aide d'une fourchette. Faites cuire 15 min à blanc à 180 °C.
2. Mélangez 150 g de **riz au lait**, 3 **jaunes d'œufs**, 40 g de **poudre d'amandes** et 2 cuil. à café de **vanille liquide**.
3. Recouvrez la pâte refroidie de **compote** (framboises, rhubarbe) et tapissez de crème de riz. Garnissez-la de 4 **pêches au sirop** en tranches et réenfourez pour 5 min à 170 °C.

Vendredi

Oranges confites et amandes

1. Tapissez un moule de **pâte sablée**. Piquez-la à l'aide d'une fourchette, puis réservez-la au frais.
2. Mélangez 50 g de **beurre**, 50 g de **sucre** et 50 g de **poudre d'amandes**. Incorporez 1 **œuf**, 15 cl de **crème**, 15 cl de **jus d'orange** et le **zeste râpé d'1 orange bio**. Réservez au frais.
3. Pochez 3 oranges bio coupées en rondelles 15 min dans 25 cl de **sirop de canne**.
4. Répartissez sur la pâte la crème et les oranges égouttées. Glissez au four pour 35 min à 180 °C. Badigeonnez de marmelade d'orange tiédie et servez.



Samedi



Framboises-pistaches

1. Recouvrez un moule en forme de cœur de **pâte sablée**, puis piquez-la à l'aide d'une fourchette.
2. Mixez 70 g de **pistaches torréfiées** avec 70 g de **beurre mou**, 50 g de **sucre**, 10 g de **farine**, 1 **œuf** et 1 cuil. à soupe d'**arôme de pistaches**.
3. Chauffez le four à 180 °C. Cuisez le fond de tarte à blanc 15 min. Versez-y la crème pistache. Réenfournez 15 min. Laissez refroidir.
4. Garnissez la tarte de **framboises** et saupoudrez de **sucre glace**. Décorez d'éclats de pistaches. Servez.

Dimanche

Belles à croquer

Proposez à vos invités bien plus qu'une simple tarte. **Décorées comme un tableau gourmand**, elles sont tellement irrésistibles sur la table !



VERSION CONFITURE

Vous pouvez remplacer les fruits par un gros pot de confiture et ajouter des noix ou des amandes hachées avant de déposer les tresses de pâte.

Tarte tressée aux fruits d'été

POUR 6 PERSONNES **PRÉPARATION 20 MIN** **CUISSON 50 MIN**

■ 400 g de pâte sablée
■ 1 kg de fruits rouges
■ 1/2 citron bio + 1 cuil. à soupe de jus ■ 1 jaune d'œuf ■ 250 g de sucre roux ■ 1 gousse de vanille.

1. Versez les fruits dans une casserole. Ajoutez le sucre (sauf 2 cuil. à soupe), le zeste du citron, son jus et la gousse de vanille fendue en deux. Mélangez et portez à ébullition. Cuisez 5 min et égouttez dans une

passoire au-dessus d'un bol. Faites réduire le jus de cuisson sur feu vif en ajoutant celui rendu par les fruits égouttés, jusqu'à obtenir un sirop épais. Replacez-y les fruits, mélangez bien et retirez du feu.

2. Étalez la pâte en deux disques. Déposez le premier dans un moule à tarte en laissant dépasser la pâte de 2 cm. Piquez légèrement le fond et garnissez de fruits. Détaillez le reste

de pâte en bandes d'1 cm de large, puis tressez-les trois par trois, bien à plat. Disposez-les sur les fruits. Rabattez le pourtour de pâte et pincez en emprisonnant les tresses.

3. Chauffez le four à 180 °C. Battez le jaune d'œuf avec 1 cuillerée d'eau. Badigeonnez-en la pâte avec un pinceau et parsemez du sucre réservé. Enfournez pour 40 min. Servez tiède ou à température ambiante.

Pie à trou-trou poulet et cerises

POUR 6 PERSONNES **PRÉPARATION 30 MIN** **CUISSON 50 MIN**

■ 2 pâtes feuilletées
■ 2 cuisses de poulet désossées ■ 200 g de cerises ■ 700 g d'oignons rouges ■ 1 œuf + 1 jaune
■ 50 g de crème épaisse
■ 1 cuil. à soupe d'huile
■ muscade râpée ■ sel, poivre.

1. Hachez le poulet. Dénoyauter les cerises. Pelez les oignons et émincez-les. Faites-les revenir environ 20 min dans l'huile en les

retournant souvent et en ajoutant quelques cuillerées d'eau si besoin (ils doivent juste être fondus). Déposez le poulet haché et mélangez pendant 2 min. Hors du feu, ajoutez la crème, l'œuf et les cerises. Salez et poivrez. Assaisonnez d'un peu muscade.

2. Déroulez 1 pâte et tapissez-en un moule à tarte. Versez la garniture. Humidifiez le bord de la pâte avec un peu d'eau.

3. Déroulez la seconde pâte et découpez-y des petits disques. Déposez cette pâte ajourée sur la farce et appuyez bien sur tout le pourtour pour faire adhérer les pâtes. Tranchez l'excédent des deux pâtes soudées.

4. Préchauffez le four à 210 °C. Battez le jaune d'œuf avec 1 cuil. à soupe d'eau. Badigeonnez-en la pâte et enfournez pour 30-35 min. Dégustez chaud ou laissez tiédir.



CHUTES DE PÂTE

Enduisez-les du reste de dorure, parsemez-les de cumin et de comté râpé et enfournez 15 min à 210 °C. À croquer à l'apéritif !

BON À SAVOIR

La pâte peut être préparée deux ou trois jours à l'avance et réservée au frais. Retirez-la du froid environ 30 min avant de l'étaler.



Tarte aux fruits secs

👤 POUR 6 PERS. ⏱️ PRÉPA 30 MIN ⌚ ATTENTE 2 H 🍳 CUISSON 45 MIN

LA PÂTE ■ 180 g de beurre ■ 1 cuil. à soupe de sucre ■ 300 g de farine ■ fleur de sel.

LA GARNITURE

■ 2 pommes ■ 1 citron bio ■ 1 orange bio ■ 150 g de fruits secs (raisins blonds et cranberries) ■ 60 g d'amandes hachées ■ 1 jaune d'œuf ■ 100 g de beurre ■ 2 cuil. à soupe de miel ■ 100 g de sucre roux ■ 1 cuil. à soupe d'épices mélangées (cannelle, muscade, girofle, gingembre).

1. Pelez les pommes et râpez-les avec une râpe à gros trous. Mélangez avec les fruits secs, les zestes et le jus des agrumes, le sucre, les amandes, le miel et les épices. Laissez reposer 2 h.
2. Préparez la pâte. Méleze la farine, 2 pincées de fleur de sel et le sucre. Ajoutez le beurre en dés et sablez le tout. Mélangez en versant env. 10 cl d'eau, jusqu'à obtenir une boule. Laissez reposer 1 h au frais.

3. Étalez la pâte sur 1 cm d'épaisseur. Découpez-y

un disque et tapissez-en un moule. Détaillez des fleurs dans le reste de pâte avec un emporte-pièce.

4. Préchauffez le four à 180 °C. Faites fondre le beurre et mélangez-le bien avec la garniture aux fruits. Garnissez-en la tarte et déposez les fleurs.

5. Fouettez le jaune d'œuf avec 1 cuil. à soupe d'eau. Badigeonnez-en le bord de la pâte et les fleurs, puis enfournez pour 40 min. Dégustez tiède ou à température ambiante.

Astuces déco



La plus facile des bordures : appuyez sur la pâte avec une fourchette. Cela la fera légèrement remonter et elle cuira sans se rétracter.



Pour un bord festonné qui ne s'affaissera pas à la cuisson, appuyez sur la pâte avec le bout d'une cuillère pour la faire remonter au-dessus du bord du moule.



Entaillez la pâte tous les centimètres avec une paire de ciseaux et découlez doucement les "franges" pour un joli bord crénelé.



Sur le bord humidifié de la tarte, disposez des motifs détaillés à l'aide de découpoirs à pâte à sucre : étoiles, fleurs, feuilles ou pastilles.



Le laçage de pâte convient aux tartes qui ont besoin d'une longue cuisson, le temps que les épaisseurs de pâte cuisent convenablement.

L'instant thé

Quatre tartes à la façon de vos desserts préférés, pour un goûter original et très spectaculaire.

Pour 6 personnes

Tarte façon fraisier verveine

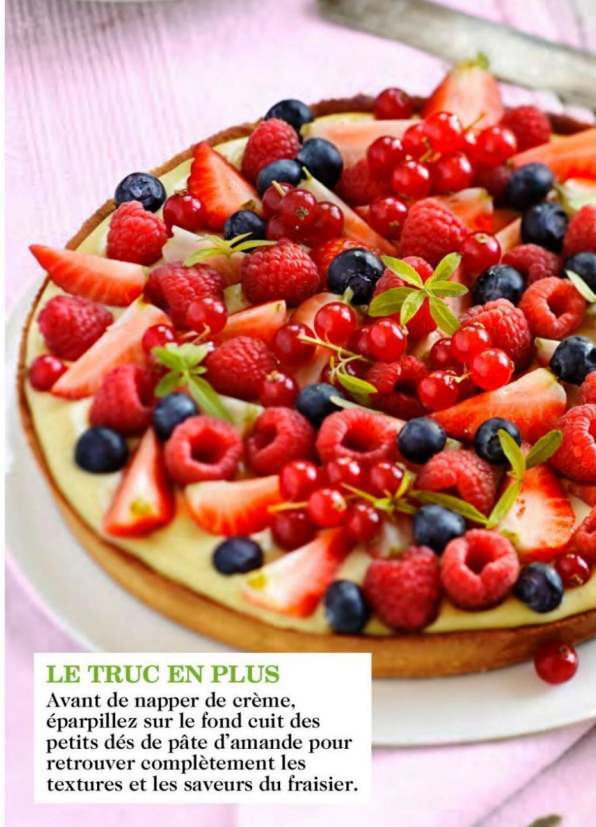
🕒 PRÉPARATION 45 MIN 🍷 CUISSON 30 MIN

1. Étalez 300 g de pâte sablée et garnissez-en un moule à tarte beurré. Piquez la surface avec une fourchette et couvrez de papier cuisson et de légumes secs. Enfourez pour 15 min à 180 °C. Retirez le papier et le lest. Laissez dorer encore 5 min et démoulez sur un plat.

2. Faites chauffer 25 cl de lait avec 20 feuilles de verveine et 1/2 gousse de vanille grattée. Fouettez 2 jaunes d'œufs avec 25 g de sucre et 30 g de farine. Versez le lait chaud filtré sur les œufs et mélangez.

3. Transvasez le tout dans la casserole et faites cuire sur feu moyen jusqu'à épaississement. Versez dans un saladier et filmez. Laissez refroidir.

4. Fouettez la crème mousseline verveine dans un batteur avec 75 g de beurre pommade découpé en parcelles. Versez dans une poche. Garnissez la pâte de crème mousseline. Décorez avec le contenu d'1 barquette de fraises découpées en quartiers et le contenu de 2 barquettes de fruits rouges mélangés.



LE TRUC EN PLUS

Avant de napper de crème, éparpillez sur le fond cuit des petits dés de pâte d'amande pour retrouver complètement les textures et les saveurs du fraisier.

Tarte-clafoutis aux abricots

🕒 PRÉPARATION 25 MIN 🍷 CUISSON 40 MIN

1. Déroulez 1 pâte feuilletée pur beurre dans un moule et piquez-la. Réservez-la au frais.

2. Faites fondre 40 g de beurre au micro-ondes. Fouettez 3 œufs et 80 g de sucre cassonade. Incorporez 80 g de farine et mélangez bien. Versez doucement 25 cl de lait en mélangeant au fouet.

Ajoutez 10 cl de crème épaisse et le beurre fondu. Aromatisez avec 1 cuil. à soupe de fleur d'oranger.

3. Dénoyotez 8 abricots. Disposez des moitiés d'abricots sur le fond de la pâte feuilletée. Versez la préparation à clafoutis et enfourez pour 40 min à 200 °C. Laissez refroidir et poudrez de sucre glace.



Tarte façon crème brûlée aux myrtilles

 PRÉPARATION 50 MIN

 ATTENTE 1 H  CUISSON 1 H 15

1. Mélangez 250 g de farine avec 125 g de sucre glace, 1/2 cuil. à café de cannelle en poudre et 1 pincée de fleur de sel. Ajoutez 125 g de beurre doux en morceaux ramollis et malaxez avec les doigts pour obtenir un mélange sableux. Incorporez 1 œuf et travaillez la pâte à la main. Façonnez une boule. Emballez-la dans du film et réservez-la 1 h au frais.

2. Chauffez 20 cl de lait et 30 cl de crème liquide dans une casserole avec 1 gousse de vanille grattée et fendue. Fouettez 3 min 4 jaunes d'œufs avec 50 g de sucre. Versez le liquide, mélangez. Aromatisez avec 2 cuil. à café de kirsch.

3. Étalez la pâte sur 3 mm d'épaisseur sur un plan de travail fariné. Foncez un moule à tarte beurré et fariné. Piquez le fond de la pâte avec une fourchette. Recouvrez-la de papier cuisson et de poids (ou de haricots secs). Enfourez pour 20 min à 180 °C. Laissez refroidir.

4. Répartissez 300 g de myrtilles sur le fond de pâte refroidi (retirez le papier et le lest). Versez la crème au kirsch et réenfournez pour 50 min à 120 °C. Laissez refroidir et réservez au frais.

5. Saupoudrez de sucre cassonade et caramélisez au chalumeau de cuisine ou au four en position grill.

Grignotons la vaisselle !

Le support comestible, c'est le principe même de la cuisine de rue, les wraps, les cornets de glace, les kebabs, les sandwiches... Il s'agit de faciliter la dégustation où que l'on soit. Cela peut permettre aussi d'embellir nos desserts : une mousse au chocolat fait son petit effet dans une coupe craquante de pâte à tuiles. Et la pâte à tarte permet de déguster crème brûlée et clafoutis dehors.

Tarte créole, crème dessert café

 PRÉPARATION 50 MIN

 ATTENTE 2 H  CUISSON 25 MIN

1. Préparez la pâte. Mélangez 310 g de farine avec 100 g de sucre, le zeste d'1/2 citron bio râpé et 1 pincée de sel. Ajoutez 160 g de beurre découpé en morceaux et malaxez. Incorporez 3 jaunes d'œufs et mélangez en travaillant à la main pour obtenir une pâte lisse. Roulez-la en boule et emballez-la dans un film étirable. Réservez 2 h au réfrigérateur.

2. Étalez la pâte et tapissez-en un moule à tarte beurré et fariné. Piquez le fond. Recouvrez la pâte avec une feuille de papier sulfurisé et des légumes secs. Enfourez 20 min à 180 °C et faites cuire à blanc. Retirez papier et lest. Laissez refroidir.

3. Réalisez la crème. Faites ramollir 1 feuille de gélatine dans de l'eau froide. Faites chauffer 40 cl de lait avec 10 cl de crème liquide, 75 g de sucre, 30 g de féculé de maïs et 5 g de café soluble. Portez à ébullition 30 secondes (la texture va épaissir). Hors du feu, ajoutez la gélatine essorée. Mélangez. Laissez reposer 5 min et versez la crème dessert directement sur le fond de pâte refroidi.

4. Découpez 1/2 ananas en tranches fines. Détaillez des kumquats en lamelles. Découpez 2 kiwis avec un emporte-pièce en forme de fleur. Disposez les fruits sur la tarte et réservez au frais jusqu'au service.

3 chefs, 3 tartes culte

On leur a chipé leurs meilleurs trucs pour des tartes parfaites. **Entre la quiche éternelle de Paul Bocuse, la rose flashy de Jean-Pierre Vigato et la somptueuse chocolat de Frédéric Anton, on va se régaler.**

Quiche lorraine à la *Paul Bocuse*

👤 **POUR 4 PERSONNES** ⌚ **PRÉPARATION 35 MIN**
⌚ **ATTENTE 1 H** 🍳 **CUISSON 35 MIN**

LA PÂTE ■ 85 g de beurre
■ 3 ou 4 cuil. à soupe de lait ■ 1 pincée de sucre
■ 160 g de farine ■ 1 pincée de sel. **LA GARNITURE**
■ 160 g de poitrine fumée
■ 2 œufs ■ 20 g de beurre
■ 10 cl de crème fraîche
■ 2 pincées de noix de muscade ■ sel, poivre.

1. Mélangez à la main (ou au robot) la farine, le sel, le sucre et le beurre en dés. Versez le lait et faites une boule. Filmez-la et laissez-la reposer 1 h au frais.

2. Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte et garnissez-en un moule d'env. 20 cm de diamètre. Piquez-la et enfournez-la 15 min pour la précuire.

3. Découpez la poitrine fumée en lardons. Faites-les dorer 5 min dans une poêle. Mélangez la crème dans un saladier avec les œufs et la noix de muscade. Ajoutez les lardons, du sel et du poivre. Versez sur la pâte et parsemez du beurre découpé en dés. Enfournez pour 20 min sur 160 °C. Dégustez chaud, tiède ou froid avec une salade.



COMTÉ POUR DU BEURRE ?

La recette historique de la quiche lorraine ne contient pas de fromage. Paul Bocuse, chef légendaire de la région lyonnaise et ambassadeur mondial de la gastronomie française, a écrit de nombreuses variantes de cette célèbre tarte. Dans certaines, il ajoute du comté (ou du gruyère). Pour cette recette, comptez 50 g et 1 oignon émincé revenu à la poêle dans un peu de beurre.



Je réussis ma pâte comme un pro

Pour un fond de tarte parfait, on suit toujours les conseils de Bernard Loiseau, chef triplement étoilé. Il ne faut jamais enfourner une pâte aussitôt après sa confection. On en garnit un moule en la laissant dépasser du bord, puis on la laisse reposer au réfrigérateur. Ensuite, on coupe l'excédent de pâte avant d'enfourner ou même après la cuisson. Ainsi, le pourtour restera régulier, droit et net, et la pâte ne "rétrécira" pas.

Tarte au chocolat façon Frédéric Anton

🕒 POUR 4 PERSONNES 🕒 PRÉPARATION 30 MIN
⌚ ATTENTE 30 MIN 🍳 CUISSON 35 MIN

LA PÂTE ■ 3 jaunes d'œufs ■ 75 g de beurre mou ■ 70 g de sucre glace ■ 180 g de farine.
LA GANACHE ■ 2 œufs ■ 12 g de beurre ■ 120 g de crème fleurette ■ 50 g de lait ■ 120 g de chocolat noir à 60 %.

en un moule d'env. 20 cm de diamètre. Enfournez pour 15-20 min. Laissez refroidir complètement.

3. Réglez le four à 170 °C. Faites bouillir le lait avec la crème et le beurre. Hachez le chocolat et versez-le dans un saladier. Ajoutez le lait bouillant en remuant. Battez très légèrement les œufs et ajoutez-les. Remuez sans fouetter pour obtenir un mélange lisse. Versez sur la pâte et enfournez. Éteignez le four et laissez ainsi 15-20 min. Dégustez cette tarte après complet refroidissement.

1. Malaxez le beurre et le sucre glace. Ajoutez les jaunes d'œufs et la farine. Amalgamez rapidement. Faites une boule et laissez-la reposer 30 min au frais.

2. Allumez le four à 160 °C. Étalez la pâte sur 3 mm d'épaisseur et garnissez-

CUIT OU PAS CUIT ?

Pour vérifier la cuisson, Frédéric Anton, le chef 3 étoiles du restaurant parisien Le Pré Catelan, conseille de tapoter légèrement la tarte. Elle doit avoir la texture d'un flan. Si elle est trop liquide, replacez-la quelques minutes au four.

Tarte aux pralines, comme Jean-Pierre Vigato

🕒 POUR 4 PERSONNES 🕒 PRÉPARATION 30 MIN
⌚ ATTENTE 3 H 🍳 CUISSON 35 MIN

■ 300 g de pralines roses ■ 1 œuf ■ 120 g de beurre ■ 300 g de crème fraîche épaisse ■ 55 g de sucre glace ■ 200 g de farine + pour le plan de travail ■ 25 g de poudre d'amandes ■ sel.

1. Fouettez le beurre et le sucre. Ajoutez la poudre d'amandes, 1 pincée de sel, l'œuf et la farine. Pétrissez rapidement et façonnez une boule. Filmiez-la et réservez-la 1 h au réfrigérateur.

2. Préchauffez le four à 180 °C. Étalez la pâte sur un plan de travail fariné. Garnissez-en un

cerle à tarte d'environ 20 cm de diamètre et enfournez 20 min. Laissez refroidir complètement.

3. Concassez les pralines dans un mortier avec un pilon (ou par à-coups dans un mixeur). Versez-les dans une casserole à fond épais et ajoutez la crème. Faites chauffer en mélangeant avec une spatule souple et en raclant les bords (le mélange se transforme en sirop). Faites cuire jusqu'à ce qu'il atteigne 112 °C. Versez sur le fond de tarte et laissez refroidir. Réservez 2 h au réfrigérateur avant de déguster.



USTENSILE INDISPENSABLE

Le thermomètre à sucre permet de vérifier que le mélange pralines-crème atteint 112 °C. Pour le chef étoilé Jean-Pierre Vigato, cet ustensile est indispensable, car en-dessous de cette température, le mélange sera trop liquide et, au-delà, trop dur et cassant.

Il est temps de se mettre au vert. **Matières naturelles et nuances verdoyantes** célèbrent le calme et la sérénité.

1 Romantique

Un charmant champ de pâquerettes pour ce plateau rectangulaire tout léger.

Plateau de service "Daisy", en mélamine, L 22 x 30 cm, 9,90€, sur le site de Rice.

2 Vertueux

Un set de couverts réutilisables, réunis dans un pochon pour les emporter partout avec soi.

En bambou et en coton bio, L 18 cm, 6 € l'ensemble, sur le site de KitchenCraft.

3 Couronne végétale

Un décor délicat de feuillages égaye la simplicité de ce service de verres à eau.

Stilenig, en verre, 30 cl, 4 € le lot de 4, magasins Ikea.

4 Élancé

Pour ajouter du piquant aux menus de l'été, l'indispensable moulin à sel ou à poivre.

En bois, mouture réglable, H 15,5 cm, 8,50 €, Hema.

5 Assorti

Avec cet assortiment complet aux dessins variés, le petit déjeuner devient une fête.

Végétation, en grès, à partir de 10 € la tasse, Zara Home.

6 Griffée

Une cocotte élégante, signée du designer Noé Duchaufour-Lawrance.

Caractère Culinare en porcelaine, 25 cl, 23 € le plat et 15 € le couvercle, 36 € l'ensemble, Revol.

7 Bi-matière

Bel effet de matières, mat et brillant, pour cette carafe de couleur ocre.

Bouteille en céramique, cont. 1,34 L, 15 €, Monoprix.

Naturellement green





6



7



10



8

9



11



12



13



14

8 Gravées

Un duo de cuillères de service quadrillées ou nervurées à conjuguer avec des fourchettes ciselées à l'identique.

Cuillères de service Teora en bambou, L 30 cm, 1,50 € pièce, magasins 4 Murs.

9 Porte-bonheur

Pour se souhaiter un merveilleux été, rien de tel que le trèfle à quatre feuilles, même en céramique !

Seau à glace Wish Me Luck, en faïence, peint à la main au Portugal, H 18 cm, 75 €, Casa Lopez au BHV.

10 À la main

Des couleurs pêchees et un croquis à l'aquarelle animent ce set de table estival.

Aquarelle, en coton, 26 € le lot de 2, Fragonard.

11 Vert sapin

Résistant, ergonomique et chic, ce plateau a tout bon.

Plateau allongé avec poignées en aluminium anodisé, 35 x 18 cm, 46 €, Kaymet chez La Trésorerie.

12 Champêtre

Un chemin de table floral pour accueillir les convives chez soi ou lors d'un pique-nique.

Collection Colchique, en polyester, motif Liberty, 50 x 150 cm, Botanic.

13 Barbotine chic

En vogue au XIX^e siècle, cette vaisselle imitant les végétaux n'a rien perdu de son charme.

Assiette à dessert Maria Flor, Bordallo Pinheiro, en faïence, Ø 22,5 cm, 15 €, sur le site de la marque.

14 Élégant et pratique

Ce plat carré terracotta trouve sa place aussi bien en cuisine que pour le service.

Appolia, en céramique, 21 x 21 cm, 23 €, Peugeot Saveurs, sur leur site.

Ça change tout !

Sans lactose, aux fruits crus ou belles comme un soleil, les nouvelles tartes sont là. **Profitez-en pour épater vos amis** en leur offrant celle qui les ravira.

Tarte soleil au pesto de graines de courge

POUR 6 PERSONNES **PRÉPA 25 MIN**
ATTENTE 1 H **CUISSON 20 MIN**

1. Mixez les feuilles de 3 bouquets de **basilic** lavés, 1 gousse d'**ail** épluchée, 1 cuil. à café de **concentré de tomate** et 60 g de **graines de courge**. Versez petit à petit 12 cl d'**huile d'olive** pour émulsionner. Ajoutez 3 cuil. à soupe de **parmesan** et mixez. Assaisonnez de **poivre**.

2. Étalez avec soin le pesto sur 1 **pâte feuilletée** déroulée, tout en veillant à laisser un espace de 2 cm sur tout le pourtour.

Couvrez d'une seconde pâte feuilletée. Appuyez légèrement au centre et faites bien adhérer les pourtours des 2 pâtes. Réservez 1 h au frais.

3. Découpez des parts sans inciser le milieu et torsadez chacune d'elles en la tournant dans un sens, puis dans l'autre. Dorez le tout avec 1 jaune d'**œuf** allongé d'une cuillerée d'eau. Posez sur une plaque et glissez au four pour 20 min à 180 °C.

Pizza crousti aux fruits

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION 35 MIN **CUISSON 20 MIN**

1. Mélangez dans un robot muni d'un crochet 250 g de **farine** avec 1/2 sachet de **levure chimique**, 70 g de **sucre** et 120 g de **graines de sésame**. Versez 12 cl d'**huile végétale** (tournesol) tout en pétrissant, puis 12 cl de **jus de betterave** du commerce jusqu'à l'obtention d'une pâte.

2. Posez-la entre deux feuilles de papier sulfurisé et aplatissez-la finement avec un rouleau à pâtisserie pour lui donner la forme d'une pizza. Ôtez la feuille du dessus et posez la pizza sur une plaque. Glissez au four 20 min à 180 °C,

puis laissez-la refroidir complètement.

3. Montez 200 g de **crème de coco** dans un batteur très froid à vitesse moyenne. Dès que la crème monte, ajoutez 20 g de **sucre glace** et le zeste râpé d'1/2 **citron bio** (la crème épaissira mais sera moins onctueuse qu'une chantilly classique). Versez-la dans une poche, puis garnissez-en la pizza. Ornez de 4 **figues fraîches** découpées en quartiers, de **grains de cassis** et de **grains de raisin blanc**. Parsemez éventuellement de 4 belles **pralines roses** préalablement concassées.

Tartelettes aux légumes crus

POUR 4 PERS. **PRÉPARATION 45 MIN**
ATTENTE 2 H **CUISSON 15 MIN**

1. Mélangez 250 g de **farine** avec 1/2 cuil. à café de **sel**, 1 cuil. à soupe de **basilic séché** et 1/2 cuil. à café d'**ail** en poudre. Ajoutez 5 cl d'**huile d'olive** et mêlez du bout des doigts. Versez 10 cl d'eau. Malaxez pour obtenir une pâte lisse. Faites une boule et filmez-la. Réfrigérez 2 h.

2. Mixez 250 g d'**olives noires** dénoyautées avec 2 cuil. à soupe de **câpres**, 1 gousse d'**ail** et 100 g de **tomates confites**. Versez 12 cl d'**huile d'olive** en mixant. Salez et **poivrez**.

3. Étalez la pâte sur un plan fariné sur 3 mm d'épaisseur.

Garnissez-en 4 moules à tartelettes enduits de **beurre végétal** et farinés. Piquez la pâte et couvrez chaque tartelette de papier cuisson et de **légumes secs**. Cuisez à blanc 12 min à 180 °C, puis retirez les poids et laissez refroidir.

4. Détaillez 1 **carotte** en bâtonnets et 4 **radis** en copeaux à la mandoline. Découpez 1 **courgette** en bandes et ébouillantez-les. Rafrâchissez-les, puis enrroulez-les. Coupez 10 **tomates cerises** en quatre. Répartissez la tapenade au fond des tartelettes et décorez des légumes crus.

Tarte carottes-ricotta

POUR 6 PERSONNES **PRÉPA 30 MIN**
ATTENTE 1 H **CUISSON 1 H**

1. Mixez par impulsions 250 g de **farine**, 125 g de **beurre froid**, 1 **œuf**, 2 cuil. à soupe de **lait**, 50 g de **comté**, du **sel** et du **poivre**. Faites une boule et réfrigérez-la 1 h.

2. Épluchez 800 g de **carottes** et gardez-en une. Faites cuire les autres à la vapeur. Mixez-les avec 150 g de **ricotta**, 2 **œufs**, 2 cuil. à soupe de lait. Salez et **poivrez**.

3. Garnissez un moule de pâte au comté. Versez la purée de carottes et faites

cuire 40 min dans le four chauffé à 180 °C.

4. Chauffez 3 min à feu doux 1 cuil. à s. de zestes d'**orange bio** et 4 cuil. à s. d'**huile d'olive**. Laissez refroidir et ajoutez 3 cuil. à s. d'**herbes** et de **pousses de pois ciselées**.

5. Détaillez la carotte en rubans et arrosez-les de jus d'orange. Salez 125 g de ricotta et étalez sur la tarte tiède. Décorez de rubans de carotte et d'herbes. Arrosez d'huile parfumée et dégustez.

VEGGIE

**TARTE SOLEIL AU
PESTO DE GRAINES
DE COURGE**



**Des tartes pour tous,
c'est possible !**

Ce que l'on préfère chez elles, c'est leur pâte. Cependant, nous sommes parfois soumis à des intolérances ou à des régimes divers. Pas de panique ! On peut remplacer la farine de blé par celles de riz, de millet ou de pois chiches, à mélanger ou prêtes à l'emploi. Pour les anti-lactose, on choisit des huiles végétales ou des purées d'oléagineux. Et pour la ligne ? Une pâte de chou-fleur ou de feuilles de blettes !

SANS LACTOSE

**PIZZA
CROUSTI AUX
FRUITS**



VEGAN

**TARTELETTES AUX
LÉGUMES CRUS**



VEGGIE

TARTE CAROTTES-RICOTTA



**RECETTE
DE
COUVERTURE**

...recycler ses petits restes

Pas question de jeter une petite boule de pâte crue ou un morceau de cake un peu rassis !
On va les sublimer en un clin d'œil.

AVEC DES CHUTES DE PÂTE FEUILLETÉE

1 Palmiers à la cannelle

Superposez les chutes de **pâte** et étalez-les en rectangle. Badigeonnez-les de jaune d'**œuf** et saupoudrez de **sucre** et de **cannelle**. Roulez 2 bords opposés vers le centre en ajoutant un peu de jaune d'œuf et de sucre au fur et à mesure. Réservez 15 min au congélateur. Découpez-les en rondelles et enfournez-les 20 min à 200 °C en les retournant une fois. **LE PLUS** Pour donner encore plus de croustillant, étalez les chutes de pâte en longueur et repliez la bande en portefeuille. Donnez-lui un quart de tour et ré-étalez.

2 Mini roulés façon flamenkuche

Pelez et émincez 1 **oignon**. Faites-le revenir avec une poignée de **lardons** et **poivrez**. Superposez les chutes de **pâte** et étalez-les en un rectangle. Badigeonnez-les de **crème** épaisse et éparpillez-y les lardons avec l'oignon. Roulez la pâte en cylindre et réservez-la pendant 15 min au congélateur. Découpez le roulé en rondelles et enfournez 15 min à 200 °C. **LE PLUS** Ces mini roulés sont parfaits avec une salade verte en entrée aussi bien qu'en snack salé ou au menu d'un apéritif dinatoire.

3 Biscuits apéritifs au zaatar

Superposez les chutes de **pâte** et étalez-les en rectangle. Badigeonnez-les d'1 jaune d'**œuf** et parsemez-les de **zaatar** et de **fleur de sel**. Découpez en rectangles de 10 x 2 cm. Placez-les entre deux plaques de cuisson tapissées de papier sulfurisé et enfournez 15 min à 200 °C. Retirez les plaques et le papier du dessus et poursuivez la cuisson 5 min.

LE PLUS Dénichez le zaatar (un mélange d'épices au thym et à l'origan) au rayon épices ou dans une épicerie orientale. Servez ces biscuits avec un vin doux naturel (muscat, banyuls ou rasteau).

AVEC DES CHUTES DE PÂTE SABLÉE

4 Sablés fourrés chocolat-noisette

Ramassez les chutes de **pâte** en boule et étalez-les sur 5 mm d'épaisseur. Découpez-y des disques de 5 cm. Évidez la moitié des disques avec un emporte-pièce plus petit. Enfourez 10 min à 180 °C. Laissez refroidir. Étalez 1/2 cuil. à café de **pâte à tartiner** sur les sablés entiers et collez dessus les sablés évidés. **LE PLUS** Gardez les petits disques de pâte récupérés quand vous avez évidé et parsemez-les de pralin avant de les faire cuire avec le reste.

5 Chaussons pommes- raisins-rhum

Ramassez les chutes de **pâte** en boule et étalez-les. Découpez-les en carrés (env. 10 x 10 cm) et garnissez-les d'1 cuil. de **compote de pomme** et de **raisins secs** macérés dans du **rhum**. Repliez en triangle et pincez les bords pour les souder. Enfourez 15 min à 180 °C. **LE PLUS** Pour éviter de créer d'autres chutes, faites le choix de formes carrées, rectangulaires ou triangulaires plutôt que rondes.

AVEC DES CHUTES DE PÂTE BRISÉE

6 Petits carrés au chèvre chaud

Ramassez les chutes de **pâte** en boule et étalez-les. Découpez-les en carrés de 5 cm et garnissez-les de rondelles de bûche de **chèvre**. Parsemez d'**origan** et enfourez 15 min à 180 °C. Arrosez d'un filet de **miel** avant de déguster. **LE PLUS** Les carrés seront bien plus jolis si vous les découpez avec une roulette dentelée.



7 Mini croissants à la saucisse

Rassemblez les chutes de **pâte** et étalez-les en rectangle. Recoupez-le en triangles. Parsemez-les de **parmesan** et de **graines de fenouil**. Roulez les **saucisses** dans les triangles pour former de petits croissants. Dorez-les au jaune d'**œuf** et enfournez 20 min à 180 °C.

LE PLUS Pour changer, tartinez les triangles de caviar de tomate.

**AVEC UN RESTE DE
CAKE SALÉ**

8 Façon croque-monsieur

Découpez le **cake** en tranches plutôt épaisses. Garnissez-les de **fromage** détaillé en lamelles, puis refermez-les deux par deux en sandwich en glissant un carré de **jambon cuit** à l'intérieur. Faites dorer doucement à la poêle avec une noix de **beurre**.

LE PLUS Choisissez de préférence un fromage moelleux, comme du saint-nectaire ou du morbier.

9 Cake pops apéro

Mixez 150 g de **cake** salé avec 100 g de **fromage frais**, un peu de **sel** et de **poivre**. Réservez 30 min au réfrigérateur. Façonnez des boules entre vos mains et roulez-les dans du **curry** ou du **paprika** fumé.

LE PLUS Une bonne idée avec un **cake nature** ou au **jambon**.

10 Gratin de cake

Coupez un gros reste de **cake** en tranches. Ajoutez 1 **oignon** pelé et émincé fondu 10 min dans du **beurre**. Couvrez de sauce **béchamel** allongée d'un peu de **crème** et parsemez l'ensemble de **comté** râpé. Enfournez 20 min à 180 °C.

LE PLUS Ajoutez un reste de **légumes cuits** ou de **champignons**.

11 Chapelure de cake

Émiettez grossièrement un reste de **cake** et étalez-le sur une plaque à

pâtisserie. Faites cuire 10 à 15 min dans le four préchauffé à 160 °C. Laissez refroidir. Parsemez sur des **légumes** vapeur ou sur une **salade**.
LE PLUS C'est aussi délicieux parsemé sur un **fromage blanc**.

**AVEC UN RESTE DE
CAKE SUCRÉ**

12 Fondue au chocolat

Découpez le reste de **cake** en cubes et piquez-les sur des brochettes. Faites fondre 100 g de **chocolat noir** et 50 g de **chocolat au lait** avec 10 cl de **crème liquide** et 5 cl de **lait**. Trempez les cubes dans la sauce au chocolat et parsemez de **pralin**.
LE PLUS Présentez aussi des morceaux de fruits sur des piques.

13 Coupe façon baba

Détailliez un reste de **cake** en gros cubes. Portez 12 cl de **jus d'orange** à ébullition avec 30 g de **sucre**. Ajoutez 1 cuil. à soupe de **rhum** et versez sur les cubes de cake.

LE PLUS Décorez avec des cerises confites et des zestes d'orange bio.

14 Italia express

Déposez des cubes de **cake** dans 4 verres. Arrosez-les de **café** fort sucré. Battez 15 g de **sucre** avec 125 g de **mascarpone** et 2 pincées de **vanille** en poudre. Ajoutez 1 blanc d'**œuf** en neige. Versez sur le cake et réservez 1 h au frais.

LE PLUS Au moment de servir, parsemez de cacao ou de noix de coco râpée dorée dans une poêle.




15 Pudding à la fleur d'oranger

Découpez en dés 250 à 350 g de **cake**. Fouettez 3 **œufs** avec 60 cl de **lait** et 125 g de **sucre**. Ajoutez les dés de cake, 12 **abricots secs** hachés et 1 cuil. à soupe de **fleur d'oranger**. Versez dans un moule à manqué et cuisez 50 min à 180 °C.
LE PLUS Après cuisson, faites briller le pudding en le nappant d'une fine couche de confiture d'abricots.

Le tube de l'été!

La belle Napolitaine sait s'adapter à toutes nos envies. Aux légumes ou aux fruits, elle est au rendez-vous.

Pizza courge-courgettes

-  POUR 4 PERSONNES
-  PRÉPARATION 30 MIN
-  CUISSON 25 MIN

- 300 g de pâte à pain
- 2 courgettes ■ 200 g de courge butternut ■ 2 gousses d'ail ■ 8 brins de basilic ■ 75 g de parmesan râpé ■ 125 g de mascarpone ■ 3 cuil. à soupe de câpres en conserve
- 25 g de graines de courge
- 25 g de pignons ■ 5 cl d'huile d'olive ■ sel, poivre.

1. Pelez la butternut. Détaillez les courgettes en fines bandes à l'aide d'une mandoline. Salez-les. Faites précuire les lamelles de butternut 5 min dans le micro-ondes.

2. Préchauffez le four à 210°C. Divisez la pâte à pain en quatre boules. Étalez en disques et déposez-les sur une plaque antiadhésive. Mélangez le mascarpone avec 50 g de parmesan et du poivre. Étalez le mélange sur la pâte, garnissez de bandes de courge et de courgettes. Enfourez 20 min.

3. Préparez le pesto. Mixez les feuilles de basilic avec les gousses d'ail pelées, les graines de courge et le parmesan restant. Incorporez l'huile et 1 cuil. à soupe du jus des câpres. Salez légèrement et poivrez.

4. Répartissez le pesto, les pignons et les câpres sur les pizzas juste avant de servir.



VERSION VÉGANE

Remplacez le mélange au mascarpone par une purée de haricots blancs. À la place du parmesan dans le pesto, versez 1 cuil. à café de bouillon de légumes en poudre.

SUR LE FIL DU RASOIR

Pour entailler facilement la pâte à pain, utilisez un couteau fin et pointu très bien aiguisé ou un cutter.



Margarita façon niçoise

**🍷 POUR 4 PERSONNES
(2 PIÈCES)**

🕒 PRÉPARATION 30 MIN

🕒 CUISSON 25 MIN

■ 300 g de pâte à pain
■ 250 g de tomates cerises
■ 2 gousses d'ail ■ 8 brins de basilic ■ 100 g de mozzarella râpée à fondre ■ 2 boules de mozzarella ■ 2 cuil. à café de pâte d'anchois ■ 4 cuil. à soupe d'huile d'olive ■ 1 cuil. à soupe d'origan sec
■ sel, poivre.

1. Préchauffez le four à 240 °C. Pelez et pressez les gousses d'ail. Mélangez-les dans un saladier avec la pâte d'anchois, la moitié de l'huile d'olive, l'origan, du sel et du poivre. Ajoutez les tomates cerises coupées en deux et mélangez-les à nouveau. Incorporez le reste d'huile dans la pâte à pain en la pétrissant pendant quelques minutes. Divisez la pâte en deux et étalez chaque moitié en une bande oblongue.

2. Répartissez au milieu la mozzarella râpée et la moitié des tomates cerises.

Ajoutez la mozzarella découpée en fines tranches. Rabattez le pourtour et soudez bien en pinçant pour enfermer la farce.

3. Déposez les 2 pains farcis sur une plaque antiadhésive et entaillez-les six fois dans la largeur. Enfourez 15 min, puis réduisez la température à 210 °C. Ajoutez le reste de tomates cerises au niveau des fentes qui se seront élargies, puis réenfourez le tout pour 10 min.

4. Parsemez de basilic et servez. Dégustez sans attendre ou laissez tiédir.



Pizza armoricaine à l'andouille et aux œufs

🕒 POUR 4 PERS. (2 PIZZAS) 🕒 PRÉPA 30 MIN
🕒 ATTENTE 30 MIN 🕒 CUISSON 40 MIN

LA PÂTE ■ 200 g de farine de froment ■ 100 g de farine de sarrasin
 ■ 1 sachet de levure de boulanger lyophilisée.

LA GARNITURE

■ 16 tranches d'andouille de Guémené ■ 200 g de chou-fleur en bouquets
 ■ 1 oignon ■ 4 brins de persil ■ 12 œufs de caille
 ■ 125 g de fromage blanc
 ■ 10 cl de crème fraîche
 ■ 35 g de gruyère râpé
 ■ sel, poivre.

1. Diluez la levure dans 20 cl d'eau tiède. Mélangez les deux farines dans un saladier avec 1/2 cuil. à café de sel puis incorporez la levure délayée et pétrissez en pâte bien homogène. Façonnez une boule, couvrez-la d'un linge et laissez-la reposer 30 min à température ambiante.

2. Faites cuire le chou-fleur 10 min à la vapeur. Mixez avec la crème fraîche, le fromage blanc, le gruyère, un peu de sel et de poivre.

3. Préchauffez le four à 225 °C. Épluchez et émincez l'oignon. Divisez la pâte en deux, étalez-la en deux disques de 20 cm. Déposez-les sur des plaques antiadhésives et étalez dessus la crème de chou-fleur. Ajoutez l'oignon en lamelles et enfournez pour 20 min.

4. Baissez la température du four à 180 °C. Répartissez les rondelles d'andouille et les œufs de caille. Faites cuire encore 10 min.

5. Salez et poivrez légèrement chaque œuf de caille et parsemez le tout de persil ciselé. Servez sans attendre.

TOUT RESTE CHAUD

Pour répartir rapidement les œufs de caille, anticipez ! Cassez-les au préalable dans des tasses. La pizza n'aura pas le temps de refroidir.



Mini pita-pizza à l'orientale

🕒 POUR 4 PERSONNES
🕒 PRÉPARATION 25 MIN 🕒 CUISSON 20 MIN

■ 2 pains pita ■ 4 merguez
 ■ 4 petites courgettes
 ■ 8 brins de coriandre
 ■ 200 g de caviar d'aubergine (au rayon frais) ■ 50 g de feta émiettée ■ 1 cuil. à soupe de confit d'oignons
 ■ 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ■ 1 cuil. à soupe de jus de citron ■ 1/2 cuil. à café de cumin moulu
 ■ sel, poivre.

1. Préchauffez le four à 210 °C. Nettoyez les courgettes. Découpez-les en demi-lunes et faites-les revenir 5 min dans une poêle avec l'huile,

le cumin, du sel et du poivre. Remplacez-les par les merguez sans rincer la poêle et laissez griller 5 min en retournant plusieurs fois.

2. Mélangez le caviar d'aubergine avec le confit d'oignons, la feta émiettée finement, le jus de citron et un peu de poivre. Coupez les pains en deux et étalez-y la préparation (du côté du dessous). Garnissez avec les courgettes ainsi que les merguez découpées en rondelles. Enfournez 10 min. Parsemez de coriandre et dégustez.

SENSATIONS FORTES

Ajoutez 1 cuil. à café de purée de piment ou de harissa dans la préparation à base de caviar d'aubergine ou laissez à chacun le soin d'en ajouter à sa guise.

Au fond, c'est quoi la pizza ?

On s'est affranchi de la "vraie" pizza napolitaine, traditionnelle, la margarita ou marinara. Avec le temps, les garnitures se sont diversifiées en fonction des envies et des pays. Mais la signature de la pizza, ce n'est pas le dessus. La garniture, c'est le dessous : de la pâte à pain levée, cuite au four à haute température, 210 °C minimum, fine, dorée, craquante. Voilà de la vraie pizza !

LE PETIT PLUS

Ajoutez dans la farce 3 cuil. à soupe de pignons torréfiés à sec pendant 2 min dans une poêle.



Pides turques au bœuf et poivrons rouges

🍴 POUR 4 PERSONNES **🕒 PRÉPARATION 30 MIN** **🕒 CUISSON 45 MIN**

■ 350 g de pâte à pain
■ 250 g de bœuf haché (15% de m. grasses)
■ 2 tomates charnues (roma) ■ 2 poivrons rouges ■ 2 gousses d'ail
■ 1 oignon ■ 8 brins de persil plat ■ 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
■ 1 cuil. à café de paprika
■ 1/2 cuil. à café de cumin en poudre ■ 2 pincées de 4-épices ■ sel, poivre.

1. Pelez et hachez l'ail et l'oignon. Faites-les suer 5 min avec l'huile dans une sauteuse. Nettoyez les poivrons et les tomates. Épépinez-les et découpez-les en dés. Ajoutez-les dans la sauteuse. Salez, poivrez et faites cuire 5 min sur feu en mélangeant. Versez dans un saladier et couvrez.

2. Remplacez la sauteuse sur le feu sans la rincer. Ajoutez le bœuf émiétté et faites-le revenir pendant environ 3 min. Versez le paprika, le quatre-épices, le cumin, du sel et du poivre. Poursuivez la cuisson encore 5 min. Mélangez avec les légumes dans le saladier et ajoutez la moitié du persil ciselé.



3. Préchauffez le four à 225 °C. Divisez la pâte à pain en quatre boules. Étalez-les en ovale et déposez-les sur une plaque antiadhésive. Répartissez la farce au milieu et repliez les bords vers l'intérieur pour créer une bordure. Pincez les pointes et enfournez 20 à 25 min. Parsemez du reste de persil ciselé.

Mes menus "cake et compagnie"

*Jolis duos : un cake et
un accompagnement sur
mesure, en version salée
ou sucrée, pour de belles
assiettes gourmandes.*



Cake aux lardons et aux noix

 **POUR 6 PERSONNES**
 **PRÉPARATION 25 MIN**
 **CUISSON 55 MIN**

■ 120 g de lardons nature
■ 80 g de graisse de canard fondue + 20 g pour le moule
■ 3 œufs ■ 50 g de cantal râpé
■ 200 g de farine ■ 1 cuil. à café de levure chimique
■ 60 g de cerneaux de noix
■ 8 cl de vin blanc ■ 1 cuil. à soupe de persil ■ sel, poivre.

1. Faites dorer les lardons dans une poêle avec 1 cuillerée de graisse de canard. Égouttez-les en conservant la graisse de cuisson. Réservez 8 cerneaux de noix et concassez le reste.

2. Préchauffez le four à 170 °C. Fouettez les œufs dans un bol avec le fromage et le persil ciselé. Mélangez la farine et la levure dans une terrine. Ajoutez les œufs un par un tout en mélangeant avec une cuillère en bois. Incorporez la graisse de canard (crue et cuite) et le vin. Salez et poivrez. Ajoutez les lardons, les noix concassées et mélangez. Versez la pâte dans un moule graissé.

3. Enfourez pour 45-50 min. 15 min avant la fin de la cuisson, disposez les cerneaux réservés sur le dessus du cake. Laissez-le tiédir avant de le démouler. Servez-le tiède.

MON SUD-OUEST

Vous pouvez remplacer les lardons par des fritons ou des gésiers confits. Pour un goût plus corsé, ajoutez 1 cuil. à soupe de vin de noix.

SALADE D'ENDIVES-KIWIS ET COMTÉ AUX NOISETTES

Prêt en 20 min. Découpez 2 endives en rondelles. Taillez en dés 80 g de comté. Pelez 3 kiwis. Coupez-les en quatre, puis en lamelles. Effeuillez 2 cuil. à soupe de persil (ou de coriandre). Mélangez le tout avec 2 cuil. à soupe de noisettes torréfiées concassées. Assaisonnez de 2 cuil. à soupe de vinaigre de cidre fouettées avec 1 cuil. d'huile de noisette et 3 cuil. à soupe d'huile de colza, du sel et du poivre.

À LA CARTE

SALADE TIÈDE DE LÉGUMES SAUTÉS À L'HALLOUMI

Prêt en 30 min. Détaillez 2 tomates en quartiers. Découpez 1 poivron en lanières. Émincez grossièrement 300 g de champignons, puis effeuillez 10 brins de coriandre. Chauffez 4 cuil. à soupe d'huile d'olive dans une poêle. Faites-y sauter les champignons 3 min sur feu vif. Ajoutez les tranches d'1 aubergine, d'1 courgette et les lanières de poivron. Faites revenir 5 min à feu vif en remuant. Ajoutez les quartiers de tomates, la coriandre et une pincée d'origan. Salez et poivrez. Faites sauter le tout 3 min. Arrosez du jus d'1 citron. Garnissez de 150 g de fromage halloumi émincé (épicerie orientale ou grandes surfaces).



Cake à l'orientale

POUR 6 PERSONNES
PRÉPARATION 25 MIN
CUISSON 55 MIN

■ 5 merguez ■ 15 tomates cerises
■ 3 œufs ■ 10 cl de lait ■ 200 g
de farine + 80 g pour les merguez
■ 1/2 sachet de levure chimique
■ 8 cl d'huile d'olive ■ 1 cuil.
à café rase de ras-el-hanout
■ sel, poivre du moulin.

1. Faites colorer les merguez dans une poêle à sec. Réservez-les sur du papier absorbant et laissez-les refroidir. Coupez-les en trois.

2. Lavez et essuyez les tomates cerises. Préchauffez le four à 210 °C. Mélangez au fouet dans un saladier, les œufs, la farine et la levure. Incorporez le lait et l'huile. Assaisonnez de sel, de poivre et de ras-el-hanout. Mélangez à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à obtenir une préparation homogène.

3. Déposez les morceaux de merguez dans une assiette, puis farinez-les. Secouez-les, afin de retirer l'excédent de farine.



4. Huilez un moule et versez-y 3 cm de pâte. Déposez dessus la moitié des merguez. Recouvrez de 3 cm de pâte et disposez le reste de merguez. Versez la pâte restante et enfournez. Au bout de 10 min de cuisson, posez les tomates cerises sur le dessus du cake en les enfonçant légèrement. Baissez la température du four à 180 °C et faites cuire encore 40 min. Laissez tiédir avant de démouler.

LE RAS-EL-HANOUT

C'est le prince des aromates ! Macis, badiane, cannelle et autres épices se retrouvent dans ce précieux mélange, qui rehaussera avec talent tous vos tagines.



Cake antillais

-  **POUR 6 PERSONNES**
-  **PRÉPARATION 25 MIN**
-  **CUISSON 50 MIN**

- 3 œufs ■ 180 g de noix de coco fraîche ■ 20 g de beurre ■ 1 yaourt nature (ou aromatisé coco) ■ 150 g de sucre en poudre ■ 1 cuil. à soupe de sucre roux ■ 200 g de farine ■ 1 sachet de levure chimique ■ 2 cuil. à soupe de confiture de mangues (ou d'ananas) ■ 10 cl d'huile d'arachide ■ 1 cuil. à café de cannelle en poudre ■ 2 cl de rhum.

- 1. Préchauffez le four à 170 °C.** Éliminez la peau brune de la noix de coco et râpez la chair au robot (réservez quelques copeaux pour le décor).
- 2. Mélangez la farine et la levure.** Battez au fouet les œufs et le sucre. Ajoutez le yaourt et la farine préparée petit à petit en malaxant bien. Incorporez l'huile. Intégrez la confiture de mangues, la coco râpée, la cannelle et le rhum. Dès que la pâte est homogène, versez-la dans un moule beurré. Saupoudrez de sucre roux, puis décorez du reste de coco râpée. Enfourez pour 45-50 min.
- 3. Laissez tiédir** avant de démouler. Dégustez tiède.

QUESTION COCO

Le plus pratique ? La coco fraîche en dés au rayon snacks frais. À défaut, optez pour des copeaux de coco séchée ou de la coco râpée. Les deux étant disponibles en sachets dans les grandes surfaces.



PASSION CRÉOLE EN GELÉE

Prêt en 45 min – Attente : 2 h

Diluez 1 sachet d'agar agar (2 g) dans 4 cuil. à soupe de jus de fruit de la passion. Incorporez-les à 60 cl de jus de fruit de la passion tout en fouettant. Portez doucement à frémissements 1 min. Laissez tiédir. Ouvrez 3 fruits de la passion et prélevez la chair. Répartissez-la dans 6 verres. Versez 10 cl de jus de fruit de la passion et réservez 2 h minimum au frais. Juste avant de servir, fouettez en chantilly 250 g de crème de coco bien froide avec 1 sachet de sucre vanillé. Garnissez-en les verres, puis décorez avec la chair d'1 fruit de la passion.

À LA CARTE

SALADE DE FUSILLIS AU JAMBON DE PARME

Prêt en 25 min. Faites cuire 250 g de fusillis dans de l'eau bouillante salée en les gardant un peu fermes. Coupez 6 fines tranches de jambon de Parme en trois morceaux. Lavez et égouttez 80 g de pousses de salade. Découpez 18 tomates cerises en deux. Hachez 6 feuilles de basilic et déposez-les dans un bol. Ajoutez 1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique et 1 cuil. à soupe de vinaigre de vin. Salez et poivrez. Versez dans le bol 6 cuil. à soupe d'huile d'olive tout en fouettant. Répartissez les différents ingrédients dans chaque assiette, puis garnissez de 60 g de parmesan découpé en copeaux. Parsemez de 3 cuil. à soupe de câpres. Nappez de vinaigrette, puis servez.



Cake aux olives à l'italienne

 POUR 6 PERSONNES
 PRÉPARATION 20 MIN
 CUISSON 50 MIN

- 3 tranches de pancetta
- 10 feuilles de basilic
- 3 œufs ■ 10 cl de lait
- 80 g de ricotta ■ 50 g de parmesan râpé
- 200 g de farine
- 1/2 sachet de levure chimique ■ 100 g d'olives noires dénoyautées
- 10 cl d'huile d'olive
- sel, poivre du moulin.

1. Préchauffez le four à 180 °C. Hachez grossièrement la pancetta. Émiettez la ricotta, puis ciselez le basilic.

2. Mélangez au fouet dans un saladier les œufs avec la farine et la levure. Incorporez le lait et l'huile. Salez et poivrez. Ajoutez la pancetta, le parmesan, la ricotta, le basilic, les olives, puis mélangez le tout soigneusement.

3. Versez la pâte dans un moule à cake huilé, puis enfournez pour 45-50 min. Laissez tiédir avant de démouler. Dégustez tiède.

CAKE MOELLEUX

Vous les aimez super onctueux ? Enveloppez-les, dès leur sortie du four, dans un torchon. De cette façon, la vapeur imprégnera la mie.

Le bon gras

Le beurre frais apporte aux cakes une texture légère et une saveur douce qui s'associe particulièrement aux notes sucrées. En version salée, on essaie l'huile d'olive, de noix ou neutre, mais aussi des matières grasses animales telles que la graisse de canard, d'oie ou le saindoux. La crème fraîche, elle, procure une touche de moelleux.



3,53

BURRATA DI PUGLIA
19% MAT. GR
200g soit 17€65 le kilo
Origine :
ITALIE

3,98

PANDORO CLASSICO
500g soit 7€96 le kilo

1,49

FUSILLI N°140
500g soit 2€98 le kilo



Les monuments de la gastronomie italienne, sans se ruiner.

Découvrez les richesses de l'Italie à prix E.Leclerc.



PRODOTTO E GUSTO D'ITALIA

E.Leclerc



À LA CARTE

Cake crevettes et citron vert au basilic

 POUR 6 PERSONNES

 PRÉPARATION 25 MIN

 CUISSON 50 MIN

- 200 g de crevettes cuites décortiquées
- 1 citron vert bio
- 12 feuilles de basilic
- 3 œufs
- 20 g de beurre
- 1 boule de mozzarella
- 200 g de farine
- 1/2 sachet de levure chimique
- 14 cl d'huile d'olive
- sel, poivre blanc.

1. Préchauffez le four à 170 °C.

Découpez les crevettes en deux ou en trois morceaux, puis émincez le basilic.

2. Mélangez au fouet dans un saladier les œufs, la farine et la levure. Incorporez petit à petit l'huile, la mozzarella hachée et le basilic. Salez et poivrez. Ajoutez les crevettes, puis le zeste râpé et le jus de citron. Mélangez avec une cuillère en bois jusqu'à obtenir une préparation homogène.

3. Versez la pâte dans un moule beurré et enfournez pour 45-50 min. Laissez tiédir avant de démouler.

À LA PÊCHE

On refait ce cake en choisissant des langoustines pour un repas festif, ou du surimi pour une version de tous les jours.



Le zeste et le ziste

Le zeste est la surface brillante et colorée de la peau des agrumes. Le ziste est la partie blanche, parfois amère, qui se trouve en dessous. Traité avant et après récolte ou non traité après récolte, voire bio, de préférence, bien sûr, l'agrumes, quel qu'il soit, doit être soigneusement lavé et séché avant que son zeste ne soit prélevé.



SALADE D'AGRUMES AUX CREVETTES ET AUX TOMATES

Prêt en 30 min. Mélangez 12 crevettes cuites décortiquées avec 3 tomates cocktail coupées en quartiers, les suprêmes pelés d'1 pampleousse rose, d'1 pampleousse jaune, de 2 oranges et d'1 citron vert. Récupérez le jus des agrumes. Salez et poivrez. Ajoutez 4 cuil. à soupe d'huile d'olive et 1 pincée de piment. Assaisonnez-en la salade, puis décorez de ciboulette. Servez frais.

ABONNEZ-VOUS à **Cuisine Actuelle** et ses hors-séries !



**12 N^{os}
par an**

**8 N^{os}
par an**

Cuisine Actuelle, c'est chaque mois des recettes saines, savoureuses et gourmandes !

+ les hors-séries avec :

- Plus de 100 recettes par numéro
- Des recettes originales pour le quotidien ou pour épater ses convives
- Un véritable cahier pratique avec tous les conseils et astuces de la rédaction

25% de réduction* avec l'offre sans engagement !

BON D'ABONNEMENT

À renvoyer sous enveloppe affranchie à Cuisine Actuelle
Service abonnements - 62066 ARRAS cedex 9

5%
de réduction
supplémentaire en
vous abonnant
en ligne

1 > Je choisis mon offre :

Offre Sans Engagement⁽¹⁾ :

12 numéros + 8 hors-séries par an

4€⁶⁰ par mois
au lieu de 6,17€

soit 25% de réduction* !

Offre Annuelle⁽²⁾ :

1 an - 12 numéros + 8 hors-séries

68€ au lieu
de 74€

Soit 8% de réduction* !

*Par rapport au prix de vente au numéro. **Informations obligatoires, à défaut votre abonnement ne pourra être mis en place. (1) Offre Sans Engagement : je peux résilier cet abonnement à durée indéterminée à tout moment par appel ou par courrier au service clients (voir CVU du site prismashop.fr), les prélèvements seront aussitôt arrêtés. Le prix de l'abonnement est susceptible d'augmenter à date anniversaire. Vous en serez bien sûr informé préalablement par écrit et aurez la possibilité de résilier cet abonnement à tout moment. (2) Offre Annuelle : engagement pour une durée ferme après enregistrement de mon règlement. Photos non contractuelles. Offre réservée aux nouveaux abonnés de France métropolitaine. Délai de livraison du 1^{er} numéro : 8 semaines environ après enregistrement du règlement, dans la limite des stocks disponibles. Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique par le Groupe Prisma Média à des fins d'abonnement à nos services de presse, de fidélisation et de prospection commerciale. Conformément à la loi informatique et libertés du 6 janvier 1978 modifiée, vous disposez à tout moment d'un droit d'accès, de rectification, d'effacement, de limitation du traitement, de portabilité des données qui vous concernent, ainsi qu'un droit d'opposition ou traitement pour des motifs légitimes, en écrivant au Data Protection Officer du Groupe Prisma Média au 13 rue Henri Barbusse 92230 Genevilliers ou par email à dpo@prismamedia.com. Dans le cadre de la gestion de votre abonnement ou si vous avez accepté la transmission de vos données à des partenaires du Groupe Prisma Média, vos données sont susceptibles d'être transférées hors de l'Union Européenne. Ces transferts sont encadrés conformément à la réglementation en vigueur, par le mécanisme de certification Privacy Shield ou par la signature de Clauses Contractuelles types de la Commission Européenne.

2 > Je choisis mon mode de souscription :

EN LIGNE SUR PRISMASHOP + simple + rapide + sécurisé   

- Rendez-vous directement sur le site www.prismashop.fr
- Je clique sur «clé Prismashop» en haut à droite de la page d'accueil
- Je saisis ma clé Prismashop ci-dessous :

CLÉ PRISMASHOP
Commander en reportant ci-dessous le code qui figure sur votre coupon ou magazine, clé prismashop :

HCASN161 [Je valide](#)

VOS GARANTIES  Paielement sécurisé  Je gère mon abonnement  Je choisis la date de début de mon abonnement  Livraison offerte  Satisfait ou remboursé

PAR TÉLÉPHONE **0 826 963 964** Service 0,20 € / min + prix appel

PAR COURRIER en complétant le coupon ci-dessous :

Pour l'Offre Annuelle, je joins mon chèque à l'ordre de Cuisine Actuelle.
Pour l'Offre Sans Engagement, une facture vous sera envoyée pour payer votre abonnement.

Mes coordonnées* Mme M.

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

CP _____ Ville _____



La semaine des cakes

Sept classiques pour tous les jours et pour toutes les occasions. Vous allez devenir, c'est sûr, le roi ou la reine des cakes salés et sucrés !

Pour 6 personnes

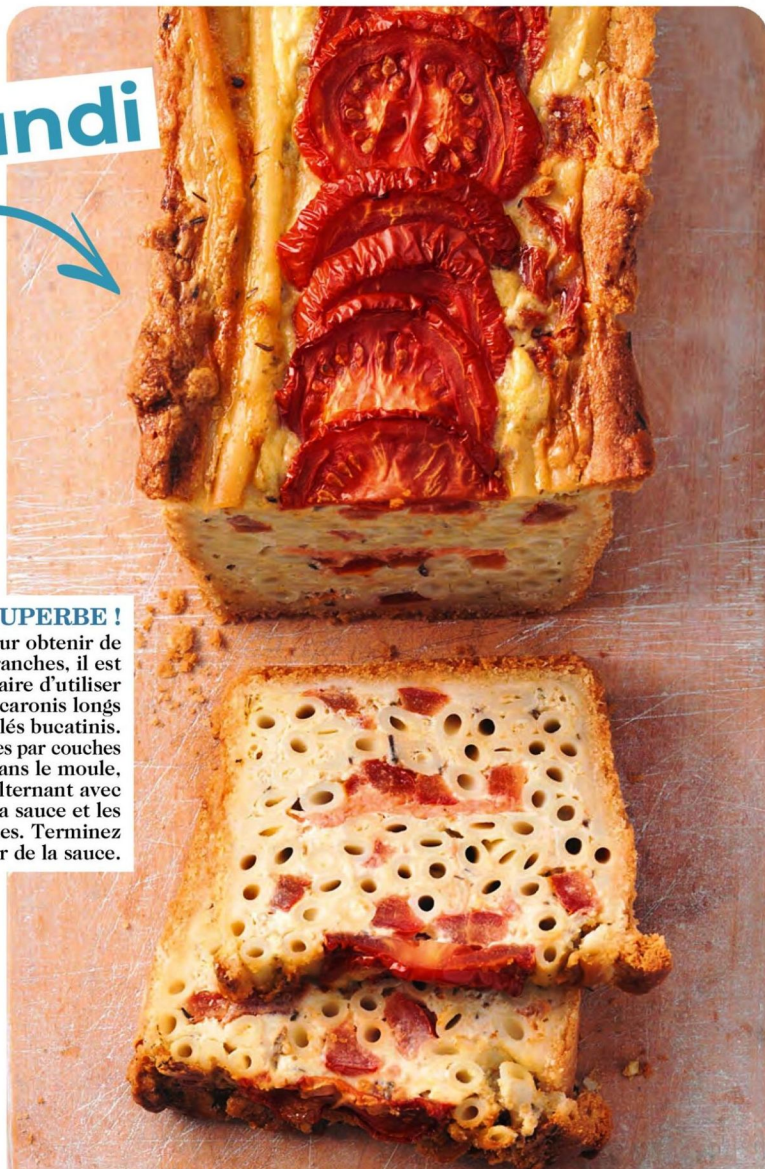
Cake de macaronis à la tomate

Lundi

1. Cuisez 350 g de **macaronis** dans de l'eau bouillante **salée** selon les indications sur l'emballage.
2. Faites fondre 20 g de **beurre** dans une casserole et ajoutez 15 g de **farine**. Remuez 1 min et délayez petit à petit avec 20 cl de **lait** entier froid. Faites épaissir 8 min à feu moyen en remuant sans cesse. Salez et **poivrez**, puis ajoutez 1 pincée de **piment**.
3. Coupez 2 **tomates** moyennes en rondelles et égouttez-les. Coupez 2 autres tomates en deux, puis retirez les graines et l'excès de jus. Détaillez la chair en dés et faites-la sauter 3 min à feu très vif dans 2 cuil. à soupe d'**huile d'olive** chaude avec 1 grosse gousse d'**ail** haché et 1 cuil. à café d'**origan** (ou de thym). Salez et poivrez.
4. Chauffez le four à 160 °C. Beurrez un moule à cake avec 20 g de beurre, puis parsemez-le de 3 cuil. à soupe de **chapelure**. Égouttez les macaronis et mélangez-les avec la sauce béchamel, 1 **œuf** et 60 g de **parmesan**. Ajoutez les tomates cuites et mélangez. Versez dans le moule et décorez de rondelles de tomates. Enfourez pour 50 min.

SUPERBE !

Pour obtenir de belles tranches, il est nécessaire d'utiliser des macaronis longs appelés bucatinis. Rangez-les par couches dans le moule, en alternant avec la sauce et les tomates. Terminez par de la sauce.



Mardi



Cake à l'italienne

1. Rincez 300 g d'épinards frais. Équeutez-les et essorez-les. Chauffez 10 cl d'huile d'olive dans une poêle avec 1 gousse d'ail pelé et haché. Ajoutez les épinards grossièrement émincés et faites-les sauter 5 min sur feu vif. Salez et poivrez.
2. Préchauffez le four à 160°C. Mélangez 250 g de farine avec 1/2 sachet de levure chimique. Incorporez 4 œufs, 1 cuil. à soupe d'huile d'olive, 5 cl de vin blanc sec, du sel et du poivre. Mélangez brièvement avec 1 boule de mozzarella taillée en dés, les épinards, 80 g de pétales de tomates séchées émincées et 60 g de pignons. Versez dans un moule à cake. Enfournez pour 55 min. Laissez refroidir avant de démouler.



Cake meringué au citron et kumquats

1. Découpez 8 kumquats frais en morceaux et retirez les pépins. Hachez-les. Battez 100 g de beurre mou avec 100 g de yaourt grec et 100 g de sucre. Ajoutez 4 œufs, 200 g de farine, 1/2 sachet de levure chimique, 1 goutte d'huile essentielle alimentaire de menthe et les kumquats.
2. Versez un tiers de la pâte dans un moule à cake antiadhésif. Déposez 125 g de lemon curd sur la surface. Recouvrez de pâte, de 125 g de lemon curd et terminez par de la pâte. Enfournez pour 55 min à 160 °C.
3. Laissez le cake refroidir, puis démoulez-le. Fouettez 2 blancs d'œufs en neige et versez 120 g de sucre sans cesser de battre. Étalez cette meringue en couche épaisse sur le cake. Faites dorer au chalumeau de cuisine (vous pouvez aussi faire dorer la meringue sous le gril du four).

MES PRODUITS

Le lemon curd (crème de citron aux œufs) se trouve au rayon confiture. Le kumquat, lui, dans les épicerie fines ou exotiques. À défaut, un zeste de clémentine ou d'orange bio suffit.

Mercredi

ON MANGE QUOI CE SOIR ?

Cake marbré aux pépites de café

1. Mélangez 250 g de **farine** avec 1/2 sachet de **levure chimique**. Battez 130 g de **beurre** mou avec 200 g de **sucre** et 2 pincées de **sel** au batteur électrique. Incorporez 4 **œufs** un par un. Ajoutez la **farine** préparée en deux fois en alternant avec 12 cl de **crème fraîche épaisse**, sans cesser de battre.
2. Divisez la pâte en deux. Parfumez-en une moitié avec 2 cuil. à soupe de **cacao en poudre** et l'autre avec 2 sachets de **sucre vanillé**.
3. Chauffez le four à 160°C. Versez alternativement les 2 pâtes dans un moule à cake jusqu'aux deux tiers en parsemant 70 g de **grains de chocolat au café** (réservez-en 10 g). Plongez la lame d'un couteau dans la pâte en mélangeant à peine pour créer des marbrures. Enfourez pour 55 min. Laissez tiédir et démoulez.
4. Cassez 125 g de **chocolat noir** en morceaux, puis faites-le fondre avec 1 cuil. à café d'**huile**. Étalez-le sur le cake. Faites fondre 30 g de **chocolat blanc**. Versez-le dans un cône, puis faites-le couler en lignes sur le gâteau. Alignez les grains de chocolat restants et laissez durcir.



Jeudi



Vendredi

Cake aux carottes glacées et fromage frais

1. Épluchez et râpez 350 g de **carottes**. Brossez 1 **orange bio** sous l'eau tiède. Séchez-la et râpez son zeste. Faites dorer 125 g de **noisettes en poudre** 5 min dans une poêle.
2. Battez 125 g de **beurre** mou avec 150 g de **cassonade** et incorporez 4 **œufs** un par un. Ajoutez 200 g de **farine**, les carottes, les noisettes en poudre, 1 cuil. à café de **cannelle moulue**, 1 cuil. à café de **gingembre moulu**, le zeste de l'orange, 1/2 sachet de **levure chimique** et 2 pincées de **sel**.
3. Préchauffez le four à 160°C. Versez la pâte dans un moule à cake et enfourez pour 55 min. Démoulez et laissez refroidir.
4. Fouettez 150 g de **fromage frais** (Philadelphia, Kiri, St Môret,) au batteur électrique avec 50 g de **beurre** et 50 g de **sucre glace**. Étalez cette préparation sur le cake.

Crumble-cake aux framboises et à la crème

1. Battez 40 g de **beurre** mou avec 100 g de **crème fraîche épaisse entière** et 140 g de **sucre**. Ajoutez 3 **œufs** un par un, 200 g de **farine**, 1/2 sachet de **levure chimique** et du **sel**. Versez dans un moule à cake en incorporant 200 g de **framboises fraîches**.
2. Chauffez le four à 160°C. Mélangez du bout des doigts 60 g de farine, 50 g de beurre découpé en dés et 50 g de sucre en effritant la préparation. Émiettez-la sur le dessus du cake et enfournez pour 55 min. Couchez le cake sur le côté et laissez-le tiédir 10 min. Démoulez-le, puis laissez-le refroidir sur une grille.

Samedi



VENUES DU FROID

Vous n'avez pas de framboises fraîches sous la main ? Utilisez-les surgelées sans les décongeler, faute de quoi, elles rendront trop de jus.

Dimanche



Cake mi-cheese mi-pruneaux

1. Préchauffez le four à 160 °C. Battez 90 g de **beurre** mou et 80 g de **sucre** pour obtenir une consistance crémeuse. Incorporez 2 petits **œufs** (ou moyens) un par un, puis intégrez 100 g de **farine** et 1 cuil. à café rase de **levure chimique**. Versez dans un moule à cake. Enfourez pour 15 min.
2. Battez 350 g de **ricotta** avec 60 g de sucre. Ajoutez le jus et le zeste râpé d'1 **citron** bio et incorporez 2 autres petits œufs. Rangez 8 gros **pruneaux** dénoyautés en ligne sur le cake et versez la préparation à la ricotta. Glissez au four 1 h à 160 °C. Laissez tiédir au moins 2 h dans le four éteint et fermé. Placez au réfrigérateur 4 h au minimum.

Vrai ou faux ? On fait le tour des idées reçues sur le cake

Tous les ingrédients doivent être à température ambiante. **VRAI**. Sans oublier les œufs, afin d'obtenir une pâte homogène et facile à travailler. Un sachet entier de levure est nécessaire. **FAUX**. En général, c'est bien trop et un cake trop rempli d'air s'affaisse. Comptez 1 cuil. à café un peu bombée pour 200 g de farine et 1/2 sachet si les ingrédients sont riches (beurre, chocolat...). Il faut fariner les fruits secs. **VRAI**. D'ailleurs il vaut mieux les mélanger avec la totalité de la farine. Le four doit être bien chaud. **FAUX**. Il faut cuire autour de 160°C pour que le cake reste moelleux.

Le plaisir d'un café

Des mini desserts tous inspirés du cake, avec plein de fantaisie à l'intérieur pour finir vos repas sur une note surprenante et raffinée.

Cake pops chocolat caramel

POUR 25 CAKES POPS **PRÉPA 35 MIN**
ATTENTE 1 H **CUISSON 45 MIN**

1. Faites fondre 140 g de **beurre**. Mélangez 3 **œufs**, 140 g de **farine**, 1/2 sachet de **levure chimique**, 140 g de **sucre** et 1 pincée de **sel**. Ajoutez le beurre fondu et mélangez. Versez dans un moule à cake beurré et enfournez pour 45 min à 160 °C. Laissez refroidir.
2. Émiettez complètement le gâteau et mélangez-le soigneusement avec 125 g de **mascarpone**. Façonnez de petites boules. Piquez-les sur des cure-dents, puis réservez-les 1 h au frais.
3. Pilez 60 g de **nougatine**. Faites fondre 150 g de sucre

avec un peu d'eau dans une casserole jusqu'à obtenir un caramel doré. Hors du feu, ajoutez 15 cl de **crème** en prenant garde aux éclaboussures.

4. Remplacez la casserole sur feu doux et laissez cuire jusqu'à obtenir une sauce crémeuse. Incorporez 225 g de **chocolat noir** coupé en morceaux, puis faites-le fondre. Hors du feu, trempez les cake pops dans l'enrobage encore tiède. Secouez-les pour bien éliminer l'excédent. Parsemez de nougatine pilée et réservez au frais.



C'EST SIMPLE

Trempez d'abord les cure-dents dans du chocolat fondu avant de piquer les cake pops. Cela leur évitera de glisser durant l'enrobage.



Les mug cakes, un plaisir non coupable !

On les adore, ces gourmandises. Et c'est tout un concept : un petit délice venu des États-Unis, réalisé directement dans une tasse avec les ingrédients d'un cake classique, qui cuit en 60 secondes chrono. On peut les aromatiser selon nos envies : confiture, Nutella... Un rendez-vous gourmand à savourer devant la télé !

Mug cakes au café

POUR 4 TASSES
PRÉPARATION 5 MIN **CUISSON 1 MIN**

1. Faites fondre 60 g de **beurre** au micro-ondes. Ajoutez 6 cuil. à soupe de **sucre** et mélangez. Cassez 2 **œufs** et malaxez de nouveau. Intégrez 4 cuil. à soupe de **crème épaisse** et 4 cuil. à soupe de **café expresso**, puis fouettez. Ajoutez 6 cuil. à soupe de **farine** additionnée d'1 cuil. à café de **levure chimique**. Mélangez à nouveau.
2. Remplissez 4 tasses. Faites cuire au micro-ondes 1 min à puissance maximale (si besoin, ajoutez 20 secondes). Laissez tiédir. Répartissez 4 cuil. à soupe de chantilly et 1 cuil. à café de cacao.



Cheesecake en sucettes au chocolat blanc et yuzu

POUR 10 PARTS **PRÉPARATION 45 MIN**
ATTENTE 24 H + 4 H **CUISSON 1 H 15**

1. Préparez le biscuit la veille. Mixez 200 g de **spéculeos**. Faites fondre 75 g de **beurre**. Intégrez-le aux biscuits. Tapissez-en le fond d'un moule en tassant avec le dos d'une cuillère. Réfrigérez 30 min.

2. Fouettez 700 g de **fromage frais (Philadelphia)** avec 125 g de **crème épaisse** et 150 g de **sucré**. Ajoutez 30 g de **farine** et 10 g de **fécule de maïs**. Mélangez, puis incorporez 3 **œufs** et 2 jaunes d'œufs. Aromatisez avec 2 cuil. à soupe de **jus de yuzu** (ou de pamplemousse) et 1 cuil. à café de **vanille liquide**. Versez sur le fond de biscuits et glissez au four pour 15 min à 180 °C.

Baissez la température du four à 100 °C et laissez cuire 1 h (le cheesecake doit être figé). Réservez-le durant 24 h au frais.

3. Détaillez 10 parts et piquez-les sur des bâtonnets. Placez-les 4 h au congélateur.

4. Faites fondre 300 g de **chocolat blanc** au bain-marie, puis versez-le dans un verre doseur. Trempez-y entièrement les parts de cheesecake, en prenant soin de bien les enrober. Secouez pour éliminer l'excédent. Décorez de **perles de sucre**, puis laissez durcir au frais sur une plaque antiadhésive jusqu'au moment de servir.

L'ASTUCE

Pour une texture parfaite, laissez refroidir le cheesecake dans le four éteint, porte entrouverte.

Mini cakes coco et ananas

POUR 12 MINI-CAKES **PRÉPARATION 25 MIN** **CUISSON 35 MIN**

1. Faites fondre 125 g de **beurre** au micro-ondes. Mélangez dans un saladier 185 g de **farine**, 1 sachet de **levure chimique**, 150 g de **sucré** et 100 g de **noix de coco râpée**. Ajoutez le beurre fondu refroidi et 25 cl de **lait de coco**. Mélangez bien. Terminez en intégrant 2 **œufs** battus. Réservez.

2. Découpez 1/2 **ananas** en mini dés. Faites fondre 30 g de **beurre**. Ajoutez les dés d'ananas, 1 cuil. à

café de **gingembre haché** et 1 **étoile de badiane**. Versez 100 g de **sucré** et arrosez de 25 cl de **jus d'ananas** (ou d'orange). Réservez jusqu'à obtenir la consistance d'une compotée. Laissez refroidir.

3. Garnissez 12 caissettes avec la moitié de la pâte coco, puis déposez 1 cuil. à café de compotée filtrée. Couvrez du reste de pâte. Enfournes 20 min à 180 °C.

4. Saupoudrez de 50 g de **noix de coco râpée**.

LE TRUC

Garnissez les caissettes jusqu'aux deux tiers, afin d'éviter que la pâte ne déborde. Cette dernière, en effet, a tendance à gonfler pendant la cuisson.



On cuisine comme Mamie

Pour les réussir à coup sûr et avec brio, voici **trois recettes imbattables** et intemporelles.

Cake anglais

👤 POUR 8 PERSONNES **🕒 PRÉPARATION 25 MIN**
🕒 ATTENTE 30 MIN **🕒 CUISSON 50 MIN**

- 100 g de fruits confits (cubes mélangés)
- 10 cerises confites
- 80 g de raisins secs de Corinthe
- 130 g de beurre pomme
- + 20 g pour le moule
- 3 œufs
- 130 g de sucre
- 180 g de farine
- + 30 g pour le moule
- 1 sachet de levure chimique
- 10 cl de thé chaud
- 1 pincée de sel.

- 1. Faites tremper les raisins secs** dans le thé chaud. Réservez.
- 2. Fouettez le beurre** dans une terrine avec le sucre et le sel. Ajoutez les œufs un par un sans cesser de mélanger.
- 3. Égouttez les raisins secs** refroidis et épongez-les dans un

linge. Mélangez la farine, la levure, les raisins secs et les fruits confits. Incorporez-les dans la préparation aux œufs à l'aide d'une cuillère en bois.

4. Beurrez et farinez un moule à cake de 25 cm. Versez-y la moitié de la pâte et disposez la moitié des cerises confites. Couvrez du reste de pâte. Ajoutez les cerises restantes et laissez reposer 30 min au réfrigérateur.

5. Enfourez pour 45-50 min à 210 °C. Vérifiez la cuisson en piquant le cake avec la pointe d'un couteau à lame fine (elle doit en ressortir nette). Laissez tiédir, démoulez et servez.



MAMIE M'A DIT

On peut aussi faire tremper les raisins secs dans du rhum chaud. Le temps de repos est facultatif, mais il permet d'obtenir une texture de pâte plus souple et bien alvéolée.



Cake banane et pépites de chocolat

👤 POUR 8 PERS. **🕒 PRÉPARATION 25 MIN**
🕒 ATTENTE 30 MIN **🕒 CUISSON 50 MIN**

- 3 bananes mûres
- 1/2 citron
- 120 g de beurre pomme
- + 20 g pour le moule
- 3 œufs
- 180 g de farine
- + 30 g pour le moule
- 120 g de sucre
- 1 sachet de levure chimique
- 100 g de pépites de chocolat noir
- 1 cuil. à soupe de rhum (ou d'extrait de vanille)
- 1 pincée de sel.

1. Écrasez les bananes à la fourchette, puis arrosez-les du jus du citron. Mélangez la farine avec la levure. Fouettez le beurre et le sucre dans une jatte. Incorporez les œufs un par un, la farine préparée, le sel, les bananes, le rhum et les pépites de chocolat en malaxant pour obtenir une pâte lisse et homogène.

2. Préchauffez le four à 210 °C. Beurrez et farinez un moule à cake de 25 cm. Versez la pâte dans ce dernier, puis laissez reposer 30 min au réfrigérateur. Glissez au four pour 45-50 min, en prenant soin de saupoudrer le cake de sucre glace à mi-cuisson. Vérifiez la cuisson en le piquant avec la pointe d'un couteau à lame fine (elle doit en ressortir nette). Laissez tiédir, puis démoulez. Servez.

Marbré vanille-chocolat

 POUR 8 PERSONNES

 PRÉPARATION 25 MIN

 CUISSON 50 MIN

- 3 œufs ■ 140 g de beurre pommade + 20 g pour le moule ■ 4 cuil. à soupe de crème liquide entière ■ 140 g de sucre en poudre ■ 1 cuil. à soupe de sucre glace ■ 200 g de farine + 30 g pour le moule
- 1 sachet de levure chimique
- 80 g de chocolat noir 70 %
- quelques gouttes d'extrait de vanille ■ 1 pincée de sel.

1. Mélangez la farine et la levure. Fouettez le beurre avec le sucre en poudre et le sel. Ajoutez les œufs un par un en continuant d'amalgamer et incorporez progressivement la farine préparée. Ajoutez la crème toujours en mélangeant jusqu'à obtenir une pâte lisse. Séparez en quantité égale cette préparation dans 2 grands bols.

2. Faites fondre le chocolat au micro-ondes (ou au bain marie). Versez-le dans un bol et mélangez. Ajoutez l'extrait de vanille dans l'autre bol, puis amalgamez.

3. Beurrez et farinez un moule à cake d'environ 25 cm. Versez simultanément les préparations, d'un bout à l'autre du moule, une pour le côté droit, une pour le côté gauche. Glissez au four pour 45-50 min à 180 °C. Vérifiez la cuisson en piquant le marbré à l'aide d'une pointe de couteau à lame fine (elle doit en ressortir nette). Laissez tiédir. Démoulez, puis saupoudrez de sucre glace.

DES MOTIFS À SOUHAIT

En alternant de fines couches et en versant toujours au centre, on obtient un joli zébra cake. En remplissant le moule avec de grosses cuillerées, on réalise un marbré traditionnel. Enfin, en superposant trois couches et en mélangeant légèrement la pâte à l'aide d'un couteau, on compose un marbrage délicat.

Le cake

En France, sa forme (un parallélépipède) le distingue des autres gâteaux. Dans les pays anglo-saxons, le mot "cake" a pour signification "gâteau". Et ce que nous appelons "cake" aux fruits confits porte, chez eux, le nom de "fruitcake" et il est souvent rond ! On en perdrait son latin... Malgré tout, on l'adore car il se conserve bien et s'allie à merveille au thé et au goûter. Et escorte fidèlement brunchs, apéritifs, pique-niques et buffets d'été.

Les nouveaux cakes

C'est la mode. La valeur sûre de nos agapes se refait une beauté façon sandwich salé ou en arc-en-ciel. Une vraie révolution pour nos papilles !

Cake cathédrale

↑ POUR 4 PERSONNES
⌚ PRÉPARATION 25 MIN **🕒 CUISSON 1 H 20**

1. Hachez grossièrement au couteau : 120 g de **cerises rouges et vertes confites**, 50 g d'**écorces d'oranges confites**, 120 g de divers **fruits séchés** (dattes, abricots, figues...), 30 g de **gingembre confit**, ainsi que 150 g de **noix, noisettes, amandes et noix de macadamia** mélangées. Versez l'ensemble dans un saladier. Ajoutez 1 cuil. à

soupe d'**épices à pain d'épices** et 150 g de **farine**. Mélangez bien.

2. Préchauffez le four à 150 °C. Fouettez 4 **œufs** dans un bol avec 40 g de **sucre** et 1 cuil. à soupe de **rhum**. Incorporez-le aux fruits et aux noix. Mélangez avec soin. Versez dans un moule à cake tapissé de papier sulfurisé **graissé**. Enfourez pour 1 h 20.

Cake cœur chocolat et vanille

↑ POUR 4 PERS. **⌚ PRÉPARATION 40 MIN**
⌚ ATTENTE 30 MIN **🕒 CUISSON 1 H**

1. Préparez un insert en cœur. Fouettez 2 jaunes d'**œufs** et 60 g de **yaourt grec** dans un saladier. Ajoutez 100 g de **sucre**, 1 cuil. à soupe de **lait**, 2 cuil. à soupe d'**huile**, 1/2 cuil. à café de **gingembre moulu**, 1 cuil. à café d'**extrait de vanille**, 2 pincées de **levure chimique** et 100 g de **farine**. Mélangez avec soin.
2. Préchauffez le four à 180 °C. Montez 2 blancs d'œufs en neige, puis intégrez-les à la préparation précédente. Versez dans un moule rectangulaire sur environ 3 cm d'épaisseur. Enfourez pour 35 min. Démoulez sur une grille et laissez refroidir. Détaillez des tranches de gâteau en forme de cœur à l'aide d'un emporte-pièce. Serrez bien

les cœurs les uns contre les autres. Couvrez-les d'un film étirable, puis réservez-les au frais.
3. Concassez 200 g de **chocolat noir**, puis faites-le fondre au bain-marie avec 120 g de **beurre** découpé en morceaux. Fouettez 3 jaunes d'œufs avec 120 g de sucre, puis ajoutez le chocolat fondu, 100 g de farine et 2 pincées de levure chimique. Montez 3 blancs d'œufs en neige ferme et incorporez-les au mélange chocolaté. Versez une couche de pâte au fond d'un moule à cake beurré. Retirez le film étirable et déposez la barre de cœurs au centre du moule, pointe vers le bas. Couvrez de pâte chocolatée. Enfourez 25 min à 180 °C.

Croque-cake saumon et mâche

↑ POUR 4 PERSONNES **⌚ PRÉPA 35 MIN**
⌚ ATTENTE 10 MIN **🕒 CUISSON 45 MIN**

1. Faites fondre 25 g de **beurre** dans une casserole. Incorporez 25 g de **farine** et laissez cuire 2 min. Versez 25 cl de **lait froid** et faites épaissir la béchamel tout en mélangeant bien. Ajoutez 4 pincées de **de muscade**, du **sel** et du **poivre**.
2. Faites dorer 300 g de **filets de saumon** 3-4 min dans une poêle avec 5 g de beurre, puis effilochez-le. Faites fondre 200 g de **mâche** 3 min dans une poêle avec 5 g de beurre.
3. Fouettez 2 **œufs** avec 15 cl de **crème liquide** et 1/2 botte de **ciboulette** ciselée. Salez et poivrez.

4. Préchauffez le four à 180 °C. Tapissez le fond d'un moule à cake de papier de cuisson graissé. Garnissez le fond avec du **pain de mie** découpé en tranches. Arrosez d'1/4 du mélange crème-œufs. Répartissez 1/3 du saumon et de la mâche. Recouvrez d'1 couche de béchamel. Renouvelez l'opération deux fois. Terminez par une couche de pain arrosée de préparation crème-œufs. Couvrez de 30 g de **comté** râpé et enfourez pour 25 min. Laissez reposer 10 min. Démoulez et servez.

Cake arc-en-ciel

↑ POUR 4 PERSONNES
⌚ PRÉPARATION 20 MIN **🕒 CUISSON 50 MIN**

1. Fouettez 2 **œufs** dans un saladier avec 120 g de **sucre semoule** et 1 sachet de **sucre vanillé**. Ajoutez 4 cuil. à soupe de **yaourt grec**, 4 cuil. à soupe d'**huile d'olive** et 2 cuil. à soupe d'eau de **fleur d'oranger**. Mélangez bien et versez 200 g de **farine**, 2 cuil. à café de **fécule de maïs** et 2 cuil. à café de **levure chimique**. Répartissez la pâte dans 4 bols. Préparez 4 **colorants alimentaires** de couleurs : jaune, rouge, vert et bleu. Incorporez 3 gouttes de

chaque colorant, afin d'obtenir 4 préparations de 4 teintes différentes, puis mélangez avec soin.
2. Chauffez le four à 150 °C. Versez successivement les 4 pâtes colorées dans un moule à cake **beurré** et enfourez pour 50 min. Démoulez, puis laissez refroidir complètement.
3. Faites mousser 1 blanc d'œuf. Ajoutez 180 g de **sucre glace** et quelques gouttes d'eau si besoin. Recouvrez le cake de ce glaçage, puis parsemez de **vermicelles** arc-en-ciel.



IRRÉSISTIBLE
CAKE
CATHÉDRALE

Tout nouveaux, tout beaux

Les blogs de cuisine rivalisent de créativité pour métamorphoser ce délice des plus classiques. Fini le traditionnel cake marbré. Vive le zébra cake ! Et en version multicolore, il nous épaté. Côté apéritif, oubliez celui aux olives. Voici des étages de croque-monsieur bien rangés. Bienvenue au croque-cake ! Dernière nouveauté ? Percé avec une paille à la sortie du four, il est arrosé de confiture, de chocolat ou de caramel. C'est le poke cake.



GOURMAND
CROQUE-CAKE
SAUMON ET MÂCHE



SURPRISE PARTY
CAKE
ARC-EN-CIEL



À CROQUER
CAKE CŒUR
CHOCOLAT
ET VANILLE



... petits desserts express

Pour compléter un menu tarte-salade, on se régale d'une petite douceur vite faite, bien faite.

1 Pots de brebis aux noisettes

Portez à frémisses 10 cl de **crème liquide** et 4 cuil. à soupe de **pâte à tartiner au chocolat**. Hors du feu, ajoutez 2 **feuilles de gélatine** réhydratées, 4 **yaourts au lait de brebis** et 4 cuil. à soupe de **noisettes** torréfiées concassées. Répartissez dans des ramequins et laissez prendre 3 h au frais.

LE PLUS C'est délicieux servi avec un nuage de chantilly parfumée de 2 pincées de café instantané.

2 Crèmes à la vanille

Insérez 1 **gousse de vanille** fendue dans une bouteille de **lait** frais et réservez une nuit au réfrigérateur. Mixez très finement le lait avec la gousse de vanille. Battez 3 **œufs**, 80 g de **sucre** et 50 g de **fécule de maïs**. Délayez avec le lait. Portez à ébullition dans une casserole en mélangeant soigneusement. Répartissez dans des petits pots et laissez prendre au frais.

LE PLUS Nappez ces crèmes d'un peu de miel ou de sirop d'érable.

3 Salade de fraises à l'huile d'olive

Équeutez et émincez 400 g de **fraises**. Mélangez-les dans un saladier avec le jus d'1/2 **citron**, un peu de **sucre** si nécessaire, 1 à 2 cuil. à soupe de **huile d'olive** et

un tour de moulin à **poivre noir**. Laissez reposer 30 min.

LE PLUS Juste avant de servir, parsemez de basilic frais ciselé.

4 Mini gratins de framboises

Remplissez à demi 4 ramequins de **framboises**. Battez 1 jaune d'**œuf** et 8 cuil. à soupe de **crème fraîche**. Ajoutez 1 sachet de **sucre vanillé**, puis recouvrez-en les framboises. Poudrez de **sucre** et enfournez quelques minutes sous le gril pour faire gratiner.

LE PLUS On refait ces mini gratins avec des fraises, des fruits rouges mélangés ou des fruits exotiques découpés en dés.

5 Bananes caramélisées

Faites fondre 30 g de **beurre** dans une poêle. Ajoutez 4 **bananes** en rondelles. Poudrez de 2 cuil. à soupe de **cassonade** et laissez caraméliser en remuant. Ajoutez 3 cuil. à soupe de **noix** concassées grillées. Mélangez et servez.

LE PLUS Servez avec un coulis de **chocolat noir fondu** avec une **noix de beurre** ou de **crème**.

6 Carrés fondants au chocolat

Faites fondre 200 g de **chocolat** avec 150 g de **beurre**. Incorporez 3 **œufs**, 1 cuil. à soupe de **fécule**

de **maïs** et 1 cuil. à soupe de **poudre d'amandes**. Versez la pâte bien lisse dans un moule carré beurré et **fariné**. Enfournez pour 20 min à 200 °C. Démoulez et découpez en carrés. Saupoudrez de **sucre glace** et dégustez.

LE PLUS En versant la pâte dans le moule, ajoutez quelques petites cuillerées de **lemon curd** (pâte au citron, rayon confitures ou miel).



8 Mousse à la fraise

Lavez 250 g de **fraises**. Équeutez-les et mixez-les avec 2 cuil. à soupe de **sucre**. Battez 2 blancs d'**œufs** en neige très ferme et incorporez-les délicatement dans la purée de fraises. Versez cette mousse dans des ramequins ou dans des coupes et réservez-la 2 h au réfrigérateur. **LE PLUS** Proposez cette mousse avec de la crème fouettée et une petite meringue croquante.



7 Poêlée de pêches au miel

Pelez 4 **pêches** et découpez-les en quartiers. Poêlez-les dans 25 g de **beurre** moussoux pour les dorer. Ajoutez un trait de **citron** et 2 cuil. à soupe de **miel**. Laissez un peu caraméliser et servez aussitôt. **LE PLUS** Dégustez tiède avec une **glace au caramel** ou de la **chantilly**.

9 Fruits au mascarpone

Répartissez 2 tranches de **pain d'épices** grillées et émiettées dans des verrines. Battez 2 jaunes d'**œufs**, 250 g de **mascarpone** et 1 sachet de **sucre vanillé**. Intégrez 2 blancs d'**œufs** montés en neige. Versez dans les verrines. Ajoutez des **fruits** en dés et réfrigérez au moins 1 h. **LE PLUS** Versez 1 cuil. à soupe de **rhum** dans le **mascarpone**.

10 Mini cakes à la crème glacée

Faites ramollir 50 cl de **crème glacée à la vanille**. Ajoutez 250 g de **farine**, 10 **figues sèches** en dés et 10 **noisettes** torréfiées coupées en deux. Mélangez bien et versez dans des moules à cake **beurrés** et farinés. Enfourez 40 min à 180 °C. Laissez refroidir et démoulez. **LE PLUS** N'hésitez pas à varier les parfums de **crème glacée**.

11 Café et glace à la vanille

Préparez 4 grands **cafés** filtre et versez-les chauds dans des verres hauts. Ajoutez 1 boule de **glace à la vanille**, un nuage de **chantilly** et un peu de **cacao** en poudre. **LE PLUS** Variez les parfums de **glace** et servez avec une **paille**.

12 Granité au sauternes

Versez 25 cl de **sauternes** et 10 cl d'eau dans un bac à glaçons.

Mélangez et laissez prendre au congélateur. Découpez 1 **mangue** en petits dés et poêlez-les dans du **beurre** avec un peu de **sucre** pour faire caraméliser. Laissez refroidir. Grattez le sorbet à l'aide d'une fourchette et répartissez-le dans des verrines. Ajoutez les dés de mangue et un peu de **coriandre**. **LE PLUS** Placez les verrines vides au congélateur jusqu'au service. Bien froides, elles prolongeront la vie éphémère du granité.

13 Flan glacé au chocolat

Faites tremper 1 **feuille de gélatine** dans de l'eau. Fouettez 3 **œufs** avec 50 g de **sucre**. Incorporez 125 g de **beurre** mou et 180 g de **chocolat noir** fondu. Ajoutez la gélatine essorée et versez dans des moules à muffins. Réservez 3 h au congélateur. Démoulez 30 min avant de servir. **LE PLUS** Insérez un morceau de **poire** au sirop au cœur des flans.

14 Tiramicoco

Émiettez 12 **biscuits à la cuiller**. Répartissez-les dans quatre bols et imbitez-les de **Baileys** (rayon liqueurs). Fouettez 2 jaunes d'**œufs**, avec 150 g de **mascarpone**, 10 cl de **crème de coco** et 50 g de **sucre**. Incorporez 2 blancs d'**œufs** montés en neige et répartissez dans les bols. Réfrigérez 4 h. **LE PLUS** Décorez de **chocolat blanc râpé** et d'un trait de **café instantané**.

15 Pavlova aux fruits

Battez 4 blancs d'**œufs** en neige dans un saladier. Incorporez 130 g de **sucre semoule** et 1 cuil. à café de **fécule de maïs**. Formez 4 nids sur une plaque tapissée de papier sulfurisé. Glissez-les dans le four chauffé à 110 °C et cuisez 1 h 20. Laissez refroidir et garnissez de **crème fouettée** et de **fruits**. **LE PLUS** Fruits frais ou au sirop, compote... Vous pouvez garnir les coques à votre idée, selon la saison et vos provisions.

Leçon de pâtissier

Reconnu et honoré par ses pairs, Nicolas Bernardé nous a prodigué ses conseils pour réussir des cakes moelleux et parfumés à souhait. Suivons-les.

Ingrédients, optez pour la qualité

Beuire, œufs, fruits secs : tout doit être de première qualité. Par exemple, **on choisira du beurre de baratte, des œufs très frais et des noisettes du Piémont** à la saveur incomparable. En revanche, que le sucre soit blanc ou de canne, à l'arrivée, ça ne fait pas de différence.

Des farines, elles aussi sans gluten

Celles composées de blé, la T55 ou la T65, font très bien l'affaire. **Mais j'utilise essentiellement des farines sans gluten** : maïs, riz, châtaigne... que je mélange pour des saveurs complexes. Leur avantage c'est qu'elles donnent une texture très moelleuse et ne nécessitent pas de levure. Avec cette dernière, si le cake est léger sur le moment, il sèche très vite par la suite.

La saveur sucrée

J'utilise très peu de sucre ajouté dans mes cakes. Ce qui va venir sucrer, c'est la transformation du sucre des féculents (de la farine) lors de la cuisson, **la fameuse réaction de Maillard**. Dans ce cas, il faut cuire les gâteaux plus longtemps.

De l'ordre et deux méthodes

Selon le type de cake que l'on souhaite réaliser, la pâte se préparera de deux façons différentes : soit avec la méthode "**crémage**", soit avec celle de la "**mayonnaise**". La

première consiste à mélanger au préalable le beurre mou avec le sucre, puis à incorporer les autres ingrédients. **Cette technique est à privilégier lorsqu'on réalise un cake avec des fruits lourds**, comme les fruits confits car l'appareil ainsi obtenu est dense, ce qui empêchera les fruits de tomber au fond du moule. La méthode "mayonnaise", elle, se résume à faire bouillir le beurre, avec des zestes d'agrumes, par exemple, et à l'incorporer aux autres ingrédients comme l'huile dans la mayonnaise. **Le résultat donne une pâte très aérée.**

La bonne température

Mes cakes cuisent à basse température, ce qui permet d'enfermer l'eau dans le gras, condition *sine qua non* pour obtenir un dessert moelleux. **Commencez la cuisson 15 minutes dans le four à 160 °C, puis baissez la température à 145 °C et laissez cuire encore 50 minutes.**



Deux astuces de Nicolas

Votre beurre sort tout juste du réfrigérateur. Pour l'amener rapidement à bonne température, placez-le quelques secondes dans le four micro-ondes, fonction décongélation. Et hop ! Il est fin prêt à être travaillé.

Cuit mon cake ? Surtout on ne le pique pas, il risquerait de retomber. On appuie du bout du doigt. Il doit rebondir comme lorsqu'on presse une éponge ! Si la marque reste enfoncée, c'est qu'il n'est pas cuit !

Démoulez le gâteau encore chaud, posez-le sur une grille et lorsqu'il est tiède, recouvrez-le d'un torchon. Pas la peine d'attendre qu'il soit froid pour le déguster. Tiède, il sera incroyablement fondant !

Mariages de saveurs

Outre les versions classiques au citron et à l'orange avec zestes et jus, **j'aime mettre du jus de fruit de la passion et du rhum dans un cake aux fruits confits**. Quelques accords qui fonctionnent à merveille : citron vert/coco ; bergamote/thé ; framboise/chocolat ; orange/fleur d'orange/amande ou orange ; chocolat blanc/zestes d'orange ; noix de cajou/cranberry, enfin, abricots/romarin.

... LA PÂTE DU CHEF

Pour réaliser ce magnifique gâteau, laissez-vous guider par
Nicolas Bernardé, Meilleur ouvrier de France et pâtissier passionné de cakes.

Cakissime[®] Melba

👤 POUR 4 PERSONNES 🕒 PRÉPARATION 1 H 🍳 CUISSON 1 H ⌚ ATTENTE 12 H

LES PÊCHES AU SIROP VANILLÉ ■ 3 pêches ■ 450 g d'eau ■ 150 g de sucre semoule ■ 20 g de glucose ■ 1 gousse de vanille grattée. **LA COMPOTÉE FRAMBOISES ET GROSEILLES** ■ 55 g de framboises fraîches ■ 55 g de groseilles fraîches ■ 40 g de sucre semoule ■ 2 g de pectine NH. **L'APPAREIL À CAKISSIME[®]** ■ 100 g d'œufs entiers (soit 2 œufs) ■ 60 g de blancs d'œufs (soit 2 blancs) ■ 50 g de beurre ■ 96 g de sucre semoule ■ 60 g d'amandes effilées ■ 95 g de poudre d'amandes ■ 1 gousse de vanille ■ 1 g de sel fin. **LE DÉCOR** ■ 1 pêche au sirop ■ 50 g de framboises fraîches ■ 50 g de groseilles fraîches ■ sucre glace.

1. Préparez les pêches au sirop. Faites bouillir l'eau avec le sucre, la gousse de vanille et le glucose, puis stoppez la cuisson. Laissez refroidir jusqu'à ce que le sirop atteigne les 50 °C. Versez-le sur les pêches lavées et coupées en quartiers. Réservez une nuit au réfrigérateur.

2. Élaborez la compotée framboises et groseilles. Portez à ébullition les framboises et les groseilles légèrement écrasées au fouet, le sucre et la pectine. Disposez sur une plaque, filmez au contact et placez au réfrigérateur.

3. Réalisez le cake. Chauffez le four à 160 °C. Mélangez le beurre pommade avec les graines de vanille, le sel fin et 80 g de sucre. Ajoutez 1 œuf et la moitié de la poudre

d'amandes. Incorporez le second œuf et le reste de la poudre d'amandes.

4. Montez les blancs en neige au fouet, puis serrez-les avec le reste de sucre. Incorporez délicatement à la pâte.

5. Versez l'appareil à cake dans une poche à douille et pochez jusqu'à la moitié du moule à cake. Insérez une rangée de pêches au sirop bien

égouttées (réservez-en une). Recouvrez du restant d'appareil et des amandes effilées. Enfouez pour 15 min à 160 °C. Poursuivez la cuisson 45 min à 145 °C. Démoulez le cake sur une grille et laissez-le refroidir.

6. Procédez au dressage. Disposez la

compotée framboises et groseilles à l'aide d'une cuillère à soupe sur le cake. Déposez sur cette compotée 1 pêche au sirop, des framboises fraîches saupoudrées de sucre glace, ainsi que des groseilles. Servez.

L'ASTUCE DE NICOLAS BERNARDÉ

Si vous n'avez pas de pectine, utilisez tout simplement 40 g de sucre spécial confiture.



J'utilise des moules à cake en aluminium. Nul besoin de beurre ni de farine. C'est facile à démouler à l'aide de ciseaux et c'est recyclable !

Bourgogne

Les saveurs sont



Au pied de la roche de Solutré, datant de l'époque paléolithique et haute de 493 mètres, les vignes de chardonnay embrassent le village de Solutré-Pouilly.

du Sud dans les prés

Entre Saône et Loire, Bresse et Charolais, Mâcon et Tournus, entre la roche de Solutré et l'abbaye de Cluny s'étend une Bourgogne méconnue où il y a beaucoup à voir et à déguster.



Une vache au pelage blanc et épais dans son terroir naturel du charolais.

Avec la Loire pour frontière naturelle à l'ouest et la Saône qui la traverse, la Bourgogne du Sud est plurielle. Une brume matinale est en suspension; le paysage est bocager, apaisant, et un clocher roman surgit sur la ligne d'un vallon. Un troupeau de vaches blanches et musclées, des mères et leurs petits, complète ce tableau plus beau qu'une carte postale. C'est le Brionnais et le Charolais (pays de la viande de bœuf et du fromage de chèvre), avec ses pâturages séculaires et ses demeures paysannes imposantes aux toits élevés et effilés. Plus à l'est, au-delà de la Saône et de Mâcon, les poulets de Bresse gambadent en liberté dans l'herbe tendre. En Bresse toujours, dans le pays de Louhans, les vaches paissent tranquillement et donnent un lait riche dont la crème agrémente la poularde aux morilles et le beurre qui farcit les escargots à la bourguignonne. Autour de la roche de Solutré et de l'abbaye de Cluny, les vignes du Mâconnais sont à leur aise et, de Saint-Vérand à Fuissey, en passant par Pouilly, le chardonnay, si bourguignon, s'exprime avec vivacité. Le gamay prend le relais au sud avec les premiers beaujolais.

Textes et photos : Jean-Paul Frétillet

Les quais de
Mâcon avec ses
lettres géantes
sur l'esplanade
Lamartine.



LE CHAROLAIS EN SON TERROIR

Dans le Brionnais, le bœuf charolais, plantureux, enveloppé dans sa robe crème au poil velu, est en son terroir. À force d'avoir été élevée un peu partout sur la planète, cette prestigieuse race à viande française a vu son nom être galvaudé. Mais depuis 2010, le charolais, le vrai, est de retour au bercaïl, sur ses prairies d'origine, et ce grâce à l'obtention d'une AOC (appellation d'origine contrôlée). "Nous avons fait faire beaucoup d'études afin de prouver que le lien de cette race avec son terroir d'origine se manifestait dans la texture et le goût de

la viande", raconte Philippe Paperin, éleveur à Amanzé (petit village du Brionnais). Dans sa ferme, qui est entourée de prés verdoyants au possible, les animaux paissent à leur rythme. "Il leur faut du temps et beaucoup de soins, surtout pendant les derniers mois de leur existence", souligne-t-il. Il en résulte une viande remarquable par sa couleur vive, par la finesse de sa fibre et surtout par sa jutosité. Elle n'est pas sèche en bouche et le jus qu'elle délivre est un précipité de saveurs, un peu comme une sauce d'un équilibre parfait et d'un goût flamboyant.

Vareilles, un beau
village au cœur
du Brionnais, aux
prairies idéales
pour le pâturage.

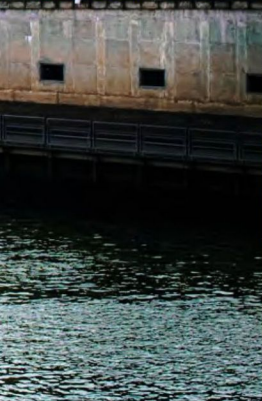




PAROLES DE PRO ÉTIENNE CACHEUX, PRODUCTEUR DE FROMAGE CHAROLAIS AOP

▲ Des poulets de Bresse, avec leur crête rouge, élevés en liberté.

Le fromage charolais AOP, le chèvre le plus gros de France. ▼



▲ Les colonies de moisissures bleues, signe d'un charolais affiné.

Sébastien Chabanon, boucher à Saint-Christophe-en-Brionnais. ▼



Cécile Jacob, Matthieu Hennion et Étienne Cacheux forment un trio de "bien vivants" dont la ferme, qu'ils exploitent ensemble dans un petit coin du Charolais, tire son nom. Amis d'enfance, ils partageaient le même vœu, vivre de la ruralité en élevant des animaux. Ils l'ont exaucé avec un troupeau de chèvres comme il était autrefois de tradition dans ce pays de bocages et de vaches. Il y a toujours eu, dans cette région du Charolais, et depuis des siècles, des chèvres dans les fermes pour débroussailler et entretenir les haies. Le peu de lait qu'elles donnaient était transformé en un fromage de ferme qui en 2010 a décroché une AOC (France), puis une AOP (UE) en 2014. "C'est l'un des plus gros et l'un des plus hauts fromages de chèvre français", explique Étienne Cacheux. Il faut au moins un litre de lait cru pour le fabriquer, c'est-à-dire le tiers de la production journalière d'une des 160 chèvres du troupeau. Chaque fromage, de la forme d'un tube bombé, pesant de 250 à 310 g, est le fruit d'un caillé lactique, moulé à la louche dans une faisselle et dont la croûte, après à peu près deux semaines d'affinage, s'habille de moisissures bleues. Ce fromage est étonnant par sa pâte assez ferme, nourrissante et d'une incroyable complexité aromatique.

LES NOUVEAUX GRANDS CRUS DE LA BOURGOGNE

Dans un choc des siècles et des technologies propres à chaque époque, les cuves en Inox sont alignées le long de murs aux pierres médiévales, partageant l'esprit de l'abbaye de Cluny voisine. Les descendants de la famille Auvigue, vignerons depuis 1629, fabriquent et font vieillir leurs vins dans l'ancienne église de Fuissé, désacralisée en 1872. Sur les coteaux alentour, au pied de la roche de Solutré, le chardonnay mûrit et délivre des vins d'une belle vivacité, souvent dans l'ombre de la notoriété plus tapageuse des bourgognes blancs de la Côte d'Or. Depuis 2020, avec la reconnaissance officielle en "premier cru" de 22 climats (terroirs) de l'appellation pouilly-fuissé, les vins du Mâconnais prennent une revanche et complètent ce paysage viticole varié qui s'étire jusqu'au sud de la Saône-et-Loire avec les premiers beaujolais.



▲ Claude Poissonnet, président de la confrérie de la gaufrette mâconnaise. La crêpe chaude est enroulée sur un bâtonnet de bois.

▼ Céline Hirsch, la chef de cave du domaine Auvigue, à Fuissé. Le chardonnay vieillit dans l'ancienne église romane du village.



▲ Une rue de Bois-Sainte-Marie, village du Brionnais, et son église romane.

▼ La crème de Bresse se reconnaît à sa douce acidité.





UNE GAULOISE BLANCHE EN LIBERTÉ

Elles ont le plumage blanc, parfois souillé d'avoir trop gambadé dans la gadoue et fourragé l'herbe pour picorer des insectes et des vers de terre. Elles ont les pattes d'un bleu singulier et leur crête est d'un rouge assez lumineux. Ces poules sont uniques. Elles sont de Bresse et le nom de leur race est ancré dans l'histoire de notre pays. Ce sont les Gauloises blanches ! Chez Laurent Marquis, comme chez les quelque 160 éleveurs de l'Appellation d'Origine Protégée, elles vivent en pleine liberté, au point que

les renards sont souvent en embuscade : "Notre principal ennemi", grimace l'éleveur. Ce poulet d'élite se muscle au rythme de promenades quotidiennes et quand il rentre au poulailler, il peut terminer son repas avec du maïs et du petit-lait. "Celui issu de la production de beurre de Bresse", insiste Laurent Marquis. De la vache à la poule, il y a un lien historique. Rien ne devait se perdre. "Cela contribue à la typicité de ce poulet hors norme", ajoute l'éleveur. Sa chair détonne par sa fermeté et un goût affirmé.



CE QUI NOUS FAIT CRAQUER

■ **LA CRÈME ET LE BEURRE DE BRESSE**
Trois laiteries les fabriquent (la beurrerie Le Coq d'Or de Foissiat, la laiterie d'Etrez et la laiterie de Bresse). La crème et le beurre de Bresse ont une AOP certifiant un terroir, un savoir-faire local hérité d'une tradition fermière. La crème épaisse a un goût lactique et acidulé, né de sa maturation lente sous l'empire de ferments naturels. La crème semi-épaisse, plus grasse que la précédente, est plus onctueuse et s'illustre par ses notes vanillés. Barattée,

c'est-à-dire fouettée, la crème de Bresse devient naturellement le beurre de Bresse et son sous-produit, le petit-lait, participe à la nourriture des poulets du terroir.

■ **LA GORNIOTTE**
Dans la Bresse loughannaise, à l'est de la Saône-et-Loire, les habitants préfèrent souvent la corniotte au croissant. Cette viennoiserie dorée est faite d'une pâte à chou sucrée qui est montée sur un fond de pâte brisée ou feuilletée.

■ **LA GAUFRETTE MÂCONNAISE**
Au musée du Louvre, un tableau de Lubin Baugin, un peintre français du XVII^e siècle, témoigne de l'existence, dès cette époque, de cette frêle et délicieuse gourmandise. Selon Claude Poissonnet, l'un des artisans pâtisseries qui furent à l'origine de la renaissance de la gaufrette mâconnaise, elle est réalisée avec une pâte pétrie faite d'un mélange de 250 g de sucre, 250 g de farine et pas moins de 500 g de crème fraîche de Bresse !



Cuite à feu moyen comme une crêpe assez épaisse dans un gaufrier et dorée des deux côtés, elle est ensuite enroulée sur un bâtonnet en bois de 16 cm, ce qui lui donne sa forme caractéristique.

LES IMMANQUABLES

■ LA ROCHE DE SOLUTRÉ

Il faut marcher sur un chemin caillouteux long de 4 km pour escalader cette roche préhistorique haute de 493 mètres. Au sommet, le panorama sur les vignes entourant cet escarpement calcaire est magnifique. Au pied de la roche de Solutré se trouve le gisement du Crot-du-Charnier, qui recèle des milliers d'ossements de chevaux, de nombreuses pièces, silex et pierres gravées, témoins de cultures allant de l'Aurignacien au Magdalénien (de 28 000 à 10 000 avant J.-C.)

■ L'ABBAYE DE CLUNY

Fondée en 910, l'abbaye de Cluny est l'un des fleurons de l'art roman, qui a fleuri dans cette région au Moyen Âge. La *Maior Ecclesia*, c'est une église abbatiale dont les proportions sont hors du commun (avec ses voûtes les plus hautes du monde roman). Elles témoignent de la folie des grandeurs de l'époque au service du recueillement.

■ LE CHÂTEAU DE CORMATIN

Ceinturé de larges douves, avec ses jardins à l'esprit baroque, ce château aux austères façades de style militaire, construit à partir de 1606, renferme l'un des rares décors Louis XIII en France qui soit aussi bien préservé.



▲ Tatakis de bœuf de Charolles préparé par Cyril Augier (restaurant Lucienne fait des siennes).

Le beurre de baratte de Bresse (AOP) est apprécié pour son goût très crémeux. ▼



▲ La roche de Solutré, avec son rempart calcaire, et la roche de Vergisson (au fond).

Mathias Perrier, potier à Saint-Amour, en train de tourner un pot. ▼



CARNET DE ROUTE

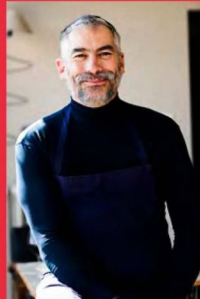


▲ **DOMAINE LES TILLETS** Dans le très beau village de Bois-Sainte-Marie, situé au cœur du Brionnais, Gilles et James accueillent dans leur maison du XVIII^e siècle les curieux de passage dans la région avec cette envie sincère de faire plaisir. Et rien ne manque : on y retrouve l'âme et le charme des vieilles pierres, le jardin à la française, les arbres centenaires dont l'ombre nous régale en été, la décoration subtile et soignée des chambres. Une noble attention se niche dans chaque détail. Les petits déjeuners sont un festin. C'est tout un art de recevoir qui est parfaitement maîtrisé. Assurément, Gilles et James savent faire.

▶ **LES SEPT FONTAINES** Tournus, ville étape gastronomique de la mythique Nationale 7, est en pleine renaissance. Cet hôtel des Sept Fontaines, une vieille institution en ville, complètement rénové, est à cette image. Les artisans de la région ont réalisé un travail d'orfèvre pour ciseler le décor contemporain. L'ambiance est à la fois douce et élégante. La table bistronomique de Stéphane Grégoire, formé, entre autres, à l'institut Paul Bocuse, est pleine de promesses.

▼ LUCIENNE FAIT DES SIENNES

Lucienne est l'adorable et inséparable chienne Jack Russel d'un couple de restaurateurs de Saint-Amour-Bellevue, un petit village du Beaujolais bourguignon. Les deux aubergistes n'ont jamais manqué ni d'humour ni de fantaisie. Et si le



portrait de Lucienne est affiché, deux fois, en grand dans la salle du restaurant, c'est aussi pour prendre un peu de distance avec ce monde de la gastronomie qu'ils jugent "parfois trop sérieux". Cyril Laugier est un chef de grand talent avec un esprit libre et une sensibilité à fleur de casserole. Il fait virevolter les produits de son terroir avec les épices (l'une de ses passions). Cette maison n'a rien perdu du sens de la fête.

▶ FERME-AUBERGE DES COLLINES

Dans les anciennes dépendances d'un château du Brionnais, Marie-Christine et Philippe Paperin, éleveurs de vaches charolaises à Amanzé, tiennent une ferme auberge avec, au menu, une cuisine familiale et généreuse. Les tables sont d'impressionnants anciens plateaux de charrette.

▼ **L'ESCARGOT BRIONNAIS** Corinne Rubod est encyclopédique quand elle parle de ses escargots. L'animal à corne



est une vraie curiosité avant d'être, on le sait, une spécialité bourguignonne (avec du beurre et de l'ail). La fermière a la passion des gros gris qu'elle élève en pleine nature. Les escargots se nourrissent d'herbe et d'un

peu de calcium qu'elle leur apporte afin qu'ils forgent leur coquille.

▶ **SÉBASTIEN CHABANON** À Saint-Christophe-en-Brionnais, un village connu depuis des siècles pour son marché aux bestiaux du mercredi, Sébastien Chabanon est un boucher de village, un artisan digne de ce nom, un vrai. Il en a la carrure, la prestance et l'habileté à trancher la viande. Sa boutique a un air de nostalgie qui rassure et fait du bien.

▶ **ENTRE MIEL ET TERRE** Quel est donc ce supplément d'âme que l'on goûte dans les miels de Timothée et Estelle Mazille ? Le produit de leurs abeilles élevées à Dyo, dans le Brionnais est époustoufflant. Le miel de pissenlit (assez rare) est lumineux comme la fleur de cette plante des prés, onctueux et d'une impardonnable gourmandise. Leur miel des Monts du Charolais est crémeux et d'un parfum tout aussi envoûtant. Quant à leur mélange de miel et de noisetille, il est aussi étonnant et inattendu que diabolique.

▶ **JACOULOT** Cette vieille maison bourguignonne excelle dans l'art de l'alambic et des eaux-de-vie. Le marc de Bourgogne est sa spécialité. Elle fait aussi vieillir dans de vieux fûts bourguignons des rhums de la Martinique et des whiskys écossais.



▲ CHOCOLATS ET TASSE DE THÉ

Le salon de thé de Sonia Briche a pignon sur le quai de la Saône à Mâcon. Une bonne odeur de chocolat chaud en est le préambule. Les douceurs chocolatées sont pleines de gaieté et de générosité, à l'image de celle qui les a inventées. Chocolats, pâtisseries, viennoiseries... tout est fait maison.

▶ **LES CHOCOLATS DUFOUX** Faire d'un chocolat deux coups : d'une part, aller à la découverte de cette charmante bourgade du Charolais-Brionnais, La Clayette, avec son château à cheval sur plusieurs siècles; d'autre part, découvrir les délicieuses fabrications de la maison Dufoux, aussi variées que raffinées.

▼ POTERIE DE SAINT-AMOUR

Lola, la maman, réalise des barbotines et Mathias, le fils, tourne la terre avec ses mains. Leurs poteries, aux couleurs toniques, sont aussi belles à regarder que pratiques à utiliser.



Pour préparer votre voyage, rendez-vous sur le site en ligne de Route71 Bourgogne Sud.

ADRESSES EN FIN DE NUMÉRO

On peut faire le tour de France des plus jolis villages, des cathédrales ou des châteaux... Embarquons pour celui, plus gourmand, de nos tartes régionales. Qu'elles se croquent avec l'accent du soleil, comme la pissaladière, ou se dévorent sous les bourrasques de la bise, telle la quiche lorraine, toutes ces spécialités, préparées avec une pâte (à pain, sablée ou brisée) et une garniture (souvent locale), racontent un coin de chez nous. En route !



LA TARTE TATIN

L'hôtel Tatin, situé à Lamotte-Beuvron, dans le Loir-et-Cher, régalaient les chasseurs après leurs battues dans cette région abondante en gibier. Une tarte renversée aux pommes fondantes et caramélisées a fait la célébrité de Stéphanie et Caroline Tatin, deux sœurs qui n'ont ni oublié de mettre la pâte sur les fruits ni fait tomber la tarte, comme on le raconte souvent, mais juste sublimé une très vieille recette régionale qui se transmettait de bouche-à-oreille. La tarte Tatin est toujours servie dans cet hôtel.

Voyage au pays des tartes

La France aime les tartes ! Sucrées, salées, avec du fromage, des lardons, des pommes ou des pralines, elles sont la fierté de nos régions.



LA TOURTIÈRE LANDAISE

Sur une table recouverte d'un drap de coton blanc, on étale la pâte de la tourtière landaise bien à plat. Des ingrédients tout simples (farine, œufs et eau), mais un sacré coup de main pour obtenir une pâte aussi fine qu'une voile de mariée. Arrosé avec de l'armagnac local, le "voile" replié plusieurs fois sur lui-même est enfourné à feu vif. Un vrai régal croustillant que l'on ne réalisait que pour les grandes occasions et les fêtes populaires. On en confectionne aujourd'hui avec des pommes ou des pruneaux, des variantes goûteuses mais pas originelles, car les pommiers et les pruniers ne poussent pas sur le sol landais !

LA TARTE BOURDALOUE

Même si à l'origine elle était décorée d'une croix en macarons, la tarte Bourdaloue n'est pas la création du prédicateur Louis Bourdaloue. C'est à la rue qui porte son nom à Paris (IX^e arrondissement) que cette pâte brisée garnie d'une délicieuse crème à la frangipane vanillée et de demi-poires pochées doit son appellation. Elle fut conçue par un pâtissier de la Belle Époque qui tenait boutique dans la rue de la Nouvelle Athènes, quartier des arts, des plaisirs et de cette gourmandise.





LA TARTE AU SUCRE

Une pâte briochée badigeonnée d'un mélange d'œufs, de crème fraîche et de vergeoise qui, en cuisant, devient une sorte de caramel moelleux, c'est le secret de cette spécialité du Nord-Pas-de-Calais, l'une des plus importantes régions sucrières de France. Et ce depuis Napoléon qui encouragea la culture des betteraves sucrières. D'ailleurs, c'est cette région qui produit une grande partie de nos confiseries, comme le célèbre Carambar.



LA TARTE À LA PRALINE LYONNAISE

Toute rose, fondante, sucrée... C'est au chef Alain Chapel que l'on doit cette pâte sucrée ou non, garnie d'un mélange caramélisé de crème fraîche et de pralines concassées. Si le chef étoilé est bien lyonnais, la praline, elle, vient de Montargis. Inventée au XVII^e siècle par l'officier de bouche du comte de Plessis-Praslin, cette amande enrobée de sucre caramélisé a la couleur... caramel. Elle sera ensuite teintée de rose grâce à un colorant naturel et fera la réputation d'un village de Savoie où un couple d'aubergistes proposait une brioche aux pralines roses : le fameux gâteau de Saint-Genix.



LA PISSALADIÈRE

La poutine ? Pas facile de s'en procurer ! Cette pêche d'alevins de sardines et d'anchois est encadrée rigoureusement pour préserver le milieu naturel. C'est une purée de poissons salés à base de poutine nommée "pissalat" qui est à l'origine de la pissaladière.

Cette spécialité niçoise est composée d'une pâte brisée (ou à pain) garnie d'une compotée d'oignons et de "pissalat", puis parsemée de caillettes, des petites olives noires de Nice. Surtout, ne mettez pas de tomates, ça met les Niçois en colère ! On déguste cette recette avec un verre de bellet, vignoble situé à l'ouest de Nice.

LA QUICHE LORRAINE

Après avoir fait cuire leur pain, les ménagères lorraines profitaient de la chaleur du four et de quelques restes de pâte pour cuire cette "küche" garnie de migaine (de la crème et des œufs) dans le four communal du village. Le lard ne vient enrichir la recette qu'à partir du XIX^e siècle.



Du fromage, il n'y en avait pas ! Mais si l'on veut transgresser la recette historique en y ajoutant du comté râpé, c'est pardonné et drôlement bon !



LA TARTE TROPÉZIENNE

Même si Brigitte Bardot s'en enticha lors du tournage de "Et Dieu créa la femme", la vraie star, c'est la tarte ! En 1955, Alexandre Micka crée, dans sa pâtisserie de Saint-Tropez, une pâte briochée garnie d'un mélange de deux crèmes (secret-défense) et parsemée de grains de sucre. Cette recette inspirée d'un dessert traditionnel de sa grand-mère polonaise est devenue la tarte mythique d'un village de la jet-set et le symbole de vacances ensoleillées.

LA TARTE AU BROCCIU

On ne plaisante pas avec les spécialités corses, mais on peut sourire de leur légende. C'est un ogre méchant, détenteur de la recette du brocciu, qui l'aurait échangée contre sa vie à des bergers corses très remontés contre lui. L'ogre n'a pas survécu, mais le brocciu, oui ! Produit-phare de l'île de Beauté, ce fromage frais au lait de brebis ou de chèvre a des saveurs douces et légèrement acidulées. La tarte se compose d'une pâte sablée garnie d'un mélange de brocciu, d'œufs, de citron, de sucre et d'un gorgon d'acquavita (eau-de-vie corse). Sans pâte, ça devient une autre institution corse : le fiadone.





Silicone, céramique, acier antiadhésif... Difficile de s'y retrouver dans cette panoplie de matériaux ! C'est en réalité à vous de choisir en fonction de votre recette et de vos attentes. Revue de détail.

Moules : la ma

1. Le silicone, pour le moelleux

En raison de sa souplesse qui le rend difficile à foncer et de sa mauvaise conduction qui ne permet pas une cuisson suffisante (le dessous de la pâte restant blanc), il n'est pas conseillé pour les tartes. En revanche, il est intéressant pour les cakes (en ce cas, choisir un moule à bords rigides) qu'il saura garder bien moelleux. Et particulièrement pour les mini cakes, qui, lorsqu'ils sont cuits avec d'autres matériaux, ont tendance à sécher trop vite. Le démoulage inratable est aussi son point fort. Optez pour une marque reconnue et un silicone haut de gamme au platine. Évitez les produits à bas prix provenant d'Asie, qui peuvent contenir des peroxydes nocifs. **Notre choix** Cette plaque à cakes individuels (9 empreintes de 8 x 3 cm) en silicone Platinum est d'une qualité irréprochable. Matière très flexible pour un démoulage extrêmement facile.

Moule silicone Moul'flex 9 cakes, 17 €, De Buyer sur le site Kookit.

2. La pierre réfractaire, l'amie de la pizza

Par "en pierre" à proprement parler, mais en terre cuite, cette plaque améliore la cuisson des pizzas et du pain. Elle se place bien à l'avance dans le four et se préchauffe 30 min, le temps pour elle d'emmagasiner la chaleur. La pizza cuit alors directement dessus et est saisie en quelques minutes, comme dans un four professionnel, avec un goût et une consistance incomparables. Néanmoins, la pierre doit être manipulée avec soin car elle est sensible aux chocs. Opération d'autant plus délicate qu'elle est très lourde. Attention aux prétendues pierres à pizza peu épaisses et émaillées qui ne possèdent pas du tout ces qualités.

Notre choix Épaisse, fabriquée en France, cette plaque à pizza en brique réfractaire de qualité alimentaire est composée d'argile naturelle du Larzac.

Pierre à pizza, ép. 2,5 x L. 40 x l. 30 cm, 55,20 €, Terres Cuites de Raujolles.

3. L'aluminium, un bon rapport qualité-prix

Toxique à fortes doses, l'aluminium n'a pas très bonne réputation dans l'univers culinaire. Pourtant, nous en absorbons bien plus à travers les végétaux ou l'eau de boisson que par le biais des ustensiles. Peu onéreux et très bon conducteur de chaleur, il n'a aucune raison d'être craint, surtout s'il n'entre pas en contact avec des aliments acides, ce qui n'est pas le cas des pâtes à tartes. De plus, il est souvent anodisé, un traitement qui rend sa surface plus dure, résistante aux éraflures et naturellement antiadhésive. Il a aussi le mérite d'être particulièrement léger.

Notre choix Tout petit prix pour ce moule à tarte à fond amovible en aluminium anodisé (ø 31 cm). Il appartient à une série qui comprend aussi : grand moule rectangulaire, moule à cake... Il doit être lavé à la main.

Moule à tarte Vardagen, 6 €, Ikea.



tière, ça compte !

4. L'antiadhésif, tellement pratique

Qui n'a pas de moule anti-adhérent dans sa cuisine ? Il a vraiment révolutionné le démoulage des tartes et des cakes, à tel point qu'il est difficile de s'en passer, même si les revêtements qui le rendent incollable ne semblent pas toujours au-dessus de tout soupçon. Quant à ses performances de cuisson, elles restent moyennes, mais beaucoup d'entre nous s'en accommodent tant il est simple et pratique à utiliser. Et bien sûr, inutile de le beurrer ! Mais pour bénéficier de tous ses avantages sans risque sanitaire, il faut veiller à ce que le revêtement reste intact.

Notre choix Ce moule en acier à prix doux est pourvu d'un revêtement anti-adhérent sans PFOA. On aime ses bords arrondis qui permettent de le saisir très facilement.

Moule à cake antiadhésif, 25 cm ou 30 cm, à partir de 10 €, *Mathon*.

5. La céramique, l'atout esthétique

Déclinée dans une belle palette de couleurs, cette matière noble et élégante permet au moule de passer du four à la table. Parfaite pour apporter un dessert fait maison chez des amis, la céramique, en revanche, conduit mal la chaleur et son inertie thermique est telle, qu'elle peine à dorer les pâtes. Un défaut qui n'est pas pour déplaire à ceux qui les préfèrent très pâles. Et le résultat s'avère honorable pour les flans, les fars et les tartes à pâte levée. Si le démoulage n'est pas évident, à moins de chemiser les préparations d'un papier sulfurisé, la découpe est cependant possible à même le moule. En effet, la céramique a la particularité d'être très résistante.

Notre choix Rectangulaire, éclatant de couleurs (existe en 7 teintes), ce plat en céramique saura moderniser la plus classique des quiches. Doté d'un émail ultra-résistant, il passe au micro-ondes et au lave-vaisselle.

Plat à tarte rectangulaire, 24 x 34 cm, 8-10 pers., 39 €, *Emile Henry*.

6. Le fer blanc, la tradition a du bon

Ce matériau jadis très utilisé a progressivement été supplanté, car il ne passe pas au lave-vaisselle et peut rouiller si des rayures endommagent la couche d'étain qui le protège. Mais étant un excellent conducteur de chaleur, il est à nouveau plébiscité. Et lorsqu'on aime les fonds de tarte bien dorés et très croustillants, il n'y a pas mieux ! Prisé des professionnels, il se décline sous de nombreuses formes sur les sites de vente en ligne, notamment pour les tartellettes au format petits fours. Pour éviter qu'il ne s'oxyde, veillez à ne pas utiliser d'ustensiles coupants pouvant l'endommager et séchez-le soigneusement. Dans un environnement humide (ville côtière, maison de campagne...), huilez-le avant de le remiser.

Notre choix Fabriquée en France, cette tourtière en fer blanc à bords hauts (3,5 cm) possède un fond amovible. Existe en 7 tailles.

Tourtière en fer blanc, à partir de 6,50 € (ø 20 cm), *Gobel* sur le site *Cuisin'Store*.

1. Sans gluten

Cette pâte Brisée à base de farine de riz est conçue pour répondre aux besoins très spécifiques des intolérants au gluten. Elle permet de préparer des quiches et des tartes. Elle est un peu sèche au goût mais croustillante et se tient parfaitement bien. Une belle alternative.

Pâte Brisée sans gluten, Chaque Jour, Marque Repère, 1,90 € le rouleau de 230 g, chez E.Leclerc.

2. Feuilletée et biologique

Pur beurre (20,3 %), cette pâte feuilletée est réalisée avec des produits issus de l'agriculture bio. Elle gonfle joliment à la cuisson et elle est légère et agréable au goût. Elle est aussi parfaite pour préparer des petits feuilletés apéritifs et se marie avec des fruits.

Pâte feuilletée pur beurre, Carrefour Bio, 1,50 € les 230 g, magasins Carrefour.

3. Surgelée

Une pâte à étaler, c'est sympa et cela permet de faire des carrés, des rectangles ou des croissants ! En plus, elle est pur beurre, délicieuse, légère et bien feuilletée. À vous d'imaginer toutes sortes de recettes ! Cependant, il faut anticiper car elle doit décongeler 10 h au réfrigérateur, mais cela en vaut la peine !

Pâtes feuilletées, Picard, 3,20 € les 2 rouleaux de 250 g, Surgelés Picard.

4. Feuilletage de pro

Avec un délicat goût de beurre et un feuilletage exceptionnel, fin et aérien, cette pâte feuilletée est dite "inversée". Ici, c'est la détrempe qui est enfermée dans le beurre et non l'inverse comme dans une pâte feuilletée classique. Elle a été fabriquée avec autant de beurre (du beurre d'Échiré) que de farine. Cela donne un fondant et un croustillant inégalables ! Cette pâte délicieuse dans les préparations sucrées ou salées peut se garder au congélateur.

Pâte feuilletée inversée, Pâte feuilletée François, 22 € les 3 kg ou 23,50 € les 8 x 400 g, sur le site de la marque.

Elles sont prêtes à tout !

Brisée, feuilletée ou sablée, fraîche ou surgelée, c'est vraiment pratique d'avoir une pâte toute faite toujours sous la main.

5. Fond de pâte sablée

Prête à dérouler, cette pâte sablée est parfaite pour réaliser une tarte au citron ou aux fraises. On la cuit à blanc en la piquant et on la garnit. Elle est légèrement friable et délicatement sucrée.

Pâte sablée, Monoprix, 1,35 € les 230 g, dans les magasins Monoprix.

6. Sans huile de palme

Au quotidien, cette pâte Brisée est idéale pour les tartes et les quiches sucrées ou salées. Elle a la particularité d'être élaborée sans huile de palme (elle est remplacée par un mélange de beurre pâtissier et d'huile de tournesol). Il en résulte un taux de matières grasses de

14 %, inférieur au taux classique (20 %). C'est à la fois bon et sain !

Pâte Brisée sans huile de palme, Herta, Tarte en Or, 1,80 € les 230 g, dans les grandes surfaces.

7. Épaisse et naturelle

Ce n'est pas toujours facile de faire une tarte avec des fruits à jus. La pâte ne se tient pas forcément bien. Avec celle-ci, le résultat est impeccable. Elle est savoureuse et offre un feuilleté léger et

croustillant. Elle est aussi confectionnée (et c'est un plus) avec des ingrédients naturels.

Pâte feuilletée pur beurre, Gourmande, Marie, 1,90 € le rouleau de 280 g, dans les grandes surfaces.

1



2



5



6

7



LE MATCH

Farine de riz contre farine de blé

Les deux ont des avantages et des inconvénients qu'il faut connaître avant de choisir celle qui nous convient le mieux.

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Tout simplement du riz moulu très finement ! Produite à partir de grains de riz raffinés, la farine de riz blanc est la plus fine et la plus légère. On trouve également de la farine de riz semi-complète ou complète (fabriquée à partir de grains de riz bruns), avec une saveur plus typée, mais qui possède aussi des qualités nutritionnelles plus intéressantes. Ces dernières sont généralement disponibles dans les magasins bio.

Un ingrédient obtenu par mouture des grains de blé. La farine est classée par "type" (de T45 à T150) en fonction de la quantité de son qui reste présente dans la mouture. Plus le chiffre est bas, plus la farine est blanche, raffinée et pauvre en nutriments. Faciles à travailler et "bonnes à tout faire", les T45 et T55 sont les plus courantes en grandes surfaces. Les farines moins raffinées (complète ou intégrale) s'achètent en épiceries bio.

C'EST BON POUR MOI ?

Avec 350 kcal pour 100 g, la farine de riz reste un ingrédient riche, avec un index glycémique élevé (aux alentours de 95), ce qui entraîne des pics de glycémie et à terme un risque de surpoids et de diabète. Toutefois, elle apporte des proportions intéressantes de phosphore, de potassium et de magnésium. Elle est aussi totalement dénuée de gluten et permet aux intolérants de se régaler de tartes, de quiches et de cakes salés ou sucrés.

Énergétique (350 kcal/100 g), la farine est composée à plus de 70 % de glucides. Moins elle est blanche, plus elle contient de vitamines, fibres et minéraux. Les farines T45 à T65 sont donc moins intéressantes, même si elles apportent de bonnes proportions de phosphore et de potassium. Attention à leur index glycémique élevé. Mieux vaut les combiner avec une farine moins raffinée pour baisser cet IG et bénéficier de plus de nutriments.

J'EN FAIS QUOI ?

La farine de riz s'utilise seule ou avec d'autres farines (attention : elle n'est pas panifiable seule). Elle apporte du moelleux et du liant aux cakes, tout en ayant une saveur assez neutre. La farine de riz complète donne une note noisétée et une texture sablée. Elle est donc adaptée aux pâtes à tarte. Seule précaution, comme elle est assez friable, mieux vaut la mélanger avec une autre farine (avec ou sans gluten) pour la travailler plus facilement.

La farine T45 est plébiscitée pour les tartes, les quiches et toute la pâtisserie en général, même si la T65 peut tout à fait convenir pour réaliser un fond de tarte ou un cake. Indispensable en boulangerie, la forte teneur en gluten de cette dernière la rend parfaite pour la préparation des pâtes à pizzas. La farine fluide, particulièrement fine, garantit l'absence de grumeaux et s'avère idéale pour toutes les pâtes à crêpes, clafoutis ou sauces.

ON FAIT LE BILAN

LÉGER AVANTAGE À LA FARINE DE RIZ Les deux ont presque le même apport calorique, mais la farine de riz reste un peu plus intéressante en raison de ses apports plus élevés en minéraux, notamment en phosphore, magnésium et potassium. Certes, elle n'est pas panifiable et son index glycémique est plus élevé que celui de la farine de blé, mais elle ne contient pas de gluten.

Tartes et cakes sans allergènes

Farine de blé, beurre, crème ou œufs, ces produits vous sont déconseillés ou tout simplement vous ne les appréciez pas ? Voici d'autres options qui n'ont pas oublié d'être gourmandes et savoureuses !

SANS GLUTEN : REMPLACEZ LA FARINE DE BLÉ !

Une saveur consensuelle ? Optez pour la **farine de riz**. Sa légèreté et son goût assez neutre font d'elle l'ingrédient idéal, qui apportera aux cakes une texture aérienne. On l'adore aussi dans les pâtes à tartes, auxquelles elle confère du croustillant. L'astuce ? Mixer cette farine avec une autre plus dense (de châtaigne ou de sarrasin) pour que la pâte ne soit pas trop friable.

La farine de maïs, légèrement sucrée, donnera une teinte dorée à un cake aux poireaux ou à la vanille. **La farine de châtaigne**, elle, est parfaite dans un cake à la crème de marrons. Plus rustique, **la farine de quinoa** vous séduira par ses notes de noisette. En raison de sa légère amertume, pensez à la couper avec de la fécule, en vue d'une tarte aux pommes ou d'une quiche au thon.

La farine de coco sublime une tarte à la mangue ou un cake à l'ananas et au lait de coco. Cependant, elle ne tient pas bien à la cuisson et doit être utilisée avec parcimonie dans les cakes, à raison de 15 %, et complétée par de la fécule ou un mélange de farines sans gluten. Plus innovantes, essayez **la farine de patate douce** qu'on aime dans les cakes

sucrés. Ou la **farine de souchet**, à la texture granuleuse, qui rappelle l'amande. Elle est excellente dans un cake aux fruits secs. Testez aussi **les farines de jaquier ou de manioc**, dont le goût se rapproche du blé. Enfin, **les poudres de fruits secs (amandes, noisettes, pistaches)** peuvent se substituer à la farine dans un cake au chocolat ou aux amandes.

SUS AUX PRODUITS LAITIERS !

Et si vous troquiez la traditionnelle plaquette de beurre contre **une purée d'oléagineux** ? Ça tombe bien car les références se multiplient. La classique **purée d'amandes** est tout indiquée dans une pâte brisée, mais vous pourrez lui préférer une pâte aux **noix de cajou**. La **purée de cacahuètes** s'intègre très bien dans un cake ou dans une pâte brisée. Dans les cakes, on pourra remplacer le beurre par de la **margarine**, des purées d'oléagineux ou **de l'huile**. Pour cela, choisissez une huile neutre (pépins de raisin, par exemple) ou plus typée, celle de pistache ou de noisette. Pour une recette très légère, utilisez de la **courgette cuite écrasée**

à la place du beurre. Elle apporte un moelleux incomparable à un cake au chocolat. Pour substituer le lait de vache classique, rien de tel que les **jus végétaux**. Selon vos goûts, optez pour les jus de soja ou de riz dans une quiche au thon, aux légumes, ou dans un cake. **Le lait d'amande** convient parfaitement à une tarte aux abricots ou à une tarte normande aux pommes, et **le lait de coco** est idéal dans un cake aux fruits exotiques. Pas de fromage pour vous ? Évitez la traditionnelle mozzarella pour un "fauxmage" fait maison ! Il vous suffit de mélanger des noix de cajou avec des herbes, de l'agar-agar et de l'huile.





Notre sélection pratique

LA CHASSE AUX ŒUFS



La compote est idéale pour apporter de l'humidité et de la légèreté à vos cakes (comptez 80 à 100 g pour remplacer un œuf). Optez pour **la compote de pommes**, à la saveur douce, et dans les cakes salés et les quiches, intégrez **une purée de légumes assez neutre, comme la courgette**. **Le yaourt** peut également rendre de fiers services : 60 g sont suffisants pour se substituer à un œuf. **Les graines de chia**, très tendance, ne servent pas qu'à préparer des entremets. Une cuillerée à soupe diluée dans un peu d'eau joue le rôle d'un œuf dans un cake. Utilisez la

même méthode avec **les purées d'oléagineux** (amande, noisette, pistache selon vos goûts), qui vont donner du liant à une quiche ou à un cake. Attention car celles-ci vont également modifier la saveur de votre préparation.

Le tofu soyeux, à la texture onctueuse, s'avère un substitut particulièrement efficace : de goût neutre, il s'intègre dans un cake aux pommes ou dans une quiche aux légumes, écrasé à la fourchette ou mixé (60 g pour l'équivalent d'un œuf).

L'aquafaba, ce liquide présent dans les conserves de pois chiches, fait aussi merveille. Une fois battue au fouet, elle ressemble à s'y méprendre à des blancs en neige. C'est vraiment top pour apporter de la légèreté à un cake au citron ou à une quiche au fromage (utilisez 50 g d'aquafaba en lieu et place d'un œuf).

Purée de sésame blanc-tahin

Sa douceur teintée d'une légère amertume et sa consistance crémeuse remplacent le beurre.

Jean Hervé, 4,80 € le pot de 350 g, dans les magasins bio et sur le site de la marque.



Farine de patate douce

Très fine et orangée, seule ou mélangée à une autre farine, elle s'intègre dans une pâte à tarte ou dans un cake au chocolat.

Écoidées, 5,50 € le sachet de 300 g, dans les magasins bio et sur le site Le Monde est Bio.



Tofu soyeux

Pauvre en graisse, 100 % végétal et de texture toute douce et soyeuse, il remplace les œufs et la crème. On l'adore dans une quiche aux poireaux ou dans un banana bread.

Soy, 3,45 € la barquette de 400 g, dans les magasins bio et sur le site de la marque.



Graines de chia

Mélangées avec de l'eau, elles vont produire un mucilage (sorte de substance gonflante) qui apporte du liant, de l'humidité et de la légèreté à un cake ou à une préparation pour quiche.

Jardin Bio, 2 € le sachet de 100 g, dans les grandes surfaces.





Centre de table

Cet élégant plateau tournant en acacia est parfait pour découper et présenter toutes vos gourmandises.

.....
 Ø 35 x 39 cm, 30 €, Artesa.



Pique-nique

Transportez en beauté vos cakes dans cette lunch bag girly.

.....
 20 x 24 x 12 cm, 20 €, Green Gate.

Tranchante

Une roulette très efficace qui permet de découper les croûtes épaisses et les pizzas.

.....
 16,50 €, Zyliss.



Toujours bien

Retrouvez tout ce qu'il faut pour préparer, cuire, présenter ou encore transporter vos cakes, tartes et pizzas. Pratiques et performants, ces ustensiles vous rendront vraiment service.



Sous verre

Mettez en valeur votre succulente tarte aux fraises en la protégeant des mains impatientes !

.....
 Plateau à cloche
 Fernand en verre,
 Ø 25 x H 26 cm, 45 €,
 Comptoir de Famille.

Dans la boîte

Bien protégées, vos tartes se transportent sans souci.

.....
 Krispig, Ø 36 cm, 7 €, Ikea.



Deux en un

Un couteau et une pelle en plastique dur pour détailler des portions parfaites sans abîmer votre moule.

.....
 27 cm, 4 €, Hema.



Aéré

Ce plat en métal possède un fond texturé anti-acroche pour garantir un démoulage facile.

.....
 Plat à pizza
 Asimetria,
 37 x 29 cm,
 15,50 €, Pyrex.





Surprise !

Ce plateau avec sa cloche en bambou met à l'abri vos tartes pour les déjeuners au jardin.

Aqua, Ø 33 cm, 26 €, Jardin d'Ulysse.

équipé



Élégante

Pratique et efficace, une pelle à tarte en Inox aux contours biseautés.

Empire Café, 29 cm, 25 €, Déglon.

Mode d'emploi

Suivez les instructions pour étaler la pâte selon le nombre de convives, le grammage ou le diamètre de votre moule (8 à 40 cm).

Tapis de préparation, 64 x 46 cm, 5 €, Gers Equipement.



Écologiques

Ces jolis couvercles alimentaires sont 100 % coton, extensibles et réutilisables. Ils remplacent le film étirable.

Spaza, Ø 13, 16 et 18 cm, 19,90 € les 3, sur le site Wellnest.



Comme en Italie

Bien sûr, il n'est pas donné ! Mais si vous êtes fan de pizzas ou que vos ados en réclament au moins une fois par semaine, ce four est fait pour vous. Il est compact mais puissant, et sa température monte jusqu'à 400 °C. Il permet de réaliser des pizzas comme au restaurant, cuites à la perfection, avec une pâte bien croustillante et légèrement gonflée. Il est simple d'utilisation et donne envie de se lancer dans une véritable préparation maison.

Smart Oven Pizzaio, 47,2 x 46,5 x 27,3 cm, 7 programmes + 1 mode manuel, 800 €, Sage.

Empilables

Vous n'avez pas de balance ? Ce set de 10 cuillères mesureuses fera le travail à sa place !

7 €, KitchenCraft.



Mise en beauté

Un élégant présentoir à gâteau en verre irisé.

Ø 24 x 22 cm, 3,90 €, dans les magasins Gifi.



CUISSON À BLANC

Comment lester les pâtes à tarte ?

Astuces maison ou solutions du commerce, nous avons testé pour vous cinq techniques pour obtenir un fond de tarte parfaitement cuit.



LA CHAÎNE EN MÉTAL

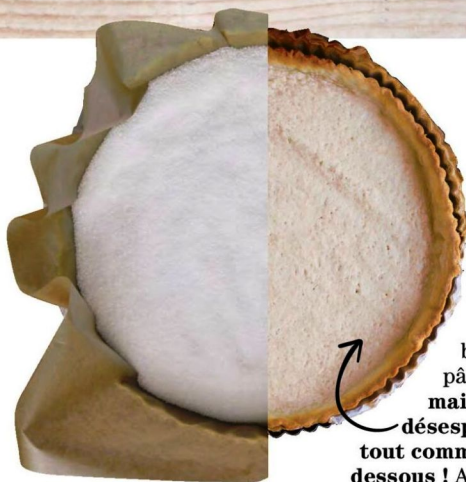
Souple, elle bouge malheureusement beaucoup et il est difficile de la répartir uniformément sur le papier cuisson assez glissant. Trop légère, pas assez volumineuse, elle a permis la formation de grosses bulles et **a laissé le bord de la pâte s'affaisser par endroits**. C'est la cata ! Dommage, car comme elle conduit bien la chaleur, le fond de tarte est doré à certains endroits. Il faudrait qu'elle soit plus lourde et plus longue ou encore en utiliser deux à la fois.

LES BILLES EN CÉRAMIQUE

Très à la mode, elles sont pratiques, à condition qu'il y en ait assez pour recouvrir la totalité d'une grande tarte. Le sac que nous avons utilisé en contenait 600 g et c'était parfait ! **La pâte ne s'est pas déformée et a pu dorer légèrement. Le résultat est satisfaisant**. Mais comme toutes les billes, elles roulent et ne demandent qu'à s'échapper si on les pose sur le plan de travail... Avantage pour les maniaques de l'hygiène, elles peuvent passer au lave-vaisselle, enfermées dans leur filet en nylon.

Billes en céramique, 13 € les 600 g, Mathon.

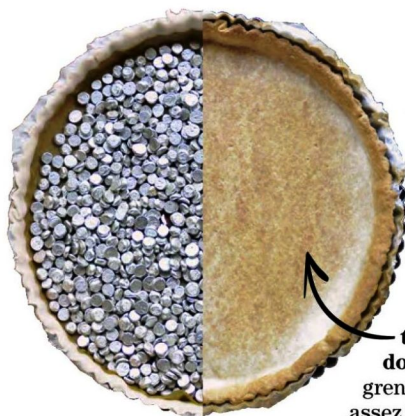




LE SUCRE EN POUDRE

Voilà une idée originale ! Surtout qu'un peu de lecture sur Internet nous promet que le sucre va dorer, prendre un délicieux petit goût de caramel et sera

donc parfait pour parfumer une autre recette. Et sans rien avoir à jeter. Dans les faits, il a bien empêché la pâte de gondoler, **mais il est resté désespérément blanc, tout comme la pâte dessous !** Ajoutons qu'il n'est pas très facile à manipuler en raison de sa fluidité. Il faut prévoir de tapisser largement le fond de tarte de papier cuisson pour éviter qu'il se faufile et vienne sucrer une pâte peut-être destinée à la préparation d'une garniture salée...



LA GRENAILLE

Peu courante, un peu désuète, elle se présente sous la forme de petits graviers irréguliers en acier. Nous en avons versés 600 g

sur la pâte, après l'avoir protégée d'un papier cuisson. Mission accomplie ! Aucune bulle ne s'est formée et, surtout, le métal ayant conduit la chaleur, **le fond de tarte est joliment doré !** Attention : la grenaille reste très chaude assez longtemps après la fin de la cuisson. Elle a tendance à s'éparpiller un peu partout (ce qu'on lui pardonne compte tenu du résultat obtenu). Réservez-la, par exemple, dans un bocal en verre.

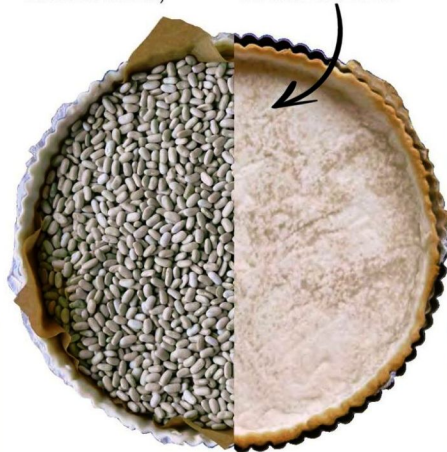
D'autres idées à essayer

Pas grand-chose sous la main pour lester un fond de tarte ? Posez dessus, par exemple, un moule en métal légèrement plus petit. Vous pouvez aussi procéder comme pour le lestage au sucre, en le remplaçant par 500 g de farine. En revanche, la farine aura cuit et ne pourra pas être réutilisée. Si l'idée de gâcher 500 g de légumes secs vous chagrine, mettez de côté des noyaux de cerises ou d'abricots, lavez-les soigneusement, puis laissez-les sécher. Ils dureront des années ! Enfin, une grosse poignée de tout petits galets pourra aussi faire l'affaire.

LES HARICOTS SECS

Rangés parmi les astuces de grands-mères, les haricots secs viennent tout de suite à l'esprit pour lester les pâtes à tarte et leur utilisation fait partie de nos habitudes. En toute confiance, puisque c'est généralement un savoir acquis en famille. Hélas,

le résultat de notre test n'est pas bon ! Les haricots secs sont suffisamment lourds pour que la pâte ne gonfle pas, mais mauvais conducteurs de chaleur et bien trop isolants. Résultat : un flop total ! **La pâte est restée blanche et a eu beaucoup de mal à cuire.**



Peut-on se passer de lest ?

Pour une tarte en grand format, c'est assez risqué, notamment pour la pâte feuilletée qui n'a qu'une envie : gonfler ! Pour des tartes individuelles, c'est possible, à condition de bien respecter quelques précautions : faire adhérer soigneusement la pâte aux bords, piquer le fond à l'aide des dents d'une fourchette et les réserver 30 min dans le réfrigérateur afin de bien figer la matière grasse et empêcher la formation de bulles.

Pour fondre de plaisir

Tous les fromages ne fondent pas de la même façon, loin de là ! Pour choisir celui qui convient le mieux à votre recette, suivez le guide.

La capacité d'un fromage à fondre repose sur plusieurs critères : type de lait, teneur en eau et en gras, fabrication et âge. Ne chauffez pas trop fort si vous ne voulez pas le voir brûler, rendre trop d'eau ou perdre son goût. En général, les fromages fondent entre 30 °C pour les plus humides et 80 °C pour les plus secs.

Un peu de science

Comprendre le mécanisme de la fonte du fromage implique de savoir qu'au moment de la fabrication, quand le lait caille, ses protéines enferment l'eau et le gras dans une sorte de matrice protectrice. Au contact de la chaleur, le gras se liquéfie, les protéines se séparent et le fromage fond. En pratique, les protéines sont plus ou moins bien collées entre elles, ce qui explique les différences de rendu lorsque l'on fait fondre du fromage.

Le lait

Les fromages à base de lait de vache fondent mieux et plus régulièrement que les autres. Les "durs" à

base de lait de brebis ou de chèvre (feta, manchego...), riches en protéines, n'offrent pas de résultats exceptionnels à chaud, sauf à la poêle ou sous le gril, mais pas trop longtemps. Déposez-les sur votre tarte à mi-cuisson. Les fromages de chèvre "souples" (bûches ou crottins) fondent généralement sans s'étaler, mais colorent assez rapidement. Intégrez-les dans une quiche ou déposez-les sur la tarte en fin de cuisson. Notons que le roquefort, un fromage de brebis, fond plutôt bien si on le mélange avec de la crème.

L'humidité et le gras

Plus la teneur en eau est importante, plus le fromage fond facilement. Il en est ainsi des pâtes molles à base de lait de vache (brie, reblochon...), crémeuses et délicieuses passées au four. Les fromages "de montagne" (emmental, beaufort...) assez gras, offrent le meilleur rendu en fondant. Les "nordistes" (cheddar, gouda...) donnent aussi de bons résultats.

L'âge du fromage

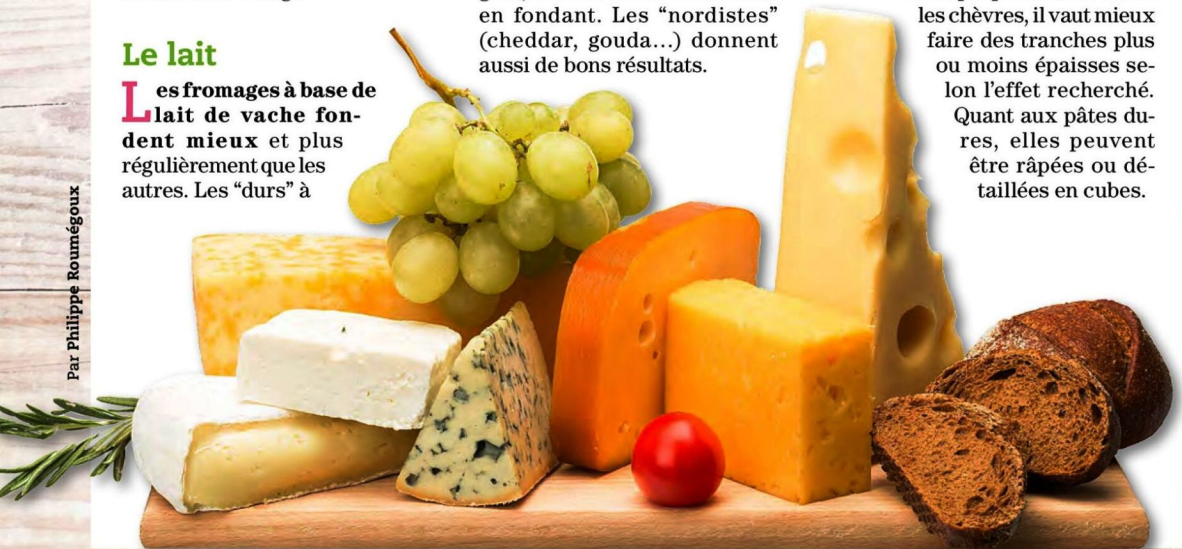
En vieillissant, le fromage perd de l'humidité alors que les protéines adhèrent mieux les unes aux autres. La fonte devient donc moins homogène. Inutile, par exemple, d'utiliser un comté de plus de six mois.

Il ne fond pas !

Venant de Chypre, à base de lait de brebis ou de chèvre (rarement de vache) et de feuilles de menthe, le halloumi ne fond pas en cuisant. On peut le consommer grillé, pour des entrées ou des sandwiches originaux.

Les découpes qui optimisent la fonte

Pour les pâtes molles, le mieux est de réaliser des lamelles que l'on déposera sur le plat ou des dés que l'on intégrera aux préparations. Avec les chèvres, il vaut mieux faire des tranches plus ou moins épaisses selon l'effet recherché. Quant aux pâtes dures, elles peuvent être râpées ou découpées en cubes.





Le bon ménage des fruits et de la pâte

Pour profiter du plaisir des fruits et d'un fond de tarte croustillant, le pâtissier ne manque ni d'armes ni d'astuces. Passage en revue.

Si l'on aime les tartes aux fruits crus

Les fruits sont mûrs à point, parfumés et gorgés de sucre. Ils sont parfaits pour être dégustés sans cuisson sur la tarte. Le fond de pâte (feuilletée, brisée, sucrée ou encore sablée selon les goûts et l'humeur) est cuit au four jusqu'à être doré et croustillant. Dès lors, tout est possible ou presque. Le fond de tarte sera garni d'une crème pâtissière, d'une crème chantilly, d'une crème mousseline et, pourquoi pas, d'une simple confiture ou d'une compote en résonance avec les fruits choisis ou en complémentarité (rhubarbe pour les fraises, framboise pour les pêches, gelée à la verveine pour

les abricots, myrtille pour les reines-claude, compote de pomme pour les poires...) ou de miel. Les fruits en lamelles sont dressés en rosace et nappés d'un sirop léger.

Quand les fruits doivent être cuits

Tous les fruits passent par la case cuisson lorsqu'ils ne sont pas parfaits esthétiquement ou sur le plan gustatif, ou simplement parce que l'on apprécie leur texture fondante et leur saveur plus acidulée et confite à la sortie du four. Dans ce cas, si l'on n'agit pas, le jus des pêches, des abricots, des prunes, des brugnon ou des fraises peut détremper la pâte à la cuisson.

Les bords sont cuits mais le fond est mollasson. Une cuisson à blanc de la pâte s'impose, mais n'est pas suffisante. Pour joindre l'utile à l'agréable, les solutions sont nombreuses. La plus simple est d'émietter des madeleines, des biscuits secs ou de la brioche ras-sise sur le fond de tarte pour éponger le jus des fruits pendant la cuisson. On peut aussi utiliser de la poudre de fruits secs (amandes, noisettes, pistaches...), et comme rien ne se perd, il est possible d'y ajouter l'amande contenue dans le noyau des fruits après l'avoir broyée. Le mieux est de saupoudrer le fond de tarte avant de le cuire à blanc. Les fruits secs seront ainsi torréfiés au passage et apporteront des notes toastées à la tarte. Dans le cas des fruits assez acides (rhubarbe, pêches, abricots), il est conseillé de sucrer la poudre de fruits secs, surtout si on est généreux sur son épaisseur. On peut aussi incorporer un œuf et du beurre pour rendre la garniture encore plus gourmande.

Si la tarte demande une préparation

Avec les fruits d'automne (coing, pomme, poire), le risque de détrempe de la pâte est moindre. La tradition est de les accompagner de ce que les Lorrains appellent la migaine (sorte de flan à base de lait, de sucre, d'œufs et de crème). La méthode a l'inconvénient de noyer le goût du fruit. Toutefois, on peut traiter la pomme et la poire comme cela a été décrit auparavant pour obtenir une texture plus confite et caramélisée à la sortie du four. Dernière astuce : le jus des fruits peut être, en partie, absorbé par le haut pendant la cuisson si on les recouvre d'une préparation à crumble.



L'heure est

Avec leurs robes nuancées, ils ouvrent le bal des beaux jours et accompagnent avec bonheur toutes les recettes qui fleurissent bon l'été.

1. Joviale

Dabord les groseilles et la framboise, puis c'est au tour des fraises de s'échapper du verre ! La bouche bien ronde et légèrement perlante se montre tonique et réveille les papilles. On partagera cette joyeuse cuvée bio avec une pizza.

Rosé de Loire 2020, Domaine des Hardières, 5,90 €, Casino.

2. Fruitée

Un rosé au parfum de framboise, de cerise et d'épices, et à la robe soutenue. La bouche mérite le nom de cette cuvée : "gourmandises" appétissantes. On l'aime beaucoup pour escorter les tartes aux légumes.

Grignan-les-adhémar 2020, Gourmandises, Domaine de Montine, 8 €, chez les cavistes.

3. Savoureux

Un nez intense et fruité typique du Sud. La fraise et la framboise fraîches envahissent le palais en laissant sur la langue un goût intense et une impression de netteté. On appréciera ces Collines avec une tarte aux sardines.

Faugères 2020, Les Collines, Domaine Ollier-Taillefer, 9,50 €, chez les cavistes.



4. Séduisante

En plus de son goût de fraise des bois et de framboise, de son équilibre et de sa rondeur, cette cuvée bio recèle une étiquette innovante. Son impression numérique a permis de changer aléatoirement la couleur des papillons. Chaque bouteille est donc unique ou presque ! N'hésitez pas à la proposer sur des plats au saumon fumé.

Cabernet d'Anjou, La Belle Robe, 5,90 €, dans les grandes et moyennes surfaces.

5. Talentueuse

Ne vous laissez pas influencer par sa robe pâle. Cette cuvée cache son jeu ! Plus structurée qu'elle n'y paraît, elle plaque la griotte, la fraise

et les épices douces sur le palais et transforme l'essai haut la main. Dégustez-la sur un cake au jambon cru ou avec des tapas espagnoles.

Fronton 2020, Vignoble Souledré, 7,10 €, dans les grandes surfaces.

6. Amical

Un basque pur jus et sympathique. Ses arômes tout simples de petits fruits rouges se révèlent sans détour. La bouche ronde, souple et gouleyante met tout le monde d'accord au moment de l'apéritif. À partager avec toutes les recettes à base de jambon de Bayonne.

Vin de France, A.D.N 64, 7,90 €, chez les cavistes et sur le site du Domaine Mont d'Oraàs.



aux rosés

7. Cisé

Le rosé cultive la fraîcheur de la fraise, de la groseille et de la framboise. Sa bouche très vive et parfumée se montre gourmande et bien équilibrée. Elle fera de beaux mariages avec les saveurs iodées.

Saint-pourçain 2020, cuvée Street Art, Cave des Vignerons, 5,50 €, dans les grandes et moyennes surfaces.

8. Exubérant

Des bulles fines et un nez expressif de framboise, de fraise et de mûre. La bouche, portée par une matière bien mûre, dévoile un équilibre parfait entre le fruit et l'acidité. On dégustera ce vin en accompagnement d'un

cake ou d'une tarte aux petits pois et à la menthe.

Crémant de Loire 2018, Rosé prestige, Ackerman, 11,80 €, chez Carrefour.

9. Délicat

L'originalité de l'appellation tient à son cépage, le pineau d'Aunis, tout en finesse. La preuve avec cette cuvée pâle qui présente un nez subtil de fleurs blanches, de fruits à noyau et de framboise. Un joli vin d'apéritif qu'on appréciera avec un cake, une tarte ou des toasts au fromage de chèvre frais.

Coteaux-du-vendômois 2020, gris, César de Vendôme, 6 €, dans les grandes surfaces.



10. Élégante

Une robe séduisante qui recouvre une cuvée bio et bien faite. Son nez expressif de pêche de vigne et de framboise séduit autant que sa bouche souple, équilibrée et à la finale fraîche. Elle fera des merveilles avec toutes les recettes au fromage.

IGP Cévennes 2020, Étincelle Nomade, Mas Seren, 10 €, départ cave et chez les cavistes.

11. Désaltérant

Le terroir brûlant des côtes-du-rhône Sud, mais tout le savoir-faire pour élaborer un rosé plein de vivacité et de fruits frais ! Bruno François et Luc Baudet s'y entendent : fruits blancs et fruits rouges

se mêlent à un fond d'une belle minéralité. Il sera parfait avec la tomate : pizzas, tartes, salades ou gaspachos.

Costières de Nîmes 2020, La Bergerie, Domaine Les Centenaires, 10,60 €, chez les cavistes.

12. Énergique

Presque exclusivement issue de grenache et d'un nuage de syrah, cette cuvée répond à tout ce que l'on demande à un rosé : du fruit, beaucoup de fruit, de la vivacité et un côté dynamique qui met les papilles en alerte. Idéal donc à l'apéritif, avec des mini pizzas.

IGP côtes catalanes 2020, Oh d'été, Château de Rey, 7,50 €, chez les cavistes.

ADRESSES EN FIN DE NUMÉRO



Actualités commerciales

MALO

Fondez pour cette nouvelle gamme de crèmes glacées au bon goût de yaourt MALO. Élaborée de façon artisanale : composition simple, naturelle et riche en produits laitiers origine France. Fidèle au bon goût des yaourts MALO, cette nouvelle gamme de crèmes glacées (notamment BIO et gourmandes avec coulis) est idéale pour satisfaire vos envies de fraîcheur.

PMC* : 5,49 € (parfum Noix de Coco) - 5,99 € (parfums Vanille BIO, Chocolat Équitable BIO, Coulis de Caramel, Coulis de Fraîche). En vente en GMS



Caresse Antillaise

Au cœur de ce délicieux nectar à consommer bien frais, quel bonheur de retrouver le Letchi et la Grenade qui permettent de redécouvrir la Passion sous un jour nouveau. Ensemble, ils forment un savoureux cocktail réussissant le parfait équilibre entre douceur et acidité, pour une pause désaltérante. C'est un jus 100% plaisir à déguster seul ou aussi venir « twister » à merveille un cocktail.

Nectar Grenade Letchi Passion - Boutelle 1l - PMC* : 2,99 € en GMS



La Boulangère

Bio, complet et sans sucres ajoutés ! Le pain de mie grandes tranches Bio complet sans sucres ajoutés La Boulangère est riche en fibres et ne contient que les sucres naturellement présents dans les ingrédients tels que la farine, pour un profil nutritionnel optimisé au Nutri-score A. Cette recette moelleuse est élaborée avec de la farine de blé bio issu du commerce équitable français.

PMC* : 2,15 € en GMS

Le cœur de la Bresse bat à la Bressane !

Fondez pour ce délicieux mélange de fromage blanc battu et de crème de Bresse AOP ! Nature ou à la vanille Bourbon naturelle, retrouvez l'onctuosité et toute la douceur d'un produit de tradition.

Nature en pot de 800 g - PMC* : 2,60 €
Nature en pot de 110 g x 4 - PMC* : 2,35 €
À la Vanille Bourbon en pot de 110 g x 2 - PMC* : 1,65 €



Les Comtes de Provence

Découvrez la nouvelle gamme de Confitures BIO aux Superfruits riches en antioxydants, vitamines, minéraux ou oligo-éléments. 5 recettes 100% naturelles, cuites au chaudron, préparées avec 75% de fruits et du sucre de canne : Myrtilles-Mûres-Açaï, Cassis-Cranberries, Fraises-Grenade-Baobab, Framboises-Griottes-Aronia. Riches en fruits et riches en goûts !

Pot de 350 g - PMC* : 4,30 € - En boutique, grande distribution ou sur www.comtes-de-provence.fr



KitchenAid

Le robot pâtissier et le blender K400 se parent d'un nouveau coloris en édition limitée : Honey. Cette chaleureuse teinte ambrée apportera une belle touche de luminosité et de bonne humeur à la cuisine. Le robot permet de pétrir, fouetter, battre, et affiche son extrême polyvalence grâce à 15 accessoires en option. Le blender, capable de pulvériser rapidement fruits et légumes pour obtenir des résultats onctueux et savoureux, devient multifonction grâce à 3 accessoires optionnels.

Robot : 699 € - Blender : 329 € - www.KitchenAid.fr

Index

MAI-JUIN 2021

15 idées de petits desserts express.....	70	Tarte aux petits légumes printaniers.....	33
15 idées pour recycler ses petits restes.....	46	Tarte aux pralines, comme Jean-Pierre Vigato.....	41
Les coups de cœur de la rédaction		Tarte bresaola-oignons nouveaux.....	33
Cake à la ricotta et aux fruits rouges.....	5	Tarte carottes-ricotta.....	44
Cake-barres d'avoine aux fraises.....	7	Tarte clafoutis aux abricots.....	38
Cake glacé pêche Melba.....	8	Tarte créole, crème dessert café.....	39
Pizza briochée tutti frutti.....	12	Tarte façon crème brûlée aux myrtilles.....	39
Tarte-cookie aux fruits de la forêt.....	11	Tarte façon fraisier verveine.....	38
Tarte cowboy au chocolat.....	10	Tarte framboises-pistaches.....	35
Tartelettes aux pommes, raisins secs et noix.....	9	Tarte jambon & cottage cheese.....	32
Tarte-pizza aux poivrons et à la mozzarella.....	13	Tartelettes aux légumes crus.....	44
Tarte rustique aux oignons nouveaux.....	6	Tarte oranges confites et amandes.....	35
Tarte verte au chèvre frais.....	4	Tarte radis roses et mascarpone.....	34
Apéro		Tarte riz au lait aux pêches.....	34
Chaussons frits au bœuf.....	19	Tarte soleil au pesto de graines de courge.....	44
Cheesecakes aux olives.....	18	Tarte spirale à l'italienne.....	21
Feuilletés aux épinards.....	18	Tarte tendre aux nectarines.....	26
Feuilletés aux noix et à la persillade.....	18	Tarte tressée aux fruits d'été.....	36
Pizzettes aux sardines et zaatar.....	19	Tatin aux poires et parmesan.....	30
Tartelettes rôtis à la salade de saumon.....	18	Tatin de carottes au thym citron.....	29
Tartes		Tatin d'endives au gingembre.....	23
Mini tatin aux pommes et noix.....	28	Tatin de poires bourguignonnes.....	24
Pie à trou-trou poulet et cerises.....	36	Tatins aux légumes rôtis.....	30
Quiche chou du potager.....	22	Tatin vanillée aux tomates.....	28
Quiche lorraine à la Paul Bocuse.....	40	Cakes	
Tarte au chocolat façon Frédéric Anton.....	41	Cake à l'italienne.....	61
Tarte aux fruits secs.....	37	Cake à l'orientale.....	54
		Cake anglais.....	66
		Cake antillais.....	55
		Cake arc-en-ciel.....	68
		Cake aux carottes glacées et fromage frais.....	62

Cake aux lardons et aux noix.....	53
Cake aux olives à l'italienne.....	58
Cake banane et pépites de chocolat.....	66
Cake cathédrale.....	68
Cake cœur chocolat et vanille.....	68
Cake crevettes et citron vert au basilic.....	58
Cake macaronis à la tomate.....	60
Cake marbré aux pépites de café.....	62
Cake meringué au citron et kumquats.....	61
Cake mi-cheese mi-pruneaux.....	63
Cake pops chocolat caramel.....	64
Cheesecake en sucettes au chocolat blanc et yuzu.....	65
Croque-cake saumon et mâche.....	68
Crumble-cake aux framboises et à la crème.....	63
Le Kakissimo® Melba de Nicolas Bernard.....	73
Marbré vanille-chocolat.....	67
Mini cakes coco et ananas.....	65
Mug cakes au café.....	64
Pizzas	
Margherita façon niçoise.....	49
Mini pita-pizza à l'orientale.....	50
Pides turques au bœuf et poivrons rouges.....	51
Pizza armoricaine à l'andouille et aux œufs.....	50
Pizza courge-courgettes.....	48
Pizza crousti aux fruits.....	44
Salades et accompagnements	
Coleslaw au poulet retour d'Asie.....	23
Nectarines, sirop de grenade, glace mozza et coulis d'abricots.....	26
Passion crème en gelée.....	55
Pots de crème aux épices douces.....	24
Salade Arlequin à l'orange.....	22
Salade au melon et légumes rôtis.....	21
Salade d'agrumes aux crevettes et aux tomates.....	58
Salade d'endives-kiwis et comté aux noisettes.....	53

Cuisine Actuelle

Magazine mensuel édité par

PM PRISMA MEDIA

13 rue Henri Barbusse, 92230 Gennevilliers
Site Internet : cuisineactuelle.fr

Société en nom collectif au capital de 3 000 000 €, d'une durée de 99 ans, ayant pour gérant Gruner + Jahr Communication GmbH. Ses principaux associés sont Média Communication SAS, Gruner + Jahr Communication GmbH

REDACTION

13 rue Henri Barbusse - 92624 Gennevilliers cedex
Téléphone : 01 73 05 45 45
Pour joindre votre correspondant, composez le 01 73 05 suivi du poste de 4 chiffres indiqué après chaque nom.

Rédactrice en chef : Anne Gillet (6598)
Rédactrices en chef adjointes : Marilynne Clarac (6863), Sophie Janvier (5705)

Directrice artistique : Marion Thévoz (6590)

Secrétariat : Sophie Lessous (6598)

Rédaction : Sophie Pasternak, chef de service (recettes, 6604) et Isabelle Contrepas, chef de service (magazine, 6605)

Secrétariat de rédaction : Christine Guérin, 1^{er} SR (6594) et Véronique Fève (6596)

Maquette : Michel Poyac, chef de studio (6607) et Corinne Letoumeur (6608)

Photo : Sybille Joubert, chef de service (6768)

Cuisineactuelle.fr : Marion Poirat (5791), rédactrice web ; Aurélie Godin (6816), chef de rubrique ; Julie Landes-Ensuque (4650), community manager.

Fabrication : Yann Saunier (6859).

Ont collaboré à ce numéro : V. Bestel, Y. Bouvart, F. Dalbera, N. Favreau, M.-C. Frédéric, J.-P. Frétillet, M. Gréizard, A. Inquimbert, L. Lendaro-Grady, E. Moncel, N. Renaud, D. Renoux, P. Roumégoux, S. Scelles, E. Scotto, P. Sinsheimer, R. Sourdeix, J. Tercoles, B. Vigo-Lagardère, E. Zsour.

Comptabilité : Laurence Tronchet (4558)

PUBLICITÉ, MARKETING & DIFFUSION

Chief Transformation Officer, Directeur Exécutif PMS :

Philipp Schmidt (5188) - Directrice Exécutive Adjointe

PMS : Virginie Lubot (6448) - Directeur Exécutif Adjoint PMS : David Folgueira (5055) - Directeur

Délégué : Thierry Flamand (6426)

Brand Solutions Director : Chrystelle Rousseaux (6456)

Equipe commerciale : Fabrice Veiber (6471),

Sabri Meddouri (4942), Directrice déléguée Creative

Team : Viviane Rouvier (5310), Directrice de

projet : Elodie Davrin (6443), Planning manager :

Fabienne Bonami (6491), Fabienne Delac (6490),

Directeur marketing études et communication : Charles

Jouvin, Directeur marketing client : Laurent Grosje,

Directrice des études éditoriales : Isabelle Demally

(5338), Directrice de la fabrication et de la vente au

numéro : Sylviane Cortada, Directeur des ventes : Bruno

Recrut, Directrice marketing et business development :

Claire Bernard, Chef de groupe marketing : Marion

Salomon, Directrice Éditoriale Digitale et Vidéo

Pôle Femmes : Sandrine Ocina, Directrice Exécutive

Prisma Media Femmes : Pascale Coquet,

Directeur de la publication : Rolf Heinz

Service abonnements et anciens numéros :

62066 Arras Cedex 9.

Service abonnements 0 808 809 063

(service gratuit + prix appel)

Abonnements et anciens numéros :

prismashop.cuisineactuelle.fr

Abonnement Cuisine Actuelle +

Cuisine Actuelle HS (B N°) : 58,80 €.

Photogravure : Allo Scan. Imprimerie

en Allemagne : Prinovis Dresden.

Meinholdstraße 01129 Dresden.

Provenance du papier : Finlande.

Taux de fibres recyclées : 0 %.

Eutrophisation : P = 0,005 kg/To de papier.

ISSN : 09893091.

Commission paritaire :

n° 0124 K 84150. Création

(janvier 1991) © 2021 Prisma

Media. Dépôt légal : mai 2021

La rédaction n'est pas responsable

de la perte ou de la détérioration des

textes ou photos qui lui sont adressés

pour appréciation. La reproduction,

même partielle, de tout matériel publié

dans le magazine est interdite.



Notre carnet d'adresses

Barbecook : barbecook.com **BHV** : bhv.fr **Bonnat** : bonnat-chocolatier.com **Bordallo Pinheiro** : eu.bordallopinheiro.com **Botanic** : [botanic.com
CSA Estrelita : \[csaestrelita.com\]\(http://csaestrelita.com\) **Centrakor** : \[centrakor.com\]\(http://centrakor.com\) **Château de Cormatin** : \[chateaudecormatin.com\]\(http://chateaudecormatin.com\) **Chocolats et Tasse de Thé** : 184 quai Lamartine, 71000 Mâcon **Cœur de pain** : \[coeurdepain.com\]\(http://coeurdepain.com\) **Comptoir de famille** : \[comptoirdefamille.com\]\(http://comptoirdefamille.com\) **Conférie de la gaufrette mâconnaise** : \[comgaufrettemaconnaise.com\]\(http://comgaufrettemaconnaise.com\) **Cookit** : \[cookit.com\]\(http://cookit.com\) **Cuisin Store** : \[cuisinstore.com\]\(http://cuisinstore.com\) **Dégoln** : \[degoln.fr\]\(http://degoln.fr\) **Domaine Auvigie** : \[auvigie.fr\]\(http://auvigie.fr\) **Domaine Les Tillels** : \[maisonlestillels.com\]\(http://maisonlestillels.com\) **Domaine Mont d'Oras** : \[boutique.mont-oras.com\]\(http://boutique.mont-oras.com\) **Émile Henry** : \[emilehenry.com\]\(http://emilehenry.com\) **Entre Miel et Terre** : La Croix Rozier, 71800 Dyo **Étienne Cachaux**, **La ferme des Biens Vivants** : \[fermedesbienvivants.com\]\(http://fermedesbienvivants.com\) **Ferme-uberge des Collines** : \[fermeubergedescollines.fr\]\(http://fermeubergedescollines.fr\) **FourniReso** : \[fournireso.com\]\(http://fournireso.com\) **Fragonard** : \[fragonard.com **Gifi** : \\[gifi.fr\\]\\(http://gifi.fr\\) **Greengate** : \\[greengate.dk\\]\\(http://greengate.dk\\) **Hema** : \\[hema.com\\]\\(http://hema.com\\) **Ikea** : \\[ikea.com\\]\\(http://ikea.com\\) **Jacoulit** : \\[jacoulit.com\\]\\(http://jacoulit.com\\) **Jardin d'Ulysse** : \\[jardindulyse.com\\]\\(http://jardindulyse.com\\) **Jean Herve** : \\[jeanherve.fr\\]\\(http://jeanherve.fr\\) **KitchenCraft** : 05 55 33 60 79 **Kookit** : \\[kookit.com\\]\\(http://kookit.com\\) **La Mandorle** : \\[la-mandorle.com\\]\\(http://la-mandorle.com\\) **La Ruche qui dit oui** : \\[laruchequiditoui.fr **La Trésorerie** : \\\[latresorerie.fr\\\]\\\(http://latresorerie.fr\\\) **Laurent Marquis** : 320, chemin de la Chardonnière, 71480 Varennes **Les Saveurs du Monde est Bio** : \\\[lesmondesbio.com **L'Escargot Bonnais** : Vaux 71110 Briant, 06 87 86 19 91 **Les chocolats Dufoux** : \\\\[chocolatsdufoux.com\\\\]\\\\(http://chocolatsdufoux.com\\\\) **Les Nouveaux Fermiers** : \\\\[lesnouveauxfermiers.com\\\\]\\\\(http://lesnouveauxfermiers.com\\\\) **Les Sept Fontaines** : \\\\[hotellesfontaines.com **Lucienne fait des siennes** : \\\\\[aubergedeparadis.fr\\\\\]\\\\\(http://aubergedeparadis.fr\\\\\) **Maison Kayser** : \\\\\[maison-kayser.com\\\\\]\\\\\(http://maison-kayser.com\\\\\) **Maison Roussot** : \\\\\[maisonroussot.com\\\\\]\\\\\(http://maisonroussot.com\\\\\) **Mammiflore** : \\\\\[mammiflore.fr\\\\\]\\\\\(http://mammiflore.fr\\\\\) **Mathon** : \\\\\[www.mathon.fr\\\\\]\\\\\(http://www.mathon.fr\\\\\) **Monoprix** : \\\\\[monoprix.fr\\\\\]\\\\\(http://monoprix.fr\\\\\) **Murs** : 4murs.com **Nestlé** : \\\\\[murs.com **Paisan** : \\\\\\[paisan.com\\\\\\]\\\\\\(http://paisan.com\\\\\\) **Pâte feuilletée François** : \\\\\\[patefeuilleteefrancois.com\\\\\\]\\\\\\(http://patefeuilleteefrancois.com\\\\\\) **Peugeot Savours** : \\\\\\[peugeot-savours.com\\\\\\]\\\\\\(http://peugeot-savours.com\\\\\\) **Point Virgule** : \\\\\\[greenweez.com\\\\\\]\\\\\\(http://greenweez.com\\\\\\) **Poterie de Saint-Amour** : \\\\\\[poteriesdesaintamour.fr\\\\\\]\\\\\\(http://poteriesdesaintamour.fr\\\\\\) **Pyrex** : \\\\\\[pyrex.fr **Revol** : \\\\\\\[revol1768.com\\\\\\\]\\\\\\\(http://revol1768.com\\\\\\\) **Rice** : \\\\\\\[ricebyrice.com **Route 71 Bourgogne Sud** : destination-saone-et-loire.fr **Sébastien Chabanon** : Grande Allée de Tenay, 71800 Saint-Christophe-en-Brionnais **Simon-Simone** : \\\\\\\\[simon-simone.fr\\\\\\\\]\\\\\\\\(http://simon-simone.fr\\\\\\\\) **Tamba** : \\\\\\\\[eatwithtamba.com\\\\\\\\]\\\\\\\\(http://eatwithtamba.com\\\\\\\\) **Terrres cuites de Raujolle** : \\\\\\\\[terres-cuites-raujolles.fr\\\\\\\\]\\\\\\\\(http://terres-cuites-raujolles.fr\\\\\\\\) **True fruits** : \\\\\\\\[truefruits.com\\\\\\\\]\\\\\\\\(http://truefruits.com\\\\\\\\) **Wellnest** : \\\\\\\\[wellnest-paris.com\\\\\\\\]\\\\\\\\(http://wellnest-paris.com\\\\\\\\) **Zara Home** : \\\\\\\\[zarahome.com\\\\\\\\]\\\\\\\\(http://zarahome.com\\\\\\\\) **Zwilling** : \\\\\\\\[zwilling.com\\\\\\\\]\\\\\\\\(http://zwilling.com\\\\\\\\) **Zyliss** : \\\\\\\\[zyliss.com\\\\\\\\]\\\\\\\\(http://zyliss.com\\\\\\\\)\\\\\\\]\\\\\\\(http://ricebyrice.com\\\\\\\)\\\\\\]\\\\\\(http://pyrex.fr\\\\\\)\\\\\]\\\\\(http://murs.com\\\\\)\\\\]\\\\(http://hotellesfontaines.com\\\\)\\\]\\\(http://lesmondesbio.com\\\)\\]\\(http://laruchequiditoui.fr\\)\]\(http://fragonard.com\)](http://botanic.com)

CRÉDITS PHOTOS

En couverture (tarte carottes-ricotta) : Stockfood / News Life Media. Bestel : p. 92-93. Bourgogne (pâte à bûche) : Bonnet, p. 311, 74, 80(11). DR. p. 4 à 13(10). Fraîtille : p. 76 à 81. Itack : p. 20, 46-47, 70-71, 72(11), 75(11), 82(12), 83(4), 87, 88, 89(2), 94-95. PhotoCuisine : Amiel, p. 18(11), 21(11), 41(11). Bergeron, p. 22; Co-barnes, p. 83(11); Chivoret, p. 64(11); Deslandes, p. 36, 37(11); Fénel, p. 52, 65(11); Foodcollection, p. 67; Garnier, p. 37(5), 82(11); Guedes, p. 30(11); Hall, p. 54(11); Ho, p. 69(11); Kerouadon, p. 3(11), 40, 45(11); Mallot, p. 28(11); Marielle, p. 3(11), 18(11), 19(11), 29, 41(11), 66(11), 69(11), 83(11); Nurra, p. 58(11); Perrin, p. 28(11); Platon, p. 19(11), 38-39, 50, 53, 54(11), 55, 56; Radwaner, p. 21(11), 51; Roche, p. 58(11); Samarina, p. 48; S'Cuiz in, p. 18(11), 32 à 35; Studio, p. 45(11); Swiders, p. 30(11); Syl d'AB, p. 65(11); Taulin, p. 66(11); Thys, p. 19(11). Pixel Studio : p. 86(11). Rouvrais : p. 3(11), 72(11), 73. SP : p. 14 à 17; 42-43, 84-85, 86, 89(4), 90(91), 92(11), 96-97. Stockfood : p. 60 à 63, 69(11); Bouver Syndication, p. 11; Eitenekel, p. 13; Gallo Images, p. 24; Great Stock (1), 23, 64(11); House & Leisure, p. 26; Meliukh, p. 12; Minzay, p. 5, 7, 9; Mondadori Portfolio, p. 8, 49; News Life Media, p. 6(11), 4, 6, 10, 45(2); Winkelmann, p. 69(11).

Les services Cuisine Actuelle

Un renseignement sur le magazine ou sur l'abonnement, c'est ici.

POUR S'ABONNER, SE RÉABONNER, AVOIR UN RENSEIGNEMENT

Par courrier Service Abonnements Cuisine Actuelle 62066 Arras Cedex 9

Par téléphone 0 808 809 063 (service gratuit + prix appel)

Par Internet Sur notre site : prismashop.cuisineactuelle.fr

POUR CONTACTER LE SERVICE LECTEURS

Par courrier Service lecteurs Cuisine Actuelle 13 rue Henri-Barbusse,

92624 Gennevilliers • Par téléphone France métropolitaine : 01 73 05 67 50.

DOM-TOM et étranger : 00 33 1 73 05 67 50 • Par mail lecteurs@cuisineactuelle.fr

ANCIENS NUMÉROS

Contactez le service abonnements : adresses, téléphone et Internet ci-dessus.

NOUVEAU



DÉCOUVREZ

Les désués

POUR VOUS, ON NE GARDE

VRAIMENT

QUE LE MEILLEUR :

**100% FRUITS AVEC
30% DE SUCRES
EN MOINS***



*Par rapport à un jus de fruits comparable de la marque - INSC Orléans 751 296 617 - Création Agence RUDÉ®



POUR UN MONDE PLUS DOUX

POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE MANGER TROP GRAS, TROP SUCRÉ, TROP SALÉ - WWW.MANGERBOUGER.FR