

---

# Les recettes de Kpym

Kpym

janv. 27, 2026

<b>Entrées, soupes et plats légers</b>	<b>3</b>
Banitza . . . . .	3
Bob (soupe bulgare de haricots blancs) . . . . .	3
Kyopoolou (caviar d'aubergine bulgare) . . . . .	3
Kyouftéta (boulettes) de courgettes . . . . .	4
Leshta (soupe de lentilles vertes) . . . . .	4
Soupe de courgettes . . . . .	4
Tarator (soupe de yaourt bulgare) . . . . .	5
Tourte aux poireaux « Sneja » . . . . .	5
<b>Plats</b>	<b>7</b>
Chou caramélisé « Agnes » . . . . .	7
Crumble aux légumes . . . . .	7
Dahl de lentilles corail . . . . .	8
Daube de bœuf aux raisins secs « Marie » . . . . .	8
Imam bayildi (« l'imam s'est évanoui ») . . . . .	8
Kyouftéta (boulettes de viande bulgares) . . . . .	9
Moujaddara (lentilles et riz) . . . . .	9
Peposo de jarret de bœuf . . . . .	9
Pizza . . . . .	10
Poivrons farcis « Lelia Svetla » . . . . .	11
Poulet au lait de coco rapide . . . . .	11
Poulet aux écrevisses « Cathy » . . . . .	12
Soupe de poissons « Christèle » . . . . .	12
<b>Desserts</b>	<b>14</b>
Baklava « Lelia Mia » . . . . .	14
Banoffee . . . . .	14
Biscuits bicolores de Noël . . . . .	15
Cake marrons-chocolat « Monique » . . . . .	15
Cannelés . . . . .	15
Carrot cake . . . . .	16
Chouquettes . . . . .	16
Clafoutis (aux fruits) . . . . .	17
Congolais . . . . .	17
Cookies d'Eva . . . . .	17
Crêpes (pâte) . . . . .	18
Crumble . . . . .	18
Éclairs au chocolat . . . . .	18
Financier . . . . .	19
Flan de noix de coco . . . . .	20
Galette des rois . . . . .	20
Gâteau au chocolat fondant « Marabout » . . . . .	20

Gâteau coco-choco « Lelia Mia » . . . . .	21
Gâteau trois chocolats . . . . .	22
Kaiserschmarrn . . . . .	23
Kirschenkuchen « Babi » . . . . .	23
Makrouts . . . . .	24
Pancakes à la banane et noix de coco . . . . .	24
Pavlova . . . . .	24
Raw Cake (Mango) . . . . .	25
Riz au lait de coco et mangue . . . . .	26
Shortbread au beurre salé . . . . .	26
Strudel . . . . .	26
Tarte aux noix . . . . .	27
Tarte cerises et amandes . . . . .	28
Tarte de Gruissan aux pignons de pin . . . . .	28
Tarte aux fruits . . . . .	29
Tarte pistaches-framboises . . . . .	29
Tarte Tatin . . . . .	30
Tikvenik (tarte à la courge bulgare) . . . . .	30
Tiramisu . . . . .	31
<b>Autres recettes</b>	<b>32</b>
Bretzels . . . . .	32
Brioche de Pâques bulgare (Kozounak) . . . . .	32
Bûche de Noël (2025) . . . . .	33
Confiture de pommes . . . . .	34
Crème anglaise . . . . .	34
Cumin vs Carvi . . . . .	35
Génoise . . . . .	35
Meringues . . . . .	35
Les mesures (cuillères et tasses) . . . . .	36
Nougatine . . . . .	36
Pain . . . . .	36
Pain - Ciabatta . . . . .	37
Pâte sablée . . . . .	37

---

## Entrées, soupes et plats légers

### Banitza

#### Ingrédients

▷ pâte filo : 10-15 feuilles ▷ yaourt : 1 pot ▷ œufs : 3 ▷ fêta : 200 g ▷ beurre : ≈100 g

#### Temps

▷ préparation : 25 min ▷ cuisson : 35 min

#### Préparation

Pour faire la farce : on mélange le yaourt + 3 œufs + 200 g de fêta. On fait fondre le beurre. On étale du beurre fondu avec un pinceau sur chaque feuille de pâte filo, on met 2-3 cuillères à soupe de la farce et on roule. Au four 35 min à 190 °C.

#### Remarque

On peut remplacer la pâte filo (ou phyllo) par des feuilles de brick

### Bob (soupe bulgare de haricots blancs)

#### Ingrédients

##### pour la soupe

▷ haricots blancs : 1 tasse ▷ oignon : 1 ▷ poivrons : 2 ▷ carotte : 1 ▷ céleri (tiges, tête ou feuilles) : une poignée ▷ menthe verte : 1 cuillère à café ▷ sarriette : 1 cuillère à café ▷ sucre : 1 cuillère à café ▷ huile : 50 ml

##### pour le roux

▷ huile : 100 ml ▷ farine : 1 cuillère à soupe ▷ paprika : 1 cuillère à soupe

#### Temps

▷ préparation : 30 min + 10 min ▷ cuisson : 50 min + 15 min

#### Préparation

Il est toujours préférable de faire tremper les haricots dans de l'eau froide la veille. On fait cuire (≈50 min à la cocotte) dans 6 tasses d'eau avec un peu d'huile mais sans les herbes. En fin de cuisson on rajoute le sel, la sarriette et la menthe verte. Pendant que les haricots continuent de cuire à feu doux, dans une petite casserole on fait bouillir environ 50 ml d'huile, puis on rajoute 1 cuillère à soupe de farine on le fait dorer. On retire la casserole du feu et on rajoute la cuillère à soupe de paprika, puis on verse le roux dans les haricots et on fait bouillir encore 5 minutes.

#### Version « yahniya »

Pour faire une version « plat », et non soupe, après la cuisson on enlève (filtre) une grosse partie du liquide et on fait cuire au four 15 min.

### Kyopoolou (caviar d'aubergine bulgare)

#### Ingrédients

▷ aubergines : 2 ▷ poivrons (rouges) : 2 ▷ ail : 1 gousse ▷ huile d'olive : 50 ml ▷ persil frais : quelques brins ▷ noix : une poignée ▷ sel ▷ poivre

#### Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : 40 min

## Préparation

▷ Préchauffez le four à 210 °C. ▷ Lavez les aubergines et les poivrons. Piquez les aubergines avec une fourchette. ▷ Placez les aubergines et les poivrons sur une plaque de cuisson et enfournez-les pendant 30-40 minutes environ, jusqu'à ce qu'ils soient bien grillés et tendres. Retournez-les pendant la cuisson pour une cuisson uniforme. ▷ Sortez les légumes du four et mettez-les à étouffer : soit dans un sac plastique, soit dans un récipient qui ferme hermétiquement, soit dans du papier aluminium. Laissez-les refroidir (environ 30 minutes). ▷ Une fois refroidis, pelez les aubergines et les poivrons. Retirez les graines des poivrons. ▷ Coupez les légumes finement. ▷ Pressez la gousse d'ail. ▷ Hachez le persil et les noix. ▷ Mélangez tous les ingrédients dans un bol. Ajoutez l'huile d'olive, le sel et le poivre selon votre goût.

## Variantes

▷ On peut faire le kypoolou sans poivrons. ▷ Cette recette diffère de la majorité des recettes par la présence de noix et par l'absence des tomates. ▷ On peut rajouter un peu de yaourt.

## Kyouftéta (boulettes) de courgettes

### Ingrédients

#### pour la préparation

▷ courgettes : 3 ▷ œufs : 2 ▷ persil : une cuillère de soupe (ou plus) ▷ sel ▷ poivre ▷ farine

#### pour le service

▷ yaourt ▷ ail

### Temps

▷ préparation : 25 min ▷ cuisson : 35 min

## Préparation

Éplucher et râper les courgettes, puis les faire dégorger (saler, attendre, à la fin jeter l'eau qui se libère). Mélanger avec les 2 œufs et de la farine : pour obtenir une consistance pâteuse. Rajouter le persil, le sel et le poivre. Les faire frire, puis les servir avec du yaourt aillé.

## Leshta (soupe de lentilles vertes)

### Ingrédients

▷ lentilles vertes : 1 tasse ▷ poireau (ou oignon) : 1 ▷ carottes : 3 ▷ ail : 1 tête ▷ sarriette

#### pour le roux

▷ huile : 100 ml ▷ farine : 1 cuillère à soupe ▷ paprika : 1 cuillère à soupe

### Temps

▷ préparation : 15 min + 10 min ▷ cuisson : 10 min + 5 min

## Préparation

On fait cuire (10 min à la cocotte) tous les ingrédients dans 7 tasses d'eau avec un peu d'huile. En même temps on prépare le roux comme pour le « bob », on le rajoute en fin de cuisson et on fait cuire encore 2 min.

## Soupe de courgettes

### Ingrédients

#### pour la préparation

▷ courgettes : 3 ▷ sel ▷ poivre ▷ persil

#### pour la béchamel

▷ lait : 25 cl ▷ beurre : 20 g ▷ farine : 20 g

### pour le service

▷ yaourt ou crème fraîche

### Temps

▷ préparation : 25 min ▷ cuisson : 35 min

### Préparation

Faire cuire les courgettes épluchées et coupées en grosses rondelles.

Pendant ce temps préparer la béchamel au micro-ondes ou de la façon traditionnelle : faites fondre le beurre dans une casserole à fond épais ; ajoutez la farine et remuez avec une cuillère de bois sans laisser colorer ; la farine doit juste épaissir ; versez le lait progressivement, sans cesser de remuer, jusqu'à ce que la sauce épaississe.

Mixer le tout, rajouter la sauce béchamel. Assaisonner. On sert avec du yaourt ou de la crème fraîche au fond des assiettes.

## Tarator (soupe de yaourt bulgare)

### Ingrédients

▷ yaourts : 4 ▷ concombre : 1 ▷ gousse d'ail : 1 ▷ noix : 30 g ▷ lait : 100 ml ▷ sel : 1 mg ▷ aneth : 1/2 botte ▷ huile d'olives : 3 cuillères

### Temps

▷ préparation : 25 min ▷ cuisson : -

### Préparation

On écrase l'ail avec le sel dans le mortier. On rajoute le concombre coupé en petits cubes et on le bat avec l'ail écrasé. On le mélange avec le reste (les noix écrasées, le lait selon les goûts, pas trop de l'huile d'olives).

## Tourte aux poireaux « Sneja »

### Ingrédients

#### Farce

▷ poireaux : 500 g ▷ fêta : 100 g ▷ œufs : 1

#### Pâte

▷ farine (T65) : 400 g ▷ huile d'olive : 70 g (≈ 78 ml) ▷ lait : 140 ml ▷ œuf : 1 ▷ levure chimique : 5 g (½ sachet) ▷ sel

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 28 min

### Préparation

#### La farce

On coupe les poireaux et on les fait cuire (à la vapeur ou revenus à la poêle). On émiette la fêta, on la mélange avec l'œuf et les poireaux. On réserve.

#### La pâte

On mélange bien les liquides : œuf, lait, huile. On mélange la farine, la levure chimique et le sel. On fait un puits dans la farine où on verse petit à petit le liquide, tout en mélangeant avec la main, pour former à la fin une boule qu'on travaille un peu. On partage la pâte en 40/60. On étale la grande partie en cercle (26–28 cm) et on tapisse la forme (22–24 cm) en remontant sur les côtés. On remplit avec la farce, puis on couvre avec le reste de la pâte étalé en cercle. On fait un petit trou au milieu.

**Cuisson**

À 190 °C : 28 min.

**Remarque**

Dans la recette originale de Снежa il y a plus d'huile (et pas l'huile d'olive), moins de farine et il n'y a pas d'œuf dans la farce.

# Plats

## Chou caramélisé « Agnes »

### Ingrédients

▷ chou : 1/2 ▷ huile : 50 ml ▷ sucre : 2-3 cuillères à soupe ▷ vinaigre : 1 cuillère à café ▷ carvi : 1 cuillère à café

### Temps

▷ préparation : 15 min ▷ cuisson : 1 h

### Préparation

On coupe le chou. On couvre le fond de la casserole avec le sucre et on le fait caraméliser. On rajoute l'huile, on touille, puis on rajoute le vinaigre, puis le chou. On fait revenir. On rajoute de l'eau (1 verre) et le carvi, on fait cuire (longtemps) à feu doux. On surveille, s'il n'y a pas assez d'eau, on en rajoute.

### Cuisson

À feu doux : 1 h (*après 10 min à feu vif*)

### Notes

▷ C'est une recette autrichienne (*Agnes [au] = Agnès [fr]*). ▷ Sur internet on trouve 15-25 min pour la cuisson du chou, mais il faut environ 1 h (ou plus) pour cette recette. Ou 20-30 min sous pression.

## Crumble aux légumes

### Ingrédients

#### Légumes et épices

▷ aubergine : 1 ▷ poivrons : 1 rouge et 1 vert ▷ tomate : 1 kg ▷ courgettes : 3 (bien fermes) ▷ oignon : 1 ▷ gousse d'ail : 1 ▷ cuillères à soupe d'huile d'olive : 3 ▷ Thym ▷ Romarin ▷ Poivre ▷ Sel

#### Pour les miettes

▷ farine : 150 g ▷ beurre : 100 g ▷ pignons : 40 g ▷ parmesan : 60 g ▷ Sel

### Temps

▷ préparation : 45 min ▷ cuisson : 35 min + 25 min

### Préparation

Émincez l'oignon et hachez très finement l'ail après en avoir ôté le germe. Faites chauffer l'huile dans une cocotte et faites y revenir l'ail et l'oignon.

Coupez l'aubergine en petits cubes et mettez-les dans la cocotte. Lorsqu'elles sont bien dorées, ajoutez les poivrons coupés en lanières. Assaisonnez avec le thym, le romarin, le sel et le poivre.

Au bout de 20 min, ajoutez les courgettes coupées en rondelles et les tomates pelées et épépinées. Mélangez bien et maintenez une cuisson assez vive pour que les légumes rendent leur eau.

Pendant ce temps, préchauffez le four à 180 °C et confectionnez les miettes : mélangez du bout des doigts la farine, le parmesan et le beurre. Ajoutez les pignons.

Versez les légumes dans un plat et répartissez les miettes dessus. Laissez cuire dans le four chaud 20 à 30 min.

### Note

▷ source : [Marmitons](#) ▷ à la place d'une cocotte j'utilise le wok

## Dahl de lentilles corail

### Ingrédients

▷ lentilles corail : 300 g ▷ oignon jaune : 2 ▷ gousses ail : 2 ▷ gingembre frais : 2 cm ▷ tomates concassées : 400 g ▷ lait de coco : 20 cl ▷ bouillon de légumes : 50 cl ▷ cumin moulu : 1/2 cuillère à café ▷ coriandre moulue : 1/2 cuillère à café ▷ curcuma en poudre : 1/2 cuillère à café ▷ citron jaune : 1 (*le jus*) ▷ coriandre fraîche : quelques brins ▷ huile d'olive : 1 cuillère à soupe

### Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : 30 min

### Préparation

▷ Rincez et égouttez les lentilles corail. Pelez les oignons et ciselez-les finement. Pelez et dégermez l'ail puis pressez-le avec le gingembre. ▷ Chauffez d'huile d'olive dans une grande sauteuse et faites-y revenir les oignons. Ajoutez les gousses d'ail, le gingembre pressé et les épices. Laissez cuire quelques instants. ▷ Ajoutez les lentilles, les tomates concassées, le lait de coco et le bouillon, mélangez bien puis laissez mijoter 20 minutes en remuant. ▷ À la fin de la cuisson, ajoutez le jus du citron et la coriandre fraîche. Mélangez bien et servez avec du riz basmati.

### Cuisson

Dans un wok : 30 min

### Notes

▷ [La recette d'origine](#)

## Daube de bœuf aux raisins secs « Marie »

### Ingrédients

▷ bœuf : 700 g ▷ lard fumé : 100 g ▷ huile : 2 cuillères à soupe ▷ bon vin rouge : 1/4 litre ▷ zeste d'orange : 1 ▷ ail : 1 gousse ▷ oignons : 2 gros ▷ clous de girofle : 3 ▷ bouquet garni : 1 ▷ sel ▷ poivre ▷ thé bouillant : 1 tasse ▷ grains de coriandre : 7 ▷ raisins secs : 100 g

### Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : 2 h

### Préparation

Découpez la viande en gros cubes. Faire revenir dans l'huile bien chaude avec le lard coupé en petits morceaux. Lorsque la viande est bien dorée, ajoutez le vin + un grand verre d'eau chaude. Ajouter le zeste d'orange, la gousse d'ail épluchée, les oignons émincés, les clous de girofle, le bouquet garni, sel, poivre. Laisser mijoter à feu doux au moins 2 heures. Pendant ce temps, faites gonfler les raisins dans un thé noir chaud additionné de poivre et des grains de coriandre : puis laissez macérer. Égouttez les raisins, ajoutez à la daube, servez bien chaud.

## Imam bayildi (« l'imam s'est évanoui »)

### Ingrédients

▷ aubergines : 5 ▷ oignons : 4 ▷ carotte : 1 ▷ ail (gousses):5 ▷ tomates : 4 ▷ huile d'olive ▷ sel ▷ poivre

### Temps

▷ préparation : 40 min ▷ cuisson : 15 min à poêle + 35 min au four à 190 °C

### Préparation

Épluchez les aubergines en bandes, puis les couper en grosses rondelles. Les saler et les laisser 30 min à côté.

On fait revenir dans l'huile d'olive les oignons et les carottes finement hachés. Après quelques minutes, on rajoute les gousses d'ail coupées. Après 1-2 min, on rajoute les tomates coupées en dés et on laisse encore 2-3 minutes. On retire du feu.

Égouttez les aubergines et les faire revenir dans de l'huile d'olive (pas très longtemps). Puis dans un plat mettre, en quatre couches successives, la moitié des aubergines, la moitié des autres légumes, ... puis au four couvert d'alu (mais sans que ça touche la nourriture).

## Kyouftéta (boulettes de viande bulgares)

### Ingrédients

▷ blanquette veau haché : 500 g ▷ oignon : 1 ▷ poivron : 1 ▷ œufs : 2 ▷ tranche de pain : 1 ▷ lait : éventuellement un peu ▷ sel ▷ poivre ▷ persil ▷ djodjan (menthe verte) ▷ farine ▷ huile

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 35 min

### Préparation

On trempe le pain dans du lait ou de l'eau. On coupe finement le poivron. Idem pour le persil. On mélange tout (excepté la farine et l'huile). Si le mélange est trop sec on rajoute un peu d'eau. On fait des grosses boulettes qu'on roule dans la farine et on les fait cuire.

## Moujaddara (lentilles et riz)

(entre une soupe et un ragoût)

### Ingrédients

▷ oignons : 2 ▷ échalotes : 4 ▷ lentilles vertes : 1 verre ▷ riz : 3/4 de verre ▷ huile d'olive ▷ gras de canard (*pas obligatoire*) ▷ ail : 2 gousses ▷ cumin moulu : 1 cuillère à café ▷ piment de Cayenne ▷ des herbes de province ▷ bouillon de légumes : 1 cube (*pas obligatoire*) ▷ jus de citron : 1/2 citron ▷ sel, fleur de sel, poivre ▷ des herbes fraîches (au choix)

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 1 h

### Préparation

▷ Caraméliser légèrement à feu doux les oignons et les échalotes finement coupés avec un peu de sel. (*15 min*) ▷ Réserver la moitié des oignons/échalotes. Rajouter l'ail, le cumin, le piment aux restes des oignons/échalotes. Cuire quelques minutes en mélangeant bien. ▷ Rajouter 5 tasse d'eau (ou de bouillon), de l'huile d'olive et du sel. Rajouté les lentilles et faire cuire de sorte à ce que les lentilles soient presque cuites. (*20 min*) ▷ Rajouter le riz et continuer à cuire. Si nécessaire couvrir, rajouter de l'eau, ou au contraire, laisse s'évaporer. À la fin il faut que ce soit un peu liquide, mais pas une soupe. (*20 min*) ▷ Rajouter du poivre (pas mal) et du jus de citron. ▷ Servir dans des bols garnis des oignons/échalotes frits, de flocon de piment, des herbes fraîches ciselés et de fleur de sel.

### Notes

▷ Source : [NY Times](#) ▷ Si vous remplacer les lentilles vertes (temps de cuisson 20–25 min), il faut savoir que le temps de cuisson des lentilles corail est 10–15 min et des blondes est 30–35 min.

## Peposo de jarret de bœuf

### Ingrédients

▷ jarret de bœuf : 2 grandes tranches ▷ vin rouge corsé : 1 bouteille ▷ coulis (passata) de tomates : 1 bouteille ▷ grains de poivre concassés : 15 ▷ sel : 3 pincées ▷ gousses d'ail : 4 ▷ sauge : 1 branche ▷ thym (frais) : 1 branche ▷ romarin : 1 branche ▷ carottes : 10

### Temps

▷ préparation : 15 min ▷ cuisson : 4 h

## Préparation

Assaisonner la viande et frotter la moelle avec du sel pour éviter qu'elle ne s'échappe. Mettre tous les ingrédients dans la cocotte, la refermer, porter à ébullition, réduire le feu et cuire pendant 4 heures !

Vérifier la cuisson et la réduction de la sauce. Ajoutez du vin ou de l'eau au besoin.

## Notes

1. Un bon vin fait une bonne sauce !
2. N'hésitez pas à préparer à l'avance et à réchauffer : la sauce sera encore meilleure.
3. Polenta, pâtes, purée... faites votre choix pour l'accompagnement et n'oubliez pas le pain pour saucer.

## Source

[cathetoiles.fr/peposo-de-jarret-de-boeuf-vin-tomate-et-poivre](http://cathetoiles.fr/peposo-de-jarret-de-boeuf-vin-tomate-et-poivre)

## Pizza

### Ingrédients

#### pour la pâte

(pour des pâtons de  $\approx 232\text{ g} \rightarrow 28\text{ cm}$ ) ▷ farine : 00 ▷ levure : sèche boulangère ▷ eau : tiède (62 % de la farine)

### Temps

▷ préparation : 20+20 min ▷ repos : 24–72h

### Préparation

#### Pétrir

#### Méthode 1

On verse l'eau et on dilue dedans la levure. On rajoute la moitié de la farine et on mélange bien. On attends 5-10 min. On rajoute le sel. On continue à mélanger en rajoutant presque toute la farine. Puis on ajuste le reste de la farine peu à peu pour obtenir la bonne consistance (*voir plus bas*).

#### Méthode 2

On fait un puits dans la farine, on met le sel au bord de la jatte, la levure dans le puits, avec un peu d'eau. On commence à malaxer le milieu et plus la boule se forme, plus on rajoute peu à peu d'eau pour obtenir la bonne consistance (*voir plus bas*).

#### Finition de la pâte

La pâte est prête quand elle est bien élastique mais pas collante (ne reste pas aux doigts). S'il n'y a pas assez d'eau elle n'est pas assez molle et élastique (on en rajoute encore). S'il y a trop d'eau elle devient collante (on rajoute un peu de farine). Il est préférable qu'elle soit tout légèrement collante (*taux de hydratation* > 63 %) quand la cuisson sera dans un four à moins de 300 °C, car sinon elle s'assèche. Elle peut être même avec un taux de hydratation de 80 % si on la fait « à la Bonci ».

On sort la pâte de la jatte quand elle est encore collante. Puis on continue le travail sur le plan de travail en faisant des pliures et en incorporant peu à peu de la farine pour arriver à une pâte élastique, mais légèrement collante. On la laisse reposer 30 min dans la jatte à couvert. Puis on finit le travail sur le plan de travail en faisant des pliures et en ajoutant, si nécessaire, un peu de farine. On laisse reposer la pâte 2–3 h à température ambiante dans la jatte à couvert. Puis on forme les pâtons qu'on dépose dans un plat huilé, ou dans des bols, couvert de film plastique. On laisse reposer au frigo si possible au moins 24 h. On travaille la pâte froide, car elle colle moins.

## Sauce tomate

On prépare la sauce en avance (comme la pâte) et on la conserve au frigo (comme la pâte). On fait revenir de l'ail et des oignons (frais) dans de l'huile d'olive. On rajoute le colis de tomate avec un peu de concentré de tomates. On laisse mijoter avec de l'origan.

## Cuisson

Si on a une Ooni la cuisson est moins de 2 min par pizza. Sinon, on préchauffe le four à max (250 C° en général). Si on a une pierre on la laisse chauffer en bas du four pendant 30 min. On cuit le plus bas possible dans le four. Avec pierre 7 min, sans pierre 11 min.

## Notes

▷ La correspondance « diamètre de la pizza » → « poids de farine » est : 21 cm → 80 g, 28 cm → 140 g, 35 cm → 220 g, 42 cm → 315 g (*la formule étant  $\text{diamètre}^2 \times 0.179 = \text{farine en grammes}$* ). Avec 550 g de farine on fait 4 pizzas de 28 cm.

## Poivrons farcis « Lelia Svetla »

### Ingrédients

▷ oignon : 1 grosse bulbe ▷ carottes : 2 ▷ poivrons : 6-7 ▷ riz : 1 verre ▷ tomates concassées : 1 conserve ▷ veau haché : 700 g ▷ sel ▷ poivre ▷ persil ▷ paprika ▷ huile d'olive ▷ farine : 1,5 cuillères ▷ œuf : 1 ▷ yaourt : 1 cuillère

### Temps

▷ préparation : 40 min ▷ cuisson : 30 min

### Préparation

#### la farce

On fait revenir dans une poêle l'oignon + les restes des poivrons décapuchés + le riz + la viande. On rajoute les tomates + sel + poivre + paprika + persil haché.

#### les poivrons

On sale les poivrons de l'intérieur, on les remplit avec la farce. On les range dans la casserole et on les saupoudre de farine et on met de l'eau jusqu'au bord des poivrons. On pose une assiette par-dessus. On fait cuire 30 min.

#### la sauce

Dans une casserole : la farine + l'œuf + le yaourt. On rajoute lentement la sauce de la cuisson en touillant. On chauffe, sans porter à ébullition.

## Poulet au lait de coco rapide

### Ingrédients

▷ cuisses de poulet : 4 ▷ oignon : 1 ▷ gousse d'ail : 1 ▷ tomates : 2 ▷ curry : 1 pincée (*plus selon désir*) ▷ quatre-épices : 1 pincée ▷ lait de coco : 20 cl ▷ poivre ▷ sel ▷ huile

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 1 h

### Préparation

▷ Assaisonnez les cuisses de poulet avec le sel, le poivre et les 4 épices. ▷ Dans une cocotte (ou autre), faites chauffer de l'huile et faites-y revenir le poulet. Laissez dorer. ▷ Ajoutez l'oignon, l'ail et les tomates. Laissez suer quelques minutes. ▷ Ajoutez de l'eau à hauteur. Ajoutez le curry. ▷ Après 10-15 min, versez le lait de coco. Laissez cuire jusqu'à épaississement de la sauce. ▷ Servez avec un bon riz basmati.

### Cuisson

À feu moyen : 1 h (*après les 10 min à feu vif pour dorer les cuisses*)

## Notes

Source : Marmiton

### Poulet aux écrevisses « Cathy »

#### Ingrédients

▷ écrevisses : 12 (*grosses*) ▷ cuisses de poulet : 10 ▷ échalotes : 2 ▷ gousses ail : 2 ▷ vin blanc : 2 verres ▷ farine : 1 cuillère à soupe ▷ concentré de tomates : 70 g ▷ crème fraîche : 20 cl ▷ piment de Cayenne ▷ sel ▷ poivre ▷ huile d'olive

#### Temps

▷ préparation : 1h15 ▷ cuisson : 55 min

#### Préparation

▷ Faire revenir les écrevisses dans l'huile d'olive. Réserver. (*5 min*) ▷ Faire revenir les cuisses de poulet. Réserver. (*10 min*) ▷ Faire revenir 2 échalotes et 2 gousses d'ail. (*3 min*) ▷ Baisser le feu à 4,5 / 9. *La suite de la cuisson est à feu doux pour que ça n'accroche pas.* ▷ Ajouter le poulet et mouiller avec un verre de vin blanc. (*10 min*) ▷ Mélanger le second verre de vin, la farine, le concentré de tomates et le piment de Cayenne. Puis mouiller avec. (*20 min*) ▷ Une fois le vin évaporé, ajouter les écrevisses, saler et poivrer, puis lier avec la crème fraîche. (*2 min*)

### Soupe de poissons « Christèle »

#### Ingrédients

##### Pour la soupe

▷ poisson blanc (cabillaud) : 1/2 - 1 kg ▷ tomates : 500 g ▷ poireau : 1 ▷ poivrons : 2 ▷ gousses d'ail : 4 ▷ safran (en poudre) : 1 dose (0.1 g) ▷ feuilles de laurier : 2 ▷ thym séché ▷ d'huile d'olive ▷ sel, poivre

##### Pour la « rouille »

▷ jaune d'œuf : 1 ▷ moutarde : 1 cuillère à café ▷ gousses d'ail : 3 ▷ huile d'olive ▷ paprika

##### Pour servir

▷ tranches de pain grillé ▷ gousses d'ail

#### Temps

▷ préparation : 1 h 30 ▷ cuisson : 1 h

#### Préparation

##### La soupe

▷ Émincez les poireaux, les poivrons et hacher l'ail. ▷ Dans le wok, chauffer un fond d'huile d'olive. Faire revenir l'ail, puis rajouter les poireaux, puis rajouter les poivrons. ▷ Rajouter les épices (thym, laurier, safran, sel, poivre). Laisser mijoter 10 min. ▷ Couvrir d'eau et laisser mijoter 20 minutes. ▷ Rajouter les poissons (coupés en gros morceaux) en rajoutant de l'eau si nécessaire. Laisser cuire encore 20 minutes.

##### La « rouille »

▷ Mélanger la moutarde et le jaune d'œuf. ▷ Battre et pendant ce temps faire couler l'huile d'olive en filet. En gros faire une mayonnaise. ▷ Rajouter l'ail pressé et le paprika.

##### L'accompagnement

La soupe est à servir avec : ▷ la rouille, ▷ les tranches de pain grilletts, ▷ les gousses d'ail.

On frotte les tranches de pain avec l'ail, puis on met de la rouille dessus, et on peut, ou pas, les tremper dans la soupe.

##### Cuisson

▷ 1 h : 20 min revenir les légumes + 20 min mijoter avec de l'eau + 20 min cuire le poisson

## Notes

▷ inspiration d'origine

## Desserts

### Baklava « Lelia Mia »

#### Ingrédients

▷ pâte filo (ou phyllo) : 250 g (10 feuilles) ▷ beurre : 125 g ▷ noix concassées : 200 g (minimum)  
▷ sucre : 250 g ▷ eau : 250 ml ▷ jus de citron : 1/2

#### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 21 min

#### Préparation

▷ Faire fondre le beurre. ▷ Faire une « lasagne » de taille A4 (20 × 30 cm) avec les feuilles de pâte filo beurrées séparé de 2 (voire 3,4,...) couches de noix concassés. ▷ Découper en rectangles ou en losanges. ▷ Verser le reste du beurre fondu : d'abord dans les fentes de la découpe, puis partout ailleurs. ▷ Cuire. À la sortie du four laisser refroidir. ▷ En fin de cuisson, préparer le sirop : faire cuire les 250 g de sucre dans 250 ml d'eau pendant 10 minutes. Laisser refroidir un peu (5 min), rajouter le jus d'un demi-citron, puis imbiber le baklava avec ce sirop : d'abord dans les fentes puis partout ailleurs. ▷ Laisser reposer couvert pendant 1 jour avant de consommer.

#### Cuisson

À 210 °C : 21 min

#### Version

Au lieu de faire des couches pâte filo / noix, on peut enrouler dans chaque feuille de pâte filo des noix, puis les couper en bouchées et les ranger dans le plat serrés en vertical.

#### Notes

▷ Le citron dans le sirop évite la cristallisation du sucre. ▷ Sortir un seul morceau avant la fin du repos empêche le reste du baklava de s'imbibber correctement, car le sirop rempli la place libérée.

### Banoffee

#### Ingrédients

▷ biscuits (Sables de Flandres) : 300 g ▷ sucre roux : 45 g ▷ beurre ( $\frac{1}{2}$  sel) : 85 g ▷ lait concentré sucré : 1 boîte ▷ bananes : 4 ▷ crème 30 % pour chantilly : 30 cl

#### Temps

▷ préparation : 5 min + 20 min ▷ cuisson : 40 min

#### Préparation

Caramel [en avance] : Faire cuire la boîte de lait concentré, sans l'ouvrir, dans une cocote-minute pendant 40 minutes.

Fondre le beurre au micro-ondes (1 min). Écraser les biscuits, les mélanger avec le beurre fondu et le sucre. Tasser dans un plat à fond amovible (ou dans un cercle), couper les bananes par-dessus, puis mettre au congélateur 15 min. Couvrir du caramel. Mettre au frigo. Servir couvert de chantilly.

#### Cuisson

Cocote-minute : 40 min (le caramel)

## Biscuits bicolores de Noël

### Ingrédients

▷ beurre : 250 g ▷ sucre : 250 g ▷ farine : 500 g ▷ cacao : 3 cuillères ▷ œuf : 2 + 1 blanc ▷ levure chimique : 1/2 sachet (4 g) ▷ sel

### Temps

▷ préparation : 25 min ▷ cuisson : 20 min

### Préparation

On mélange le beurre, le sel, le sucre, les œufs, la farine avec la levure. On sépare la pâte en deux. On rajoute les 3 cuillères de cacao dans une des moitiés. On laisse reposer les deux pâtes, enrobés dans du film fraîcheur, au frigo 1-2h. On bat le blanc en neige. On étale les deux pâtes pour faire des rectangles. On les superpose collé par le blanc en neige étalé entre les deux. On les enroule, enrobés de films fraîcheur, et on laisse la pâte encore 1-2h au frigo. On coupe en rondelles et on cuit. Attention : ils gonflent.

### Cuisson

À 180 °C : 15 min

## Cake marrons-chocolat « Monique »

### Ingrédients

▷ chocolat au lait : 100 g ▷ beurre : 100 g ▷ crème de marron : 250 g ▷ œufs : 3

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 35 min

### Préparation

▷ Faire fondre le chocolat au lait et le beurre ensemble. ▷ Incorporer la crème de marrons, puis les jaunes d'œufs. ▷ Monter les blancs en neige ferme (avec une pincée de sel), puis les incorporer au reste. ▷ Cuire dans un moule à cake beurré.

### Cuisson

À 180 °C : 35 min

## Cannelés

### Ingrédients

(pour 24 cannelés ≈ 2 kg ≈ 1500 ml) ▷ lait cru frais : 1 litre ▷ vanille : 2 gousses ▷ œufs : 6 (4 entiers + 2 jaunes) ▷ beurre fondu : 25 g ▷ farine : 250 g ▷ sucre glace : 450 g ▷ sel : 3 g

### Temps

▷ préparation : 20 min (pâte) + 24 h (repos) ▷ cuisson : 70 min

### Préparation

Faire bouillir le lait (1 l) avec les gousses (2) éventrées et bien ouvertes afin que toute la vanille se diffuse. Pendant ce temps, battre les œufs (4 + 2 jaunes). Verser le lait chaud sur les œufs. Mélanger. Ajouter le beurre fondu. Mélanger. Laisser le mélange tiédir. Pendant ce temps, mélanger la farine (250 g), le sucre glace (450 g) et le sel (3 g). Verser le liquide refroidi sur les poudres. Laisser reposer 24 h (*les grumeaux fondent pendant le repos*). Verser dans des moules à cannelés en silicone (3 × 8 = 24 pièces) en laissant 5 mm, car ils gonflent à la cuisson.

### Cuisson

▷ 220 °C 10 min, puis 180 °C pendant 1 h.

## Carrot cake

### Ingrédients

#### pâte

▷ œuf : 3 ▷ sucre : 180 g ▷ d'huile : 120 g ▷ farine : 180 g ▷ levure chimique : 1 sachet ▷ carotte : 210 g  
▷ noix concassées : 90 g ▷ extrait de vanille liquide : 1 c.à.c ▷ muscade : 1/2 c.à.c rase ▷ cannelle : 1/2 c.à.c rase

#### nappage

▷ cream cheese Philadelphia (2 boîtes de 150g) : 210 g ▷ sucre glace : 210 g ▷ beurre : 90 g ▷ crème liquide : 1 cuillère à soupe ▷ extrait de vanille liquide : 1 cuillère à café ▷ sel : 1 pincée

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 35 min

### Préparation

Battre les œufs avec le sucre. Rajouter le reste sauf les carottes et les noix. Mélanger. Rajouter les carottes et les noix. Mélanger. Cuire au four.

Pour le nappage, ramollir le beurre, tout mélanger et napper une fois le gâteau refroidit.

### Cuisson

À 180 °C : 35 min

### Note

▷ Source : [Marmiton](#)

## Chouquettes

### Ingrédients (pour 350 g = 225 g + 125 ml)

▷ eau : 125 ml (*on peut remplacer 35 ml par du lait*) ▷ sel : 3 pincées ▷ sucre : 4 g ▷ beurre : 50 g  
▷ farine : 70 g ▷ œufs : 2 ▷ jaune d'œuf : 1 (*pour badigeonner*) ▷ sucre perlé (dit en grains) (*pour le dessus*)

### Temps

▷ préparation : 45 min ▷ cuisson : 25-30 min

### Préparation

#### La pâte à choux

Préchauffer le four à 210 °C (th. 7). Mettre à bouillir les liquides avec le sel, le sucre et le beurre. Tamiser la farine, puis quand le beurre est fondu l'ajouter en une fois, hors du feu, et remuer vivement. Cuire la panade obtenue à feu moyen encore quelques minutes pour bien la dessécher. Refroidir (légèrement) ensuite la préparation, puis ajouter les œufs 1 par 1 (jusqu'à obtenir un ruban un peu cassant lorsqu'on lève la cuillère). La pâte est prête lorsqu'elle tombe de la cuillère en une pâte ferme mais souple. À l'aide d'une poche à douille, couler le mélange en boules de 3 cm de diamètre, les dorer avec un jaune d'œuf passé au pinceau, et à la fin les couvrir de sucre perlé. Les cuire 21 min : 7 min dans un four à 210 °C chaleur tournante, 7 min à 190 °C et 7 min 150 °C. À chaque changement de température, ouvrir la porte très rapidement pour laisser échapper l'humidité (mais sans refroidir le four). Laisser au four 10 min pour continuer à sécher la pâte et éviter que les choux ou les éclairs ne dégonflent.

### Notes

▷ Pour que la pâte à choux ne retombe pas (dû à l'humidité enfermée dedans) il y a différentes solutions :  
▷ bien cuire (10 min de plus) la pâte avant d'incorporer les œufs pour qu'elle se dessèche ; ▷ cuire à four tout légèrement ouvert (coincé une cuillère) ; ▷ cuire à four fort en première (ou en deuxième) moitié de cuisson pour « durcir » la pâte (il faut faire une pâte foncée) ; ▷ à mi-cuisson, ouvrir la porte très rapidement pour laisser échapper l'humidité (mais sans refroidir le four). ▷ Sans le sel la pâte est fade.

▷ La recette originale disait cuisson 21 min à 210 °C, mais la pâte brunissait trop, encore plus que pour les éclaires, dû au sucre perlé.

## Clafoutis (aux fruits)

### Ingrédients

▷ fruits (cerises, abricots, ...) : 500 g ▷ œuf : 3 ▷ farine : 100 g ▷ sucre : 100 g ▷ lait : 250 ml ▷ vanille  
▷ pincé de sel ▷ beurre pour le moule

### Temps

▷ préparation : 15 min ▷ cuisson : 40 min

### Préparation

Les œufs bien battus + la farine + le sucre + le lait + la vanille + le sel sont versés sur les fruits déposés dans le moule pré-beurré.

### Cuisson

À 165 °C : 40 min

## Congolais

### Ingrédients (pour 16)

▷ noix de coco : 125 g ▷ sucre : 125 g ▷ blancs d'œuf : 2 ▷ beurre : 7 g (une cuillère à café)

### Temps

▷ préparation : 10 min ▷ cuisson : 14 min

### Préparation

▷ Faire fondre le beurre (15–20 sec au micro-ondes). ▷ Rajouter les blancs au beurre fondu. Les battre avec une fourchette juste pour les mousser un peu. ▷ Rajouter le sucre et la noix de coco. Bien mélanger.  
▷ Sur une plaque faire des petites pyramides avec les doigts.

### Cuisson

À 170 °C : 14 min

### Note

▷ Source principale : [Marmitons](#)

## Cookies d'Eva

### Ingrédients

(pour 8-10 cookies) ▷ beurre 1/2 sel : 85 g ▷ sucre roux : 125 g ▷ œuf : 1 ▷ lait : 15 ml (1 c.-à-s.)  
▷ farine : 150 g ▷ levure chimique : 5 g ( $\frac{1}{2}$  sachet) ▷ noix de pécan salées : 100 g ▷ chocolat blanc : 100 g

### Temps

▷ préparation : 10 min ▷ cuisson : 10 min

### Préparation

Ramollir le beurre (20–30 sec au micro-ondes). Mélanger, dans l'ordre : le beurre, le sucre, l'œuf, le lait. Rajouter la farine et la levure, puis les mélanger au reste. Rajouter les noix et le chocolat blanc en carreaux entiers. Former 8–9 boules (de 4–5 cm de diamètre) sur une plaque, puis enfourner (*dans la partie haute*).

### Cuisson

À 180 °C : 11–13 min (*à surveiller*)

## Note

Recette trouvée dans une BD. La recette originale est avec chocolat au lait à la place des noix et du chocolat blanc.

## Crêpes (pâte)

### Ingrédients

(5 crêpes par 100 g de farine) ▷ œufs ▷ farine : œufs × (70–100) g ▷ lait : farine × 2 ▷ sel : œufs × 1 g

Exemple pour 12–13 crêpes : 3 œufs, 250 g de farine, 500 ml de lait et 3 g de sel.

### optionnel

▷ sucre : ≈ œufs ×  $\frac{1}{2}$  c. à s. ▷ huile : ≈ œufs ×  $\frac{1}{2}$  c. à s. ▷ bière : remplacer 10–20% du lait ▷ maïzena : remplacer 10–20% de la farine ▷ levure chimique : ≈ œufs × 3 g ▷ vanille ▷ rhum

### Préparation

Mélanger le tout et laisser reposer la pâte 1 h.

## Crumble

### Ingrédients

▷ des fruits (pommes, abricots, ...) : 700 g ▷ farine : 250 g ▷ beurre : 125 g ▷ sucre : 125 g

### Temps

▷ préparation : 15 min ▷ cuisson : 25-30 min

### Préparation

On coupe les fruits et on les dispose dans un plat beurré. On mélange la farine, le beurre et le sucre pour obtenir une pâte en miettes. Puis on couvre les fruits avec ces miettes.

### Cuisson

À 180 °C : 30 min

### Note

On peut remplacer une partie (50 g - 100 g) avec poudre d'amandes et/ou de noix de coco (*en fonction des fruits*).

On peut aussi rajouter : ▷ des noix ▷ du cognac ▷ de la cannelle (si c'est des pommes) ▷ du citron

## Éclairs au chocolat

### Ingrédients

#### Pour la crème pâtissière

▷ lait : 250 ml ▷ chocolat noir : 40 g ▷ jaunes d'œufs : 2 ▷ sucre en poudre : 25 g ▷ farine : 20 g  
▷ maïzena : 15 g ▷ beurre : 10 g

#### Pour la pâte à choux (450 g + 250 ml = 700 g) :

▷ eau : 250 ml (*on peut remplacer 50 ml par du lait*) ▷ sel : 5 pincées ▷ sucre : 5 g ▷ beurre : 100 g  
▷ farine : 140 g ▷ œufs : 4 ▷ jaune d'œuf : 1 (*pour badigeonner*)

### Nappage

100 g de chocolat noir

### Temps

▷ préparation : 1 h ▷ cuisson : 25-30 min

## Préparation

### La crème

Faire fondre le chocolat cassé en morceaux dans le lait, à feu doux. Dans un bol, fouetter les jaunes d'œuf et le sucre jusqu'à ce que le mélange soit mousseux. Ajouter la farine et la maïzena et mélanger. Verser le lait chocolaté. Mélanger. Reversez dans la casserole. Placez la casserole sur le feu doux en remuant toujours au fouet. Porter à ébullition en fouettant sans cesse et cuire  $\approx 3$  minutes. Hors du feu, intégrer 20 g de beurre. Refroidir la crème au réfrigérateur.

### La pâte à choux

Préchauffer le four à 210 °C (th. 7). Mettre à bouillir les liquides avec le sel, le sucre et le beurre. Tamiser la farine, puis quand le beurre est fondu l'ajouter en une fois, hors du feu, et remuer vivement. Cuire la panade obtenue à feu moyen encore quelques minutes pour bien la dessécher. Refroidir (légèrement) ensuite la préparation, puis ajouter les œufs 1 par 1 (jusqu'à obtenir un ruban un peu cassant lorsqu'on lève la cuillère). La pâte est prête lorsqu'elle tombe de la cuillère en une pâte ferme mais souple. À l'aide d'une poche à douille, coucher le mélange en boudins de 5 cm de long, les dorer avec un jaune d'œufs passé au pinceau, puis les cuire 21 min : 7 min dans un four à 210 °C chaleur tournante, 14 min à 190 °C. À chaque changement de température, ouvrir la porte très rapidement pour laisser échapper l'humidité (mais sans refroidir le four). Laisser au four 10 min (à 150 °C) pour continuer à sécher la pâte et éviter que les choux ou les éclairs ne dégonflent.

### Garnir et décorer

Faire fondre le chocolat, puis tremper les éclairs délicatement et les laisser prendre au réfrigérateur 10 min.

### Notes

▷ Pour que la pâte à choux ne retombe pas (dû à l'humidité enfermée dedans) il y a différentes solutions :  
▷ bien cuire (10 min de plus) la pâte avant d'incorporer les œufs pour qu'elle se dessèche ; ▷ cuire à four tout légèrement ouvert (coincé une cuillère); ▷ cuire à four fort en deuxième (première ?) moitié de cuisson pour « durcir » la pâte (il faut faire une pâte foncée); ▷ à mi-cuisson, ouvrir la porte très rapidement pour laisser échapper l'humidité (mais sans refroidir le four). ▷ Sans le sel la pâte est fade.  
▷ Il reste plusieurs blancs d'œuf qui peuvent être utilisés pour un financier. ▷ La recette originale disait cuisson 21 min à 210 °C, mais la pâte brunissait trop.

## Financier

### Ingrédients

*Souvent on fait ces proportions  $\times 3/2$ .* ▷ poudre d'amande : 50 g ▷ farine : 50 g ▷ sucre : 140 g  
▷ beurre : 75 g ▷ blancs d'œuf : 4 ▷ d'extrait de vanille : quelques gouttes ▷ sel : 2 pincées ▷ amandes effilées

### Temps

▷ préparation : 15 min ▷ cuisson : 21 min

### Préparation

▷ Mélanger les poudres (amande, farine, sucre, sel). ▷ Monter les blancs en neige. Puis les mélanger avec les poudres. ▷ Faire fondre le beurre (45 sec au micro-ondes). Puis l'incorporer au reste avec la vanille. ▷ Saupoudrer avec les amandes effilées.

### Cuisson

À 190 °C : 21 min

### Note

▷ Ne pas mélanger le beurre avant d'incorporer les blancs. ▷ Source principale : [Marmitons](#)

## Flan de noix de coco

### Ingrédients

▷ lait concentré : 1 boîte (397 g) ▷ œufs : 3 ▷ lait de coco : 120 ml ▷ lait : 120 ml ▷ noix de coco râpée : 100-150 g

### Temps

▷ préparation : 5 min ▷ cuisson : 25 min

### Préparation

On mélange le tout (avec le mixeur).

### Cuisson

À 180 °C : 25 min

### Remarque

On peut tapisser le fond du plat des mangues et/ou des morceaux d'ananas.

### Sources

▷ La source principale ▷ La vidéo

## Galette des rois

### Ingrédients

▷ beurre : 100 g ▷ sucre : 125 g ▷ œufs : 2 (+1 jaune pour la finition) ▷ poudre d'amandes : 125 g  
▷ pâtes feuilletées *pur beurre* : 2 ▷ fruits (des cerises, des pommes, framboises, abricots ...) : optionnel  
▷ fève : 1

### Temps

▷ préparation : 10 min ▷ cuisson : 30 min

### Préparation

Pour la frangipane : on fait fondre le beurre, on rajoute le sucre, les 2 œufs et la poudre d'amande (éventuellement les fruits). On enferme la frangipane et la fève entre les deux pâtes feuilletées (on fait des rayures au couteau sur le dessus).

### Cuisson

30 min à 190 °C (après 25 minutes on badigeonne avec un jaune d'œufs et du sucre mélangés).

### Notes

▷ On peut mettre le troisième blanc dans la frangipane, ou faire la frangipane avec 1 œuf et 1 blanc.  
▷ Si on utilise des fruits surgelés ce n'est pas la peine de les décongeler avant.

## Gâteau au chocolat fondant « Marabout »

### Ingrédients

▷ chocolat noir (Poulain 47 %) : 200 g ▷ beurre : 200 g ▷ œufs : 5 ▷ sucre : 250 g ▷ farine : 1½ cuillères  
▷ des noix : éventuellement ▷ vanille : éventuellement

### Temps

▷ préparation : 14 min ▷ cuisson : 21 min

### Préparation

On fait fondre au micro-ondes le chocolat (1 min 30) et le beurre (+1 min). On mélange tout (+ sucre + œufs + farine + autres) et on fait cuire.

## Cuisson

À 190 °C : 21 min

## Remarque

Tout est dans le choix du chocolat, la cuisson et le peu de farine.

## Gâteau coco-choco « Lelia Mia »

(pour 6 personnes, 20 cm de diamètre)

### Ingrédients (crème)

▷ lait : 250 ml ▷ farine : 25 g ▷ sucre en poudre : 25 g ▷ sucre glace : 25 g ▷ beurre : 80 g ▷ chocolat noir (Poulin 47 %) : 50 g ▷ cognac (ou madère, ou rhum) : 7 ml

### Ingrédients (génoise chocolat)

▷ œufs : 2 ▷ sucre : 75 g ▷ farine : 25 g ▷ cacao : 5 g

### Ingrédients (génoise coco)

▷ blancs d'œufs : 2 ▷ sucre : 70 g ▷ farine : 15 g ▷ noix de coco râpée : 70 g

## Crème

Mélanger (au fouet) dans une casserole le **lait**, le **sucre en poudre** et la **farine**. Épaissir à feux très doux pendant 25 min.

*Commencer les génoises pendant que le lait épaissit. Finir la crème lors de la cuisson des génoises.*

Ramollir 65 g du **beurre**, faire un beurre pommade. Rajouter la moitié du **sucre glace**. Rajouter l'**alcool**. Mélanger avec la moitié du lait épaissit refroidit pour faire la crème blanche.

Ramollir au micro-onde le **chocolat noir** avec le reste du **beurre** (15 g). Mélanger avec la deuxième moitié du **sucre glace**. Mélanger avec l'autre moitié du lait épaissit pour faire la crème choco.

Réserver au frigo.

## Génoise chocolat

Battre les **jaunes** d'œufs avec le **sucre** jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Monter les **blancs** en neige. Mélanger les blancs et les jaunes. Ajouter la **farine**, mélanger, ajouter le **cacao**, mélanger. Cuire dans une forme de même diamètre que la génoise coco.

## Cuisson

À 170 °C : 35 min

## Génoise coco

Battre les **blancs** en neige. Tout en mélangeant, ajouter le **sucre**, puis la **farine**, puis le **coco**. Mettre dans une forme bien beurrée, de même diamètre que la génoise choco. Rajouter au four, en même temps que la génoise choco.

## Cuisson

À 170 °C : 21 min

## Préparation finale

(Un peu avant le repas.) Étaler la crème blanche sur la génoise au chocolat. Placer la génoise coco retournée par-dessus. Étaler la crème choco sur le dessus du gâteau et sur les côtés.

— Facultatif : décorer avec de la noix de coco et/ou du chocolat râpé et/ou des baies. \_

## Notes

▷ Dans la recette originale il y avait des mesures en tasse, en cuillères à soupe/café et en grammes. J'ai tout mis en grammes. ▷ Le gâteau original est deux fois plus grand. ▷ Dans la recette originale on fait des génoises doubles, puis on les coupe en deux (avec un fil) et on utilise qu'une moitié (l'autre on la congèle pour une prochaine fois). Donc il fallait adapté le temps et la température de cuisson. On trouve sur internet : ▷ génoise haute (4 œufs) : 25–40 min à 150–170 °C ▷ génoise fine (2 œufs) : 10–15 min à 210–220 °C La cuisson était : ▷ génoise (double) coco : 15 + 15 min à 220 °C + 160 °C ▷ génoise (double) chocolat : 40 min à 200 °C

## Gâteau trois chocolats

### Ingrédients

#### Génoise

▷ œufs : 2 ▷ sucre : 50 g ▷ farine : 15 g ▷ poudre d'amandes : 15 g ▷ sel : 1 pincée

#### Croquant

▷ pralinoise (Poulin) : 140 g ▷ crêpes dentelles (Gavottes) : 70 g

#### Mousses

▷ chocolats : 90 g noir (pas plus de 50 %) + 90 g lait (à cuisiner) + 90 g blanc (à cuisiner) ▷ lait : 3 × 70 g ▷ gélatine : 4 1/2 feuilles (3 × 3 g = 9 g) ▷ crème liquide : 3 × 14 cl

#### Temps

▷ préparation : 2 h (car il y a ≈30 min entre les différents mousses) ▷ cuisson : 11 min

### Préparation

Mettre la jatte métallique au congélateur pour la préparation de la chantilly.

#### Support

**Génoise** : Battre les **jaunes** d'œufs avec le **sucre** jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Monter les **blancs** en neige. Mélanger les blancs et les jaunes. Ajouter la poudre d'**amande**, mélanger, ajouter la **farine** et le **sel**, mélanger. Verser dans un moule silicone légèrement graissé ou sur un tapis silicone graissé, il faut que la pâte fasse un disque un peu plus grand que le disque avec lequel vous aller faire le gâteau (24/26 cm de diamètre). Cuire 11 min à 180°. Laisser refroidir avant de démouler.

**Croquant** : Faire fondre votre **pralinoise** en morceaux au micro-ondes ou au bain marie. Émietter les **crêpes dentelles** et les déposer sur la pralinoise fondue. Mélanger.

Couper votre génoise avec votre cercle si elle est plus grande que le cercle, disposer le cercle avec la génoise sur le plat de service, mettre du rhodoïd, puis tasser ce mélange au fond. Réserver au frais.

#### Mousse

Dans l'ordre (noir, lait, blanc), et laissez prendre au moins 2 h au réfrigérateur (30 min au congélateur) avant de couler la mousse suivante. Mettre la **gélatine** à réhydrater dans un récipient d'eau froide environ 10 min. Pendant ce temps, faire fondre votre **chocolat**. Faire chauffer le **lait** 30 s au micro-ondes à pleine puissance puis y mettre la **gélatine** essorée, mélanger. Verser en 3 fois le **lait** sur le **chocolat** fondu, bien mélanger à chaque fois, au départ le mélange est épais, au final il doit être homogène et liquide si vous avez correctement mélangé. Laisser refroidir (*au frigo*). Monter votre **crème** en chantilly mousseuse. Lorsque le chocolat est tiède (*pas avant*), ajouter un peu de chantilly, mélanger puis ajouter en 3 fois le reste délicatement. Verser cette mousse et laisser au frigo (congélateur) avant de couler la mousse suivante.

#### Cuisson

À 180 °C : 11 min pour la génoise

## Notes

▷ Pour la génoise : ne surtout pas mettre la farine et la poudre d'amande avant de mélanger les blancs en neige et les jaunes avec le sucre. ▷ Pour les mousses : ne surtout pas mélanger la chantilly avec le chocolat tant qu'il est chaud, sinon la chantilly retombe. ▷ En général je ne laisse que 15-20 minutes au congélateur entre les couches de mousse, le temps de préparer la suivante. ▷ En général dans la génoise il y a plus de farine et moins de sucre (les deux de même quantité). ▷ [La source principale](#) ▷ [Une autre version](#) ▷ [Encore une version](#) ▷ [Génoise classique](#)

## Kaiserschmarrn

### Ingrédients

#### pour la pâte

▷ œufs : 2 ▷ lait : 10 cl ▷ farine : 55 g ▷ sucre : 20 g ▷ sel

#### pour la cuisson

▷ beurre : 10 g ▷ sucre : 30 g

#### pour le service

▷ sucre glace ▷ compote (confiture) de pommes ou/et de prunes.

### Temps

▷ préparation : 15 min ▷ cuisson : 10 min

### Préparation

Dans un saladier, mélangez les jaunes d'œufs, la farine, le sel et le lait. Dans un second saladier, battez les blancs d'œufs en neige avec 20 g de sucre. Incorporer le blanc au reste.

Faire fondre le beurre, puis verser la préparation dans la poêle. Après 4 minutes couper en 4 et retourner. Après encore 3 minutes couper en petits morceaux. Saupoudrer de 2 cuillères de sucre et continuer à dorer et caraméliser les morceaux de tout les côtés.

À servir chaud, saupoudré de sucre glace et accompagné de compote (ou confiture) de pommes ou de prunes.

### Cuisson

À poêle : 10 min

### Remarque

▷ On peut faire la compote de pommes comme une confiture allégée (5:1) avec vanille et cannelle. ▷ On peut rajouter dans la pâte des raisins secs (2 cuillères à soupe), éventuellement préalablement trempés dans de l'alcool (rhum ou cognac). ▷ On peut aussi rajouter de la vanille.

## Kirschenkuchen « Babi »

### Ingrédients

▷ beurre : 100 g ▷ sucre : 225 g ▷ farine : 250 g ▷ œufs : 3 ▷ lait : 150 ml ▷ levure chimique : 5 g (1/2 sachet) ▷ vanille ▷ griottes : 500 g

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 40 min

### Préparation

Faire fondre le beurre (100 g). Mélanger le beurre, le sucre (225 g), les 3 jaunes d'œufs, la farine (250 g), la levure (5 g), le lait (150 ml) et la vanille. Battre les 3 blancs en neige et les incorporer au reste. Verser dans un moule beurré. Mettre par-dessus les griottes.

### Cuisson

À 180 °C : 40 min

## Notes

▷ On peut remplacer les griottes par des abricots pour faire « Aprikosenkuchen ». ▷ Dans la recette originale le temps de cuisson est plus court (30 min) et on bat d'abord les jaunes avec le sucre. ▷ Si les fruits sont congelés, il faut bien les décongeler et égoutter avant.

## Makrouts

### Ingrédients

#### Pour la pâte

▷ semoule : 500 g ▷ beurre : 120 g ▷ eau : 230 ml ▷ eau de fleur d'oranger : 45 g (≈ 3 cs)

#### Pour la farce

▷ 100 g de dattes ▷ eau de fleur d'oranger : 30–45 g (≈ 2–3 cs, à ajuster)

#### Pour le sirop

▷ miel : 150 g ▷ eau de fleur d'oranger : 50 ml

### Temps

▷ préparation : 1 h ▷ cuissons : 20 min

### Préparation

▷ Mélanger les quatre premiers ingrédients jusqu'à obtenir une pâte homogène. Former deux boudins de 4–5 cm de diamètre, puis les placer au réfrigérateur pour refroidir. ▷ Mixer les dattes avec un peu d'eau de fleur d'oranger jusqu'à obtenir une texture souple et homogène. ▷ Garnir les boudins avec la préparation de dattes, refermer soigneusement, puis couper en tranches.

### Cuisson

▷ Faire revenir les tranches dans de l'huile d'arachide sur feu moyen-fort, quelques minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. ▷ Égoutter sur du papier absorbant pour retirer l'excédent d'huile.

### Finition

Une fois les tranches cuites, les recouvrir du mélange de miel et d'eau de fleur d'oranger. Utiliser un pinceau ou tremper les tranches directement dans le liquide.

## Pancakes à la banane et noix de coco

### Ingrédients

▷ bananes très mûres (pourries) : 2 ▷ œufs : 2 ▷ farine : 140 g ▷ sucre (roux) : 70 g ▷ lait de coco : 100 g ▷ noix de coco râpée : 14 g ▷ levure chimique : 4 g ▷ sel : 3 g ▷ vanille : quelques gouttes ▷ beurre (pour la cuisson)

### Temps

▷ préparation : 14 min ▷ cuisson : 14 min

### Préparation

Écraser les bananes. Mélanger avec les œufs et les battre. Rajouter le sucre, le sel, la levure, le lait de coco, la vanille ; mélanger. Rajouter la farine et la noix de coco râpé ; mélanger.

Cuire à la poêle modérément chaude avec du beurre.

## Pavlova

### Ingrédients

#### Meringue

▷ blancs d'œufs : 180 g (≈6 œufs) ▷ sucre en poudre : 300 g ▷ sel : 1 pincée ▷ jus de citron : 1 cl (≈2 c.c.) ▷ Maïzena : 5 g (≈1 c.c.)

## Crème

▷ mascarpone : 150 g ▷ crème 30 % pour chantilly : 30 cl ▷ sucre : 25 g ▷ vanille

## Fruits (exemples)

▷ pêches / nectarines ▷ framboises / fraises ▷ mangue / bananes

## Temps

▷ préparation : 2h30 ▷ cuisson : 1h30 - 2 h

## Préparation

### Meringue

Battre les blancs en neige très ferme avec le sel. Ajouter le sucre peu à peu tout en battant. Ajouter le citron, battre, puis la Maïzena, battre encore. Le mélange doit être très ferme et brillant.

### Crème chantilly

Mélanger le mascarpone et la crème dans une jatte refroidie au congélateur. Battre, rajouter le sucre et la vanille, continuer à battre .

### Cuisson de la meringue

À plus de 100 °C la meringue cuit (devient jaunâtre), à moins de 100 °C elle sèche. Il faut ouvrir le four toutes les 20 min pour faire sortir l'humidité.

Disposer dans un disque avec une douille en rajoutant plus sur le bord. ▷ 1h15 à 120 °C ▷ 1h30 à 100 °C ▷ 2 h à 90 °C

### Finition

On remplit la meringue avec la crème chantilly, puis on dispose dessus les fruits.

### Notes

▷ Au début j'avais mis × 2 (360 g) de sucre, mais je trouve qu'elle était trop sucrée. La plupart des recettes utilisent entre × 1.5 et × 2, mais il y a des recettes (Larousse des desserts) où c'est × 0.9 ! ▷ Il y a des recettes : ▷ dans lesquelles on bat seulement avec 1/3 du sucre. Et les autres 2/3 on les incorpore délicatement. ▷ qui rajoute environ 1 h (c'est-à-dire 3 h) à la cuisson 95 °C de la meringue. ▷ On peut remplacer le mascarpone par du yaourt grec. ▷ On peut couvrir la meringue avec du chocolat fondu. Et si on met deux disques on obtient une sorte de « vacherin ». ▷ Dans les ingrédients de la meringue, on peut remplacer le citron par du vinaigre blanc (d'alcool ou de vin blanc).

## Raw Cake (Mango)

### Ingrédients

#### base

▷ noix de pécan (ou autres noix, ou amandes) : 200 g ▷ dattes (ou autres fruits secs) : 300 g ▷ huile de coco : 3 c.-à-s. (≈ 30 g) ▷ sel : 3 pincés

#### nappage (mangue)

▷ noix de cajou : 150 g ▷ mangue (ou framboises, figes...) : 200 g ▷ huile de coco : 100 g ▷ sirop d'érable (d'agave) : 50 g ▷ vanille

### Préparation

Laisse tremper les noix de cajou quelques heures dans de l'eau.

On hache dans le blender les ingrédients de la base. On remplit le fond d'une forme tapissée de papier cuisson et on laisse au congélateur le temps de préparer le nappage.

On fait fondre le beurre de coco dans le micro-onde. On mélange le tout dans le blender. On verse sur la base et on remet au congélateur 30 min.

On garde au congélateur ou au frigo.

## Notes

▷ On peut rajouter de la noix de coco râpée dans la base. ▷ Pour faire au chocolat (et pas à la mangue) on remplace dans le nappage les 200 g de mangue par : ▷ avocat : 1/2 (≈ 100 g) ▷ cacao : 35 g ▷ eau : 70 ml On peut aussi remplacer l'huile de coco par de l'huile de cacao.

## Références

▷ <https://veganbell.com/no-bake-vegan-mango-cheesecake-recipe/> ▷ <https://youtu.be/SAmVFMHE4XM>

## Riz au lait de coco et mangue

### Ingrédients (pour 4)

▷ riz : 150 g ▷ lait de coco : 200 ml ▷ sucre : 70 g ▷ mangues (surgelées) : 300 g ▷ sel : 5g

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 20 min

### Préparation

▷ rincer le riz, puis le laisser gonfler dans l'eau pendant quelques heures ▷ faire chauffer (bouillon léger) le lait de coco avec le sucre, le sel et 200 ml d'eau (et la vanille) ▷ verser le riz et faire cuire à feu doux 14 min ▷ servir le riz tiède avec les mangues froides (parsemé de sésame grillé / zeste de citron vert)

### Remarques

▷ on peut rajouter de la noix de coco râpée ▷ on peut parsemer de sésame (grillé) et/ou de zeste de citron vert ▷ on peut rajouter de la vanille

## Shortbread au beurre salé

### Ingrédients

▷ beurre 1/2 sel : 250 g (dur coupé en petits dés) ▷ sucre : 85 g (+ pour la finition) ▷ farine : 330 g

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 50 min

### Préparation

Mélanger tous les ingrédients (dans l'ordre beurre, sucre, farine) pour obtenir un mélange sableux. Déposez en pressant la pâte dans un moule rond. Faites cuire 50 min à 150 °C.

### Finition

Sortez du four, découpez en triangles et parsemer de sucre tant qu'il est chaud. Laissez refroidir dans le plat.

### Cuisson

À 150 °C : 50 min

### Variante

On peut le faire au noix (normaux, de pécan ou autres) avec les ingrédients suivants : ▷ beurre 1/2 sel : 150 g (dur coupé en petits dés) ▷ sucre : 100 g ▷ farine : 250 g ▷ noix en poudre : 150 g

## Strudel

### Ingrédients

▷ pommes : 2-3 ▷ sucre : 75 g ▷ raisins secs : 75 g ▷ noix : 75 g ▷ jus d'un demi-citron ▷ noix de muscade ▷ cannelle ▷ 5 feuilles de pâte filo (ou éventuellement pâte feuilletée pur beurre) ▷ chapelure ▷ un peu de beurre ▷ sucre glace

### Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : 35 min

## Préparation

On mélange les pommes coupées en petits dés, le sucre, les raisins secs, les noix, le jus de citron, la noix de muscade et la cannelle. On enroule dans 5 feuille de pâte filo beurrées et séparées par de la chapelure. On fait cuire.

## Finition

Une fois sorti du four, beurrer le dessus puis parsemer de sucre glace.

## Cuisson

À 190 °C : 35 min

## Finition

Parsemer de sucre glace.

## Tarte aux noix

### Ingrédients

#### pour la pâte sablée

▷ beurre 1/2 sel : 100 g ▷ sucre : 100 g ▷ farine : 200 g ▷ jaune d'œuf : 1

#### pour la ganache

▷ beurre : 70 g ▷ sucre : 100 g ▷ noix concassées : 100 g ▷ œufs : 1 + 1 blanc

#### pour la couverture (noix + caramel)

▷ cerneaux de noix (pécan, de Brésil, ...) : 300 g ▷ sucre : 100 g ▷ crème fraîche : 50 ml ▷ beurre 1/2 sel : 20 g

### Temps

▷ préparation : 40 min ▷ cuisson : 30 min

### Préparation

#### La pâte sablée

Faire une pâte sablée (voir la recette dans « Autres recettes »). La cuire 11 min à 190 °C.

#### La ganache

Pendant que la pâte cuit, on fait la ganache : ▷ concasser (broyer) les 100 g de noix ▷ 1 min le beurre dans le micro-ondes (pour devenir liquide) ▷ on rajoute le sucre, on mélange ▷ on rajoute les œufs, on mélange ▷ on rajoute les noix concassées, on mélange

On fait cuire 7 min à 190 °C, puis on la sort, on dispose les 300 g de noix diverses et l'enfourne pour encore 7 min à 190 °C. La laisser au four le temps de préparer le caramel.

#### Le caramel

Après la fin de la cuisson de la ganache : ▷ mettre la crème fraîche à chauffer ▷ faire brunir le sucre dans une casserole ▷ en dehors du feu, verser la crème fraîche brûlante sur le sucre toute en remuant ▷ rajouter ensuite le beurre

Couvrir la tarte avec le caramel.

### Cuisson

À 190 °C : 25 min (11 min la pâte + 7 min avec la ganache + 7 min avec les noix).

### Notes

▷ Attention à ne pas prendre des noix rances. ▷ Il est préférable de mélanger les noix (normaux, de Brésil, pécan, de cajou... et même des amandes). ▷ J'ai diminué la quantité de caramel de 1/3, mais même moins ça devrait suffire.

## Tarte cerises et amandes

### Ingrédients

#### pour la pâte sablée

▷ beurre : 100 g ▷ sucre : 100 g ▷ farine : 200 g ▷ jaune d'œuf : 1

#### pour la ganache

▷ beurre : 75 g ▷ sucre : 100 g ▷ œufs : 3 (ou 2 + 1 blanc) ▷ amandes : 100 g ▷ amandes effilées : 35 g  
▷ sucre glace

#### fruits

▷ cerises (griottes) : 300 g (congelées c'est possible)

### Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : 35 min

### Préparation

En avance : décongeler les cerises griottes. Puis, avant de les disposer sur la pâte, les égoutter.

Faire une pâte sablée (voir la recette dans « Autres recettes »). Pendant qu'elle cuit, on fait la ganache :  
▷ 1 min le beurre dans le micro-ondes (pour devenir liquide) ▷ on rajoute le sucre, on mélange ▷ on rajoute les œufs, on mélange ▷ on rajoute les amandes, on mélange ▷ on dispose les cerises griottes sur la pâte sablée chaude ▷ on verse la ganache dessus ▷ on saupoudre des amandes effilées

### Cuisson

À 190 °C : 11 min la pâte + 23 min avec le reste.

### Finition

Parsemer de sucre glace.

### Note

On peut mettre les cerises griottes non décongelées, mais dans ce cas il faut rallonger un peu le temps de cuisson.

## Tarte de Gruissan aux pignons de pin

Il s'agit une sorte de galette des rois avec de la meringue et des pignons pardessus.

### Ingrédients

▷ pâtes feuilletées pur beurre : 2 ▷ œufs : 3 ▷ sucre : 210 g ▷ farine : 40 g ▷ lait : 350 ml ▷ poudre d'amandes : 125 g ▷ pignons de pins : 70-100 g

#### optionnel

▷ vanille ou Cognac (*pour la crème*) ▷ sel (*pour la meringue*) ▷ maïzena (*pour la meringue*) ▷ citron (*pour la meringue*) ▷ sucre glace (*pour la déco*)

### Temps

▷ préparation : 40 min ▷ cuisson : 30 min

### Préparation

▷ On fait cuire à blanc (30 min à 190°C) les deux pâtes feuilletées fortement piquées avec la fourchette (pour éviter les boursouflures). ▷ On prépare une crème pâtissière « facile » : On tiedie le lait. On blanchit 2 jaunes + 1 œuf entier + 70 g de sucre. On rajoute la farine, un peu de sel, puis le lait tiède. On chauffe sur feu doux et on tourne tant qu'elle n'a pas fini d'épaissir (≈ 10 min). Hors du feu on rajoute la poudre d'amande et si nécessaire un peu de lait (*vanille, Cognac*). ▷ On étale la crème entre les deux disques de pâtes. ▷ On prépare une meringue avec les 2 blancs + 140 g de sucre (une pincée de sel, un peu de maïzena et un peu de citron). ▷ On couvre avec la préparation blanche le gâteau et on

saupoudrer avec les pignons de pins. ▷ On cuit 2h à 90°C. En ouvrant tous les 30 min pour faire sortir l'humidité. ▷ On saupoudre de sucre glace avant de servir.

### Cuisson

À 190°C : 30 min la pâte. Sur feu doux : 10 min le lait + 10 min la crème. À 90°C : 2h pour la meringue.

### Notes

▷ On peut rajouter de la vanille et/ou du cognac dans la crème. ▷ On peut remplacer (une partie de) la farine par de la maïzena pour la crème pâtissière. ▷ D'habitude dans la meringue on rajoute un peu de citron et un peu de maïzena.

### Source

▷ <https://youtu.be/QqVaV2qS1eg>

## Tarte aux fruits

### Ingrédients

#### pour la pâte sablée

▷ beurre : 100 g ▷ sucre : 100 g ▷ farine : 200 g ▷ jaune d'œuf : 1

#### pour la ganache

▷ beurre : 100 g ▷ sucre : 100 g ▷ œufs : 2 ▷ voir les notes pour d'autres produits éventuels

#### fruits

▷ pomme, pruneaux, rhubarbe, ... : 350-700 g (congelés c'est possible)

### Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : 35 min

### Préparation

Faire une pâte sablée (voir la recette). Pendant qu'elle cuit, on fait la ganache : ▷ 1 min le beurre dans le micro-ondes (pour devenir liquide) ▷ on rajoute le sucre, on mélange ▷ on rajoute les œufs, on mélange ▷ on dispose les fruits (sans trop les décongeler) sur la pâte sablée chaude ▷ on verse la ganache dessus

### Cuisson

À 190 °C : 11 min la pâte + 25-35 min avec le reste.

### Note

On peut aussi : ▷ remplacer la pâte sablée par une pâte feuilletée *pur beurre* achetée dans le commerce. ▷ remplacer le beurre par 20 cl de crème fraîche ▷ mettre un œuf ou un blanc de plus ▷ si les fruits sont trop juteux mettre de la chapelure. ▷ rajouter 100 g ou moins de poudre d'amandes ou de noix de coco ▷ rajouter 25 g de maïzena

## Tarte pistaches-framboises

### Ingrédients

#### pour la pâte sablée

▷ beurre : 100 g ▷ sucre : 100 g ▷ farine : 200 g ▷ jaune d'œuf : 1

#### pour la ganache

▷ beurre : 80 g ▷ sucre : 100 g ▷ œufs : 3 (ou 2 + 1 blanc) ▷ pistaches (ou 50/50 avec amandes) en poudre : 100 g ▷ farine : 20-30g

#### fruits

▷ framboises : 300 g

## Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : 35 min

## Préparation

### la pâte sablée

▷ 30 sec le beurre dans le micro-ondes (pour ramollir) ▷ on rajoute le sucre, on mélange ▷ on rajoute le jaune d'œuf, on mélange ▷ on rajoute la farine, on mélange avec la cuillère : ça fait une pâte à la « crumble » ▷ on dispose dans le plat en distribuant avec la cuillère ▷ on cuit 11 min à 190 °C

### la ganache

▷ 1 min le beurre dans le micro-ondes (pour devenir liquide) ▷ on rajoute le sucre, on mélange ▷ on rajoute les œufs, on mélange ▷ on rajoute la pistache, on mélange ▷ on verse sur la pâte sablée chaude ▷ on cuit 14 min à 190 °C

### les fruits

▷ on dispose les framboises (surgelées) sur la ganache chaude ▷ on cuit encore 10 min (5 min si les framboises sont fraîches)

## Cuisson

À 190 °C : 11 min la pâte + 14 min avec la ganache + 10 min avec les fruits

## Remarque

Il semble qu'il existe une recette dans le livre « Les tartes d'Eric Kayser ».

## Tarte Tatin

### Ingrédients

#### pour la pâte sablée

▷ beurre : 100 g ▷ sucre : 100 g ▷ farine : 200 g ▷ jaune d'œuf : 1

#### pour le caramel

▷ beurre : 100 g ▷ sucre : 100 g

#### fruits

▷ pomme golden : 10

## Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : 35 min

## Préparation

On épluche et on coupe les pommes (en moitiés ou en cubes). On prépare la pâte sablée. On fait du caramel dans le plat à tarte sur une plaque (100 g de sucre + 100 g de beurre, environs 5 min). On rajoute les pommes (si des moitiés on les met à la verticale). On continue à cuire encore 5 min à l'étouffé. On pose la pâte sablée en faisant entrer les bords et en perçant une cheminée au milieu.

## Cuisson

À 180 °C : 35 min

## Présentation

À servir tiède avec glace à la vanille, crème fraîche ou chantilly.

## Tikvenik (tarte à la courge bulgare)

### Ingrédients

▷ pâte filo : 2 paquets (500 g, 20 feuilles) ▷ courge butternut ou potiron : 500 g ▷ sucre : 150 g ▷ noix concassées : 100 g ▷ cannelle : 1 c. à café ▷ beurre fondu : 50 ml ▷ sucre glace : 50 g (pour saupoudrer);

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 35-40 min

### Préparation

▷ Râper la courge (500 g). Mélangez-la avec le sucre (150 g), les noix concassées (100 g) et la faire revenir à feu doux avec un peu de beurre jusqu'à ce qu'elle ramollisse (15 min). ▷ Laisser refroidir légèrement puis rajouter et la cannelle. ▷ Prendre une feuille de pâte filo, badigeonner d'un peu de beurre fondu. Répartir une petite quantité de la farce et rouler en cylindre. ▷ Répéter l'opération avec les feuilles restantes et disposer les rouleaux dans un plat à four beurré. ▷ Badigeonner les rouleaux avec le reste de beurre fondu.;

### Cuisson

À 180 °C : 35-40 minutes.;

### Finition

▷ Laisser le tikvenik refroidir, puis saupoudrer de sucre glace avant de servir.;

### Notes

▷ On peut ne pas précuire la courge. ▷ Normalement on cuit la courge seule, puis on rajoute le sucre et les noix. ▷ On peut rajouter des raisins secs.

## Tiramisu

### Ingrédients

▷ mascarpone : 500 g ▷ œufs : 4 ▷ cuillères à soupe de sucre : 4 ▷ paquet de boudoirs : 1 ▷ café ▷ lait ▷ cognac ▷ cacao (Van Houten)

### Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : -

### Préparation

▷ Le mascarpone + 4 jaunes d'œuf + le sucre + les blancs battus en neige = la crème. ▷ café au lait + cognac et on trempe les boudoirs dedans. On pose : 1/2 des boudoirs + 1/3 de la crème + le reste des boudoirs + le reste de la crème + le cacao en poudre. Dans le frigo pendant quelques heures. Il faut le sortir 1/2 heure avant la consommation.

### Note

▷ Ne pas trop tremper les boudoirs sinon il reste du liquide au fond. ▷ Pour l'été on peut remplacer le café au lait par un jus de framboise fraîchement pressé (éventuellement au lait).

## Autres recettes

### Bretzels

#### Ingrédients (pour 8 bretzels)

##### pour la pâte

▷ farine : 500 g ▷ lait : 200 ml ▷ eau : 100 ml ▷ beurre : 30 g ▷ sel : 7 g ▷ levure boulangère : 10 g sèche ou 20 g fraîche ▷ gros sel

##### pour le bain de saumure

▷ eau : 2 l ▷ bicarbonate de sodium : 40 g ▷ gros sel : 15 g

#### Temps

▷ préparation : 50 min (+ 1h30 de levage) ▷ cuisson : 30 sec dans la saumure + 14 min au four

#### Préparation

##### À la main

On mélange le lait et l'eau. On fait un puits dans la farine, on met le sel au bord de la jatte, la levure dans le puits, avec un peu de lait/eau. On commence à malaxer le milieu et plus la boule se forme, plus on rajoute (un peu) du lait/eau. À la fin on rajoute le beurre ramolli.

##### À la machine

On verse le lait dans la jatte + la moitié de l'eau. On rajoute 300 g farine et la levure. On fait tourner à 1-2. Pendant ce temps on fait fondre le beurre et on y rajoute le sel, puis on verse. On fait tourner. On rajoute le reste de la farine (200 g) et le reste de l'eau (50 ml). On fait tourner.

---

Laisser reposer la pâte (*badigeonnée d'huile d'olive*) pour qu'elle double de volume ( $\approx$  1h30).

Préchauffer le four à 230 °C. Faire bouillir de l'eau dans une casserole avec le sel et le bicarbonate. Séparer la pâte en 8 parties et former les bretzels ou des petites baguettes. Puis les plonger un par un dans l'eau bouillante, attendre qu'ils remontent ( $\approx$  30 sec) et égoutter sur de l'essuie-tout. Parsemer de gros sel.

#### Cuisson

À 230 °C : 14 min.

#### Notes

▷ On peut mettre que du lait. ▷ On trouve de la cuisson 15 min à 200 °C ou 12 min à 230 °C dans les recettes. ▷ En cas de levure fraîche on met le double et on peut mettre un peu de sucre pour l'activation. ▷ Dans la version bulgare de « варени гевреци » on met miel et sucre à la place de bicarbonate de sodium et sel dans l'eau et il n'y a pas du beurre ni de lait. ▷ On peut couvrir avec sésame, pavot, graines de courge... avant d'enfourner.

#### Sources

▷ [https://youtu.be/BW0Z\\_u9o53s](https://youtu.be/BW0Z_u9o53s) ▷ <https://cuisine.journaldesfemmes.fr/recette/316157-bretzels-sales>

### Brioche de Pâques bulgare (Kozounak)

#### Ingrédients (750 g de farine → 1570 g de pâte, pour 1 grand et 1 petit)

▷ farine forte : 750 g ▷ sel : 15 g ▷ sucre : 200 g ▷ levure : 37 g fraîche ou 14 g de levure sèche ▷ œufs : 4 ( $\approx$  220 g) ▷ lait :  $\approx$  160 g (lait + œufs = 380 g) ▷ gras : 180 g ▷ beurre : 130 g ▷ saindoux : 40 g ▷ huile : 10 g ▷ écorce d'un  $\frac{1}{2}$ -1 citron ( $\approx$  7-14 g) ▷ vanille ( $\approx$  10 g)

## Pour la farce

▷ raisins secs, abricots secs, noix, amandes, confitures... ▷ on peut faire une nougatine

## Préparation (au robot)

### Pétrissage au robot

1. Mettre dans la jatte du robot les 4 œufs. Les battre.
2. Compléter avec du lait jusqu'à 380 g.
3. Rajouter la levure (37 g).
4. Rajouter le sucre (200 g). Mélanger pour que le sucre se dilue. Laisser reposer.
5. Tamiser la farine.
6. Faire un mélange (180 g) de beurre (130 g), saindoux (40 g) et huile (10 g). Ramollir ce mélange au micro-onde.
7. Rajouter le sel (15 g) au gras et touiller pour faire une pommade.
8. Rajouter la vanille ( $\approx 10$  g), l'écorce de citron ( $\approx 10$  g) dans la jatte du robot.
9. Rajouter la farine (750 g) en plusieurs fois. Mélanger, puis battre au robot 5 min (*jusqu'à ce que la pâte devienne élastique*).
10. Laisser reposer 10–15 min.
11. Incorporer le gras en battant  $\approx 20$  min.

### Pousse

▷ On laisse la pâte se reposer 30 min sous un torchon. ▷ On fait quelques pliures, on forme une boule et on laisse pousser encore 1 h filmé. ▷ On réserve au frigo une nuit (ou quelques heures) filmé pas trop serré. ▷ On forme les brioches et on laisse monter environ 2 h, dont 1 h au four programme « levage ».

### Cuisson

▷ On préchauffe le four à 180 °C. ▷ On fait cuire **sans chaleur tournante en bas du four**. ▷ La petite brioche de l'ordre de 35 min, la grande de l'ordre de 45 min. ▷ 10 min avant la fin, on badigeonne les brioches avec un mélange de blanc d'œuf et du lait, on rajoute des noix et du sucre pardessus.

### Temps

▷ préparation : 5h30 (60 + 30 + 90 + 30 + 90 + 30) ▷ cuisson : 40 min

### Notes

▷ Il faut utiliser une farine forte (protéines > 12 %, W > 300). De préférence Manitoba ou de Gruau. ▷ Il ne faut pas mettre des farces trop liquides (pas de fruits frais ou surgelés). ▷ On peut le faire aussi bien avec de la levure fraîche, qu'avec de la levure déshydratée (rapport 1:2 ou 1:2.5). ▷ On peut mettre que la moitié du sucre au début, puis incorporer le reste avec le gras à la fin. ▷ On peut mettre que 3 œufs au début, puis incorporer le 4e tout à la fin (après le gras). ▷ Je fais 2 pâtes (2 × 750 g de farine  $\approx$  3140 g de pâte). Avec ça je fais 3 brioches tressées (525 g), une grande (1000 g) et une petite (570 g). ▷ On peut le faire avec moins levure fraîche (25 g), si la pâte repose toute une nuit au frigo. ▷ Pour les brioches en forme, on peut soit séparer en trois et garnir avec de la confiture et fruit secs entre les « étages », soit concassé de la nougatine et mélanger à la pâte, comme pour une « praluline » (mais dans ce cas pas de la confiture) et faire des pliages. ▷ Pour la brioche tressées, on sépare la pâte en trois (3 × 175 g), on fait des rectangles très allongés. On remplit deux des rectangles avec de la farce, le troisième juste avec du sucre. On ferme pour faire des grosses mèches, puis on les tresse.

## Bûche de Noël (2025)

### Ingrédients

## Génoise

▷ œuf : 4 ▷ sucre : 120 g ▷ sucre-vanille : 1 sachet ▷ farine : 25 g ▷ maïzena : 75 g ▷ levure chimique (alsacienne) :  $\frac{1}{2}$  sachet ▷ sel : 1 pincée

## Farce

▷ mascarpone : 250 g ▷ œufs : 2 ▷ sucre : 35 g (2 c.-à-s. pleines) ▷ framboises : 500 g

## Nappage

▷ chocolat : 150 g ▷ crème liquide 30% : 150 g ▷ sucre : 150 g ▷ feuilles de gélatine : 10 g

## Préparation

### Génoise (20 min + 20 min)

▷ Préchauffer le four à 150 °C. ▷ Battre les jaunes avec le sucres (et la vanille). ▷ Rajouter les poudres (farine 25 g, maïzena 75 g, 1/2 sachet de levure, sel). ▷ Monter les blancs en neige. Puis, incorporez-les au reste. ▷ À cuire sur un tapis de cuisson en silicone. ▷ Cuire 20 min à 150 °C. ▷ La génoise encore chaude, la déposer sur du papier cuisson et la rouler avec.

### Crème pour la farce (15 min)

▷ Mélanger le mascarpone (250 g), les 2 jaune d'œuf et le sucre (30 g). ▷ Battre les 2 blancs en neige avec 5g de sucre. Mélanger.

### Nappage (20 min)

▷ Faire tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau glacée. ▷ Chauffer la crème avec le sucre à feu doux. ▷ Fondre le chocolat au micro-onde. ▷ Hors du feu, incorporer la gélatine à la crème. ▷ Verser la crème sur le chocolat et mélanger. ▷ Passer par une passoire. ▷ Refroidir.

### Assemblage (20 min)

▷ Étaler la crème sur la génoise refroidie. ▷ Ajouter les framboises surgelées. ▷ Rouler la génoise. Mettre dans un film alimentaire au frigo/congélateur. ▷ Si le nappage n'est pas assez liquide, le tiédir au micro-onde (10 sec par 10 sec). ▷ Passer le nappage par une passoire. ▷ Verser le nappage sur la bûche froide. ▷ Décorer avec des framboises et réserver au frigo.

## Remarques

▷ On peut remplacer la levure chimique par de l'agar-agar (1 g =  $\frac{1}{2}$  sachet), à diluer dans un peu d'eau froide. Mélanger à la crème froide, puis portez à ébullition. ▷ On peut faire 2 fois plus de crème et garder la moitié pour faire la neige autour de la bûche. ▷ Pour faire un nappage plus liquide, rajouter un peu d'eau chaude.

## Confiture de pommes

### Ingrédients (pour 1 petit pot)

▷ pomme : 2 ( $\approx 250$  g) ▷ sucre à confiture : 50 g (1/5 des pommes) ▷ sucre : 100 g (2/5 des pommes)

### Temps

▷ préparation : 15 min + 15 min ▷ cuisson : 4 min

### Préparation

On coupe la pomme en petit morceau (surtout ne pas les mixer ou rapper), on mélange avec le sucre et on laisse reposer plusieurs heures. On fait cuire à feu vif pendant 4 minutes en remuant. On mixe et on verse dans les pots tant que c'est chaud.

## Crème anglaise

### Ingrédients

▷ jaunes d'œufs : 3 ▷ lait : 500 ml ▷ sucre glace : 80 g ▷ maïzena : 1 c.-à-c. (5 g) ▷ vanille

## Préparation

On fait bouillir le lait. Pendant ce temps on mélange les autres ingrédients dans une casserole, on fouette. On verse le lait petit à petit, toute en fouettant. On fait épaissir à feux doux (*la crème ne doit pas bouillir !*) toute en touillant en permanence avec le fouet. La cuisson est terminée lorsque la mousse à complètement disparu (la crème nappe alors la spatule). Fouettez vivement la crème hors du feu afin qu'elle devienne bien lisse. Refroidir au frigo quelques heures.

## Note

▷ Si par malheur la crème a bouilli elle forme des petits grumeaux, on peut la sauver quand même : une fois refroidie, on la bat vigoureusement au batteur électrique. La maïzena réduit le risque de grumeaux.  
▷ On peut mettre un œuf de plus et un peu moins de sucre. ▷ À la sortie du feu on peut passer la crème dans une passoire. ▷ On peut la faire au micro-ondes : 4–5 min à puissance maximale pour chauffer le lait, puis 2–3 min pour épaissir, tout en remuant après chaque minute.

## Cumin vs Carvi

### Carvi

Ким [bg], Kümmel [de], Caraway [en] ▷ plus foncé ▷ plus étoilé ▷ sans tiges au bout des graines  
▷ utilisation dans l'Europe du Nord (utilisé dans la pâtisserie hongroise et allemande et dans certains biscuits anglais) ▷ anisé ▷ en France : souvent vendu en graines ▷ le « Guda au cumin » est au carvi  
▷ ne se mélange pas avec autres parfin

### Cumin

Кимшон [bg], Krenzkümmel [de], Cumin [en] ▷ plus claire ▷ avec de tiges au bout de certaines graines  
▷ utilisation dans la méditerranée, Inde et le proche orient ▷ en Bulgarie : pour la viande ▷ en France : souvent vendu en poudre, s'utilise avec courge, carottes... ▷ se mélange bien avec джоджен, чубрица...

## Génoise

### Ingrédients

▷ œuf : 4 ▷ sucre : 120 g ▷ sucre-vanille : 1 sachet ▷ farine : 25 g ▷ maïzena : 75 g ▷ levure chimique (alsacienne) : 1/2 sachet ▷ sel : 1 pincée

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 20 min

### Préparation

▷ Battre les jaunes avec les sucres (semoule + vanille). ▷ Rajouter les poudres (farine, maïzena, levure, sel). ▷ Monter les blancs en neige. Puis, incorporez-les au reste. ▷ À cuire sur un tapis de cuisson en silicone (dans un cercle).

### Cuisson

À 150 °C : 20 min

### Note

▷ Source principale : [Desserts en dessins](#)

## Meringues

### Ingrédients

▷ blancs d'œufs : 140 g (≈4 œufs) ▷ sucre en poudre : 280 g (*le double des blancs*) ▷ sel : 1 pincée  
▷ jus de citron : 5 ml (≈1 c.c.) ▷ Maïzena : 4 g (≈1 c.c.)

### Temps

▷ préparation : 30 min ▷ cuisson : 1h30 – 2 h

## Préparation

Battre les blancs en neige très ferme avec le sel. Ajouter le sucre peu à peu tout en battant. Ajouter le citron, battre, puis la Maïzena, battre encore. Le mélange doit être très ferme et brillant.

## Cuisson

À plus de 100 °C la meringue cuit (devient jaunâtre), à moins de 100 °C elle sèche. Il faut ouvrir le four toutes les 20 – 30 min pour faire sortir l'humidité. ▷ 1h15 à 120 °C ▷ 1h30 à 100 °C ▷ 2 h à 90 °C

## Note

On peut remplacer le citron par du vinaigre blanc (d'alcool ou de vin blanc).

## Les mesures (cuillères et tasses)

### 1 cuillère à café (pleine)

▷ 5 ml de liquide ▷ 5 g d'huile ▷ 6 g de sucre en poudre ▷ 6 g de sel ▷ 4 g de farine ▷ 4 g de cacao en poudre

### 1 cuillère à soupe (pleine)

▷ 15 g de sucre en poudre ▷ 15 g de sel ▷ 12 g d'huile ▷ 12 g de farine ▷ 12 g de cacao en poudre

### 1 cuillère à soupe (raze)

▷ 10 ml de liquide

### 1 tasse à café

▷ allemande : 125 ml ▷ française : 150 ml

### 1 tasse

▷ anglaise : 284 ml ▷ métrique : 250 ml ▷ américain : 240 ml (*prise pour référence*) ▷ riz : 200 g ▷ farine : 125 g ▷ sucre en poudre : 200 g ▷ sucre glace : 115 g ▷ huile : 215 g

## Nougatine

### Ingrédients

▷ sucre : 250 g ▷ amandes effilées : 125 g

### Temps

▷ préparation : 20 min ▷ cuisson : 10 min

### Préparation

Faire dorer les amandes au four 5 min à 180°C. Pendant ce temps faire chauffer le sucre dans une casserole (4-5 min à feu moyen pour obtenir du caramel pas trop foncé). Arrêter le feu et verser les amandes grillées dans la casserole. Mélanger. Verser sur du papier sulfurisé. Écraser en fin galette entre deux feuilles de papier sulfurisé avec le rouleau à pâtisser. Enlever le papier sulfurisé quand la nougatine est tiède.

### Cuisson

▷ À 180 °C : 5 min (les amandes au four) ▷ À deux moyen : 5 min (le sucre sur la plaque)

### Notes

▷ Quand le caramel commence à prendre on peut touiller (contrairement aux recommandations officielles). ▷ Il ne faut enlever le papier ni trop tôt (car ça fait des filaments) ni trop tard (car ça ne se décolle pas bien). ▷ On peut remplacer les amandes effilées par d'autres fruits secs concassés.

## Pain

### Ingrédients

▷ farine : 500 g ▷ eau tiède : 250-300 ml ▷ levure sèche boulangère : 2 sachets = 10 g ▷ sel : 10-20 g

## Temps

▷ préparation : 15 min + 15 min ▷ cuisson : 15 min

## Préparation

On fait un puits dans la farine, on met le sel au bord de la jatte, la levure dans le puits, avec un peu d'eau. On commence à malaxer le milieu et plus la boule se forme, plus on rajoute (un peu) d'eau. Une fois la pâte prête on la laisse reposer quelques heures à température ambiante.

On prépare les pains en essayant de mélanger le moins possible la pâte (en préservant autant que possible la fine croûte). On laisse reposer le temps de préchauffer le four à 250°. On fait cuire avec un récipient d'eau dans le four 15 minutes (à max).

## Pain - Ciabatta

### Ingrédients

▷ farine : 500 g ▷ eau tiède : 380 ml ▷ levure sèche boulangère : 1,5 sachets  $\approx$  7 g ▷ sucre : 5-10 g  
▷ sel : 10-20 g

### Temps

▷ préparation : 15 min + 15 min ▷ cuisson : 25 min

### Préparation

On met la levure dans l'eau, puis la moitié de la farine et le sucre. On mélange bien. On rajoute le reste de la farine et le sel. On mélange encore.

On sépara la pâte dans 3-4 bols huilés à huile d'olive. On couvre de film plastique. On laisse reposer  $\approx$  2 heures à 40°C.

On préchauffe à max ( $\approx$  230-250°C).

On forme les ciabattas à l'aide d'un tapis en silicone bien fariné la touchant le moins possible et en essayant de garder les poches d'air à l'intérieur.

On fait cuire 10 min à max, puis on baisse à 200°C et on cuit encore 15 min.

### Note

▷ La farine doit avoir au moins 12% de protides. ▷ La source principale est [cette vidéo de cuorediciocolato](#).

## Pâte sablée

### Ingrédients

▷ beurre : 100 g ▷ sucre : 100 g ▷ farine : 200 g ▷ jaune d'œuf : 1

### Temps

▷ préparation : 9 min ▷ cuisson : 11 min

### Préparation

▷ 30 sec le beurre dans le micro-ondes (pour devenir souple) ▷ on rajoute le sucre, on mélange ▷ on rajoute le jaune d'œuf, on mélange ▷ on rajoute la farine, on mélange avec la cuillère : ça fait une pâte semblable à du « crumble » ▷ on dispose dans le plat en distribuant avec la cuillère ▷ on cuit 11 min à 190 °C

---

La version *PDF* est disponible à l'adresse <https://readthedocs.org/projects/recettes/downloads/pdf/latest/>.

La version *HTML* est disponible à l'adresse <https://recettes.readthedocs.io>.