

# **KITCHEN GRAND CHEF DIGITAL**

## **LIVRET DE RECETTES**

**SOMMAIRE**

## **RECETTES DE BASE**

Pâte fraîche (à nouille)	page 3
Pâte à pain	page 3
Pâte à pizza	page 4
Pâte brisée	page 4
Pâte sablée	page 5
Appareil à crème prise (quiche)	page 5
Pâte à biscuits roulés	page 5
Ganache au chocolat	page 6
Pâte à brioche	page 6
Pâte à chou	page 7
Pâte à cake	page 7
Pâte à crêpes	page 8
Pâte à beignets	page 8
Meringue suisse	page 9
Farces diverses	page 9

## **RECETTES ELABOREES**

### I / Entrées :

Quiche aux fruits de mer et basilic	page 11
Tartare aux deux poissons à la crème de paprika	page 11
Petites brioches de canard sauce mère	page 12

### II / Plats principaux :

Farandole de petits légumes farcis	page 13
Filets de volailles farcis, croustades de champignons sauvages	page 14
Filets de soles farcies au saumon, légumes vapeurs	page 15

### III / Desserts et diverses pâtisseries :

Mousse au chocolat noir et à la banane	page 16
Tarte bourdalou	page 17
Macaron	page 17
Rocher à la noix de coco	page 18

## **RECETTES DE BASES**

## **Pâte fraîche (à nouille) pour 4 à 6 personnes:**

Temps de réalisation : environs 5 minutes

400 g de semoule de blé dur  
4 œufs entiers  
1 c. à café d'huile d'olive  
1 pincée de sel  
5 cl d'eau  
50 g de farine (mise au poing)

- 1- Mettre tous les ingrédients dans la cuve inox sauf la farine
- 2- Fixer l'ustensile batteur sur le moteur
- 3- Battre en vitesse 2 pendant environ 1 minute
- 4- Passer en vitesse 3 pendant 10 secondes
- 5- Passer en vitesse 4 puis incorporer la farine par petites poignées jusqu'à ce que la pâte se décolle de la cuve et reste collée au batteur, voilà c'est prêt.

Réalisation des spaghettis :

Temps de réalisation : environ 10 minutes

- 1- Monter le hachoir sur le robot en utilisant la vis sans fin et l'emporte pièce blanc nécessaire à la réalisation des spaghettis.
- 2- Projeter de la farine à l'intérieur du hachoir
- 3- Mettre le batteur en vitesse maximum (6)
- 4- Passer la pâte en parcelle dans le hachoir.
- 5- Couper les spaghettis au fur et à mesure qu'elles sortent, n'hésiter pas à les fariner.

## **Pâte à Pain**

Temps de réalisation : 5 minutes plus 2h30 de repos

500 g de farine  
30 cl d'eau tiède à 25/30°C  
10 g de sel  
10 g de levure de boulanger

- 1- Mélanger l'eau tiède et la levure
- 2- Mettre ensuite tout les ingrédients dans la cuve inox du batteur
- 3- Fixer l'ustensile crochet sur le moteur
- 4- Commencer le mélange vitesse 2 pendant environ 20 secondes
- 5- Puis vitesse 3 pendant environ 30 secondes et vitesse 4 pendant environ 10 secondes, la pâte ne doit plus attacher à la cuve, rajouter un peu de farine si nécessaire.
- 6- Laisser reposer sous un torchon humide dans un endroit tempéré environ 2h30

## **Pâte à pizza (pour 4 à 6 personnes)**

Temps de réalisation : 5 minutes plus 2h30 de repos

350 g de farine  
25 cl d'eau  
10 g de sel  
10 g de levure de boulanger  
1 c. à soupe d'huile d'olive

La technique de réalisation est la même que pour la pâte à pain

### **Pâte brisée (pour une tarte d'environ 30 cm de diamètre):**

Temps de réalisation : 5 minutes

250 g de farine  
125 g de beurre  
1 jaune d'œuf  
5 cl d'eau  
1 pincée de sel

- 1- Mettre tous les ingrédients sauf l'eau dans la cuve inox (détailler préalablement le beurre en parcelles)
- 2- Fixer l'ustensile batteur sur le moteur
- 3- Battre environ pendant 2 minutes sur la vitesse 2, vous obtenez un mélange granuleux
- 4- Passer sur la vitesse 3, puis ajouter l'eau, la pâte commence à être homogène
- 5- Passer sur la vitesse 4, battre encore une dizaine de seconde, la pâte doit se détacher totalement des parois de la cuve inox et ne doit plus coller aux doigts.

Remarque :

Suivant les qualités de farine et de l'hygrométrie de l'air il est possible qu'après avoir rajouté l'eau, la pâte reste dure et friable. Rajouter donc encore un peu d'eau jusqu'à obtenir une pâte souple et homogène.

Si par contre elle est trop souple et reste collante, il suffit de rajouter un peu de farine.

Etant donné la forte capacité du robot n'hésitez pas à réaliser 1 kl de pâte, vous la coupez en 4 après réalisation, vous en utilisez une, puis vous congelez les 3 autres après les avoir préalablement filmées...

### **Pâte Sablée (pour une tarte d'environ 30 cm de diamètre):**

Temps de réalisation : 5 minutes

250 g de farine  
125 g de beurre  
70 g de sucre semoule  
5 cl de lait  
2 jaunes d'œuf

Technique de réalisation identique à la pâte brisée...

### **Appareil à crème prise (pour une quiche d'environ 30 cm de diamètre) :**

Temps de réalisation : 5 minutes

¼ litre de lait  
¼ litre de crème fraîche  
4 œufs  
1 pincée de sel et de poivre  
1 pincée de noix de muscade

- 1- Mettre tous les ingrédients dans la cuve inox
- 2- Fixer l'ustensile fouet sur le moteur
- 3- Battre à vitesse 5 pendant environ 30 secondes

Remarque :

Pour réaliser une quiche lorraine, vous utiliserez 150 g de conté râpé et 150 g de lardon

### **Pâte à biscuits roulés (pour une bûche d'environ 6 à 8 personnes) :**

Temps de réalisation : 10 minutes

125 g de farine  
125 g de sucre  
25 g de beurre fondu  
5 œufs  
1 citron

- 1- Séparer les blancs de 4 œufs puis les mettre dans la cuve inox avec un filet de citron
- 2- Fixer l'ustensile fouet sur le moteur du batteur
- 3- Monter les blancs : mettre le batteur sur vitesse 5 puis battre les blancs jusqu'à ce qu'ils soient montés (environ 2 minutes).
- 4- Réserver les blancs
- 5- Mettre dans la cuve inox les autres ingrédients (œuf, farine, sucre, beurre) puis battre sur vitesse 6 pendant environ 1 minute jusqu'à ce que le mélange blanchisse légèrement.
- 6- Enlever le fouet puis le remplacer par l'ustensile batteur
- 7- Ajouter les blancs au mélange puis battre environ 2 minutes sur vitesse 1, la pâte devient homogène et légèrement mousseuse.

Remarque :

Pour la cuisson, étaler à l'aide d'une spatule la pâte sur un papier sulfurisé légèrement beurré et cuire au four à 180°C pendant environ 10 minutes.

### **Ganache chocolat (pour une bûche d'environ 6 à 8 personnes) :**

Temps de réalisation : 5 minutes

250 g de chocolat noir  
250 g de crème fraîche  
100 g de beurre  
2 cl de cointreau

- 1- Faire bouillir la crème et le beurre jusqu'à ce que celui-ci soit totalement fondu
- 2- Fixer l'ustensile fouet sur le moteur
- 3- Verser la crème et le beurre bouillant dans la cuve inox
- 4- Commencer à battre sur vitesse 4 puis incorporer le chocolat par parcelle dans la cuve.
- 5- Battre pendant environ 2 à 3 minutes, le chocolat doit être totalement fondu et mélangé à la crème

Remarque :

Avant d'utiliser la ganache, laisser la durcir environ 1 heure au réfrigérateur.

### **Pâte à brioche :**

Temps de réalisation : 15 minutes et 2h30 de repos

500 g de farine (plus 200 g pour la mise au poing)  
5 œufs  
125 g de sucre  
250 g de beurre à température ambiante  
10 g de levure de boulanger  
1 dl de lait  
1 pincée de sel

- 1- Mettre dans la cuve inox la farine, 3 œufs, le sucre le lait et la levure
- 2- Fixer l'ustensile crochet sur le moteur
- 3- Battre sur vitesse 2 pendant environ 30 secondes (jusqu'à ce que le mélange devienne homogène)
- 4- Passer sur la vitesse 3 puis ajouter le restant des œufs
- 5- Ajouter la moitié du beurre en parcelles
- 6- Passer sur la vitesse 4 et ajouter le reste du beurre
- 7- Vous obtenez un mélange très élastique...
- 8- Rester sur la vitesse 4 et incorporer de petites poignées de farine jusqu'à ce que la pâte commence à attacher au crochet et que vous commenciez à voir apparaître le fond de la cuve.
- 7- Laisser reposer sous un torchon humide dans un endroit tempéré environ 2h30.

Remarque :

La pâte à brioche reste toujours un peu collante, n'hésitez pas à bien fariner vos mains lorsque vous la manipulez.

### **Pâte à choux pour 15 à 20 pièces:**

Temps de réalisation : environ 10 minutes

½ litre d'eau ou de lait

300 g de farine

400 g de beurre

8 œufs

- 1- Faire bouillir l'eau (ou le lait) avec le beurre (très important)
- 2- Ajouter la farine et remuer vigoureusement à l'aide d'une spatule en bois, vous obtenez une pâte souple.
- 3- Verser cette pâte encore chaude dans la cuve inox
- 4- Fixer l'ustensile batteur
- 5- Battre sur la vitesse 3 tout en incorporant les œufs un à un, et attendre que chaque œuf soit intégralement mélangé avant d'incorporer le suivant.

Remarque :

Coucher les choux à l'aide d'une cuillère à soupe sur une plaque de four beurré.

Dorer (1) les choux et les façonner à l'aide d'une fourchette si nécessaire...

Pour la cuisson commencer à cuire les choux à 180°C, tout en ayant préalablement posé dans le four un ramequin rempli d'eau. La vapeur dégagée par celui-ci favorisera la poussée des choux.

Lorsque les choux sont bien gonflés et commencent à se colorer, ouvrir la porte du four (jamais avant), enlever le ramequin et finissez la cuisson encore 5 à 10 minutes afin que les choux soient bien séchés.

(1) Dorer : mélanger dans un ramequin 1 jaune d'œuf avec une c. à soupe d'eau et badigeonner à l'aide d'un pinceau. Ceci permettra d'avoir une belle coloration à la cuisson.

### **Pâte à cake (pour un cake de 24 cm):**

Temps de réalisation : 5 minutes

280 g de farine

200 g de sucre

200 g de beurre en pommade

4 œufs

10 g de levure chimique

5 cl d'alcool de votre choix

- 1- Mettre dans la cuve inox le beurre en pommade, la farine, le sucre, la levure

- 2- Fixer l'ustensile batteur sur le moteur
- 3- Battre pendant environ 30 secondes sur la vitesse 2
- 4- Passer en vitesse 4 et incorporer les œufs un à un et enfin ajouter l'alcool.

Remarque :

Ne pas battre trop longtemps pour éviter de dédoubler le beurre.

Réaliser la cuisson en deux étapes : 10 minutes à 200°C pour favoriser la pousse et 30 minutes à 160°C pour finir la cuisson.

Pour un cake marbré chocolat, séparer la pâte en deux et rajouter une bonne c. à soupe de chocolat amer en poudre

Pour un cake aux fruits confits rajouter 150 g de fruits confits...

### **Pâte à crêpes (pour 4 à 6 personnes) :**

Temps de réalisation : 5 minutes

500 g de farine

6 œufs entiers

8 cl d'huile ou 80 g de beurre fondu

1 litre de lait

1 pincée de sel

- 1- Mettre les œufs, la farine, le sel et 1/3 du lait dans la cuve inox
- 2- Fixer l'ustensile fouet sur le moteur
- 3- Battre 30 secondes sur la vitesse 3
- 4- Rester vitesse 3 puis rajouter progressivement le reste du lait
- 5- Passer vitesse 5 et battre encore 30 secondes, vous obtiendrez une pâte lisse et homogène, sans grumeau.

Remarque :

Utiliser de préférence de la farine fluide

Laisser reposer la pâte 30 minutes avant utilisation.

### **Pâte à beignets :**

Temps de réalisation : 10 minutes

250 g de farine

3 œufs entiers

3 blancs monté en neige

0,25 cl de bière blonde pour les préparations salées ou 0.25 cl de lait pour les beignets sucrés

1 dl d'huile

- 1- Fixer l'ustensile fouet sur le moteur et monter les blancs en neige
- 2- Réserver les blancs
- 3- Mettre dans la cuve inox le reste des ingrédients
- 4- Battre en vitesse 3 pendant environ 1 minute
- 5- Enlever le fouet et fixer l'ustensile batteur sur le moteur

6- Ajouter les blancs et battre sur la vitesse 1 pendant environ 2 minutes.

### **Meringue suisse :**

Temps de réalisation : 5 minutes

Compter 50 grammes de sucre glace par blanc d'œuf  
Quelques gouttes de jus de citron

- 1- Fixer l'ustensile fouet sur le batteur
- 2- Mettre les blancs d'œufs dans la cuve inox avec le jus de citron
- 3- Fouetter sur la vitesse 6 pendant environ 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que les blancs soient bien fermes
- 4- Continuer à fouetter sur la vitesse 6 en incorporant progressivement le sucre glace.
- 5- Vous devez obtenir une meringue ferme et brillante

Remarque :

Coucher la meringue (à l'aide d'une cuillère à soupe ou d'une poche à douille) sur du papier sulfurisé préalablement parsemé de sucre glace.

La cuisson de la meringue est un peu délicate, toute la technique consiste à éviter qu'elle ne colore.

Façon d'y parvenir :

- 1- Cuisson au four environ 1h30 à 100°C
- 2- Préchauffer votre four à 220°C, enfourner les meringues, arrêter immédiatement le four et laisser reposer pendant quelques heures... Vous aurez des meringues parfaitement cuites...

### **Farces diverses :**

La puissance du robot vous permettra de hacher et de réaliser des farces à base de n'importe quel type de viande...

Il faut simplement respecter certains principes :

- 1- Monter le hachoir correctement : mettre la vis sans fin, mettre la petite hélice avec le côté plat vers l'extérieur du hachoir, c'est-à-dire contre la grille à hacher, fermer correctement le hachoir.
- 2- Bien respecter les consignes de sécurité : bien visser la vis de serrage du hachoir sur le robot, installer toujours le plateau du hachoir et **TOUJOURS POUSSER LA VIANDE DANS LE HACHOIR AVEC LE POUSSOIR PREVU A CET EFFET**
- 3- Mettre toujours le robot en vitesse 6...

D'une façon générale pour réaliser un farce on compte pour 100 grammes de viande hachée, 1 blanc d'œuf et 1 c. à soupe de crème fraîche.



## RECETTES ELABOREES

### 1 – Entrées :

#### Quiche aux fruits de mer et basilic (pour une tarte d'environ 30 cm de diamètre) :

Pour la pâte sablée et l'appareil à crème prise voir recette de base page 5

200 g de fruits de mer frais ou surgelés

80 g de basilic

8 dl d'huile d'olive

150 g de comté râpé

Sel, poivre

Temps de réalisation : 20 minutes

- 1- Confectionner une pâte sablée en remplaçant le sucre par 8 dl l'huile d'olive et 40 g de basilic haché
- 2- Faites revenir à la poêle les fruits de mer avec le reste de basilic et l'ail finement haché
- 3- Etaler la pâte sablée et mettez la dans un moule à tarte
- 4- Parsemer la pâte du comté râpé
- 5- Ajouter les fruits de mer sautés et réserver le tout au frigo 30 minutes
- 6- Confectionner un appareil à crème prise (cf. page 3)
- 7- Verser l'appareil dans la quiche et cuire environ 30 minutes à 180°C

Vous pouvez servir cette quiche tiède accompagnée d'une mâche assaisonnée avec une vinaigrette à base de 2/3 d'huile d'olive et le reste moitié jus de citron et moitié vinaigre balsamique...

#### Tartare aux deux poissons à la crème de paprika (pour 4 personnes)

Temps de réalisation : 20 minutes :

200 g de filet de saumon

200 g de filet de dorade

¼ de litre de crème fraîche liquide

3 citrons

4 petites tranches de saumon fumé

4 tranches de pain de mie grillé

1 échalote

10 cl huile d'olive, 3cl de vinaigre balsamique

1 botte de ciboulette

10 g à 15 g de paprika

sel et poivre

- 1- Installer le hachoir sur le robot avec la grille aux trous les plus gros
- 2- Passer les filets de poissons au hachoir

- 3- Incorporer à chacune des deux farces l'échalote et la ciboulette finement hachée
- 4- Presser le jus de 2 citrons et les faire réduire à feu doux de moitié (ceci afin de concentrer les goûts et de limiter l'acidité)
- 5- Fixer le fouet sur le robot
- 6- Monter la crème fraîche en vitesse 5 pendant environ 3 minutes (avant de monter la crème n'hésitez pas à la mettre 10 minutes au congélateur)
- 7- Passer en vitesse 1 puis incorporer le paprika et le jus de citron réduit
- 8- Confectionner une vinaigrette avec l'huile d'olive, le jus de citron et le vinaigre balsamique et assaisonner.

Dressage :

Remplir un ramequin de moitié avec la farce de poisson blanc et de farce de poisson rouge. Retourner le ramequin dans une assiette afin de le démouler.

Arroser le tartare d'une cuillère à soupe de vinaigrette

Sur le côté du tartare mettre une bonne c. à soupe de crème de paprika puis poser dessus la tranche de saumon fumé roulée en cornet « d'abondance »...

Disposer une tranche de pain de mie grillée coupée en deux dans le sens de la diagonale de chaque côté du tartare

Déguster...

### **Petites brioches de canard sauce mère (pour 8 personnes) :**

Temps de réalisation : 30 minutes

Pour la pâte à brioche, voir recette de base sans le sucre

250 gr de filet de canard  
 2 échalotes  
 2 blancs d'œufs et deux jaunes  
 40 g de crème épaisse et une c. à soupe pour la sauce  
 20 g de persil  
 ½ litre de fonds de veau  
 20 cl de mère  
 Sel, poivre

Petites brioches de canard :

- 1- Installer le hachoir sur le robot avec la grille aux trous fins
- 2- Tailler les filets de canard en lamelles puis les passer au hachoir
- 3- Incorporer à la farce de canard, à l'aide d'une spatule en bois, les échalotes et le persil hachés, les blancs d'œufs, la crème épaisse et assaisonner.
- 4- Confectionner des petites boulettes de farce de 3 à 4 cm et les faire rapidement colorer à la poêle.
- 5- Confectionner une dorure (2 jaunes d'œufs mélangés avec une c. à soupe d'eau)
- 6- Réaliser des petits pâtons avec la pâte à brioche d'environ 10 cm de diamètre et 1 cm d'épaisseur. Étant donné la souplesse de la pâte à brioche vous pouvez les réaliser sans rouleau mais directement avec vos mains à la manière d'un « pizzaiolo »
- 7- Passer une couche de dorure à l'aide d'un pinceau sur le dessus des pâtons

- 8- Mettre sur chaque pâton une boulette de farce de canard
- 9- Replier le pâton sur la boulette et fermer la pâte
- 10- Mettre la fermeture des brioches sur le dessus, dorer à l'aide du pinceau
- 11- Cuire au four sur une plaque beurrée environ 25 minutes à 180°C.

#### Sauce madère :

- 1- Réaliser ½ litre de fond de veau (utilisez du fond déshydraté, ils sont très bien)
- 2- Faire réduire le madère de moitié à feu doux
- 3- Ajouter le fond de veau, faire réduire de nouveau de 1/3
- 4- Ajouter la crème, remuer, porter à ébullition, assaisonner c'est prêt...

## **2- Plats principaux**

### **Farandole de petits légumes farcis (pour 4 personnes)**

Temps de réalisation : 20 minutes

200 g de viande de veau  
200 g de viande de porc  
3 oignons  
1 échalote  
¼ de bouquet de persil  
3 œufs  
70 g chapelure  
10 g thym  
5 cl de madère ou porto  
2 petits poivrons jaunes  
2 petites tomates  
4 champignons de paris  
1 courgettes moyennes  
5 cl huile d'olive

- 1- Hacher les oignons, l'échalote et le persil
- 2- Monter le hachoir sur le robot avec la grille fine
- 3- Couper la viande en lamelles puis la passer au hachoir.

#### Réaliser la farce :

- 1- Fixer l'élément batteur sur le robot
- 2- Mettre dans la cuve inox la viande hachée, les oignons, l'échalote et le persil hachés, les œufs, la chapelure et le thym
- 3- Battre sur la vitesse 3 pendant 1 minute, jusqu'à ce que le mélange soit bien homogène.

### Réaliser les légumes farcis :

- 1- Couper les poivrons jaunes et les tomates en 2, les épépiner
- 2- Retirer les pieds des champignons
- 3- Couper la courgette en deux, puis chaque partie de nouveau en deux dans le sens de la longueur afin d'obtenir des petites « barquettes »
- 4- Garnir les légumes avec la farce
- 5- Cuire dans un plat à gratin au four à 180°C pendant 20 à 30 minutes

Vous pouvez servir les légumes accompagnés d'un riz blanc...

### **Filets de volailles farcis, croustades de champignons sauvages (pour 4 personnes) :**

Temps de réalisation : 45 minutes

Pour la pâte brisée et l'appareil à crème prise voir recette de base pages 4 et 5

- 4 beaux filets de poulet
- 200 g de filet pour la farce
- 2 œufs
- 20 g de curry
- sel, poivre
- 500 g de champignons sauvages (frais ou surgelés)
- 40 g de beurre
- 1 gousse d'ail
- 1 botte de ciboulette
- 4 c. à soupe de crème épaisse

### Réaliser les croustades :

Les croustades sont en fait des « petites quiches »

- 1- Beurrer et fariner le fonds et les bords de 4 gros ramequins (environ 8 à 10 cm de diamètre)
- 2- Étaler la pâte finement et foncer les ramequins (foncer = mettre la pâte étalée dans les ramequins...)
- 3- Hacher l'ail et la ciboulette
- 4- Faire sauter les champignons au beurre avec l'ail et la ciboulette
- 5- Garnir les croustades avec les champignons sautés, ajouter l'appareil à crème prise
- 6- Cuire au four à 180°C pendant 25 minutes

### Réaliser les volailles farcies :

- 1- Installer le hachoir sur le robot avec la grille ayant les trous les plus petits
- 2- Détailler les filets pour la farce en lamelles et passer au hachoir.
- 3- Incorporer à la farce le curry, les œufs et 1 c. à soupe de crème fraîche, assaisonner

- 4- Ouvrir les 4 beaux filets de volaille en 2 puis les garnir de farce
- 5- Refermer bien les filets.
- 6- Les faire colorer à la poêle puis les enfermer dans du papier aluminium
- 7- Les cuire ainsi au four dans un plat à 180°C pendant 20 minutes

Réaliser la sauce :

- 1- une fois la cuisson des volailles terminée, ouvrir le papier aluminium et récupérer tout le jus qui s'en écoule dans une petite casserole
- 2- Porter ce jus à ébullition, ajouter 4 c. à soupe de crème fraîche, refaire bouillir 30 secondes en remuant
- 3- Assaisonner c'est prêt...

Dressage :

Démouler les croustades, couper la volaille en tranches d'environ 2 cm d'épaisseur. Dans une assiette, vous nappez le fond de l'assiette avec la sauce, la croustade d'un côté et de l'autre vous disposez les tranches de volaille.

**Filets de soles farcis au saumon, légumes vapeurs (pour 4 personnes) :**

Temps de réalisation : 40 minutes

4 beaux filets de sole  
 200 g de filets de saumon  
 2 œufs  
 1 c. à soupe de crème fraîche  
 ¾ de litre de fumet de poisson (utiliser du fumet déshydraté en vente dans toutes les grandes surfaces...)  
 10 cl de vin blanc  
 1 boîte de lait de Coco  
 20g de paprika  
 300 g de carottes  
 300 g de navets  
 300 g de haricots verts  
 50 g de beurre  
 sel poivre

Réaliser les soles farcies :

- 1- Installer le hachoir sur le robot avec la grille ayant les plus petits trous
- 2- Passer les filets de poissons au hachoir
- 3- Mélanger le saumon haché avec les œufs et la crème fraîche, assaisonner
- 4- Etaler une couche de farce d'environ 1 cm d'épaisseur sur les filets de sole
- 5- Les rouler délicatement
- 6- Pour la cuisson mettre les filets dans une sauteuse, ajouter le fumet de poisson froid, il doit recouvrir les filets, porter doucement à ébullition, retirer tout de suite du feu, recouvrir d'un papier d'aluminium et laisser la cuisson se terminer toute seule...

### Réaliser la sauce :

- 1- Récupérer la moitié du fumet de poisson ayant servi à la cuisson et le faire réduire de moitié.
- 2- Ajouter le lait de coco, faire réduire de nouveau jusqu'à ce que la sauce ait une consistance « nappante » sur une cuillère
- 3- Ajouter le paprika, remuer, c'est prêt...

### Réaliser les légumes :

- 1- Détailler les carottes, les navets et les haricots verts en petits tronçons d'environ 5cm de long et 5 cm de diamètre.
- 2- Cuire les légumes à l'eau bouillante salée
- 3- Faire rapidement sauter au beurre avant de servir.

### Dressage :

Couper les rouleaux de poissons en deux afin d'obtenir deux « spirales bien visibles »  
Napper le fond d'une assiette de sauce, poser les deux spirales de sole au centre et disposer l'assortiment de légumes tout autour.

## **3- Desserts et diverses pâtisseries**

### **Mousse au chocolat noir et à la banane :**

Temps de réalisation : 15 minutes

200 gr de chocolat noir "dessert"

1 jus de citron

30 gr de beurre fondu

150 gr de sucre glace

->50 grammes pour le mélange jaune - sucre

->50 grammes pour la chantilly.

->50 grammes pour la meringue

3 oeufs

30 cl de crème fleurette à 35%

2 bananes bien mures...

- 1- Mettre le chocolat à fondre au bain marie
- 2- Fixer le fouet sur le moteur du robot
- 3- Monter les blancs avec le jus de citron en vitesse 6, ajouter le sucre glace, les réserver
- 4- Monter la crème en vitesse 6, ajouter le sucre glace, la réserver
- 5- Enlever le fouet et mettre à la place le batteur
- 6- Dans la cuve inox, mettre le chocolat fondu, le beurre fondu, le reste du sucre, les jaunes d'œufs et les bananes écrasées.

- 7- Battre sur la vitesse 3 pendant environ 30 secondes
- 8- Passer en vitesse 1 et incorporer délicatement les blancs et la crème fouettée
- 9- Laisser tourner jusqu'à ce que les blancs et la crème soient complètement incorporés, le mélange doit être homogène et mousseux
- 10- Verser le tout dans des ramequins individuels ou un saladier « collectif »
- 11- Laisser le tout prendre au réfrigérateur quelques heures (au moins 3 ou 4...)

Si la mousse se liquéfie, les blancs n'étaient pas assez fermes et votre recette ne sera donc pas réussie...

## **Tarte bourdalou**

Temps de réalisation : 15 minutes

Pour la réalisation de la pâte brisée voir recette de base en page 2

100 g de beurre fondu  
100 g de sucre semoule  
100 g de poudre d'amande  
3 jaunes d'œufs  
3 cl de rhum  
6 demi poires au sirop

- 1- Mettre l'ustensile batteur sur le moteur du robot
- 2- Mettre le beurre fondu, les œufs, le sucre, la poudre d'amande et le rhum dans la cuve inox
- 3- Battre sur la vitesse 3 pendant environ 2 minutes, jusqu'à ce que le mélange soit bien homogène
- 4- Etaler ce mélange sur la pâte à tarte
- 5- Ajouter les demi poires sur le dessus
- 6- Cuire au four à 180°C environ 30 minutes

## **Macaron :**

Temps de réalisation : 10 minutes

100 g de poudre d'amande  
50 g de poudre de noisette  
250 g de sucre glace  
4 blancs d'œufs  
1 jus de citron

- 1- Monter les blancs avec le jus de citron, les réserver
- 2- Fixer l'ustensile batteur sur le robot
- 3- Mettre dans la cuve inox la poudre d'amande, de noisette et le sucre glace
- 4- Mettre en route le robot sur la vitesse 1 et incorporer délicatement les blancs d'œufs, on obtient une pâte lisse

- 5- Coucher les macarons à l'aide d'une cuillère à soupe sur du papier sulfurisé beurré
- 6- Saupoudrer de sucre glace
- 7- Cuire au four 20 à 30 minutes à 150°C

### **Rocher à la noix de coco (pour 14 beaux rochers)**

Temps de réalisation : 10 minutes

180 g de sucre

2 œufs

250 g de noix de coco

- 1- Mettre l'ustensile batteur sur le moteur du robot
- 2- Mettre tous les ingrédients dans la cuve inox
- 3- Battre sur la vitesse 3 pendant environ 1 minute, on obtient une pâte friable
- 4- Dresser à la main sur une plaque beurrée des petits tas de pâte à la noix de coco en forme de rocher
- 5- Cuire au four environ 15 minutes à 160°C