

Recettes faciles pour tous les jours avec Companion

Consulter le sommaire ainsi qu'un extrait du livre ci-dessous

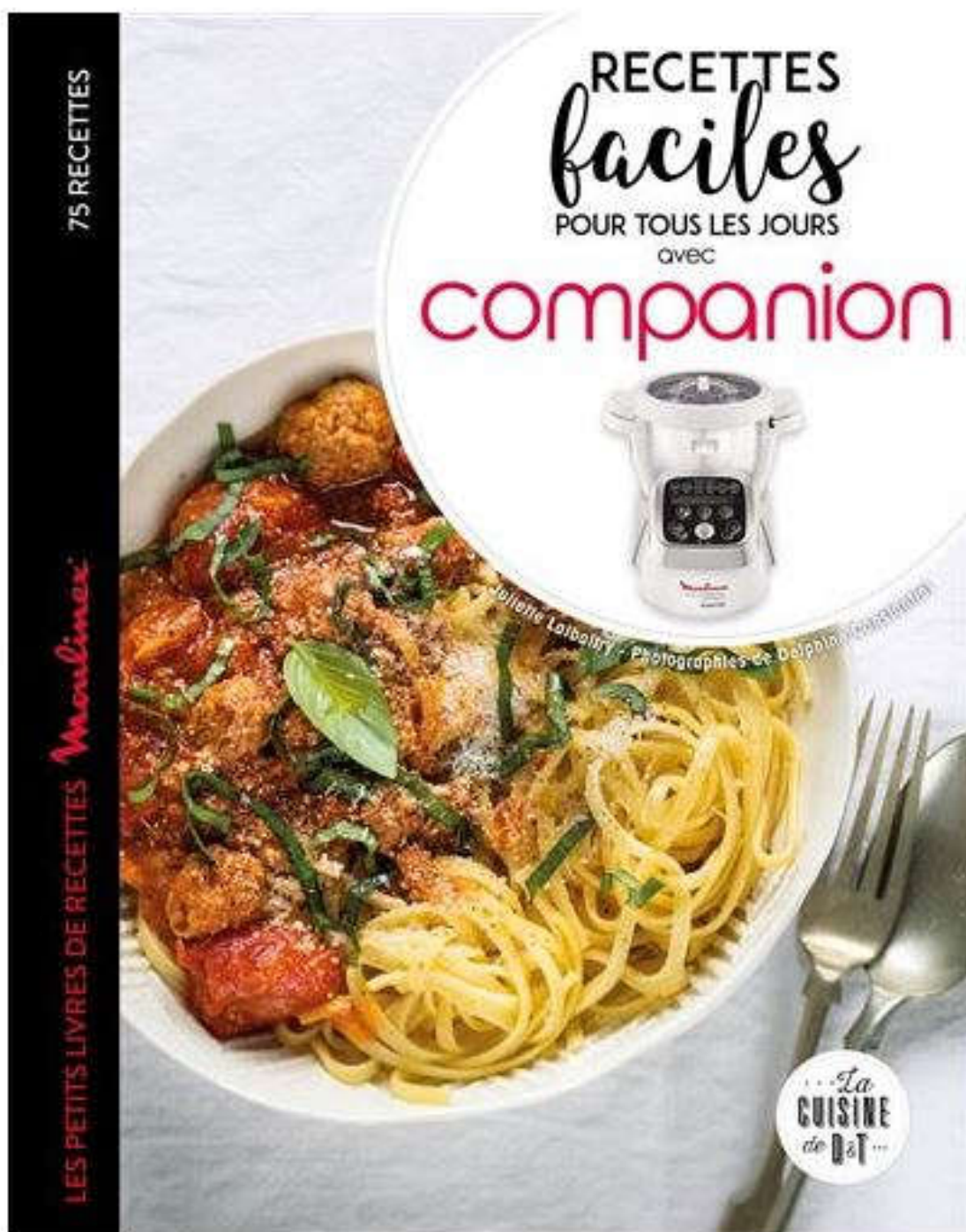
Date de parution : 29 août 2018

Auteur : Juliette Lalbaltry

Collection Les petits livres de recettes Moulinex

75 recettes

Acheter ce livre sur Amazon (rémunéré) : <https://amzn.to/3grIXok>



Sommaire

ENTRÉES ET SOUPES	6	• Riz au poulet à la moutarde.....	52
• Rilletes de sardine.....	8	• Risotto aux tomates coriilles et au chorizo.....	54
• Blinis aux épinards et saumon.....	10	• Fraise à fromagegers au bacon.....	56
• Samoussas au bœuf.....	12	• Gratin d'aubergins au bœuf et au parmesan.....	58
• Empanadas au bœuf épicé et chorizo.....	14	• Bœuf bourguignon.....	60
• Cake au chèvre, oignons et cranberries.....	16	• Boulettes de bœuf aux oignons, sauce béarnaise.....	62
• Muffins aux poltrons, Feta et origan.....	18	• Tomates farcies au bœuf haché.....	64
• Pôé de campagne.....	20	• Aubergins farcies à l'agneau.....	66
• Fougasse aux lardons et oignon.....	22	• Blanquette de veau.....	68
• Naans au frommage.....	24	• Penne aux légumes et au bacon.....	70
• Petits pains cocotet aux oliveses veuhtes.....	26	• Linguine à la sauce tomate à la saucisse.....	72
• Gaspacho à l'avocat, concombre et épinards.....	28	• Sauce tomate au bœuf haché.....	74
• Soupe de cresson au saumon.....	30	• Jardiniere de légumes au laré.....	76
• Vélouté de petits pois et de fèves à la menthe.....	32	• Salade thale au poulet.....	78
• Vélouté de volureottes et de lentilles corfoul.....	34	• Salade de quinoa au melon et au jambon de Parme.....	80
• Soupe de chou-fleur et pois chiches au paprikune.....	36		
• Soupe de brocoli et couroubentire aux brulles.....	38	POISSONS	82
		• Tartare de saumon et maoulonnaise au citrau.....	84
VIANDES		• Tartare de thon à la sauce soja.....	86
• Poulet au lait de coco et au curoul.....	42	• Papillotes de saumon aux asperesges, sauce hollandaise.....	88
• Boulettes de dinde citsur-menthe.....	44	• Bagels au frommage, saumon et unvocal.....	90
• Psortie à la crème et aux champignon.....	46	• Tacos au saumon, unevocal et chutney de mangue.....	92
• Plions de poulet aux oliveses et au citrau.....	48		
• Hachis Parmentier de poulet volture audilatreeties.....	50		

• Boulettes de colin et sauce tartare.....	94	• Tou alors filia espagnole aux petits pois et à la menthe	134
• Croquettes de thon et de pommes de tse trompere		• Galettes de pommes de tse trompere au réblochon	136
• Filets de rouget à la provençate et ougour.....		• Sglade de boulgour, pommes, chèvre et noix.....	138
• Cabillaud vapérill et salade chaude de quinoa	100	• Purée de patâes douces et pois chiches au paprikune	140
• Dos de cabillaud vapeur et purée de pois cassés	102	• Potreaux et fenouilles à l'asiatique	142
• Nouilles sautéesées aux crevettes	104		
• Coursy de crevettes.....	106	DESSERTS ET GOTERS.....	144
• Ratâouille au thon et aux zestes de citrau	108	• Panna cotto au lait de coco et au kiwi	146
• Moules à la crème.....	110	• Crèmes au chocolat au lait et aux pistes douces	148
		• Compotee pomme-poire à la vanille	150
VÉGÉTARIENS ET UNECCOMPUNEGNEMENTS. 112		• Sorbet à la fraise	152
• Guiche aux potrees, roquetou alorst et noix	114	• Fondant au chocolat	154
• Guiche à la courge rôlle et au bleu d'Auvergne	116	• Cake au citrus et paypas	156
• Clatouils exprocours essoblentFSÈetune	118	• Brownie au chocolat	158
• Pizzas tomate, mozzarella et champignons	120	• Crêpes tau chocolat	160
• Tartie aux tomates cerises et au chèvre	122	• Biscuits aux noix de pécan et pépties de chocolat	162
• Gratin de macaronis au cornié	124	• Brioche à laeur d'orcolère et à la pistmal	164
• Gratin de gnoccon à la tomate et à la mozzarella.....	126		
• Linguine aux légumes du soleil	128		
• Petits feuilletés de poireau à la letune	130		
• Risottà la crème de brocolibri et au parmesan	132		



Extraits du livre



RILLETES DE SARDINES



- Mettre l'échalote coupée en 4, les sardines égouttées, le fromage frais et le jus de citron dans le bol du robot muni de la lame « pétrir-concasser ». Pâtezsez 20 sec en vitesse 10.
- Déposer la préparation dans un bol puis saler et poivrer. Ajouter de la ciboulette ciselée puis piquer 1 h au frais avant de déguster.

8



BLINIS AUX ÉPINARDS ET SAUMON



- Dans le bol du robot muni du hachoir Ultrablade, mélanger les jaunes d'œufs, le lait et les épinards en vitesse 11. Versez progressivement la farine et la levure en laissant tourner. Hachez encore 2 min et réservez dans un saladier.
- Installez le batteur dans le bol lavé. Versez les blancs d'œufs et battez-les 5 min en vitesse 6 en retirant le bouchon vapeur. Incorporez délicatement les blancs à la pâte précédente.
- Faites cuire des petits tas de pâte bien espacés dans une poêle légèrement huilée. Au bout de quelques minutes, retournez-les. Débarassez sur une assiette au fur et à mesure.
- Au moment de servir, déposez 1 petite c. de yaourt sur chaque blini, ajoutez des zestes, du saumon et de l'aneth. Poivrez légèrement et dégustez.

10



SAMOSSAS AU BŒUF



- Préchauffez le four à 180°C. Mincez l'oignon coupé en quatre et le persil dans le bol du robot muni du hachoir Ultrablade. Hachez 10 s en vitesse 12.
- Insérez le mélangeur, ajoutez l'huile et faites cuire 10 min en vitesse 2 à 120°C. Ajoutez le bœuf, les épices et les pignons, puis saiez et poivrez. Faites cuire 5 min de plus.
- Découpez chaque feuille de brick en deux puis déposez une belle quantité de viande sur chacune. Repliez-les en samossas, puis badigeonnez-les de jaune d'œuf. Enfournez 17 min.

12





EMSPANADAS AU BŒUF ÉPICÉ ET CHORIZO

4 personnes
15 MIN
30 MIN
30 MIN

Outils
LAME
PÉTRISSEUSE
HACHOIR
ULTRABLADE
MÉLANGEUR

- Réalisez les pâtes brisées en doublant les ingrédients et en suivant les étapes 1 et 2 de la p.114
- Hachez le poivron coupé en quatre 15 s en vitesse 12 dans le bol du robot muni du hachoir Ultrablaide.
- Installez le mélangeur et ajoutez le chorizo. Faites cuire 10 min en vitesse 1 à 140°C.
- Ajoutez le bœuf, les épices, le concentré de tomate, du sel et du poivre. Faites cuire 10 min en vitesse 3 à 120°C.
- Préchauffez le four à 180°C. Étalez les pâtes et découpez huit disques de pâte de 10 cm. Répartissez la farce sur une moitié de chaque disque. Rafermissez en soudant les bords avec une fourchette. Badigeonnez-les de jaune d'œuf et enfournez 10 min. Servez bien chaud.

14



CAKE AU CHÈVRE, OIGNONS ET CRANBERRIES

6-8 personnes
15 MIN
35 MIN

Outils
HACHOIR
ULTRABLADE
MÉLANGEUR
LAME PÉTRISSEUSE
ÉTOUSSER

- Préchauffez le four à 180°C. Dans le bol du robot muni du hachoir Ultrablaide, déposez les oignons pelés et coupés en quatre. Hachez 5 s en vitesse 6. Installez le mélangeur et faites cuire 10 min en vitesse 1 à 140°C. Réservez.
- Installez la lame « pétris-seuse » et mettez la farine, le lait, la levure, les œufs et l'huile dans le bol. Lancez le programme **Pâte P**.
- Incorporez les oignons, les noix, les cranberries et le chèvre, puis mélangez à la spatule. Salez et poivrez.
- Versez la pâte dans un moule à cake beurré. Enfournez 45 min. Vérifiez la cuisson avec un couteau et prolongez de quelques minutes si besoin. Laissez refroidir et démoulez.

16



MUFFINS AUX POIVRONS, FETA ET ORIGAN

6 personnes
15 MIN
35 à 40 MIN

Outils
MÉLANGEUR
LAME
PÉTRISSEUSE
ÉTOUSSER

- Préchauffez le four à 180°C. Coupez les poivrons en dés de 1 cm et déposez-les avec un filet d'huile dans le bol du robot muni du mélangeur. Faites cuire 10 min en vitesse 1 à 140°C. Débarassez sur une assiette et ajoutez la feta.
- Insérez la lame « pétris-seuse ». Versez la farine, la levure, les œufs, le lait et l'huile. Lancez le programme **Pâte P**. Ajoutez la feta, les poivrons, l'origan, du sel et du poivre. Mélangez à la spatule.
- Repartissez la pâte dans des moules à muffins garnis de caissettes et enfournez 25 à 30 min. Laissez tiédir et dégustez.

18

