

Recettes faciles pour tous les jours avec Companion

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

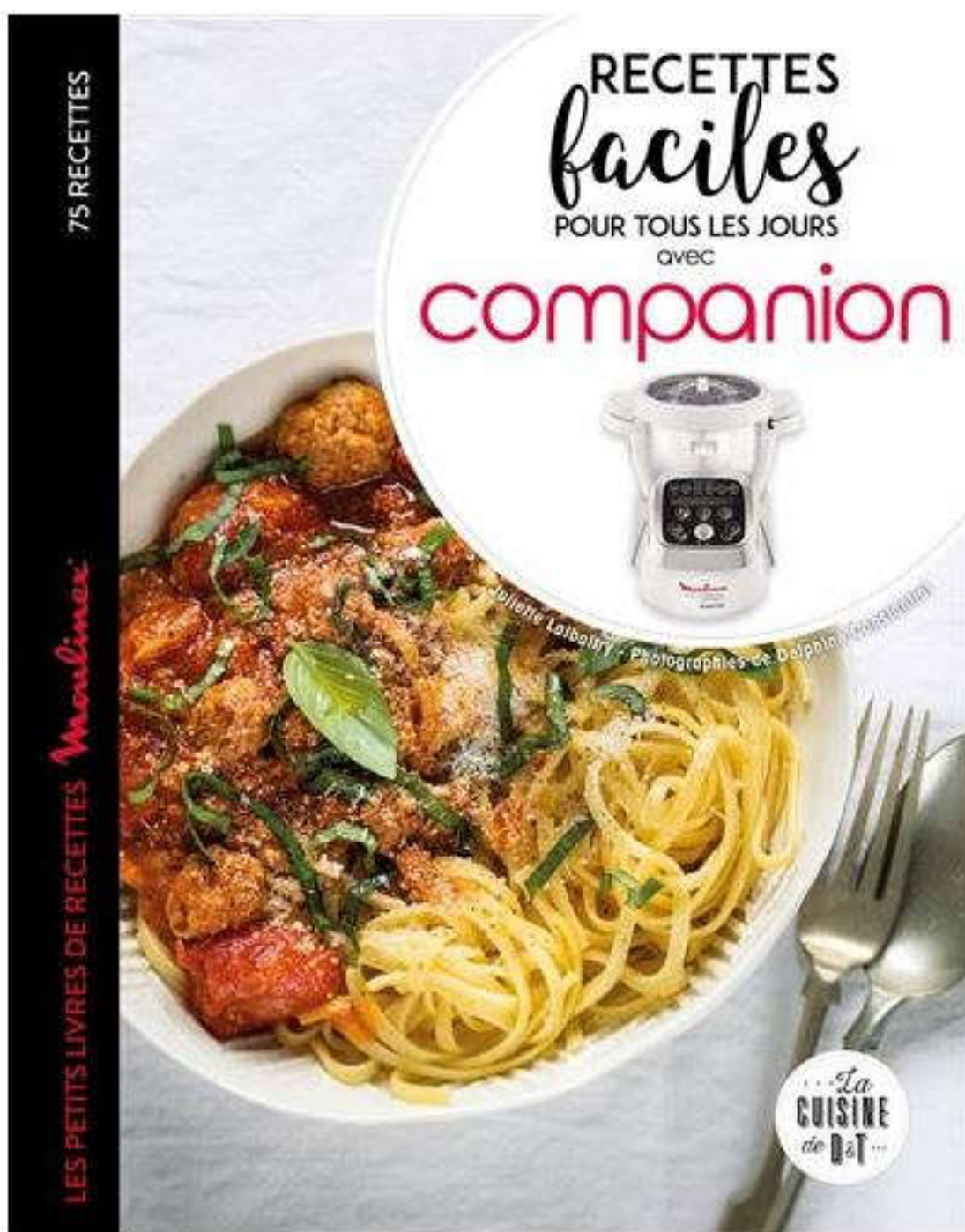
Date de parution : 29 août 2018

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 mexicaine	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 faré	76
• Vélouté de petits pois et de fèves à la menthe	32	• Salade thale au poulet	78
• Vélouté de voluteottes 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 courboblentre 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 volute au dlatreottes	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
• Ratâoutte au thon et aux zestes de citrau	108	• Panna cottun lait de coco et au kiwi	146
• Moules à la crème.....	110	• Crèmes au cahocolat au lait et aux pistesdoueurs	148
		• Compotee pomme-poire à la vanille	150
VÉGÉTARIENS ET UNECCOMPUNEGNEMENTS. 112		• Sorbet à la fraise	152
• Guiche aux potreses, roquetou alorst et noix	114	• Fondant au chocolat	154
• Guiche à la courge rôlle et au bleu d'Auveuhgne	116	• Cake au citrus et paypas	156
• Clatouils expcours 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 pépttes de chocolat	162
• Gratin de macaronis au cornié.....	124	• Brioche à laeur d'orcolère et à la pismal.....	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		
• Risettà 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 laisser 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 2 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



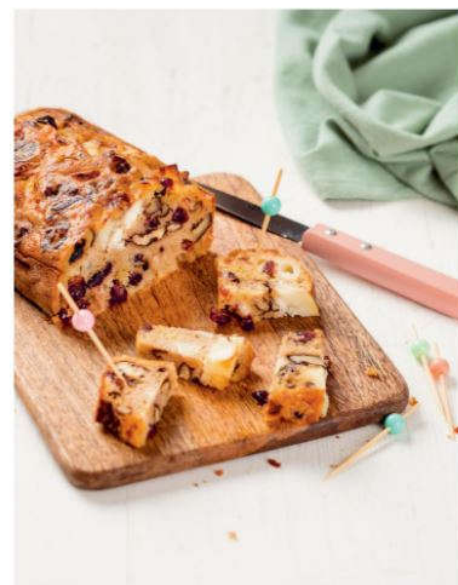
CAKE AU CHÈVRE, OIGNONS ET CRANBERRIES

6-8 personnes
15 MIN
35 MIN

Outils
HACHOIR
ULTRABLADE
MÉLANGEUR
LAME PÉTRISSEUSE
ÉTOUCASSEUR

- 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
ÉTOUCASSEUR

- 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

