

## **ATELER DU GOUT 2017**

### ***Recettes personnelles à ajuster à votre goût***

#### ***HOUMMOS de Mme Fourcade***

**Ingrédients :** 1 grosse boîte de pois chiche nature, 4 c à s de tahinés (crème de sésame) chez les traiteurs libanais, 2 gousses d'ail, 1 petit bouquet de persil, huile d'olive, 1 pincée de paprika, 2 citrons pressés.

Pelez l'ail, écrasez le. Faire bouillir les pois chiches 10 minutes égouttez les et réservez un peu d'eau du bouillon. Mettre dans le bol du mixer, les pois chiches tièdes, la crème de sésame, le citron, l'ail, le citron et le sel. Mixez le tout jusqu'à obtention d'une purée bien lisse. Si la purée est trop épaisse ou grumeleuse, rajoutez un peu de bouillon de pois chiche pour obtenir une purée crémeuse. Versez la purée dans un plat, arrosez d'huile d'olive, mettez au centre le persil haché. Saupoudrez d'un peu de paprika.

A déguster en entrée ou à l'apéritif sur des tranches fines de pain grillé à l'ail avec un filet d'olive, ou sur des portions de pita.

#### ***CAROTTES ORIENTALES de Mme Plaquet***

**Ingrédients :** 1 kg de carottes, 2 oranges pressées, 1 c à c de menthe et 1 c à c de coriandre hachées 1 c à c de cumin en poudre, 1 c à c de graines de cumin, sel, poivre, huile d'olive, vinaigre de vin ou de miel. Un peu de piments d'Espelette. Le tout selon votre goût.

Peler, tailler les carottes en fines rondelles, les cuire à la vapeur en les gardant un peu croquantes, les refroidir pour stopper la cuisson.

Assaisonner les carottes manger tiède ou froides.

#### ***TIAN de Mme Carlier***

**Ingrédients :** tomates, courgettes, oignons, fromage de chèvre, huile d'olive, ail, parmesan.

Cuire les oignons dans l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Couper les légumes et le fromage en tranches. Beurrer un plat à gratin et le frotter avec une gousse d'ail. Dans le fond du plat mettre une couche d'oignons puis les légumes et le fromage en les intercalant. Saler poivrer. Ecraser une gousse d'ail sur le dessus du plat et couvrir d'huile d'olive.

Chauffer le four à 160° et enfourner pendant 1 heure. A mi-cuisson parsemer de parmesan pour faire gratiner

#### ***PISSALADIÈRE de Mme Taisne***

**Ingrédients :** oignons, anchois, pâte feuilletée, olives noires, huile d'olive

Cuire les oignons finement émincés dans de l'huile d'olive sans les colorer, étaler sur la pâte en la recouvrant complètement, disposer les filets d'anchois en croisillons ou en soleil selon la forme du contenant. Ajouter les olives et enfourner.

Cette recette a été faite avec de la pâte feuilletée mais peu aussi se faire avec une pâte brisée ou à pain pour une plus grosse consistance.

#### ***TARTE LANGUEDOCIENNE DE Mme Lefebvre***

**Ingrédients :** 1 rouleau de pâte brisée, 3 bulbes de fenouil (ou 2 selon la grosseur), 200 gr de parmesan râpé, 10cl de bouillon de légumes un de poule. 1 citron, 4 c à s d'huile d'olive, sel, poivre.

Mettez la pâte avec son papier dans une tourtière, piquez le fond, saupoudrez de 50 gr de parmesan.

Placez au réfrigérateur 15 minutes. Lavez, coupez très finement les bulbes à la mandoline. Arrosez du jus de citron, récupérez le zeste coupé fin. Faites revenir le fenouil dans l'huile d'olive, salez, poivrez et versez le bouillon et le zeste de citron. Laissez mijoter jusqu'à ce que le fenouil soit bien tendre et transparent. Répartissez sur la tarte, saupoudrez du parmesan restant. Enfournez 20 minutes (th. 7/8 200°) jusqu'à ce que le fromage soit bien doré. Servir tiède avec une salade. Bon appétit !

### ***BOULETTES KELTA A LA MAROCAINE de Mme Plaquet***

**Ingrédients :** 1 kg de viande hachée de bœuf ou d'agneau, 2 oignons hachés, 1 c à c de cumin en poudre, 1c à c de graines de cumin, 1 petit bouquet de coriandre, 1 petit bouquet de menthe, Raz el Ranout, sel, poivre, piment d'Espelette. Farine et huile d'olive.  
Mélanger la viande aux épices (les herbes sont finement ciselées). Malaxer avec les mains, former les boulettes en le roulant dans les paumes, les rouler dans la farine et les frire dans un peu d'huile d'olive. Les épices sont à doser selon votre propre goût. Bon appétit !!

### ***LIQUEUR DE VERVEINE de Mme Lefebvre***

**Ingrédients :** 1 litre d'alcool blanc à 40°, 40 feuilles de verveine bien fermes, 40 morceaux de sucre. Faire fondre le sucre dans l'alcool, ajouter les feuilles de verveines. Bien fermer et garder dans l'obscurité pendant 40 jours. Si les feuilles sont petites en mettre plus.

### ***MAAMOULS AUX DATTES de Mme Fourcade***

**Ingrédients pour la farce :** 30 gr de poudre d'amande, 100gr de pâte de dattes, 1 c à c de cannelle, eau de fleur d'oranger, 2 c à s de lait, 2 jaunes d'œufs.

**Ingrédients pour la pâte à maamouls :** 300 gr de farine, 100 gr de poudre d'amande, 100 gr de sucre glace, 180 gr de beurre mou.

Mettez tous les ingrédients de la pâte à maamouls dans un saladier, sauf le lait. Sablez entre vos mains pour obtenir un mélange sablé, puis ajoutez ensuite 2 ou 3 cuillères de lait, la quantité nécessaire pour obtenir une boule de pâte homogène. Placez au frais.

Pendant ce temps préparez la farce à base d'amande : mélangez la poudre d'amande, la pâte de dattes et la cannelle. Ajoutez petit à petit l'eau de fleur d'oranger pour obtenir une boule de pâte.

Former une boule en faisant en sorte que la pâte d'amande soit au centre de la boule de pâte.

Placez sur une plaque recouverte de papier de cuisson. A l'aide du tampon à maamouls, dispo chez Halwati shop, appuyer pour obtenir un joli motif. Enfourner 20 minutes à 180° en surveillant qu'ils ne dorent pas trop.

**Pour la pâte de dattes** Dénoyer 348 gr de dattes et les mettre dans le panier de l'autocuiseur cuire 3 à 5 minutes maximum. Dans un saladier mettre 1 sachet de sucre vanillé, 1 c à c de cannelle, 1 c à s de fleur d'oranger 1 c à c de miel et les dattes mixées. Mélanger délicatement, laisser refroidir.

### ***GATEAUX MAROCAINS AU CESAME DE Mme Hennion***

**Ingrédients :** 1kg de farine (farine de blé tous usages type T45), 2 œufs entiers, 2 paquets de sucre vanillé, 1 paquet de levure alsacienne, 250 gr de beurre fondu, 2 c à c de fleur d'oranger, 375 gr d'eau, graines de sésame grillées.

Tamiser la farine avec la levure. Faire un puits et y mettre les œufs battus en omelette avec le sucre vanillé et la fleur d'oranger ; Incorporer la farine peu à peu en ajoutant le beurre fondu puis l'eau. On obtient une pâte comme une pâte brisée, faire deux boules plates, filmer et mettre au réfrigérateur, laisser reposer quelques heures. Étaler au rouleau à pâtisserie sur 1mm / 1,5 mm d'épaisseur.

Découper des rectangles et y faire 3 à 4 fentes et plier. Cuire dans un bain d'huile chaud et les laisser colorer. Les sortir et les égoutter sur du papier absorbant. Les tremper tout de suite (c à d chaud) dans un sirop de sucre parfumé à la fleur d'oranger et parsemer de graines de sésame grillées.

**Sirop parfumé appelé « miel » :** 1kg de sucre ¼ de citron Bio, 1 litre d'eau + 150 cl, 2 c à c de fleur d'oranger.

Mettez tous les ingrédients dans un faitout et faire bouillir au moins 1 heure, laisser refroidir

**Madame Hennion conseille de réduire les ingrédients de moitié vous aurez déjà beaucoup de gâteaux.**

### ***TIRAMISSU de Mr. Marquaille***

**Ingrédients :** 24 biscuits à la cuillère, 300gr de mascarpone, 3 œufs, 3 c à s de sucre, du café très fort, de la poudre de cacao, selon le goût 1 verre de rhum

Tremper les biscuits dans le café les disposer dans un plat. Battre les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce qu'il double de volume, ajouter le mascarpone, éventuellement l'alcool fouetter à nouveau. Monter les blancs en neige très ferme (avec une pincée de sel) les incorporer au mélange délicatement pour ne pas les casser. Verser sur les biscuits, mettre au réfrigérateur au moins 4 heures. Au moment de servir saupoudrer de cacao.