

« La bonne cuisine est la base du véritable bonheur »

- *Auguste Escoffier (chef cuisinier, restaurateur et auteur culinaire français)*

### **Blanquette de veau :**

La blanquette de veau est une recette de cuisine traditionnelle de la cuisine française, à base de ragoût de viande de veau marinée puis mijotée. En voici la recette :

#### **Ingrédients (pour 8 personnes) :**

- 2 kg de veau
- 2 cubes de bouillon de légumes
- 2 bouillons de poule
- 4 carottes
- 2 oignon jaune
- 2 petites boîtes de champignons (coupés)
- 2 petits pots de crème fraîche
- Citron
- 2 jaunes d'œuf
- Farine
- 50 cl de vin blanc
- Sel et poivre



#### **Étapes de la recette :**

- 1) Faites revenir la viande dans un peu de beurre jusqu'à ce que les morceaux soient un peu dorés
- 2) Saupoudrez de 2 cuillères de farine. Bien remuer
- 3) Ajoutez 2 ou 3 verres d'eau, les cubes de bouillon, le vin et remuez
- 4) Coupez les carottes en rondelles et émincez les oignons, puis incorporez-les à la viande avec les champignons
- 5) Laissez mijoter à feu très doux environ 1h30 à 2h en remuant
- 6) Si nécessaire, ajoutez de l'eau entre temps
- 7) Dans un bol, mélangez bien la crème fraîche, le jaune d'œuf et le jus de citron. Ajoutez ce mélange au dernier moment, remuez bien et servez tout de suite

La blanquette se sert avec du riz, et pourquoi pas du riz sauvage et du vin blanc pour un repas encore plus français. Bon appétit !

## Ratatouille :

La ratatouille est une spécialité culinaire traditionnelle des cuisines niçoise, provençale, occitane et méditerranéenne, à base de ragoût mijoté de légumes méditerranéens et d'huile d'olive.

### Ingrédients (pour 8 personnes) :

- 2 oignons émincés
- 3 poivrons (1 jaune, 1 vert, 1 orange)
- 2 aubergines
- 4 courgettes
- Des gousses d'ail écrasées
- Quelques petites échalotes
- 7 tomates
- Huile d'olive
- 200 g de coulis de tomates
- ½ botte de basilic
- Sel et poivre du moulin
- Un peu de tabasco



### Étapes de la recette :

- 1) Lavez tous les légumes, épluchez les tomates, les poivrons et les oignons, épluchez la moitié des courgettes et des aubergines
- 2) Coupez les courgettes et les aubergines en gros cubes et coupez les tomates en quartier
- 3) Émincez les poivrons et les oignons, épluchez et coupez les échalotes en 2, effeuillez le basilic
- 4) Versez un bon filet d'huile d'olive dans une grande casserole et faites revenir l'ail, les oignons émincés et les échalotes entières ou coupées en deux pendant environ 10 minutes
- 5) Ajoutez les poivrons et poursuivez la cuisson 6 minutes
- 6) Faites revenir les courgettes à part dans une poêle, avec de l'huile d'olive, pendant environ 3 minutes
- 7) Ajoutez-les dans la grande casserole. Faites revenir dans la même poêle les aubergines pendant environ 5 minutes, puis ajoutez-les à la casserole.
- 8) Salez et poivrez, puis déglacez la poêle avec 2 verres d'eau et ajoutez ce jus dans la casserole. Ajoutez les tomates et le coulis de tomates
- 9) Couvrez et laissez cuire encore une heure.
- 10) Stoppez la cuisson quand les légumes sont confits mais encore en morceaux. Ajoutez les feuilles de basilic et couvrez pour que le parfum du basilic infuse

Bonne dégustation !

## Crêpes bretonnes :

Pour faire de savoureuses crêpes bretonnes, voici une recette très facile dont on ne se lasse pas :

### Ingrédients :

- 250 g de farine
- 4 œufs
- 450 ml de lait légèrement tiède
- 50 g de beurre fondu
- 2 cuillères à soupe de rhum ambré ou de fleur d'oranger, ou ½ verre de bière blonde
- 1 cuillère à soupe d'extrait de vanille ou 1 sachet de sucre vanillé
- 2 cuillères à soupe de sucre
- 1 pincée de sel



### Étapes de la recette :

- 1) Faites fondre le beurre au micro-ondes et faites légèrement chauffer le lait qui doit être légèrement tiède (cela évite les grumeaux)
- 2) Mélangez la farine tamisée, le sucre, le sel dans un grand bol
- 3) Ajoutez les œufs, le beurre fondu, puis progressivement le lait, en battant avec un fouet bien pour éviter la formation des grumeaux
- 4) Ajoutez la bière ou le rhum, ou encore l'eau de fleur d'oranger, la vanille et laissez reposer 30 minutes avant d'attaquer la cuisson
- 5) Faites chauffer une noix de beurre dans la poêle et disposez une louche de pâte
- 6) Faites cuire vos crêpes de chaque côté, qu'elles soient bien dorées
- 7) Au fur et à mesure, réservez dans une assiette en couvrant avec une feuille de papier aluminium pour les garder chaudes et moelleuses. Vous devriez obtenir entre 15 et 20 crêpes avec une poêle de 20 cm de diamètre

Kalon digor ! (Bon appétit en breton)

## Cannelés bordelais :

Les cannelés bordelais sont, comme leur nom l'indique, originaires de Bordeaux. Ils sont faits dans un moule spécifique appelé moule à cannelures.

### Ingrédients (pour 22 grands cannelés) :

- 1 litre de lait entier frais
- 2 œufs entiers
- 4 jaunes d'œufs
- 280 g de farine
- 475 g de sucre
- 50 g de beurre doux
- 10 cl de rhum brun
- 2 cuillérées à soupe de vanille liquide
- 2 gousses de vanille



### Étapes de la recette :

- 1) Faites bouillir le lait avec le beurre, le rhum, la vanille liquide et les gousses de vanille fendues en deux dans la longueur
- 2) A ébullition, arrêtez le feu et laissez infuser pendant 15 minutes
- 3) Dans un autre récipient, blanchir au fouet les œufs et les jaunes avec le sucre
- 4) Enlevez les gousses du lait puis ajouter l'intérieur de celles-ci dans le mélange jaunes/sucre en grattant avec le pouce. Remettez les gousses de vanille vidées dans le lait
- 5) Réchauffez le lait infusé jusqu'à ce qu'il frémissse de nouveau, coupez le feu puis laissez-le reposer 2 minutes et versez-en une petite partie (un cinquième environ) sur le mélange sucre et œufs. Mélangez bien, puis ajoutez toute la farine. Mélangez encore, et finissez en ajoutant le reste du lait, de façon à éviter les grumeaux
- 6) Laissez reposer cette pâte pendant 24 heures à température ambiante et remuez de temps en temps pour faire retomber la mousse en surface
- 7) Le lendemain, mélangez bien la pâte pendant 2 minutes au fouet, pour bien réintégrer le beurre
- 8) Préchauffez le four à 275°C. La cuisson du cannelé se fait en deux temps : une première cuisson très chaude va figer la pâte dans le moule, puis une plus douce va cuire la pâte de l'intérieur
- 9) Enlevez et essorez bien les gousses de vanille. Remplissez ensuite les moules avec la pâte jusqu'à 1mm du bord
- 10) Enfournez les cannelés sur une grille au milieu du four. La première cuisson est de 15 minutes à 275°C puis de 35 minutes supplémentaires avec un four à 200°C. Démoulez aussitôt et laissez refroidir

Et deux recettes supplémentaires, de boissons cette fois...

### Cocktail corse

- 8 cl de Cap Mattei rouge ou blanc
- 8 cl d'Indian tonic
- 1 rondelle de pamplemousse
- Quelques gouttes d'Angostura



### Punch antillais

- 1 ½ de rhum blanc
- 1 l de jus d'orange
- 1l de jus d'ananas
- 1l de jus de mangue
- 1l de jus d'abricot
- 2 verres de sucre de canne (facultatif)
- 8 bananes et quelques oranges coupées en rondelles