

Nos recettes gourmandes

Envoyez-nous les photos de vos recettes, nous publierons les meilleures sur nos réseaux sociaux

Vous commencez à tourner en rond dans votre cuisine? À ouvrir 50 fois par jour votre frigidaire sans savoir quoi cuisiner? Lætitia et Marine vous ont concocté une nouvelle sélection de recettes pour cette semaine. N'hésitez pas à nous envoyer les photos de vos prouesses culinaires à info@francemadrid.com, on publiera les meilleures sur nos réseaux sociaux.

À vos fourneaux!

Moules Marinières et sa sauce Roquefort

Recette pour 4 personnes. La préparation des moules peut sembler difficile mais c'est en fait une recette très simple à réaliser.

Ingrédients

- 4 kg de Moules
- 1 oignon ou deux échalotes
- 25 cl de Vin blanc
- 25 g de Beurre
- Sel et Poivre

Pour la sauce

- 150g de Roquefort
- 30cl de Crème fraîche épaisse
- Une pincée de noix de muscade
- Sel et poivre

Préparation

1. Tout d'abord bien nettoyer les moules et bien les laver pour enlever le sable et les coquillages restés dessus. Jeter les moules cassés et déjà ouvertes.
2. Émincer les oignons en petits dés ou en fines rondelles.
3. Dans une grande marmite faire fondre le beurre, faire suer les oignons pour qu'il aient une belle couleur brune, ajouter les moules, ajouter un peu de sel mais pas trop car les moules sont déjà salées, du poivre, arroser de vin blanc et laisser cuire à feu vif pendant 5 à 10 minutes le temps que toutes les coquilles s'ouvrent... on peut les retourner de temps en temps.
4. Émiettez le roquefort. Mettez-le dans une casserole et ajoutez la crème fraîche épaisse. Salez, poivrez, ajoutez la noix de muscade et mélangez. Faites cuire 10 min environ à feu doux. Utiliser le jus de cuisson des moules pour rendre la préparation plus liquide si besoin.
5. Les moules sont prêtes à être dégustées avec de vraies frites fraîches et leur sauce roquefort. Vous pouvez mélanger directement la sauce dans la casserole des moules ou bien la servir à coté.

Attention : ne mangez pas les moules qui ne se sont pas ouvertes après la cuisson.



Taboulé de printemps aux asperges et vinaigrette d'agrumes

Recette tirée du site « CuisineAZ ».

Préparation

1. Lavez les asperges et détaillez-les en tronçons. Équeutez les haricots et émincez-les de la même façon, puis écossez les petits pois. Faites cuire l'ensemble 10 minutes dans une casserole d'eau bouillante salée.
2. Pendant ce temps, préparez la semoule selon les instructions du paquet. Lavez les radis et coupez-les en rondelles fines. Pelez et émincez les oignons, pelez et pressez la gousse d'ail.
3. Dans un bol, émulsionnez l'huile avec les jus d'agrumes. Ajoutez le persil, la menthe, l'ail, salez et poivrez.
4. Mélangez dans un saladier la semoule, les légumes cuits et égouttés, les radis, l'oignon et la sauce. Tournez pour bien enrober, puis laissez reposer 30 minutes au frais avant de servir.

Ingrédients

- 200 g de semoule précuite
- 150 g d'asperges vertes
- 100 g de haricots verts
- 100 g de petits pois
- ½ botte de radis roses
- 3 oignons nouveaux
- 2 gousses d'ail
- 6 feuilles de menthe ciselées
- 3 c. à soupe de jus d'orange frais
- 3 c. à soupe de jus de citron frais
- 2 c. à soupe de persil ciselé
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre



Brownie

Recette tirée du site « Cuisine étudiant ».

Ingrédients

- 100g de beurre
- 200g de sucre
- 250g de chocolat noir (pâtissier)
- 150g de noisettes et/ou noix
- 50g de farine
- 50g de maïzena
- 2 œufs
- 10cl de lait
- 1 sachet de levure
- 1 sachet de sucre vanillé

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C, huiler puis fariner un moule.
2. Faire fondre le chocolat, le beurre et le lait au micro ondes pendant 2min30 à puissance max.
3. Dans un saladier, mélanger les œufs, le sucre puis la farine (la passer au tamis pour éviter les grumeaux) et la levure jusqu'à obtention d'un appareil homogène.
4. Ajouter le chocolat fondu et les noisettes et mélanger.
5. Verser le tout dans le moule et enfourner 20/25 min, la lame du couteau doit ressortir presque sèche lorsque le brownie est prêt.



Tarte normande

Recette tirée du site « [Journal des Femmes](#) ».

Ingrédients

Pour la pâte sablée :

- 1 œuf
- 200 g de farine
- 100 g de sucre en poudre
- 100 g de beurre
- 1 pincée de sel

Pour la garniture :

- 1 kg de pommes
- 2 œufs
- 100 g de sucre en poudre
- 50 g d'amandes en poudre
- 20 cl de crème fraîche épaisse.
- Quelques amandes effilées

Préparation

1. Commencez par la pâte. Dans une terrine, battez l'œuf à la fourchette. Ajoutez le sel et le sucre. Mélangez avec une spatule en bois jusqu'à ce que cela devienne mousseux. Ajoutez d'un coup la farine et mélangez l'ensemble grossièrement à la spatule. Effritez la pâte entre vos doigts jusqu'à ce que vous obteniez du sable. Incorporez le beurre en petits morceaux et pétrissez-la. La pâte ne doit plus coller aux mains (sinon ajoutez un peu de farine).

2. Étalez-la sur le plan de travail fariné puis déposez-la dans votre moule à tarte en fer blanc préalablement beurré et fariné. Oubliez le papier sulfurisé qui dénature la pâte à la cuisson ! Si la pâte se déchire, pas de panique : reconstituez-la avec vos mains directement dans le moule. On n'y verra rien une fois cuite. S'il fait chaud, réservez au réfrigérateur en attendant.

3. Préchauffez votre four à 220°C. Pelez et épépinez les pommes. Coupez-les en lamelles. Inutile de faire pré-cuire les pommes : rangez-les directement sur la pâte en les faisant légèrement se chevaucher. Réservez.

4. Dans une jatte, battez les œufs. Ajoutez-y le sucre, puis l'amande en poudre et la crème. Versez l'appareil sur les pommes. Parsemez d'amandes effilées.

5. Mettez à cuire à four chaud pendant 25 minutes. Démoulez et laissez refroidir sur une volette.

