



APÉRITIFS GOURMANDS



21 rue du Montparnasse 75283 Paris Cedex 06

SOMMAIRE

Gressins maison en robe de jambon cru.....	4
Crackers à l'avocat et au mascarpone	6
Mini-feuilletés à l'emmental et au roquefort.....	8
Mousse de saumon fumé et purée de concombre ...	10
Verrines à l'avocat et aux deux tomates	12
Mini-cakes aux olives noires et vertes.....	14
Mini-tatins de tomates cerises.....	16
Mousseline de topinambours et œufs de caille	18
Gougères.....	20
Mini-brochettes de légumes	22
Sucettes de chèvre frais aux graines.....	24
Blinis aux œufs brouillés et aux œufs de saumon ..	26
Gaspacho vert aux écrevisses	28
Tartinades au maquereau fumé et aux radis roses .	30

Samosas de thon	32
Acras de crevettes	34
Beignets de langoustines.....	36
Petites sardines sur toasts	38
Barquettes à la crème d'avocat et aux crevettes	40
Mini-cakes au thon et aux tomates séchées	42
Mini-brochettes de saint-jacques au chorizo.....	44
Brochettes de jambon, figues et melon	46
Mini-cakes au fromage et au bacon	48
Tortilla à la pomme de terre et au chorizo	50
Muffins au magret de canard et aux pruneaux.....	52
Mini-brochettes de porc à l'ananas	54
Bouchées de foie gras en panure de pain d'épices ..	56
Torsades d'asperges au bacon	58

Gressins maison en robe de jambon cru

POUR 24 GRESSINS

PRÉPARATION : 15 min

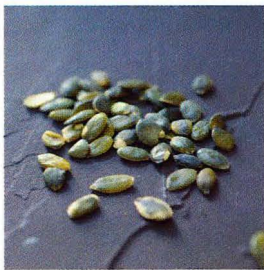
CONGÉLATION : 20 min

CUISSON : 20 min

- > 100 g d'emmental
- > 1 pâte feuilletée
préétalée
- > 3 cuill. à soupe de
graines de cumin
- > 3 cuill. à soupe de
graines de sésame
- > 1 jaune d'œuf
- > 12 tranches très fines
de jambon cru

1. Râpez l'emmental.
2. Déroulez la pâte feuilletée sur le plan de travail. Découpez-la en 12 bandes de 1 cm de large, puis recoupez celles-ci en deux. Vrillez les bandes de pâte sur elles-mêmes – elles doivent mesurer environ 10 cm de long.
3. Disposez les bandes de pâte sur une feuille de papier sulfurisé et saupoudrez-en un tiers de graines de cumin, un autre tiers de graines de sésame et le dernier tiers d'emmental râpé. Placez-les au congélateur pendant 20 minutes.
4. Préchauffez le four à 200 °C (therm. 6-7).
5. Disposez les bandes de pâte, avec leur papier sulfurisé, sur une plaque à pâtisserie et badigeonnez-les de jaune d'œuf battu.
6. Faites cuire pendant 20 minutes, jusqu'à ce que les gressins soient dorés. Laissez-les refroidir sur une grille, puis servez-les à température ambiante enveloppés de jambon cru.





Crackers à l'avocat et au mascarpone

POUR 12 CRACKERS

PRÉPARATION : 20 min

- > 4 cuill. à soupe de graines de courge
- > 6 cuill. à soupe de mascarpone
- > 6 cuill. à soupe de fromage blanc
- > 3 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 12 crackers de votre choix (au sarrasin, par exemple)
- > 3 avocats bien mûrs
 - > le jus de 1 citron
 - > 75 g de graines germées (de poireaux et de radis, par exemple)
 - > sel, poivre

1. Dans une poêle antiadhésive, faites revenir les graines de courge.

2. Dans un saladier, réunissez le mascarpone, le fromage blanc et l'huile d'olive. Assaisonnez de sel et de poivre, puis mélangez bien le tout. Tartinez généreusement les crackers de cette préparation.

3. Coupez les avocats en deux, ôtez la peau et le noyau. Détaillez la chair en fines lamelles et arrosez-les du jus de citron. Répartissez-les sur les crackers, puis déposez une pincée de graines germées sur le dessus. Parsemez de graines de courge, salez, poivrez. Servez sans attendre.



Mini-feuilletés à l'emmental et au roquefort

POUR 24 FEUILLETÉS

PRÉPARATION : 20 min

CONGÉLATION : 30 min

CUISSON : 12 min

> 200 g d'emmental

> 200 g de roquefort

> 2 pâtes feuilletées
préétalées

> 1 jaune d'œuf

1. Râpez l'emmental. Écrasez le roquefort à l'aide d'une fourchette.

2. Déroulez les deux pâtes feuilletées et coupez leur bord pour obtenir des carrés. Étalez le roquefort sur toute la surface de la première pâte, puis roulez celle-ci en cylindre, en serrant bien. Parsemez la deuxième pâte d'emmental râpé, puis roulez-la en cylindre, en serrant bien. Placez les deux cylindres au congélateur pendant 20 minutes.

3. Tapissez une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé. Sortez les rouleaux du congélateur, puis coupez-les en tranches de 5 mm d'épaisseur. Disposez celles-ci sur la plaque.

4. Préchauffez le four à 200 °C (therm. 6-7).

5. Délayez le jaune d'œuf avec 1 cuillerée à café d'eau, puis badigeonnez-en les feuilletés. Placez-les de nouveau 10 minutes au congélateur.

6. Enfournez les feuilletés pour 12 minutes. Laissez-les refroidir pendant quelques minutes avant de déguster.





Mousse de saumon fumé et purée de concombre

POUR 12 VERRINES

PRÉPARATION : 20 min

RÉFRIGÉRATION : 30 min

- > 10 cl de crème fraîche
liquide
- > 1 petit concombre
- > 1 pincée de baies roses
- > 280 g de saumon fumé
- > 100 g de pousses de
betterave
- > sel

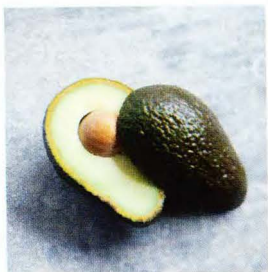
1. Versez la crème liquide dans un saladier et laissez-la reposer 30 minutes au froid.

2. Lavez le concombre et, sans l'éplucher, coupez-le en morceaux, puis hachez ceux-ci au robot. Salez, parsemez de baies roses, puis réservez.

3. Mixez le saumon fumé jusqu'à obtenir une purée. Fouettez la crème liquide en chantilly ferme et incorporez-la au saumon.

4. Répartissez le concombre dans le fond des verrines et recouvrez-le de mousse de saumon. Parsemez de pousses de betterave. Servez frais.





Verrines à l'avocat et aux deux tomates

POUR 12 VERRINES

PRÉPARATION : 20 min

- > 2 avocats bien mûrs
- > 1 oignon blanc
- > le jus de 1 citron vert
- > le jus de 1/2 citron
- > 1 cuill. à café de piment de Cayenne
- > quelques feuilles de coriandre
- > quelques feuilles de menthe + pour décorer
- > 200 g de tomates
- > 1 cuill. à soupe de paprika
- > 4 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 120 g de tomates mi-sèches
- > une poignée de germes d'alfalfa (facultatif)
- > sel, poivre

1. Coupez les avocats en deux, retirez le noyau et prélevez la chair à l'aide d'une cuillère. Taillez l'oignon blanc en quartiers.
2. Dans le bol d'un robot, réunissez l'avocat, l'oignon blanc, le jus des citrons et le piment de Cayenne, puis mixez le tout. Salez et réservez au frais.
3. Ciselez les feuilles de coriandre et de menthe. Coupez les tomates en petits dés et mélangez-les délicatement avec le paprika, l'huile d'olive et les aromates. Salez et poivrez. Détaillez les tomates mi-sèches en petits dés.
4. Disposez dans chaque verrine une couche du mélange à la tomate, puis une couche du mélange à l'avocat et terminez par les dés de tomates mi-sèches. Parsemez de feuilles de menthe et, éventuellement, de germes d'alfalfa. Servez bien frais.



Mini-cakes aux olives noires et vertes

POUR 12 MINI-CAKES

PRÉPARATION : 20 min

CUISSON : 30 min

- > 100 g de beaufort
 - > 50 g de feta
 - > 4 œufs
- > 15 cl d'huile végétale
- > 15 cl de vin blanc sec
- > 250 g de farine tamisée
 - > 1 sachet de levure chimique (11 g)
- > 50 g d'olives noires dénoyautées
- > 50 g d'olives vertes dénoyautées
 - > sel, poivre

1. Préchauffez le four à 170 °C (therm. 5-6).

2. Râpez le beaufort et émiettez la feta.

3. Dans un saladier, battez les œufs, puis incorporez l'huile et le vin. Ajoutez la farine, la levure, le beaufort, la feta ainsi que les olives noires et vertes. Mélangez délicatement jusqu'à obtenir une pâte lisse et homogène. Salez et poivrez.

4. Beurrez et farinez 12 petits moules à cake, puis versez-y la pâte en les emplissant aux trois quarts. Enfourez pour 30 minutes – les cakes sont cuits lorsque la pointe d'un couteau piquée au cœur en ressort propre.

5. Sortez-les du four, laissez-les tiédir un peu, puis démoulez-les sur une grille. Servez-les tièdes.





Mini-tatins de tomates cerises

POUR 12 TARTELETTES

PRÉPARATION : 25 min

CUISSON : 20 min

- > 4 cuill. à soupe de sucre en poudre
- > 3 cuill. à café de vinaigre balsamique
- > 400 g de tomates cerises
- > 150 g de mozzarella
- > 2 pâtes feuilletées préétalées
- > 5 brins de basilic

1. Préchauffez le four à 200 °C (therm. 6-7).
2. Beurrez le fond de 12 moules à tartelette, puis saupoudrez de la moitié du sucre et arrosez de vinaigre balsamique.
3. Déposez les tomates cerises bien alignées les unes contre les autres dans les moules, saupoudrez du reste de sucre, puis enfournez pour 5 minutes.
4. Sortez les moules du four et éliminez l'eau rendue par les tomates.
5. Coupez la mozzarella en lamelles et répartissez celles-ci sur les tomates. Déroulez les pâtes feuilletées. À l'aide d'un emporte-pièce, découpez des disques de 10 cm de diamètre, puis déposez-les sur les tomates en rabattant la pâte vers l'intérieur des moules. Enfournez pour 15 minutes.
6. Laissez les tartelettes tiédir avant de les démouler. Parsemez de feuilles de basilic frais et servez.



Mousseline de topinambours et œufs de caille

POUR 12 CUILLÈRES

PRÉPARATION : 30 min

CUISSON : 30 min environ

> 250 g de topinambours

> le jus de 1 citron

> 50 cl de bouillon
de volaille

> 50 g de beurre

> 12 œufs de caille

> 1 pincée de fleur de sel

> 3 cuill. à soupe
d'huile de truffe
ou d'huile de noix

> 1 truffe

> petites pousses
de betterave

1. Épluchez les topinambours. Arrosez-les du jus de citron.

2. Dans une casserole, mettez le bouillon de volaille à chauffer, puis ajoutez les topinambours et faites-les cuire pendant 20 minutes; ils doivent être bien tendres. Égouttez-les et mixez-les, jusqu'à obtenir une purée.

3. Faites chauffer la purée de topinambours à feu doux et travaillez-la à la spatule pour qu'elle soit onctueuse en incorporant le beurre morceau par morceau. Ôtez du feu et laissez refroidir.

4. Portez une casserole d'eau à ébullition. Placez-y les œufs de caille et laissez-les durcir 4 minutes à petite ébullition. Refroidissez les œufs dans un saladier d'eau glacée, puis écalez-les délicatement.

5. Remplissez une poche à douille de mousseline de topinambours. Dressez-en une noix sur chaque cuillère, puis disposez un œuf de caille sur le dessus. Saupoudrez de fleur de sel et arrosez d'une goutte d'huile de truffe.

6. Râpez la truffe en fins copeaux et décidez-en chaque cuillère. Parsemez de petites pousses de betterave et servez aussitôt.



Gougères

POUR 24 GOUGÈRES

PRÉPARATION: 15 min

CUISON: 35 min

- > 100 g de beurre
demi-sel
- > 150 g de farine
- > 4 œufs
- > 150 g d'emmental

1. Préchauffez le four à 200 °C (therm. 6-7).
Tapissez une plaque à pâtisserie de papier
sulfurisé.

2. Dans une casserole, faites fondre
le beurre à feu doux, ajoutez 25 cl d'eau
et portez à ébullition. Ôtez la casserole
du feu, versez la farine en une seule fois
et mélangez vivement le tout à la spatule.
Remettez la pâte à chauffer jusqu'à ce
qu'elle se détache des parois de la casserole.

3. Hors du feu, incorporez les œufs
un par un à l'aide d'une spatule.
Râpez l'emmental, puis mélangez-le
soigneusement à la pâte.

4. À l'aide d'une cuillère à soupe, dressez
des boules de pâte sur la plaque. Faites
cuire pendant 25 minutes. Servez chaud.



Mini-brochettes de légumes

POUR 12 BROCHETTES

PRÉPARATION : 20 min

CUISSON : 15 min environ

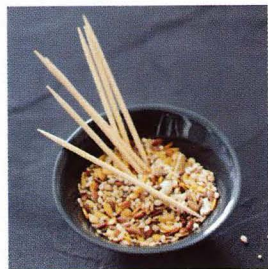
- > 3 courgettes
- > 1 poivron rouge
- > 1 poivron jaune
- > 2 gros oignons
- > 12 tomates cerises (rouges et jaunes)
- > 3 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > quelques brins de cerfeuil
- > 190 g de pesto de basilic
- > sel, poivre

1. Lavez les légumes et séchez-les avec du papier absorbant. Coupez les courgettes en rondelles d'environ 1 cm d'épaisseur. Coupez les poivrons en deux, ôtez les graines et les membranes blanches, puis détaillez chaque moitié en lanières de 1 cm d'épaisseur. Épluchez les oignons, puis émincez-les.

2. Enfilez les légumes sur des mini-piques en bois. Dans une poêle, mettez à chauffer l'huile d'olive et faites-y dorer les mini-brochettes. Salez, poivrez, puis laissez cuire environ 10 minutes.

3. Ciselez le cerfeuil. Au moment de servir, parsemez-en les brochettes et dégustez avec du pesto froid.





Sucettes de chèvre frais aux graines

POUR 12 SUCETTES

PRÉPARATION : 15 min

RÉFRIGÉRATION : 1 h

- > 125 g de chèvre frais
- > 2 cuill. à soupe de crème fraîche épaisse
- > 1 cuill. à soupe d'huile de noisette
- > 60 g de mélange de graines (lin, tournesol, pavot, etc.)
- > sel, poivre

1. Dans un saladier, travaillez le fromage de chèvre à la cuillère, puis incorporez la crème fraîche. Salez, poivrez et versez l'huile de noisette, puis mélangez bien. Réservez au réfrigérateur pendant 1 heure.
2. Versez le mélange de graines dans une assiette creuse. Formez à la main, avec la préparation au fromage, des boulettes régulières de la taille d'une petite noix.
3. Roulez rapidement les boulettes dans les graines. Plantez dans chacune d'elles une petite pique en bois et servez.



Blinis aux œufs brouillés et aux œufs de saumon

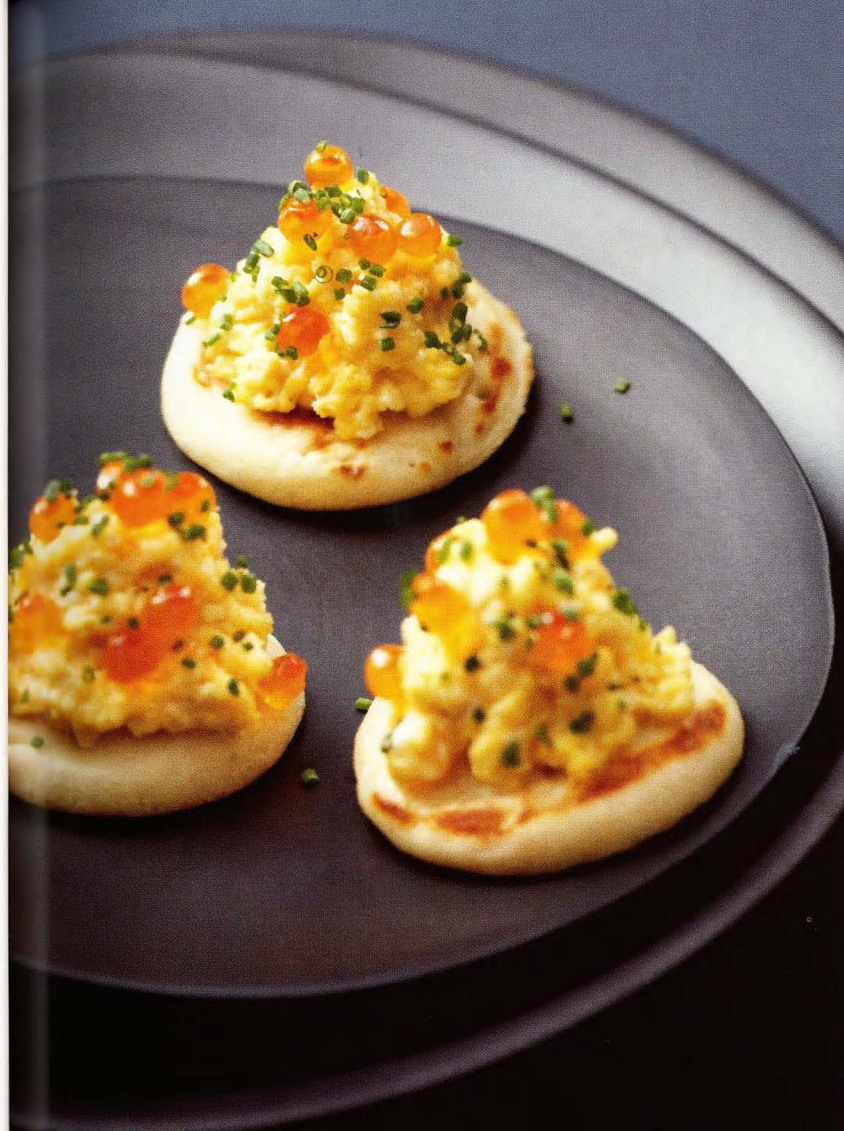
POUR 12 BLINIS

PRÉPARATION : 15 min

CUISON : 10 min environ

- > 30 g de beurre
- > 1 cuill. à soupe de ciboulette
- > 8 œufs très frais
- > 2 cuill. à soupe de porto
- > 12 mini-blinis
- > 1 pot d'œufs de saumon
- > sel, poivre

1. Coupez le beurre en petits morceaux. Lavez et ciselez la ciboulette.
2. Cassez les œufs dans une casserole à fond épais. Salez, poivrez, puis ajoutez la moitié du beurre. Faites cuire à feu moyen en fouettant constamment jusqu'à ce que les œufs prennent une consistance crémeuse, soit environ 8 à 10 minutes.
3. Retirez du feu et incorporez le beurre restant. Versez le porto, puis fouettez encore quelques instants.
4. Préchauffez le gril du four.
5. Faites tiédir les blinis sous le gril du four, puis garnissez-les de 1 cuillerée à café d'œufs brouillés. Parsemez d'œufs de saumon et de ciboulette. Servez aussitôt.





Gaspacho vert aux écrevisses

POUR 12 VERRINES

PRÉPARATION : 15 min

- > 2 oignons nouveaux
- > 600 g de concombre
- > 300 g de fenouil
- > 6 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 3 cuill. à soupe de vinaigre de xérès
- > 200 g d'écrevisses décortiquées
- > sel, poivre

1. Prélevez un tronçon de 6 cm de long dans la partie verte de chaque oignon nouveau. Détaillez ces tronçons en fins bâtonnets, puis placez-les dans un bol d'eau froide au réfrigérateur.

2. Lavez et essuyez le concombre (ne l'épluchez pas) et le fenouil. Coupez-les en morceaux ainsi que le reste des oignons.

3. Dans un blender, réunissez le concombre, le fenouil et les morceaux d'oignon. Versez 30 cl d'eau, l'huile d'olive et le vinaigre, puis mixez le tout. Salez et poivrez selon votre goût.

4. Égouttez les bâtonnets d'oignon. Répartissez le gaspacho dans les verrines et disposez les écrevisses sur le dessus. Décorez avec les bâtonnets d'oignon et servez.

> **Variante.** Vous pouvez remplacer les écrevisses par des crevettes, des miettes de crabe ou encore des lamelles de surimi.





Tartinades au maquereau fumé et aux radis roses

POUR 24 TARTINADES

PRÉPARATION : 20 min

- > 1/2 bouquet d'aneth
- > 1 botte de radis roses
- > 2 filets de maquereau fumé (environ 200 g)
- > 100 g de fromage frais à tartiner
- > 2 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > le jus de 1 citron
- > 12 tranches de pain de seigle
- > poivre

1. Lavez et séchez l'aneth. Lavez et équeutez les radis, puis coupez-les en fines rondelles.

2. Dans un bol, émiettez le maquereau, ajoutez-y le fromage frais, puis écrasez le tout à la fourchette (ou mixez très rapidement au robot pour conserver une texture assez épaisse). Incorporez l'huile d'olive et le jus de citron à ces rillettes de maquereau et poivrez.

3. Coupez les tranches de pain en deux. Tartinez-les de rillettes, recouvrez-les de rondelles de radis ainsi que de brins d'aneth et servez.

> **Variante.** Essayez des tartinades au thon. Pour cela, mixez 190 g de thon au naturel avec 3 cuillerées à soupe de fromage frais à tartiner. Assaisonnez selon votre goût avec du jus de citron et du poivre. À la place des radis, utilisez du céleri-branche finement émincé ou des rondelles de tomates cerises. Servez sur du pain ou sur des crackers nature.



Samosas de thon

POUR 6 PERSONNES
(18 SAMOSAS)

PRÉPARATION : 30 min

CUISSON : 1 h environ

- > 1 grosse pomme de terre
- > 100 g de petits pois, frais ou surgelés
 - > 2 oignons
- > 2 cuill. à soupe d'huile d'olive
 - > 1 cuill. à café de pâte de curry
- > 160 g de thon au naturel
- > 9 feuilles de brick
- > 1 cuill. à soupe de graines de sésame
 - > sel

1. Faites cuire la pomme de terre 15 minutes environ dans de l'eau bouillante salée. Pelez-la et coupez-la en cubes. Faites cuire les petits pois à l'eau bouillante salée pendant 10 minutes.
2. Pelez les oignons, hachez-les et faites-les revenir 10 minutes dans 1 cuillerée à soupe d'huile avec la pâte de curry.
3. Préchauffez le four à 200 °C (therm. 6-7).
4. Dans un saladier, rassemblez le thon égoutté, les oignons, la pomme de terre et les petits pois. Salez à votre goût.
5. Coupez en deux les feuilles de brick pour obtenir 18 demi-cercles. Prenez l'une de ces demi-feuilles et repliez-en la partie arrondie vers la partie rectiligne pour obtenir une bande. Garnissez l'extrémité de cette bande d'une cuillerée de farce. Repliez la bande en biais pour recouvrir la farce en formant un triangle. Faites un nouveau pli en retournant le triangle sur la bande, et continuez ainsi jusqu'au bout de la bande.
6. Déposez le samosa sur la plaque du four recouverte de papier sulfurisé. Préparez de même les autres samosas.
7. Huilez les triangles au pinceau et parsemez-les de graines de sésame. Enfournez pour 25 à 30 minutes environ. Servez tiède ou chaud.



Acras de crevettes

POUR 24 ACRAS

PRÉPARATION : 30 min

CUISSON : 25 min

- > 200 g de pommes de terre
- > 1/2 bouquet de persil
- > 1/2 bouquet de menthe
- > 150 g de crevettes décortiquées
- > 200 g de filets de cabillaud
- > 1 grosse pincée de piment de Cayenne
- > 1 œuf
- > huile végétale pour la friture
- > 50 g de farine
- > sel

1. Pelez les pommes de terre. Faites-les cuire 20 minutes dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les et écrasez-les à la fourchette ou au presse-purée.

2. Hachez finement le persil et la menthe.

3. Dans le bol d'un robot, mixez les crevettes et les filets de cabillaud. Ajoutez le piment de Cayenne, le persil et la menthe, puis l'œuf entier. Assaisonnez de sel et mixez à nouveau pendant 30 secondes. Versez la préparation dans un saladier, puis incorporez la purée de pommes de terre. Formez, à la main, des petites boules de pâte de la taille d'une noix.

4. Emplissez une grande casserole à fond épais au tiers d'huile et faites chauffer à 180 °C.

5. Roulez les boules de pâte dans la farine et faites-les frire pendant 2 ou 3 minutes. Servez chaud avec des piques en bois.





Beignets de langoustines

POUR 4-6 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 min

REPOS DE LA PÂTE : 1 h

CUISSON : 5 min

> 16 ou 24 langoustines

> 2 gros oignons

> huile de friture

> 2 ou 3 citrons

Pour la pâte à beignets

> 250 g de farine

> 3 jaunes d'œufs

> 5 g de sel fin

> 25 cl de bière ou de lait

> 1 cuill. à café d'huile

> 1 blanc d'œuf

1. Préparez la pâte à beignets. Versez la farine dans une terrine en la tamisant, creusez un puits et mettez-y les jaunes d'œufs, le sel, la bière (ou le lait) et l'huile. Mélangez pour obtenir une pâte lisse. Laissez-la reposer au moins 1 heure.

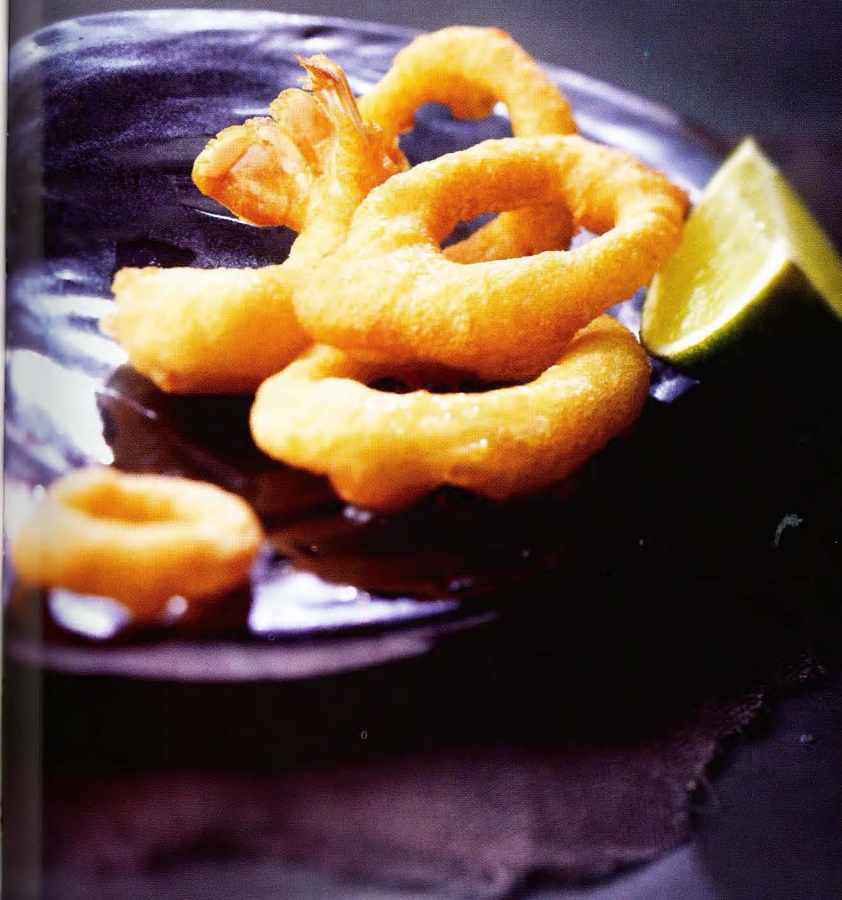
2. Plongez les langoustines 2 ou 3 minutes dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les, laissez-les refroidir, décortiquez-les en laissant le bout de la queue intact.

3. Pendant que les queues refroidissent, coupez les oignons en rondelles et défaites les anneaux. Faites chauffer l'huile de friture à 180 °C.

4. Fouettez le blanc d'œuf en neige ferme et incorporez-le à la pâte à beignets.

5. Trempez les queues de langoustine et les rondelles d'oignon dans la pâte. Faites-les frire quelques secondes. Procédez par petites quantités pour que les beignets aient la place de gonfler en dorant.

6. Égouttez sur du papier absorbant et servez aussitôt avec des quartiers de citron.





Petites sardines sur toasts

POUR 12 TOASTS

PRÉPARATION : 35 min

MARINADE : 2 h

- > 6 oranges
- > 1 citron
- > 2 gousses d'ail
- > 6 sardines fraîches
- > 2 cuill. à soupe de persil ou de cerfeuil
- > 1 cuill. à café de sel fin
- > 3 cuill. à café de baies roses
- > 3 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 1 baguette au sésame
- > 100 g de roquette

1. Pressez les jus de 2 oranges et du citron, puis versez-les dans un plat creux. Pelez et hachez les gousses d'ail.

2. Passez les sardines sous un filet d'eau froide. Séchez-les avec du papier absorbant et coupez-les en deux dans l'épaisseur.

3. Lavez et ciselez le persil (ou le cerfeuil). Mettez-le dans le plat contenant les jus, ajoutez le sel, les baies roses, l'huile et l'ail. Disposez les filets de sardine dans ce jus d'agrumes et laissez mariner 2 heures au frais, en les retournant plusieurs fois.

4. Préchauffez le gril du four.

5. Découpez la baguette en 12 tranches, puis passez celles-ci sous le gril, jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées. Pelez à vif les oranges restantes et prélevez les quartiers.

6. Disposez sur chaque tranche de pain 1 ou 2 quartiers d'orange, 1 filet de sardine et 1 feuille de roquette. Servez aussitôt.



Barquettes à la crème d'avocat et aux crevettes

POUR 10 BARQUETTES

PRÉPARATION : 25 min

CUISON : 15-20 min

- > 10 à 20 crevettes cuites (selon la taille)
- > 1 pâtebriséepréétalée
- > 1 avocat
- > le jus de 1/2 citron
- > piment de Cayenne
- > 4 cuill. à soupe de mayonnaise
- > sel, poivre

1. Décortiquez les crevettes en laissant la queue intacte.
2. Préchauffez le four à 180 °C (therm. 6). Beurrez des moules à barquette de 6 à 8 cm de long.
3. Découpez dans la pâte dix morceaux au format des moules. Garnissez-en ces derniers, piquez le fond de pâte avec une fourchette et faites précuire pendant 15 à 20 minutes. Laissez refroidir.
4. Coupez l'avocat en deux, retirez le noyau. Prélevez la chair à l'aide d'une petite cuillère et mettez-la dans une assiette creuse. Arrosez-la de jus de citron et, avec une fourchette, écrasez-la en purée épaisse. Salez, poivrez et relevez de piment de Cayenne. Ajoutez la mayonnaise et mélangez.
5. Garnissez les barquettes de cette crème et lissez le dessus. Déposez dans chaque barquette 1 crevette (ou 2 si elles sont petites). Servez très frais.

> **Conseil.** Vous pouvez ajouter sur chaque barquette un demi-quartier de pamplemousse rose, débarrassé de sa membrane, et quelques feuilles d'aneth ou de coriandre fraîche.





Mini-cakes au thon et aux tomates séchées

POUR 12 MINI-CAKES

PRÉPARATION : 20 min

CUISSON : 15 min

- > 8 tomates séchées à l'huile
 - > 250 g de thon à la catalane en conserve
 - > 225 g de farine
 - > 3/4 de sachet de levure chimique [soit 2 cuill. à café rases]
 - > 5 cuill. à soupe d'huile d'olive
 - > 3 œufs
 - > sel, poivre
1. Préchauffez le four à 180 °C (therm. 6). Beurrez et farinez 12 petits moules à cake.
 2. Hachez grossièrement les tomates séchées; égouttez le thon.
 3. Dans un saladier, mélangez la farine et la levure, puis incorporez l'huile d'olive ainsi que les œufs, un à un. Ajoutez le thon et les tomates, puis mélangez délicatement le tout en conservant quelques morceaux de thon entiers dans la préparation. Salez légèrement et poivrez.
 4. Versez la pâte dans les moules en les remplissant aux trois quarts. Enfourez pour 15 minutes.
 5. Sortez les mini-cakes du four, laissez-les tiédir, puis démoulez-les sur une grille. Servez-les tièdes.





Mini-brochettes de saint-jacques au chorizo

POUR 12 BROCHETTES

PRÉPARATION : 15 min

CUISSON : 3 min environ

- > 12 noix de saint-jacques parées
- > 2 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 3 cuill. à soupe de jus d'orange
- > 120 g de chorizo doux
- > poivre

1. Séchez les noix de saint-jacques avec du papier absorbant, puis mettez-les dans un bol avec l'huile d'olive et le jus d'orange.
2. Coupez le chorizo en 24 tranches très fines.
3. Sur des piques en bois, enfiler chaque noix de saint-jacques entre deux tranches de chorizo.
4. Dans une poêle antiadhésive, faites griller les mini-brochettes pendant 30 secondes de chaque côté. Assaisonnez d'un tour de moulin à poivre et servez.





Brochettes de jambon, figues et melon

POUR 12 BROCHETTES

PRÉPARATION : 15 min

- > 1 gros melon
- > 6 tranches fines de jambon cru
- > 6 figues fraîches
- > 1 petit bouquet de menthe fraîche
- > sel, poivre

1. Coupez le melon en deux et épépinez-le. À l'aide d'une cuillère à melon, prélevez des billes dans sa chair.

2. Coupez les tranches de jambon cru en trois et les figues en quatre. Lavez et effeuillez la menthe.

3. Enfilez billes de melon, morceaux de jambon, de figue et feuilles de menthe sur des piques en bois en alternant les ingrédients ; salez et poivrez. Servez aussitôt.



Mini-cakes au fromage et au bacon

POUR 8-10 MINI-CAKES

PRÉPARATION : 25 min

CUISSON : 20-25 min

- > 150 g de comté
- > 150 g de mimolette
- > 150 g de bacon
 - > 4 œufs
- > 200 g de farine
- > 1 sachet de levure chimique [11 g]
 - > 10 cl de lait
- > 15 cl d'huile d'olive
 - > sel, poivre

1. Préchauffez le four à 180 °C (therm. 6).

2. Râpez le comté et la mimolette. Coupez le bacon en petits bâtonnets.

3. Dans un saladier, battez les œufs, ajoutez la farine et la levure, salez, poivrez, puis mélangez bien le tout. Incorporez progressivement le lait et l'huile d'olive jusqu'à obtenir une pâte lisse. Ajoutez le comté, la mimolette et le bacon, puis mélangez délicatement.

4. Beurrez et farinez des petits moules à cake, puis remplissez-les de pâte aux trois quarts. Faites cuire au four de 20 à 25 minutes – les cakes sont cuits lorsque la pointe d'un couteau piquée au cœur en ressort propre.

5. Sortez les cakes du four, laissez-les tiédir un peu, puis démoulez-les sur une grille. Servez-les tièdes.





Tortilla à la pomme de terre et au chorizo

POUR 12 CARRÉS

PRÉPARATION : 15 min

CUISSON : 10 min

- > 100 g de chorizo
- > 1 oignon
- > 1 pomme de terre
- > 4 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 3 œufs
- > sel, poivre

1. Coupez le chorizo en tranches fines. Épluchez l'oignon et émincez-le. Pelez la pomme de terre et coupez-la en fines rondelles.
2. Plongez la pomme de terre et l'oignon dans de l'eau bouillante salée et laissez-les cuire pendant 5 minutes. Égouttez-les.
3. Dans une poêle, mettez à chauffer l'huile d'olive et faites-y revenir la pomme de terre, l'oignon et le chorizo pendant 2 minutes.
4. Dans un saladier, battez les œufs, assaisonnez-les légèrement de sel et de poivre, puis versez-les dans la poêle, sur la pomme de terre, l'oignon et le chorizo. Laissez cuire à feu doux pendant 5 minutes de chaque côté, en retournant la tortilla à mi-cuisson.
5. Découpez la tortilla en carrés. Servez-la tiède ou froide, avec des piques en bois.



Muffins au magret de canard et aux pruneaux

POUR 12 MUFFINS

PRÉPARATION : 25 min

CUISON : 15 min

- > 8 pruneaux dénoyautés
- > 150 g de magret fumé
 - > 100 g de beurre ramolli
 - > 3 œufs
 - > 225 g de farine
- > 3/4 de sachet de levure chimique (soit 2 cuill. à café rases)
- > sel

1. Préchauffez le four à 180 °C (therm. 6). Beurrez et farinez 12 petits moules à muffins ou tapissez une plaque à muffins de 12 caissettes en papier.

2. Hachez grossièrement les pruneaux et le magret au couteau.

3. Dans un saladier, mélangez le beurre avec les œufs, puis incorporez la farine et la levure tamisées. Ajoutez le magret et les pruneaux ; salez selon votre goût.

4. Répartissez la pâte dans les moules en les remplissant aux trois quarts. Enfourez pour 15 minutes.

5. Sortez les muffins du four, laissez-les tiédir pendant 2 minutes, puis démoulez-les délicatement en vous aidant d'un couteau à lame lisse. Servez-les tièdes.

> Variante. Remplacez les pruneaux par des abricots séchés.



Mini-brochettes de porc à l'ananas

POUR 12 BROCHETTES

PRÉPARATION : 25 min

MARINADE : 30 min

CUISSON : 15 min

> 400 g de filet de porc

> 2 ananas Victoria
(ou 1 gros)

> 3 cuill. à soupe de
graines de sésame

> 4 cuill. à soupe d'huile
d'olive

> 2 cuill. à soupe de
sauce soja

> 2 cuill. à soupe de
sucre

> 1 petit bouquet de
coriandre

> poivre

1. Coupez le filet de porc en cubes.

2. Enlevez la base et le sommet des ananas, puis ôtez leur écorce et détaillez leur chair en cubes, en retirant la partie centrale et en recueillant le jus.

3. Dans un saladier, versez le jus d'ananas recueilli, ajoutez les graines de sésame, les cubes de viande, puis assaisonnez d'un tour de moulin à poivre. Réservez au réfrigérateur pendant 30 minutes.

4. Enfilez alternativement des morceaux de viande et d'ananas sur des piques en bois.

5. Dans une poêle, mettez à chauffer l'huile d'olive à feu moyen, puis déposez les mini-brochettes et faites-les cuire pendant 5 minutes en les retournant régulièrement. Versez la sauce soja et le sucre, et poursuivez la cuisson encore 10 minutes.

6. Parsemez les mini-brochettes de feuilles de coriandre et servez chaud.





Bouchées de foie gras en panure de pain d'épices

POUR 12 BOUCHÉES

PRÉPARATION : 10 min

CUISON : 12 min

- > 5 tranches de pain d'épices
- > 1/2 cuill. à café de poivre du moulin
- > 1/2 cuill. à café de quatre-épices
- > 200 g de foie gras cuit (entier ou en bloc)

1. Préchauffez le four à 180 °C (therm. 6). Tapissez une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé.

2. Coupez le pain d'épices en morceaux. Mettez ceux-ci dans le bol d'un robot avec le poivre et le quatre-épices. Mixez le tout jusqu'à obtenir une sorte de chapelure. Étalez-la sur la plaque de cuisson et enfournez pour 12 minutes. Laissez refroidir.

3. Coupez le foie gras en cubes de 2 cm de côté et passez ceux-ci dans la chapelure en pressant bien pour la faire adhérer. Servez aussitôt.



Torsades d'asperges au bacon

POUR 12 TORSADES

PRÉPARATION : 10 min

CUISON : 5 min

- > 12 asperges vertes
- > 12 tranches de bacon
- > 1 poignée de graines de sésame
- > sel

1. Cassez les extrémités fibreuses des asperges. Portez une grande casserole d'eau salée à ébullition, plongez-y les asperges et laissez-les cuire pendant 5 minutes. Égouttez-les sur du papier absorbant et laissez refroidir.

2. Enroulez les tranches de bacon autour des asperges. Faites-les revenir rapidement dans une poêle antiadhésive. Parsemez de graines de sésame et dégustez sans attendre.



LA PETITE
BIBLIOTHÈQUE
DE LA
CUISINE



GOURMANDE



Planis de couverture :
Caroline Facendi (à Coll. L'arousse) (stylisme : Sabine Paris).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert