

Gratins



Elisabeth Haniotis

NOUVELLES VARIATIONS GOURMANDES | SOLAR

Gratins

Elisabeth Haniotis

Photographies François Bertram

Stylisme Juliette Aubigné

SOLAR[®]

Si vous souhaitez recevoir notre catalogue et être tenu au courant
de nos publications, envoyez-nous vos nom et adresse,
en citant ce livre et en précisant les domaines qui vous intéressent.

Éditions SOLAR
12, avenue d'Italie
75013 Paris

www.solar.fr

La styliste remercie les boutiques suivantes pour le prêt de vaisselle et accessoires :

- Résonances, 3, bd Malesherbes, 75008 Paris
- 13, cour St-Émilien, 75012 Paris
- La Tuile à loup, 35, rue Daubenton, 75005 Paris
- Habitat, 35, av. de Wagram, 75007 Paris
- Conran Shop, 117, rue du Bac, 75007 Paris

Et les marques suivantes (disponibles dans les grands magasins ou les magasins spécialisés) :

Staub, Émile Henry, Le Creuset, Cristallerie d'Arques

Responsables éditoriales : Véronique Chanson et Corinne Cesano

Édition : Bénédicte Baussan et Aurélie Aminian

Mise en pages : Chantal Guézet, Encre Blanche

Photo de couverture : Jean Bono et Emmanuel Renault

Photogravure : Point 4

© 2004 pour la première édition,

© 2008 pour la présente, Éditions Solar, un département de



Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction par tous procédés, réservés pour tous pays.

ISBN : 978-2-263-04550-9

Code éditeur : S04550

Dépôt légal : janvier 2008

Imprimé en France par Pollina - L45067



Sommaire

- 7 **Introduction**
- 8 **Entrées**
- 20 **Plats principaux**
- 34 **Légumes d'accompagnement**
- 48 **Desserts**



Introduction

Le gratin : l'élite, le meilleur... Quelle appellation bien choisie ! Il semble que la cuisine française a haussé le gratin au rang de spécialité — ce terme n'a d'ailleurs pas d'équivalent dans les pays étrangers.

Dorés, parfumés, moelleux, les gratins figurent dans toutes les catégories de plats, depuis la soupe — la célèbre soupe à l'oignon — jusqu'aux desserts. Ils sont de toutes les saisons, plaisent à tous et n'ont pas leur égal pour faire apprécier les légumes ou utiliser les restes d'élégante manière.

Le premier charme du gratin, c'est la croûte. Elle est souvent composée de fromage, mais le gruyère ne jouit pas d'un monopole car bien d'autres variétés permettent de moduler saveurs et consistances. Les fromages sont meilleurs s'ils sont râpés. La chapelure tient aussi son rôle. Sous la croûte, la préparation se doit d'être moelleuse. Quant aux desserts, rien de tel qu'un sabayon passé au gril, une mer de meringue blonde ou un crumble croustillant.

Si les ingrédients sont crus, il vous faut parfois commencer par régler le four sur une température plus basse pour éviter que le dessus du plat ne cuise plus vite que les couches inférieures. Augmentez ensuite la température. Attention ! l'égalité ne règne pas entre les fours : les 210 °C affichés sur l'un ne donnent pas les mêmes résultats chez l'autre. Ajustez temps et température en fonction de votre appareil. En dernier ressort, la touche finale peut être obtenue en glissant le plat sous le gril. Par ailleurs, si les ingrédients mis dans le plat sont cuits et chauds, le gratin se forme plus rapidement que si les composants sont froids.

Un gratin ne se démoule pas et doit pouvoir figurer sur la table avec panache. Choisissez le récipient avec soin et veillez à ce qu'il soit bien propre extérieurement. Et quand votre chef-d'œuvre est prêt, munissez-vous de maniques ou de gants pour le servir sans attendre.

Entrées



Artichauts farcis aux cèpes et au foie gras

POUR 4 PERSONNES

100 g de foie gras
en conserve

4 gros artichauts
macaus ou camus
de Bretagne

125 g de cèpes
en lamelles
surgelés

1 échalote

1 citron

25 g de gruyère

20 cl de lait

1 œuf

1 cuill. à soupe
de farine

3 cuill. à soupe
d'huile

1 pincée de noix
muscade

Sel et poivre

Le Sud-Ouest n'est pas avare de recettes utilisant les savoureuses ressources du terroir, en l'occurrence foie gras et cèpes, deux produits qui se marient agréablement avec la saveur des artichauts.

1 Arrachez la queue des artichauts et coupez le tiers de la hauteur. Arrachez la première rangée de feuilles. Retaillez les fonds à l'aide d'un couteau bien tranchant et citronnez-les. Faites bouillir une grande casserole d'eau salée. Ajoutez 2 cuillerées à soupe de jus de citron et les artichauts. Faites cuire 40 minutes.

2 Pelez l'échalote et hachez-la. Mettez 1 demi-cuillerée à soupe d'huile à chauffer dans une petite poêle à revêtement antiadhésif, versez l'échalote et laissez-la blondir. Ajoutez les cèpes et faites-les revenir jusqu'à ce que l'eau de végétation soit évaporée. Salez et poivrez. Retirez du feu. Coupez les plus grosses lamelles en morceaux.

3 Faites chauffer doucement 2 cuillerées à soupe d'huile dans une petite casserole, ajoutez la farine, mélangez jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de grumeaux. Versez le lait peu à peu en remuant. Portez à ébullition et laissez épaissir pendant 2 minutes. Salez et poivrez. Ajoutez la noix muscade. Hors du feu, incorporez l'œuf, puis les champignons.

4 Chauffez le four à 190 °C (th. 6). Huilez légèrement un plat à gratin. Râpez le gruyère. Ajoutez-en la moitié à la sauce aux champignons.

5 Égouttez les artichauts en les plaçant la tête en bas dans une passoire. Laissez-les refroidir un peu, puis retirez soigneusement le foin qui se trouve au centre.

6 Déposez les artichauts dans le plat, cavité au-dessus. Coupez le foie gras en 4 rondelles. Posez une rondelle dans chaque artichaut, recouvrez avec la préparation aux champignons. Parsemez le reste du gruyère. Enfournez et laissez dorer 25 minutes.

Servez ces artichauts dès la sortie du four, dans leur plat de cuisson s'il est suffisamment élégant ou dans 4 petites assiettes.

POUR 4 PERSONNES

**2 grosses
aubergines**

3 gros oignons

**2 cuill. à soupe
de pignons de pin**

**150 g de fromage
de brebis
ou de chèvre
à peine affiné**

**3 cuill. à soupe
de chapelure**

**3 cuill. à soupe
d'huile d'olive**

**2 pincées d'herbes
de Provence**

Sel et poivre

1 Lavez les aubergines et ôtez leur pédoncule. Coupez-les en deux dans le sens de la longueur. Faites chauffer une grande poêle à revêtement antiadhésif et posez-y les aubergines, côté chair en dessous. Laissez cuire pendant 5 minutes à feu moyen. Retournez les aubergines et faites-les cuire encore pendant 5 minutes.

2 Pelez les oignons et coupez-les en lamelles. Faites chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile dans une casserole et laissez blondir à feu moyen.

3 Posez les aubergines côte à côte dans un plat à gratin, côté peau en dessous. Retirez la chair avec une petite cuillère, en laissant au fond et tout autour au moins 1 cm de pulpe. Coupez la chair en morceaux, ajoutez-les aux oignons, ainsi que les herbes de Provence, salez et poivrez. Mélangez bien. Laissez cuire à feu doux pendant 10 minutes.

4 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Faites rapidement blondir les pignons de pin à sec dans une poêle, puis hachez-les grossièrement et mélangez-les à la chapelure.

5 Emplissez les aubergines avec le contenu de la casserole. Coupez le fromage en lamelles et recouvrez-en les aubergines. Parsemez de chapelure et de pignons. Arrosez avec 1 cuillerée à soupe d'huile. Laissez dorer au four pendant 20 minutes.

Aubergines farcies au fromage

Avec sa connotation estivale, cette entrée savoureuse mais sans prétention et rapidement préparée apporte sur votre table un rayon de soleil méditerranéen.





Moules aux poivrons

Harmonie de moules, de poivrons et de tomates, cette recette est issue de la cuisine grecque traditionnelle.

Le fromage de chèvre frais lie les ingrédients issus de la mer et de la terre, délicatement relevés d'épices.

POUR 4 PERSONNES

2 l de moules

2 poivrons verts

3 tomates

1/2 bouquet
de persil plat

80 g de fromage
de chèvre frais en pot

3 cuill. à soupe
de crème fraîche

2 jaunes d'œufs

2 cuill. à soupe
d'huile d'olive

2 branches de thym

3 pincées de cannelle

1 pincée de girofle

2 pincées de noix
muscade

1 à 2 pincées de
piment de Cayenne

Sel et poivre

1 Rincez les poivrons, ôtez-en le pédoncule, les graines et les filaments blancs. Hachez la pulpe en tout petits carrés. Portez une casserole d'eau à ébullition. Plongez-y les tomates 10 secondes. Pelez-les, épépinez-les et hachez-les finement. Lavez le persil, séchez-le et hachez-le.

2 Faites chauffer l'huile dans une sauteuse. Versez-y les poivrons et faites-les revenir pendant 10 minutes. Ajoutez les tomates, le thym effeuillé, la cannelle, le girofle, la noix muscade et le piment de Cayenne. Poivrez et mélangez. Couvrez à demi et laissez cuire à feu doux pendant 15 minutes.

3 Grattez les moules et lavez-les à grande eau. Jetez celles qui restent ouvertes. Déposez les autres dans une grande sauteuse et faites-les ouvrir à feu vif. Égouttez-les et sortez les mollusques des coquilles.

4 Incorporez le persil et le fromage de chèvre aux poivrons. Salez légèrement et mélangez. Ajoutez les moules et répartissez la préparation dans 4 plats à gratin individuels. Allumez le grill du four.

5 Battez les jaunes d'œufs avec la crème. Nappez-en le contenu des plats. Glissez ceux-ci sous le grill. Laissez-les dorer pendant environ 3 minutes.

Vous pouvez disposer la préparation dans de vraies coquilles Saint-Jacques vides ou dans des coquilles en porcelaine à feu. Si vous utilisez de vraies coquilles, calez-les sur un lit de gros sel.

Petites gambas gratinées

Enrobées de leur sauce parfumée, les gambas sont encore fermes et juteuses. Cette recette est destinée, entre autres, à ceux qui aiment ces crustacés mais n'apprécient guère de devoir les décortiquer... !

POUR 4 PERSONNES

**16 petites gambas
fraîches ou surgelées
(ou 16 grosses
crevettes fraîches
ou surgelées)**

500 g de tomates

2 gousses d'ail

2 oignons

1/2 bouquet d'aneth

150 g de feta

**1 cuill. à soupe
de concentré
de tomates**

**1 cuill. à soupe
d'huile d'olive**

1 pincée de sucre

2 pincées de cannelle

**2 pincées de piment
d'Espelette**

**3 cuill. à soupe d'ouzo
(ou de pastis)**

Sel et poivre

1 Ébouillantez les tomates, pelez-les, épépinez-les et hachez-les. Épluchez les oignons et hachez-les finement. Pelez les gousses d'ail, coupez-les en deux, retirez le germe et passez au presse-ail. Lavez l'aneth et séchez-le. Préservez 1 branche pour la décoration et hachez le reste avec des ciseaux.

2 Faites chauffer l'huile dans une sauteuse. Versez-y les oignons et l'ail. Faites-les blondir, en remuant. Ajoutez les tomates, le concentré de tomates, l'aneth, le sucre, la cannelle et le piment. Mélangez. Laissez cuire 20 minutes, sans couvrir, en remuant souvent, jusqu'à ce que la sauce épaississe.

3 Chauffez le four à 230 °C (th. 8). Décortiquez 16 gambas, fendez le dessus du dos et retirez le filament noir avec la pointe d'un couteau. Faites chauffer une poêle à revêtement antiadhésif et saisissez-y les gambas à feu vif 30 secondes de chaque côté. Arrosez avec l'ouzo et flambez.

4 Répartissez les gambas dans 4 plats à gratin individuels. Salez légèrement la sauce à la tomate, poivrez-la et versez-la sur les gambas. Émiettez grossièrement la feta au-dessus, enfournez, laissez fondre le fromage pendant 10 minutes, puis faites blondir le fromage quelques minutes sous le gril.

Ornez chaque gratin d'un petit brin d'aneth frais.





Petits gratins de crabe sur rosaces de pommes de terre

POUR 4 PERSONNES

**1 tourteau cuit
d'environ 600 g**

**2 ou 3 pommes
de terre rattes
allongées**

2 gousses d'ail

2 échalotes

**1/2 bouquet
de ciboulette**

50 g de beurre

**2 cuill. à soupe
de crème liquide**

**2 cuill. à soupe
de chapelure fine**

**1 cuill. à soupe
d'huile**

**2 tranches
de pain**

**2 pincées
de piment
d'Espelette**

**3 cuill. à café
de cognac**

Poivre

1 Détachez les pinces et les pattes du crabe, brisez-les avec un casse-noix et évidez-les avec une curette à homard. Ouvrez le coffre, prélevez le corail et les parties crémeuses, puis récupérez la chair contenue dans les alvéoles. Éliminez les parties spongieuses. Émiettez grossièrement les chairs en vérifiant qu'il ne reste aucun cartilage.

2 Épluchez les échalotes et hachez-les. Pelez l'ail, retirez le germe et passez au presse-ail. Rincez la ciboulette et séchez-la. Réservez quelques brins pour la décoration et hachez le reste avec des ciseaux. Ôtez la croûte du pain et arrosez la mie avec la crème. Remuez et écrasez le mélange à la fourchette.

3 Pelez les pommes de terre, lavez-les, supprimez les extrémités et coupez-les en rondelles très fines. Faites chauffer l'huile dans une grande poêle à revêtement antiadhésif et ajoutez 10 g de beurre. Déposez-y les rondelles de pommes de terre les unes à côté des autres et faites-les dorer 1 minute de chaque côté.

4 Faites blondir les échalotes avec 20 g de beurre dans une poêle. Ajoutez l'ail, la chair du crabe, le corail et les parties crémeuses. Remuez pendant 1 minute. Incorporez la mie de pain, le cognac, la ciboulette et le piment. Poivrez. Retirez du feu.

5 Déposez les rondelles de pommes de terre en cercle, en les faisant chevaucher, dans 4 assiettes supportant la chaleur. Répartissez la préparation au crabe au centre et saupoudrez de chapelure.

6 Allumez le gril du four. Faites fondre le reste du beurre et arrosez-en la chapelure. Glissez les assiettes sous le gril et laissez dorer 3 minutes.

Décorez de brins de ciboulette. Si cette recette exige de la patience, elle permet d'apprécier la finesse de la chair de crabe.

Œufs pochés sauce Soubise

Bien cachés sous leur sauce parfumée, les œufs ne risquent pas de trop cuire et leur jaune reste délicatement coulant. Il se marie délicieusement à la douceur des oignons et à la saveur des épinards.

POUR 4 PERSONNES

**400 g d'épinards
frais**

2 oignons

10 g de beurre

**4 cuill. à soupe
de crème fraîche**

50 g de gruyère

**4 cuill. à soupe
de lait**

4 œufs bien frais

1 pincée de sucre

**2 cuill. à soupe
de vinaigre blanc**

**4 pincées de noix
muscade râpée**

**2 pincées
de cannelle
en poudre**

Sel et poivre

1 Pelez les oignons et hachez-les grossièrement au couteau. Versez-les dans une casserole avec le beurre et 2 cuillerées à soupe d'eau. Couvrez et laissez cuire doucement pendant 10 minutes. Ajoutez le lait, 2 pincées de noix muscade et 1 pincée de sucre. Laissez cuire encore pendant 15 minutes.

2 Triez les épinards et lavez-les à grande eau. Égouttez-les avec les mains, mettez-les dans une casserole et laissez-les fondre à feu vif, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'eau. Salez, parfumez avec 2 pincées de noix muscade et de cannelle. Gardez au chaud.

3 Lorsque les oignons sont tendres et que tout le liquide a été absorbé, ajoutez la crème et portez à ébullition. Mixez. Râpez le gruyère et incorporez-le à la préparation. Poivrez et salez.

4 Remplissez d'eau une sauteuse et portez-la à ébullition. Ajoutez le vinaigre. Cassez 1 œuf dans une tasse, amenez-la au ras de l'eau et renversez-la d'un geste rapide dans l'eau bouillante. Procédez de la même façon pour les autres œufs. Ramenez les blancs sur les jaunes à l'aide d'une écumoire. Faites pocher 2 minutes sans laisser bouillir.

5 Allumez le gril du four. Répartissez les épinards dans 4 ramequins de 10 cm de diamètre. Retirez les œufs avec l'écumoire et déposez-les sur les épinards. Nappez avec la sauce chaude. Glissez les ramequins juste sous le gril et laissez blondir.

Avant d'enfourner les ramequins, essuyez-en soigneusement le bord pour supprimer les coulures.



Plats principaux



Épinards en lasagnes

Ce plat mêle agréablement le vert des épinards et le blanc de la sauce, offrant une agréable diversion à la dominante rouge de la sauce tomate des classiques lasagnes à la bolognaise.

POUR 4 PERSONNES

450 g d'épinards
en branche surgelés

1 gousse d'ail

1/2 bouquet d'aneth

40 g de beurre

75 g de feta

30 g de gruyère

50 cl de lait

1 œuf

20 g de parmesan

30 g de farine

6 feuilles de lasagnes

3 pincées de cannelle

4 pincées de noix
muscade râpée

Sel et poivre

1 Faites bouillir une grande casserole d'eau salée, plongez-y les épinards et laissez-les cuire 12 minutes à partir de la reprise de l'ébullition. Égouttez-les dans une passoire.

2 Lavez l'aneth, séchez-le et hachez-le avec des ciseaux. Faites fondre 30 g de beurre dans une casserole, versez-y la farine et mélangez pendant 30 secondes. Arrosez peu à peu avec le lait en remuant sans cesse. Portez à ébullition et laissez cuire cette sauce Béchamel 3 à 4 minutes à feu doux. Salez, poivrez, incorporez 2 pincées de noix muscade et l'aneth. Laissez tiédir.

3 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Pelez l'ail, retirez le germe et passez au presse-ail. Râpez la feta.

4 Versez les épinards dans une jatte. Ajoutez la cannelle, 2 pincées de noix muscade, la feta et l'ail. Battez l'œuf à la fourchette, incorporez-le à la sauce Béchamel, versez-en le tiers sur les épinards et mélangez bien.

5 Râpez le parmesan et le gruyère. Beurrez un plat à gratin à angles droits (carré ou rectangulaire). Étalez une petite couche de sauce Béchamel au fond du plat. Déposez côte à côte 2 feuilles de lasagnes. Recouvrez avec la moitié de la préparation aux épinards, une couche de lasagnes, le reste des épinards et une couche de lasagnes. Nappez avec le reste de la sauce. Saupoudrez de parmesan et de gruyère. Enfouez et laissez cuire 30 minutes.

Servez très chaud, comme tous les plats à base de pâtes, à l'aide d'une spatule large.

Haricots verts au speck et au comté

Le speck, sorte de lard fumé préparé aussi bien dans l'est de la France qu'en Italie, apporte une saveur particulière aux haricots verts déjà relevés de tomate et d'ail, et donne à ce plat un accent de terroir.

POUR 4 PERSONNES

100 g de speck (ou de lard
fumé très maigre ou
de jambon cru dégraissé)

500 g de haricots verts

2 tomates

2 gousses d'ail

1 gros oignon

15 g de beurre

2 cuill. à soupe
de crème fraîche
épaisse

80 g de comté

15 g de farine

1 petite boîte de sauce
tomate fraîche (95 g)

Quelques gouttes
de vinaigre balsamique

2 pincées d'herbes
de Provence

Sel et poivre

1 Équeutez et effilez les haricots verts. Lavez-les et coupez-les en deux. Faites bouillir une grande casserole d'eau salée, jetez-y les haricots et laissez-les cuire 10 minutes à vive ébullition, sans couvrir. Égouttez-les et réservez leur eau de cuisson.

2 Retirez le gras du speck et frottez-en le fond et les côtés d'un plat à gratin. Coupez le speck en tranches très fines, puis en bâtonnets de 3 à 4 mm de large. Ébouillantez les tomates, pelez-les, épépinez-les et hachez-les. Épluchez l'oignon et hachez-le. Pelez l'ail, retirez le germe et passez au presse-ail.

3 Faites revenir le speck et l'oignon dans une sauteuse pendant 5 minutes. Ajoutez les tomates, l'ail et les herbes de Provence. Mélangez avec les haricots. Poivrez et versez la préparation dans le plat.

4 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Versez 20 cl de l'eau de cuisson des haricots dans la sauteuse et grattez le fond avec une spatule. Ajoutez la sauce tomate et le vinaigre. Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine, mélangez pendant 30 secondes sans laisser blondir. Arrosez avec le contenu de la sauteuse et portez à ébullition en remuant. Râpez finement le comté. Versez dans la sauteuse la crème et le tiers du comté, et mélangez.

5 Versez cette sauce sur les haricots. Saupoudrez du reste de comté. Enfouissez et laissez dorer pendant 15 à 20 minutes.



Gratin de macaronis aux poireaux

Si les pâtes et les légumes verts ont signé une alliance gourmande depuis bien longtemps, ils s'accordent également sur le plan nutritionnel pour l'apport en glucides lents, vitamines et sels minéraux.

1 Ôtez les 2 extrémités et la première feuille des blancs de poireau. Fendez-les en deux, coupez-les en tronçons de 3 cm et lavez-les soigneusement. Faites bouillir 1 cm d'eau dans le compartiment inférieur d'un cuit-vapeur, mettez les poireaux dans le compartiment perforé, couvrez, réduisez le feu et laissez-les cuire pendant 20 minutes. Égouttez-les.

2 Faites bouillir une grande casserole d'eau salée, jetez-y les macaronis et laissez-les cuire selon les indications portées sur l'emballage. Égouttez-les.

3 Dénoyautez les olives et hachez-les au couteau. Râpez finement le parmesan.

4 Faites fondre 20 g de beurre dans une sauteuse, versez-y les poireaux et faites-les revenir pendant 10 minutes à feu doux, en remuant souvent. Chauffez le four à 210 °C (th. 6).

5 Cassez les œufs dans une grande jatte, versez la crème, salez et battez à la fourchette. Ajoutez les olives, les macaronis et les poireaux. Versez le tout dans un plat à gratin. Saupoudrez le parmesan sur la préparation et répartissez par-dessus le reste du beurre, en noisettes. Enfournez et laissez cuire pendant 30 minutes, jusqu'à ce que le gratin soit gonflé et doré.

POUR 4 PERSONNES

750 g de blancs de poireau

24 olives noires

40 g de beurre

10 cl de crème fraîche

3 œufs

30 g de parmesan

150 g de macaronis

Sel







Lasagnes méditerranéennes

Toutes les saveurs du Sud se rejoignent dans ce plat, emprisonnées entre les couches des lasagnes natives d'Italie, appréciées depuis longtemps par les petits et les grands de ce côté-ci de la frontière.

POUR
4 À 6 PERSONNES

2 aubergines

2 courgettes

4 poivrons
rouges

3 tomates

1/2 bouquet
de basilic

20 g
de beurre

25 cl de lait

150 g
de mozzarella

50 g
de parmesan

1 cuill. à soupe
rase de farine

12 feuilles
de lasagnes

2 cuill. à soupe
de purée d'ail
confit (en pot)

2 cuill. à soupe
d'huile d'olive

1 pincée de sucre

Sel et poivre

1 Allumez le gril du four. Glissez les poivrons sous le gril et laissez-les cuire en les tournant au fur et à mesure que leur peau noircit. Retirez celle-ci, le pédoncule et les graines. Passez la pulpe au mixeur, sucrez et salez.

2 Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine, mélangez pendant 30 secondes, puis arrosez peu à peu avec le lait, en remuant sans cesse. Portez à ébullition. Salez et poivrez. Incorporez les poivrons.

3 Lavez les aubergines et les courgettes. Ôtez les extrémités, puis taillez-les en longues tranches de 1 cm d'épaisseur. Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Rangez les aubergines sur une plaque à revêtement antiadhésif, huilez-les à l'aide d'un pinceau, glissez-les au four et laissez-les cuire environ 6 minutes de chaque côté. Faites ensuite griller les courgettes de la même façon.

4 Augmentez la température du four à 230 °C (th. 8). Rincez le basilic, essorez-le et hachez-le. Râpez finement le parmesan. Ébouillantez les tomates, pelez-les, coupez-les en rondelles et salez-les.

5 Étalez 1 quart de la sauce dans un plat rectangulaire. Couvrez avec 3 feuilles de lasagnes. Déposez dessus 1 couche d'aubergines, tartinez-les légèrement de purée d'ail, parsemez de basilic et d'un peu de parmesan. Étalez 1 deuxième quart de sauce, posez 3 lasagnes, 1 couche de courgettes, tartinez-les de purée d'ail, parsemez de basilic et de parmesan. Mettez à nouveau 1 quart de la sauce, 3 lasagnes, le reste des courgettes et des aubergines. Tartinez-les de purée d'ail, parsemez de basilic et de parmesan. Terminez avec 3 lasagnes et le reste de la sauce.

6 Recouvrez le plat avec les rondelles de tomate. Éparpillez dessus la mozzarella coupée en tranches. Saupoudrez de parmesan. Arrosez de 1 filet d'huile. Enfouez et laissez cuire 20 à 25 minutes.

Gratin d'aubergines à la grecque

Bien que fort délectable, la véritable moussaka manque un peu de légèreté et est en outre fort longue à réaliser. En voici une version simplifiée, mais néanmoins savoureuse.

POUR 4 PERSONNES

300 g de veau
ou d'agneau

3 grosses aubergines

2 grosses tomates

2 gousses d'ail

2 oignons

30 g de beurre

40 g de gruyère

20 cl de lait

1 œuf

40 g de parmesan

2 cuill. à soupe
de chapelure

30 g de farine

2 à 3 cuill. à soupe
d'huile d'olive

1 branche d'origan

1 branche de thym

3 pincées de cannelle

2 pincées de noix
muscade râpée

Sel et poivre

1 Épluchez les oignons et hachez-les. Pelez l'ail, retirez le germe et hachez-le. Ébouillantez les tomates, pelez-les, épépinez-les et hachez-les. Coupez la viande en morceaux et passez-la au hachoir.

2 Mettez 1 cuillerée à soupe d'huile à chauffer dans une sauteuse à revêtement antiadhésif. Faites-y blondir les oignons. Versez la viande et faites-la revenir en l'écrasant avec une fourchette en bois. Ajoutez l'ail, les tomates, l'origan, le thym et la cannelle. Salez et poivrez. Mélangez bien, couvrez et faites cuire à feu doux pendant 30 minutes.

3 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Ôtez les extrémités des aubergines. Rincez-les, coupez-les en deux puis retaillez-les en tranches longues de 7 à 8 mm d'épaisseur. Déposez-les sur une plaque antiadhésive et huilez-les légèrement à l'aide d'un pinceau. Enfournez et faites-les cuire 8 minutes de chaque côté.

4 Râpez finement le gruyère et le parmesan. Faites fondre le beurre dans une petite casserole. Ajoutez la farine et mélangez pendant 30 secondes. Arrosez peu à peu avec le lait et portez à ébullition en remuant. Laissez cuire 3 minutes à feu doux. Retirez cette sauce Béchamel du feu. Salez et poivrez. Incorporez la noix muscade, le gruyère et l'œuf.

5 Découvrez la sauteuse et laissez évaporer le liquide. Jetez le thym et l'origan. Augmentez la température du four à 230 °C (th. 8). Huilez un plat à gratin. Poudrez le fond de chapelure.

6 Étalez la moitié des aubergines dans le plat, recouvrez avec la moitié de la sauce à la viande, étalez le reste des aubergines, puis le reste de la sauce à la viande. Terminez avec la sauce Béchamel et saupoudrez de parmesan. Enfournez et laissez dorer 25 minutes.





Poireaux farcis au magret fumé

Le magret communique sa saveur aux poireaux, tandis que le riz basmati équilibre l'ensemble du plat, tout en absorbant le surplus d'eau rendu par les légumes. Procurez-vous de préférence des blancs de poireau vendus sans les feuilles vertes : ils sont particulièrement tendres et ne contiennent pratiquement pas de terre.

1 Ôtez les 2 extrémités et la première feuille des poireaux. Coupez-les en tronçons de 7 cm et lavez-les. Mettez 75 cl d'eau à bouillir dans une casserole, salez, ajoutez les poireaux. À la reprise de l'ébullition, couvrez et laissez-les cuire 10 à 15 minutes selon leur épaisseur. Égouttez-les soigneusement et réservez leur eau de cuisson.

2 Faites bouillir une grande casserole d'eau salée, faites cuire le riz pendant 15 minutes, puis égouttez-le.

3 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Beurrez un plat à gratin. Étalez le riz dans le plat.

4 Fendez chaque tronçon de poireau en deux dans le sens de la longueur, sans séparer les 2 moitiés. Dégraissez les lamelles de magret. Répartissez celles-ci à l'intérieur des poireaux, avec 1 ou 2 copeaux de parmesan. Disposez les poireaux farcis sur le riz.

5 Faites fondre 20 g de beurre dans une petite casserole. Ajoutez la farine et mélangez pendant 30 secondes. Versez dessus 40 cl du jus de cuisson des poireaux et portez à ébullition sans cesser de remuer. Incorporez la noix muscade.

6 Râpez le reste du parmesan et la tomme de brebis. Incorporez la crème à la sauce, ainsi que le parmesan et la tomme. Nappez le plat de cette sauce, enfournez et laissez dorer 20 minutes.

Répartissez les poireaux bien régulièrement dans le plat, pour pouvoir ensuite les servir avec une spatule, sans les briser.

POUR 4 PERSONNES

100 g de magret de canard ou d'oie fumé, en lamelles fines

125 g de riz basmati

6 gros blancs de poireau

30 g de beurre

2 cuill. à soupe de crème fraîche

50 g de parmesan

50 g de tomme de brebis

20 g de farine

2 pincées de noix muscade râpée

Sel

POUR 4 PERSONNES

200 g de carottes

**200 g de blancs
de poireau**

4 poivrons rouges

30 g de beurre

10 cl de crème fraîche

50 g de gruyère

50 cl de lait

1 jaune d'œuf

1 œuf entier

**125 g de semoule
de blé**

**1 cuill. à dessert
de vinaigre de vin**

1 cuill. à café de sucre

Sel et poivre

Semoule aux légumes

Enrichie de blancs de poireau et de carottes, la semoule moelleuse est dissimulée sous une sauce aux poivrons rouges très parfumée, le tout délicieusement recouvert de gruyère fondu et gratiné.

1 Allumez le gril du four. Rincez les poivrons, glissez-les sous le gril et laissez-les cuire en les tournant au fur et à mesure que leur peau se boursoufle et noircit. Retirez celle-ci, le pédoncule et les graines. Passez la pulpe au mixeur pour la réduire en purée, ajoutez le vinaigre, le sucre et la crème. Salez.

2 Ôtez les 2 extrémités et la première feuille des blancs de poireau. Fendez-les en deux, lavez-les, puis coupez-les en lamelles fines. Grattez les carottes et lavez-les. Râpez-les finement.

3 Faites fondre 20 g de beurre dans une sauteuse, versez-y les poireaux et les carottes, mélangez, couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 15 minutes.

4 Versez le lait dans une casserole et portez-le à ébullition. Salez et poivrez, jetez la semoule en pluie et faites cuire pendant 10 minutes en remuant, jusqu'à l'obtention d'une bouillie épaisse. Retirez la semoule du feu.

5 Chauffez le four à 240 °C (th. 9). Mélangez 1 œuf entier et 1 jaune d'œuf, puis incorporez-les soigneusement à la bouillie. Ajoutez les poireaux et les carottes. Râpez le gruyère. Beurrez un plat à gratin. Étalez-y le mélange sur une épaisseur d'environ 2 cm. Nappez avec la sauce et parsemez de gruyère. Enfourniez et laissez gratiner pendant 20 minutes.

Pavés de la mer en croûte dorée

POUR 4 PERSONNES

1 fine tranche
de jambon cru

4 filets de poisson
d'au moins 15 mm
d'épaisseur, d'environ
175 g chacun (béryx,
empereur, perche
du Nil...)

20 cerneaux de noix

20 g de beurre

4 cuill. à soupe
de chapelure

1 cuill. à soupe d'huile

4 cuill. à soupe
de moutarde forte

Sel

Cette savoureuse recette permet d'utiliser n'importe quel poisson blanc, à la seule condition que les filets soient un peu épais : ils ne doivent pas trop cuire tandis que la croûte acquiert une appétissante couleur dorée.

1 Rincez les filets de poisson et épongez-les avec du papier absorbant. Retaillez-les éventuellement pour qu'ils aient la même épaisseur de tous côtés. Salez-les sur chaque face et laissez-les reposer.

2 Passez les noix à la moulinette ou au robot. Hachez très finement le jambon au couteau. Mélangez la chapelure avec les noix et le jambon. Faites fondre le beurre.

3 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Versez l'huile dans une poêle à revêtement antiadhésif, sur un feu vif, et saisissez-y le poisson 1 minute sur chaque face.

4 Déposez les filets de poisson sur une plaque ou la lèchefrite du four. Tartinez de moutarde leur face supérieure. Recouvrez avec le mélange à base de chapelure et arrosez avec le beurre fondu. Enfournez et laissez cuire 10 à 12 minutes.

Déposez chaque filet sur une assiette et servez immédiatement. Vous pouvez déguster ce poisson avec des épinards frais et, éventuellement, un beurre blanc.



Légumes d'accompagnement



Pêle-mêle de haricots blancs frais et de champignons

Ce gratin typiquement automnal peut être réalisé avec plusieurs sortes de champignons.

1 Écossez les haricots. Lavez le persil. Versez 75 cl d'eau dans une casserole et portez à ébullition. Ajoutez le thym, le laurier, 2 branches de persil et les haricots. Couvrez et laissez cuire pendant 45 minutes à petits frémissements. Salez après 30 minutes de cuisson. Lorsque les haricots sont tendres, mais pas écrasés, arrêtez la cuisson, ôtez les herbes, égouttez s'il reste du liquide.

2 Essuyez les champignons avec un linge humide et coupez-les en lamelles épaisses. Pelez l'ail, retirez le germe et hachez les gousses. Hachez le reste du persil. Faites fondre 30 g de beurre dans une sauteuse, jetez-y les champignons, ajoutez les herbes de Provence et l'ail. Faites cuire à feu moyen jusqu'à ce que l'eau de végétation soit évaporée. Ajoutez le persil, salez, poivrez et tenez au chaud.

3 Pelez les oignons et coupez-les en lamelles. Versez-les dans une casserole avec 20 g de beurre et mélangez. Sucrez, arrosez avec le vinaigre et 4 cuillerées à soupe d'eau. Ajoutez la demi-tablette de bouillon émietée, couvrez et laissez cuire à feu doux 20 minutes.

4 Chauffez le four à 240 °C (th. 9). Râpez finement le parmesan et incorporez-en 2 cuillerées à soupe aux champignons. Ajoutez les haricots et les oignons, et mélangez délicatement. Versez l'ensemble dans un plat à gratin et arrosez avec la crème fraîche. Saupoudrez le reste du parmesan et la chapelure. Disposez sur la surface le reste du beurre coupé en noisettes.

5 Enfournez et laissez gratiner 20 minutes, jusqu'à ce qu'une croûte épaisse et dorée se soit formée. Servez sans attendre.

Ce gratin accompagne le gigot, à la place des traditionnels flageolets, un carré rôti ou des côtes grillées.

POUR 4 PERSONNES

750 g de haricots blancs frais

300 g de pieds-de-mouton

300 g de pleurotes

2 gousses d'ail

250 g d'oignons

1/2 bouquet de persil plat

75 g de beurre

20 cl de crème fraîche liquide

75 g de parmesan

1/2 tablette de bouillon de volaille

3 cuill. à soupe de chapelure

1 cuill. à café de sucre

1 cuill. à soupe de vinaigre

2 pincées d'herbes de Provence

1 feuille de laurier

1 branche de thym

Sel et poivre

Crumble de légumes au curry

POUR 4 PERSONNES

150 g de brocolis

100 g de carottes

150 g de courgettes

1 gros poivron
vert ou rouge

125 g de pommes de
terre à chair ferme

1 grosse tomate

2 gousses d'ail

1 botte de petits
oignons nouveaux

50 g de beurre

50 g de noix
de cajou nature

1 crottin plutôt sec

100 g de farine

15 cl de lait de coco

1 pincée
de coriandre
en poudre

2 pincées de cumin
en poudre

2 1/2 cuill. à café
de curry

1 cuill. à soupe d'huile

1 pincée de sucre

Sel

Parfumés et moelleux, rehaussés du croquant des noix de cajou, ces légumes accompagnent aussi bien du poisson que de la volaille, du veau ou du porc.

1 Pelez les pommes de terre et les carottes, lavez-les et coupez-les en petits dés. Faites-les cuire à couvert dans une casserole avec 2 cuillerées à soupe d'eau pendant 7 à 8 minutes.

2 Lavez le poivron, retirez le pédoncule, les graines et les filaments blancs. Coupez-le en petits dés. Pelez les courgettes et coupez-les en dés. Pelez les oignons et coupez le tiers des tiges en tronçons de 2 cm. Séparez le brocoli en petits bouquets et coupez les tiges en rondelles de 1 cm. Faites bouillir une grande casserole d'eau salée, jetez-y le brocoli et laissez-le cuire 3 minutes, sans couvrir, à partir de la reprise de l'ébullition. Égouttez-le.

3 Ajoutez aux pommes de terre le poivron, la courgette et les oignons. Arrosez avec l'huile, mélangez, couvrez et laissez cuire 10 minutes.

4 Chauffez le four à 180 °C (th. 6). Ébouillantez la tomate, pelez-la, coupez-la en tranches, puis en dés. Pelez l'ail, ôtez le germe et passez au presse-ail. Hachez les noix de cajou en gros morceaux.

5 Préparez le crumble : râpez grossièrement le crottin au-dessus de la farine, ajoutez le beurre coupé en dés et 1 demi-cuillerée à café de curry. Malaxez le tout à la main pour obtenir un mélange granuleux.

6 Ajoutez la tomate, l'ail et le brocoli aux autres légumes. Salez, sucrez, incorporez la coriandre, le cumin et 2 cuillerées à café de curry. Mélangez délicatement. Arrosez avec le lait de coco.

7 Versez les légumes dans un plat à gratin. Parsemez de noix de cajou. Recouvrez avec le crumble. Enfouissez et laissez cuire 30 minutes. Glissez le plat sous le gril et laissez dorer 2 minutes.

Accompagnez ce crumble d'un raïta au concombre préparé avec 2 yaourts, 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive, 2 gousses d'ail pressées, 2 pincées de sel, 1 cuillerée à soupe de jus de citron et 300 g de concombre pelé, râpé grossièrement et égoutté avec un peu de sel.





Gratin de fenouil aux olives

Si les saveurs méditerranéennes de ce gratin le désignent tout naturellement pour accompagner les grillades de l'été, elles apportent à vos menus une note ensoleillée tout au long de l'année.

POUR 4 PERSONNES

200 g
de champignons
de Paris

3 bulbes
de fenouil

1 grosse tomate

10 grosses
olives noires

30 g de fromage
frais à l'ail et
aux fines herbes

50 g
de parmesan

3 cuill. à soupe
d'huile d'olive

Sel

1 Ôtez les tiges dures des bulbes de fenouil. Coupez les petites feuilles vertes et réservez-les. Pelez légèrement les bulbes avec un couteau économe, coupez-les en tranches verticales et supprimez le centre dur de la base en creusant un peu.

2 Faites bouillir 1 cm d'eau dans un cuit-vapeur, mettez les tranches de fenouil dans le compartiment perforé, couvrez, réduisez le feu et laissez-les cuire pendant 20 minutes. Égouttez-les.

3 Supprimez la partie sableuse du pied des champignons. Lavez ceux-ci et coupez-les en lamelles épaisses. Chauffez 1 petite cuillerée à soupe d'huile dans une poêle, versez-y les champignons et faites-les cuire 5 minutes à feu vif. Salez-les.

4 Ébouillantez la tomate. Pelez-la, épépinez-la et coupez-la en dés. Taillez les olives en lamelles verticales, ou éclats.

5 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Huilez un plat à gratin. Étalez-y le fenouil, et parsemez de dés de tomate et d'éclats d'olive. Émiettez dessus le fromage frais, recouvrez avec les champignons et saupoudrez de parmesan. Arrosez légèrement d'huile d'olive, enfournez et laissez gratiner pendant 30 minutes. À la sortie du four, décorez le plat avec les petites feuilles vertes du fenouil.

Ce gratin accompagne aussi bien du poisson grillé qu'une viande ou une volaille grillée ou rôtie.

Tian provençal

Le basilic pas plus que le parmesan ou l'ail ne doivent être ménagés pour parfumer cette superposition de légumes provençaux.

POUR
4 PERSONNES

2 petites
aubergines

2 courgettes

1 poivron rouge
bien lisse

2 tomates

5 gousses d'ail

1 bouquet de
basilic

125 g
de parmesan

1 à 2 cuill.
à soupe
de chapelure

3 cuill. à soupe
d'huile d'olive

2 pincées
de sucre

Sel

1 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Ôtez les deux extrémités des aubergines et des courgettes, et pelez-les. Taillez-les en tranches fines et longues. Déposez les aubergines sur une plaque à revêtement antiadhésif, huilez-les très légèrement avec un pinceau, enfournez et laissez griller 5 minutes de chaque côté. Faites dorer les courgettes dans une poêle à revêtement antiadhésif légèrement huilée.

2 Coupez le poivron en quatre, de haut en bas. Retirez le pédoncule, les graines et les filaments blancs. Ôtez la peau avec un couteau économe. Faites-le griller sur un gril en fonte.

3 Ébouillantez les tomates, pelez-les et coupez-les en rondelles. Pelez l'ail, retirez le germe et passez au presse-ail. Rincez le basilic et hachez finement les feuilles. Taillez le parmesan en copeaux avec un couteau économe.

4 Huilez légèrement un plat à gratin. Disposez au fond la moitié des aubergines, salez, parsemez d'ail, de basilic et d'un quart du parmesan. Posez une couche de courgettes, assaisonnez-les de la même façon et continuez ainsi avec une autre couche d'aubergines parsemées d'ail, de basilic et de parmesan et une couche de courgettes assaisonnée de même. Rangez le poivron par-dessus, salez et sucrez. Couvrez avec les tomates et salez.

5 Mélangez le reste du parmesan avec la chapelure et le reste de l'ail. Parsemez le plat de ce mélange et arrosez avec 1 filet d'huile d'olive. Enfourez et laissez dorer pendant 15 minutes.

Utilisez un plat en terre vernissée et servez ce tian avec un rôti, des grillades, des pâtes ou du riz.



Tian de courgettes et de tomates au fromage de brousse

Onctueux et parfumé, ce gratin cuit traditionnellement dans un « tian », plat provençal en terre vernissée, qui a donné tout naturellement son nom à ce type de préparation.

POUR

3 À 4 PERSONNES

300 g de courgettes

400 g de tomates

1 gousse d'ail

1 gros oignon

80 g d'olives noires

200 g de brousse

40 g de parmesan

1 cuill. à café d'ail
semoule

2 cuill. à soupe
d'huile d'olive

2 pincées de sucre

2 branches de thym

Sel et poivre

1 Ébouillantez les tomates, pelez-les et coupez-les en rondelles. Salez-les et sucrez-les.

2 Pelez les courgettes, ôtez-en les extrémités, coupez-les en rondelles fines. Épluchez l'oignon et taillez-le en rondelles très fines. Taillez les olives en éclats, de haut en bas.

3 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Pelez l'ail, coupez la gousse en deux dans le sens de la largeur, et frottez-en le fond et les parois d'un plat à gratin. Râpez le parmesan.

4 Étalez les rondelles d'oignon au fond du plat, couvrez avec la moitié des courgettes, salez et poivrez, et recouvrez avec la moitié du fromage de brousse. Parsemez un peu d'ail semoule et la moitié des olives. Posez le reste des courgettes, salez et poivrez. Ajoutez le reste du fromage de brousse, un peu d'ail semoule et le reste des olives. Effeuillez le thym et dispersez-le sur le plat. Disposez par-dessus les rondelles de tomate, parsemez-les du reste d'ail semoule et de parmesan râpé. Arrosez avec l'huile d'olive.

5 Enfournez et laissez cuire pendant 45 minutes.

Ce gratin accompagne parfaitement des côtelettes d'agneau grillées.

Gratin de potiron aux marrons

Chaque saison a ses plaisirs. Le potiron et toutes les variétés de courges, grosses ou petites, jaunes, orangées, blanches, rondes, aplaties, torsées, allongées, côtelées trônent sur les marchés du début de l'automne à la fin de l'hiver. Choisissez de préférence de la courge musquée ou de la sucrine.

POUR
4 À 6 PERSONNES

1,2 kg de potiron

1 boîte de marrons entiers (poids net 282 g)

1 gros oignon

3 branches d'aneth

3 cuill. à soupe de crème liquide

4 portions de fromage frais aux herbes de 16 g chacune

40 g de gruyère

1/2 tablette de bouillon de volaille

1 Ôtez la peau, les graines et les filaments du potiron. Coupez la pulpe en tranches perpendiculaires de 1 cm d'épaisseur, puis recoupez chacune d'elles en deux ou trois morceaux pour obtenir des morceaux d'environ 2 x 3 cm. Épluchez l'oignon, coupez-le en deux, recoupez-le en lamelles, puis en trois dans l'autre sens.

2 Versez l'oignon dans une sauteuse avec 3 cuillerées à soupe d'eau. Couvrez et laissez fondre pendant 5 minutes. Ajoutez le potiron et émiettez dessus la demi-tablette de bouillon. Couvrez et laissez cuire à feu plutôt doux pendant 20 minutes — le potiron ne doit pas se réduire en purée.

3 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Rincez l'aneth et hachez-le. Coupez le fromage frais en lamelles. Incorporez-le, avec l'aneth, au potiron.

4 Versez le mélange dans un plat à gratin. Émiettez très grossièrement les marrons dessus. Arrosez avec la crème. Râpez le gruyère et couvrez-en le plat. Enfourez et laissez cuire pendant 20 minutes.

Servez ce gratin avec un rôti, des escalopes, des côtes de veau ou de porc.



Endives farcies au bleu et aux noix

Le fromage bleu et les noix légèrement croquantes dont sont truffées les endives relèvent la saveur de ce légume, le tout discrètement tempéré par le crottin de chèvre.

POUR 4 PERSONNES

- 8 endives
- 2 cuill. à soupe
de jus de citron
- 20 cerneaux de noix
- 80 g de bleu des
Causses
- 1 crottin sec, pas trop
fort
- 30 g de beurre
- 30 cl de lait
- 20 g de farine
- 2 pincées de noix
muscade râpée
- 2 pincées de sucre

Sel

1 Coupez la base des endives et retirez les premières feuilles. Déposez-les dans une sauteuse avec quelques cuillerées à soupe d'eau, arrosez avec le jus de citron, sucrez, salez, couvrez et laissez cuire doucement pendant 30 minutes.

2 Égouttez soigneusement les endives en les plaçant la tête en bas dans une passoire. Hachez grossièrement les noix. Beurrez un plat à gratin.

3 Chauffez le four à 230 °C (th. 8). Faites fondre 20 g de beurre dans une petite casserole. Ajoutez la farine et mélangez pendant 30 secondes. Arrosez peu à peu avec le lait, en remuant. Portez à ébullition. Incorporez la noix muscade et 20 g de bleu. Goûtez avant de saler et retirez du feu.

4 Coupez les endives en deux dans le sens de la longueur. Rangez 8 demi-endives côte à côte dans le plat. Déposez sur chacune 1 longue lamelle de bleu et parsemez avec les noix. Recouvrez avec les autres demi-endives et nappez avec la sauce. Ôtez la croûte du crottin et râpez finement celui-ci sur le plat.

5 Enfournez et laissez dorer pendant 15 minutes.

Ces endives accompagnent très bien du rôti, des escalopes ou des côtes de veau, ou de la volaille — poulet, blanc ou rôti de dinde.







Ces petits crumbles de tomates, très parfumés, seront d'autant plus raffinés et appréciés si vous utilisez pour leur cuisson de jolis ramequins assortis à votre vaisselle de table.

Crumbles de tomates

1 Ébouillantez les tomates, pelez-les et coupez-les en deux. Lavez le basilic et hachez-le. Épluchez les oignons, coupez-les en lamelles fines, puis recoupez celles-ci en deux. Pelez l'ail, retirez le germe et passez au presse-ail.

2 Mettez l'huile à chauffer dans une sauteuse, faites blondir les oignons en remuant, ajoutez l'ail et les tomates. Laissez cuire 3 minutes en remuant souvent, sans écraser les tomates. Sucrez et incorporez délicatement le fromage de chèvre. Salez légèrement, poivrez, retirez du feu. Ajoutez le basilic.

3 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Coupez le beurre en dés. Effeuiliez le thym et hachez finement les feuilles. Versez la farine dans une jatte. Râpez grossièrement le parmesan dessus et ajoutez le beurre, la chapelure, le thym et du poivre. Malaxez le tout à la main pour obtenir un mélange granuleux.

4 Répartissez les tomates dans 4 ramequins d'environ 10 cm de diamètre. Recouvrez entièrement avec le mélange granuleux. Enfournez et faites dorer pendant 15 minutes.

Laissez reposer les gratins 5 minutes avant de servir, en accompagnement de simples filets de poisson blanc, d'une viande ou d'une volaille rôtie.

POUR 4 PERSONNES

500 g de tomates
cocktail bien fermes

2 gousses d'ail

2 oignons moyens

3 branches de basilic

50 g de beurre

70 g de fromage
de chèvre frais en pot

50 g de parmesan

2 cuill. à soupe
de chapelure

50 g de farine

1 cuill. à soupe d'huile
d'olive

2 pincées de sucre

1 branche de thym frais

Sel et poivre

Desserts



Gratin de pommes meringué

Ce dessert évoque délicieusement les entremets préparés jadis par des grand-mères soucieuses de faire plaisir à tous, avec des ingrédients très simples. Les pommes peuvent être remplacées par des poires.

POUR
4 À 6 PERSONNES
4 pommes golden
ou boskoop
10 g de beurre
20 cl de lait
3 blancs d'œufs
2 jaunes d'œufs
4 à 5 cuill. à soupe
de confiture d'abricots
1 cuill. à soupe
de farine
150 g de sucre
1 pincée
de vanille
en poudre

1 Faites bouillir le lait. Battez les jaunes d'œufs avec 50 g de sucre dans un saladier, jusqu'à ce que le mélange blanchisse et mousse. Incorporez la farine. Versez le lait dessus, mélangez, reversez le tout dans la casserole, ajoutez la vanille et portez à ébullition en remuant. Laissez épaissir 1 minute. Retirez la crème pâtissière du feu et couvrez-la.

2 Épluchez les pommes et détaillez-les en lamelles. Versez celles-ci dans une casserole, avec 2 cuillerées à soupe de sucre et 2 cuillerées à soupe d'eau. Couvrez et laissez cuire 10 minutes environ, jusqu'à ce que les pommes soient moelleuses.

3 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Beurrez un plat à gratin. Saupoudrez-y 1 cuillerée à soupe de sucre et étalez la crème pâtissière. Rangez les pommes sur la crème et recouvrez avec la confiture d'abricots.

4 Montez les blancs d'œufs en neige molle. Incorporez peu à peu 3 cuillerées à soupe de sucre, toujours en battant, jusqu'à ce que la meringue soit ferme et brillante. Déposez-la sur la confiture, à l'aide d'une poche à douille, ou étalez-la avec une spatule. Enfournuez et faites blondir 10 minutes environ. Servez chaud ou très frais.

Variantes : *déposez 3 pommes crues en lamelles dans un plat à gratin, en les faisant chevaucher. Recouvrez d'un mélange de sucre, de cannelle et de chapelure, puis posez 3 autres pommes en lamelles. Couvrez-les du même mélange et parsemez de noisettes de beurre. Enfournuez à 180 °C (th. 6) pendant 30 minutes. Couvrez le plat de meringue — que vous pouvez enrichir de quelques macarons secs écrasés. Poudrez de sucre glace et faites blondir sous le gril.*

Pour un gratin aux abricots, déposez des abricots bien mûrs coupés en deux dans un plat beurré, arrosez-les d'un peu de muscat de Frontignan ou de Lunel, laissez macérer 30 minutes, puis couvrez de meringue et faites blondir au four.

Gratin de fruits rouges

Ce sabayon moussieux et doré, à préparer à la dernière minute, recèle un trésor de fraîcheur et de parfums, créé par le mélange de fruits rouges. C'est la recette d'été par excellence.

POUR 4 PERSONNES

75 g de cassis

250 g
de fraises

125 g
de framboises

75 g
de groseilles

1 cuill. à soupe
de jus de citron

25 cl de crème
fraîche liquide

1 blanc d'œuf

4 jaunes d'œufs

180 g
de sucre

Poivre

1 Lavez les groseilles et le cassis, et séchez-les sur du papier absorbant. Mettez 4 belles grappes de chaque sorte de côté et égrappez le reste. Faites bouillir 20 cl d'eau avec 100 g de sucre dans une casserole. Plongez-y les grains de groseille et de cassis pendant 10 secondes, puis égouttez-les.

2 Versez 30 g de sucre dans une assiette creuse. Battez légèrement le blanc d'œuf à la fourchette. Plongez-y les 4 grappes de cassis, puis passez-les dans le sucre pour les enrober. Déposez-les sur du papier sulfurisé.

3 Lavez rapidement les fraises sans les laisser tremper, séchez-les sur du papier absorbant, équeutez-les et coupez-les en lamelles épaisses. Poivrez-les légèrement et arrosez-les avec le jus de citron.

4 Répartissez les fraises, les framboises, et les grains de groseille et de cassis égouttés dans 4 plats à gratin individuels.

5 Versez les jaunes d'œufs et 50 g de sucre dans une casserole à fond épais. Fouettez jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez la crème, toujours en battant, puis faites épaissir ce sabayon sur feu doux sans cesser de fouetter et en évitant l'ébullition.

6 Allumez le gril du four. Nappez les fruits avec le sabayon. Faites blondir sous le gril pendant 2 minutes. Garnissez chaque plat d'une grappe de groseille nature et d'une grappe de cassis givrée. Servez sans attendre.

Variante : *déposez au fond des plats 1 mangue en lamelles, 1/2 papaye à peine mûre en lamelles et 2 rondelles d'ananas en morceaux très fins. Aspergez de quelques gouttes de jus de citron vert et d'un peu de vieux rhum blanc avant de les napper de sabayon. Décorez d'une petite tranche de carambole (savoureux fruit en forme d'étoile) ou de rondelles de kumquat.*





Crumble aux fruits rouges et à la rhubarbe

Les crumbles sont-ils un apport d'outre-Manche ? Nous n'avons adopté en réalité que l'appellation anglo-saxonne (*crumble* signifie « émietter »). La cuisine française comporte des desserts typiquement familiaux recouverts de ces « miettes » légèrement croquantes.

POUR 4 PERSONNES

250 g de fraises

125 g de framboises

1/2 orange

400 g de rhubarbe

50 g de poudre
d'amandes

50 g de beurre

50 g de farine

50 g de sucre

2 cuill. à soupe de
crème de cassis

1 Pelez la rhubarbe, lavez-la et coupez-la en tronçons d'environ 2 cm. Lavez rapidement les fraises, séchez-les sur du papier absorbant, équeutez-les et coupez-les en deux. Pressez la demi-orange.

2 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Coupez le beurre en dés. Mélangez la poudre d'amandes, la farine, le sucre et le beurre à la main pour obtenir un mélange granuleux.

3 Disposez la rhubarbe dans des plats à gratin individuels, arrosez-la de jus d'orange et de crème de cassis. Répartissez par-dessus les fraises et les framboises. Recouvrez entièrement avec le mélange granuleux. Enfournerez et faites cuire pendant 15 minutes. Laissez tiédir avant de servir.

Variantes : vous pouvez préparer de la même façon des pêches, des abricots, des prunes ou des nectarines, pelés, ou un mélange de ces fruits coupés en deux. Poudrez-les légèrement de sucre et de sucre vanillé ou arrosez-les d'une liqueur assortie avant de les couvrir de crumble. Pour ce type de fruits, comptez 20 à 25 minutes de cuisson.

Pour un crumble de pommes, faites cuire 1 kg de pommes en lamelles avec du beurre et flambez-les avec un peu de calvados. Ajoutez 2 cuillerées à soupe de crème épaisse. Sucrez à votre goût. Rangez ces pommes dans un plat à gratin, recouvrez-les avec des « miettes » préparées avec 75 g de farine, 75 g de poudre d'amandes, 75 g de beurre. Parsemez ensuite avec 75 g de macarons écrasés et des noisettes de beurre. Enfournerez et faites dorer 15 minutes.

Pruneaux farcis gratinés

Un mariage coloré et délectable : celui de la pâte d'amandes et des pruneaux pochés, rehaussé d'un petit sabayon rapidement doré sous le gril. Pour amateurs de sucre !

POUR 4 PERSONNES

1 orange non traitée

20 gros pruneaux

**200 g de pâte
d'amandes verte et
blanche**

**1 cuill. à soupe
de crème fleurette
très froide**

3 jaunes d'œufs

170 g de sucre

1 bâton de cannelle

**1 cuill. à café de
Cointreau**

1 Lavez l'orange, essuyez-la et prélevez son zeste avec un couteau, sans entamer la peau blanche.

2 Faites fondre 100 g de sucre avec 30 cl d'eau. Portez à ébullition, ajoutez le zeste d'orange et la cannelle. Laissez bouillir 2 minutes. Versez les pruneaux, réduisez le feu et faites frémir pendant 20 minutes. Laissez tiédir.

3 Égouttez les pruneaux en conservant le jus de cuisson. Fendez les fruits sans séparer les deux moitiés et ôtez les noyaux. Façonnez 20 petites boulettes allongées avec la pâte d'amandes et farcissez-en les pruneaux. Refermez ceux-ci à demi.

4 Disposez les pruneaux en étoile dans 4 plats à gratin individuels, en alternant les couleurs. Mélangez le Cointreau avec 3 cuillerées à soupe de jus de cuisson des pruneaux. Fouettez la crème fleurette jusqu'à ce qu'elle soit ferme.

5 Versez 3 jaunes d'œufs dans une jatte supportant la chaleur. Ajoutez 70 g de sucre et battez jusqu'à ce que le mélange blanchisse et mousse. Placez la jatte au-dessus d'une casserole d'eau frémissante. Fouettez sans cesse le mélange avec un batteur électrique tout en incorporant peu à peu le jus des pruneaux aromatisé au Cointreau. Le sabayon doit gonfler et épaissir.

6 Allumez le gril du four. Retirez la jatte du feu et incorporez la crème fouettée au sabayon. Nappez-en immédiatement les pruneaux et glissez les plats 2 minutes dans le four, le plus près possible du gril. Servez tiède.

Décorez éventuellement chaque plat d'un brin de menthe fraîche.





Fruits farcis gratinés

Légèrement amers, les petits macarons italiens se marient parfaitement avec les fruits et la confiture, et permettent d'obtenir un gratin très parfumé. À défaut d'amaretti, utilisez des petits macarons secs et ajoutez au beurre fondu 2 ou 3 gouttes d'extrait d'amande amère.

POUR 4 PERSONNES

Jus de 1 citron

4 pommes

50 g d'amandes
mondées

2 cuill. à soupe
de raisins secs

50 g de beurre

80 g d'amaretti
(petits macarons secs
italiens)

3 cuill. à soupe
de confiture
d'abricots

50 g de sucre

2 cuill. à soupe
de kirsch

1 Versez les raisins secs dans un bol et arrosez-les avec le kirsch. Hachez grossièrement les amandes au couteau.

2 Chauffez le four à 210 °C (th. 7). Enduisez un plat à gratin avec 15 g de beurre et couvrez le fond avec 1 cuillerée à soupe de sucre.

3 Pelez les pommes, coupez-les en deux, ôtez le cœur et élargissez la cavité. Coupez une lamelle pour aplatir légèrement l'extérieur de chaque demi-pomme. Arrosez de jus de citron. Déposez les pommes dans le plat, cavité au-dessus, et poudrez-les avec le reste du sucre.

4 Mélangez la confiture d'abricots, les amandes et les raisins. Garnissez-en les pommes. Passez les macarons au mixeur pour les réduire en poudre grossière et parsemez-en les fruits. Faites fondre le reste du beurre et arrosez-en les pommes. Enfournez et laissez cuire pendant 20 minutes. Servez tiède.

Variantes : *emplissez des demi-pêches pelées d'une crème d'amandes préparée avec 60 g de beurre, 60 g de sucre, 60 g de poudre d'amandes et 1 œuf. Passez-les au four, puis arrosez-les avec un peu de kirsch.*

Vous pouvez aussi déposer des demi-abricots sur un lit de riz au lait (100 g de riz, 70 cl de lait et 35 g de sucre) aromatisé de kirsch. Remplissez les abricots de pâte d'amandes émiettée, couvrez de biscuits à la cuiller émiettés, arrosez de beurre fondu et passez 20 minutes au four. Servez tiède.

Gratin d'agrumes

Sous un gratin mousseux, la très légère amertume des pamplemousses est compensée par la suavité des oranges, tandis que la délicate saveur des fruits de la Passion, mariée au chocolat, rehausse le tout.

POUR 4 PERSONNES

**3 fruits
de la Passion**

**3 oranges
non traitées**

**2 pamplemousses
roses**

1 citron vert

30 cl de lait

2 œufs

**2 cuill. à soupe
de vermicelles
de chocolat**

**2 cuill. à soupe
de farine**

150 g de sucre

1 Brossez 1 orange sous l'eau tiède, essuyez-la et râpez son zeste avec un couteau zesteur. Pelez les oranges et les pamplemousses à vif, en entamant la pulpe, et travaillez au-dessus d'une jatte pour recueillir le jus. Détachez les quartiers en passant la lame du couteau le long des membranes, puis retirez les pépins.

2 Rangez les quartiers de pamplemousse et d'orange en rosace dans 4 plats à gratin individuels, en alternant les couleurs. Coupez les fruits de la Passion en deux, sortez la chair avec une petite cuillère et répartissez-la sur les agrumes. Parsemez le tout de vermicelles de chocolat.

3 Versez dans une casserole le lait et le jus des agrumes recueilli dans la jatte. Ajoutez le zeste d'orange et faites chauffer à feu moyen.

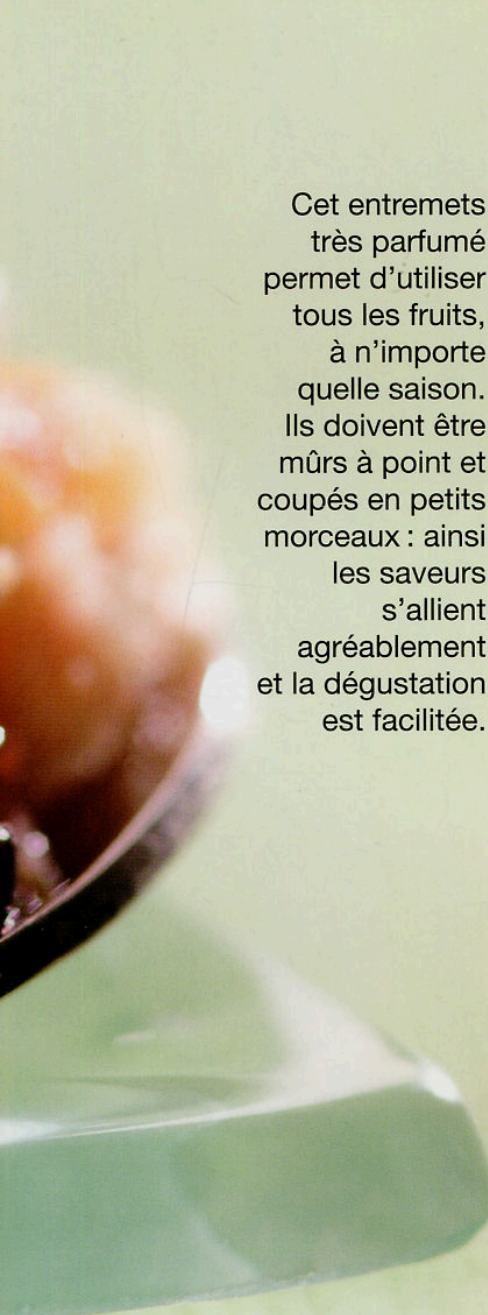
4 Cassez les œufs et séparez les blancs des jaunes. Fouettez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporez la farine et arrosez avec le lait chaud en fouettant. Reversez le tout dans la casserole, portez à ébullition en remuant, puis laissez épaissir 2 minutes.

5 Allumez le gril du four. Battez les blancs d'œufs en neige ferme et incorporez-les délicatement à la crème. Déposez celle-ci sur les agrumes, glissez les plats sous le gril et laissez blondir pendant quelques minutes.

6 Cannelez le citron vert avec un couteau cannelé. Supprimez les deux extrémités, puis coupez-le en rondelles. Ornez-en chaque plat.







Cet entremets très parfumé permet d'utiliser tous les fruits, à n'importe quelle saison. Ils doivent être mûrs à point et coupés en petits morceaux : ainsi les saveurs s'allient agréablement et la dégustation est facilitée.

Tutti frutti meringué frais

1 Pressez l'orange, faites tiédir 3 cuillerées à soupe de son jus avec 1 cuillerée de sucre, laissez fondre, puis ajoutez le Cointreau.

2 Pelez l'ananas, retirez le centre dur et taillez la pulpe en petits triangles. Lavez les fraises et les mûres, et égouttez-les sur du papier absorbant. Équeutez les fraises et coupez-les en lamelles. Lavez les prunes et coupez-les en dés. Coupez les biscuits à la cuiller en deux tranches horizontales d'égal épaisseur à l'aide d'un couteau-scie.

3 Chauffez le four à 230 °C (th. 8). Couvrez le fond d'un moule à manqué en Pyrex de 20 cm de diamètre avec 1 couche de demi-biscuits. Arrosez-les avec la moitié du jus d'orange. Recouvrez avec l'ananas et les fraises, puis avec le reste des biscuits et arrosez ceux-ci avec le reste du jus d'orange. Disposez par-dessus les prunes, les framboises et les mûres. Tassez légèrement avec la main.

4 Battez les blancs d'œufs en neige molle. Incorporez peu à peu 80 g de sucre en continuant à battre, jusqu'à ce que la meringue soit ferme et brillante. Étalez-la en couche fine sur les fruits et égalisez-la avec une spatule.

5 Enfournez et laissez blondir pendant 10 minutes. Laissez refroidir le moule hors du four, puis placez-le au réfrigérateur. Servez très frais.

Après avoir étalé la meringue, créez un décor en appuyant doucement l'extrémité de la spatule en de multiples endroits pour obtenir un léger relief.

POUR
4 À 5 PERSONNES

2 tranches
d'ananas frais

200 g
de fraises

125 g
de framboises

125 g de mûres

1 orange

4 grosses prunes
(ou 4 abricots
ou 4 nectarines)

2 blancs d'œufs

10 à 12 biscuits
à la cuiller

95 g de sucre

1 cuill. à café
de Cointreau

Semoule aux pistaches et aux abricots

POUR
4 À 6 PERSONNES

8 abricots secs
moelleux

3 cuill. à soupe de
pistaches nature,
décortiquées

40 g de beurre

50 cl de lait

80 g de semoule
de blé dur fine

50 g de sucre

3 cuill. à soupe
de vergeoise
brune

1/2 cuill. à café
de cannelle

2 pincées
de vanille
en poudre

1 pincée de sel

Ce dessert d'origine orientale ne peut manquer de séduire les petits gourmands – et les grands aussi ! Il complète parfaitement un menu léger. Préparez-le dans un petit plat rectangulaire pour pouvoir le détailler en tranches et cuisinez-le la veille si possible pour le servir très frais.

1 Faites fondre 70 g de beurre dans une casserole, ajoutez la semoule et les pistaches. Remuez pendant 3 minutes pour que la semoule soit bien enrobée et commence à dorer.

2 Versez le lait, le sucre et le sel dans une casserole. Portez doucement à ébullition. Ajoutez la vanille.

3 Incorporez peu à peu le lait à la semoule, en remuant. Laissez épaissir à feu doux, en remuant jusqu'à ce que le liquide soit absorbé et que la semoule se détache de la paroi de la casserole.

4 Coupez les abricots en petits dés. Incorporez-les à la semoule. Beurrez un plat à gratin rectangulaire. Étalez-y la semoule et lissez-la avec une spatule métallique humide.

5 Allumez le gril du four. Mélangez la vergeoise avec la cannelle, en écrasant bien les grumeaux. Couvrez la semoule de ce mélange. Glissez le plat le plus près possible du gril et laissez chauffer 3 minutes, jusqu'à ce que le dessus bouillonne. Gardez le plat au frais pendant quelques heures avant de servir.

Accompagnez éventuellement ce gratin de crème fouettée, de yaourt au lait entier ou d'une compote d'abricots.



Index

Les numéros de pages indiqués en italique correspondent aux illustrations.

Artichauts farcis aux
cèpes et au foie gras
8, 9

Aubergines farcies
au fromage 10, 11

Crumble aux fruits
rouges et à
la rhubarbe 52, 53

Crumble de légumes
au curry 36, 37

Crumbles de tomates
46, 47

Endives farcies au bleu
et aux noix 44, 45

Épinards en lasagnes
20, 21

Fruits farcis gratinés
56, 57

Gratin d'agrumes 58, 59

Gratin d'aubergines
à la grecque 28, 29

Gratin de fenouil
aux olives 38, 39

Gratin de fruits rouges
50, 51

Gratin de macaronis
aux poireaux 24, 25

Gratin de pommes
meringué 48, 49

Gratin de potiron
aux marrons 43, 43

Haricots verts au speck
et au comté 22, 23

Lasagnes
méditerranéennes
26, 27

Moules aux poivrons
12, 13

Œufs pochés sauce
soubise 18, 19

Pavés de la mer
en croûte doré 33, 33

Pêle-mêle de haricots
blancs frais et de
champignons 34, 35

Petites gambas
gratinées 14, 15

Petits gratins de crabe
sur rosaces de
pommes de terre 16, 17

Poireaux farcis
au magret fumé 30, 31

Pruneaux farcis gratinés
54, 55

Semoule aux légumes
32, 32

Semoule aux pistaches
et aux abricots 62, 63

Tian de courgettes et de
tomates au fromage
de brousse 42, 42

Tian provençal 40, 41

Tutti frutti meringué frais
60, 61

30 recettes de gratins dorés, parfumés et moelleux. Légumes et fruits composeront des plats rustiques ou raffinés aussi alléchants que croustillants pour toutes les occasions, tous les goûts, toutes les envies !



6,90 € France TTC

ISBN 978-2-263-04550-9



www.solar.fr