TOAST AUX FOIES GRAS ET FIGUES AU MIEL

cuisson : 5 min
2 personnes:

– 2 cuillères à soupe de miel
– Des oignons
– 1 tranche de foie gras
– Des figues

1. Faites rissoler à feu vif les lamelles d’oignons avec un clou de girofle dans 2 c à s de miel.
2. Coupez les figues en 4 sans les détacher. Arrosez les du miel et mettez les 10 min au four à 210°.
3. Coupez la demi-baguette en rondelles, disposez dans un plat allant au four et faites griller pendant 5 min.
4. Tartinez les toasts avec les oignons, mettez par dessus une tranche de foie gras dessus.
5. Disposez les quartiers de figues dans l’assiette. Servir. Bon appétit

---

CHAUSSONS AUX THONS

Cuisson : 20 mn
2 personnes:

– 1 pâte feuilletée
– 1 bol de chakchouka
– 1 boîte de thon
– Quelques olives noires
– Quelques câpres

– Des graines de sésame
– 1 jaune d’œuf

1. Préchauffez votre four à 180°.
2. Découpez des cercles dans votre pâte et garnissez-la en son centre de chakchouka.
3. Déposez sur cette ratatouille, le thon, quelques rondelles d’olives et éventuellement des câpres.
4. Scellez vos chaussons. Dorez-les avec un jaune d’œuf dilué de quelques gouttes d’eau.
5. Saupoudrez de graines de sésames et enfournez.

ENDIVES AUX JAMBONS

Préparation : 20 mn
Cuisson : 20 min
3 personnes:

– 4 Endives
– 4 Tranches de Jambon blanc
– Du sel, poivre
– De la gruyère râpée
– De la chapelure
– De la sauce Béchamel

1. Faire cuire les endives dans une casserole d’eau salée pendant 15 minutes.
2. Retirez les endives de l’eau salée, et bien les égoutter. Au besoin, les placer sur un papier essuie tout en quelques minutes.
3. Enroulez chaque endive dans une tranche de jambon blanc,

et les mettre dans un plat allant au four.
4. En parallèle préparez la sauce Béchamel.
5. Nappez les rouleaux de jambon avec la sauce.
6. Ajoutez un peu de gruyère râpé et de la chapelure par dessus.
7. Cuisson : Sur le plat, mettre 4 petites noix de beurre, puis placez le tout dans un four chaud (200°, niveau 6). Attendre un quart d'heure que les endives soient bien chaudes, et le dessus grillé. Servir dans chaque assiette avec un peu de sauce

LES CONSEILS DE NINA : Même bien égouttées, les endives ont toujours tendance à faire un peu d'eau, aussi pour compenser vous pouvez utiliser à la place de la sauce Béchamel, une Sauce Mornay contenant du gruyère râpé qui épaissit plus en cuisant.

NAVARIN D'AGNEAU

Préparation : 30 min
cuisson : 1 h 30 min

800 g de collier d'agneau désossé
– 1 cuillère à café de sucre en poudre
– 1 cuillère à soupe de farine
– 20 cl de vin blanc sec
– 1 noix de muscade
– 2 tomates mûres
– 2 gousses d'ail
– 1 bouquet garni
– 300 g de petites carottes nouvelles
– 100 g de petits oignons blancs
– 200 g de petits navets nouveaux
– 300 g de haricots verts
– 300 g de petits pois écossés
– 25 g de beurre

– 2 cuillères à soupe d’huile
– Du sel, du poivre

6 personnes:

1. Découpez l’épaule d’agneau en 6 morceaux et collez-le en 6 tranches.
2. Faites chauffer l’huile dans une cocotte de grande taille et ajoutez les morceaux de viande deux par deux pour les faire colorer sans laissez-les roussir.
3. Quand ils sont tous dorés, égouttez-les et videz les deux tiers de la graisse fondue.
4. Remettez-les dans la cocotte et saupoudrez-les de sucre, mélangez, puis saupoudrez de farine et faites chauffer en remuant de 2 à 3 minutes pour cuire la farine.
5. Versez le vin et mélangez, salez, poivrez et ajoutez un peu de muscade râpé. Mettre à feu moyen.
6. Ebouillantez les tomates, puis pelez-les; épépinez-les et concassez-les.
7. Pelez les gousses d’ail et hachez-les.
8. Ajoutez ces ingrédients dans la cocotte ainsi que le bouquet garni. Ajoutez éventuellement un peu d’eau. Lorsque l’ébullition est atteinte, couvrez et faites mijoter pendant 45 min environ en écumant et en dégraissant régulièrement.
9. Pelez les carottes et les navets. Pelez les petits oignons, ôtez les fils des haricots verts, faites chauffer le beurre dans une sauteuse et mettez-y les carottes, les navets et les oignons, puis faites-les revenir en remuant pendant 10 min.
10. Égouttez-les. Faites cuire les haricots verts à la vapeur pendant 10 min. Ajoutez carottes, navets, oignons et petits pois dans la cocotte.
11. Mélangez et couvrez à nouveau, poursuivez la cuisson doucement pendant 20 min. Ajoutez enfin les haricots verts 5 min avant de servir et mélangez délicatement. Goûtez pour rectifier l’assaisonnement. Servez dans la

cocotte ou un plat de service creux et bien

BLANQUETTE DE DINDE AUX MACEDOINES DE LEGUMES

Préparation : 25 min
Cuisson : 40 min
4 personnes:

- 600 g de blancs de dinde
- 8 pommes de terre nouvelles
- 8 carottes nouvelles
- 2 petites courgettes
- 200 g de petits pois surgelés
- 1 oignon
- ½ citron
- 2 clous de girofle
- 1 bouquet garni
- 40 g de beurre
- 20 g de farine
- 1 tablette de bouillon de volaille
- Du sel, du poivre

1. Faites dorer dans une cocotte les blancs de dinde coupés en morceaux avec 20 g de beurre.
2. Ajoutez l’oignon pelé et piqué des clous de girofle, le bouquet garni, la tablette de bouillon de volaille et 30 cl d’eau chaude. Salez, poivrez. Faites cuire 15 min sur feu doux.
3. Epluchez les pommes de terre, les carottes et

partiellement les courgettes. Coupez-les en morceaux.
4. Ajoutez tous les légumes dans la cocotte et poursuivez la cuisson 20 min.
5. Dans une casserole, faites fondre le beurre restant, incorporez la farine en tournant vivement avec une cuillère en bois.
6. Délayez avec du bouillon de cuisson au fur et à mesure, sur feu moyen, jusqu'à ce que la sauce nappe la cuillère.
7. Ajoutez le jus du citron, salez et poivrez.
8. Egouttez la viande et les légumes et servez aussitôt nappés de sauce.

SALADE AUX FRUITS DE MER ET PAMPLEMOUSSE

Préparation : 15 min
4 personnes:

– 2 gros pamplemousses
– 300 g de cocktail de fruits de mer décongelés
– 2 cuillères à soupe de persil finement haché
– 5 cuillères à soupe de mayonnaise
– Du paprika
– Du tabasco
– Quelques feuilles de salade
– Des rondelles de tomate
– Des rondelles de concombre

1. Coupez les pamplemousses en deux et extrayez-les de leur écorce de manière à ce qu'elle forme un petit ramequin.

2. Enlevez les peaux blanches et coupez la pulpe en morceaux.
3. Récoltez le jus dans une tasse pour la sauce.
4. Mélangez délicatement les morceaux de pamplemousse avec le cocktail de fruits de mer et farcissez-en les moitiés de pamplemousse.
5. Garnissez de persil finement haché. Pour la sauce, mélangez 5 cuillère à soupe de mayonnaise avec 1 cuillère à soupe de jus de pamplemousse.
6. Ajoutez du tabasco et du paprika, selon votre goût. Disposez chaque moitié de pamplemousse sur un lit composé de salade et de quelques rondelles de tomate ou de concombre.