GRATIN DE POMME DE TERRE AU PARMESAN

Ingrédients:

1 kg de pommes de terre
250 gr de mozzarella égouttée
2 à 4 cuillères à soupe de parmesan
huile d’olive extra vierge
romarin Sel

Préparation:

1. Lavez d’abord les pommes de terre et pelez-les.
2. Coupez de très fines tranches de pomme de terre à l’aide d’une mandoline ou d’un couteau bien aiguisé.
3. Déposer dans un plat une première couche de pommes de terre, une poignée de mozzarella en dés et un parmesan, une pincée de sel:
4. Ajoutez quelques aiguilles de romarin écalé.
5. Formé 4 couches.
6. Répétez l’opération en alternant les couches: pommes de terre, mozzarella, parmesan, romarin et un peu de sel.
7. Enfin, recouvrir d’une couche de pommes de terre, d’un peu de parmesan et d’un généreux filet d’huile, en saupoudrant toute la surface, en réservant une poignée de mozzarella
8. Ajoutez une aiguille de romarin.
9. Cuire les pommes de terre dans un four très chaud à 180 ° pendant environ 30 minutes dans la partie moyenne-basse du four. Le temps dépend de la finesse de la coupe des pommes de terre. Si l’épaisseur est moyenne, continuez la cuisson pendant au moins 20 à 25 minutes! Les miens étaient très minces!

10. Enfin, lorsque les pommes de terre sont tendres et cuites, ajoutez le reste de la mozzarella, un filet d’huile et un autre petit parmesan, allumez le gril et passez au niveau supérieur du four et laissez-le dorer pendant 5 à 6 minutes!

GRENADE

AVANTAGES : bon apport de fibres, potassium et vitamine c , riche en polyphénols antioxydants.

Grenadine

Ingrédients:

3 cl. de sirop de grenadine

10 cl. de jus d’orange

Préparation:

Versez le sirop de grenadine et le jus d’orange.

A servir dans une flûte.

LES CONSEILS DE NINA: décorez la flûte avec une tranche d’orange ou de citron.

Grenado

Ingrédients:

1,5 cl. de Grenadine

10 cl. de Jus d’orange

10 cl. d’eau

Préparation du cocktail:

Mettre tous les ingrédients du cocktail dans l’ordre indiqué: grenadine, jus d’orange, eau.

Servir dans un verre à cocktail

Grenado cool

- 0,5 cl. Grenadine
- 2 cl. Jus de Citron
- 4 cl. Rhum Blanc

- Mettre tous les ingrédients du cocktail dans l’ordre:Grenadine, Jus de Citron, Rhum Blanc.

GRENAILLE AUX OEUFS DE SAUMON

Préparation: 12 mn.

Cuisson: 10 mn

pour 2 personnes:

12 petites pommes de terre (grenaille de préférence ratte ou Charlotte à défaut)

2 cs de crème fraîche

5 brins de ciboulette

un petit pot d'oeufs de saumon sel, poivre

1. Lavez les pommes de terre et faites-les cuire 12 minutes environ à l'eau salée ou dans une un cuit-vapeur; égouttez-les et laissez-les tiédir.

2. Taillez la base afin de pouvoir les poser et coupez l'autre extrémité; creusez délicatement à l'aide d'une cuillère à moka. Écrasez la chair obtenu avec un peu de sel, le poivre, la crème fraîche et la ciboulette finement ciselé; mélangez bien et farcissez les pommes de terre de cette préparation en formant un dôme. Déposé par-dessus les oeufs de saumon fumé.

Les conseils de Nina:

Pour varier, utilisez de la tapenade, du pistou ou encore une concassée de noix avec du roquefort bien écrasé.

GROSEILLE

AVANTAGES : bonne source de vitamine C, de potassium et de flavonoïdes. Source de fer et de vitamine A. Riche en fibres, peu caloriques.

INCONVÉNIENTS : ses graines peuvent irriter les intestins sensibles.

HARICOT VERT

AVANTAGES : peu énergétique, bonne source de vitamines A et C, d’acide folique et de fibres.

HOMARD GRILLE AU BEURRE CORAIL

Préparation: 15 mn

Cuisson: 20 mn

4 Personnes:

- 1 homard
- le corail des têtes de homards
- 100 g de beurre
- 1 c. à soupe de Cognac
- 4 c. à soupe d’huile

- sel, poivre

- 1.Prenez un homard vivant et maintenez sa queue allongée. Coupez-la en 2 dans la longueur en introduisant le couteau dans le coffre, côté queue, lame dirigée vers les pinces. Et enfoncez la lame jusqu'à la planche avant de tranchez d'un coup net. Retournez le homard et fendez la queue de la même façon.
- 2.Retirez la poche à cailloux et le fil des intestins de la queue. Mettez la partie noire ou verdâtre dans un bol (corail). Assaisonnez les chairs de sel et poivre, huilez ou badigeonnez de beurre fondu. Retirez les élastiques des pinces (en principe on ne risque plus rien). Posez les 2/2 homard sur le grill chaud. Soit 2 à 5 min selon grosseur, retournez sur la carapace même temps.
- 3.Finissez la cuisson au four en ayant pris soin de protéger la chair avec un papier sulfurisé ou alu beurré. Pour la sauce au beurre corail, faites fondre le beurre dans une casserole à feu doux dans laquelle on ajoutera le corail ainsi qu'une cuillère à soupe de Cognac. La sauce doit être crémeuse. Servez votre recette de homard grillé au four aussitôt avec son beurre de corail.
- 4.Flambez le homard avant de le servir pour le parfumer au Cognac. Cela relèvera le goût de ce produit de fêtes. Pour cela disposez votre homard dans une poêle en fonte avec un long manche. Versez sur le dessus le Cognac déjà chauffé. Et utilisez une grande allumette pour ne pas vous brûler. Une fois que l'alcool est complètement évaporé, le flambage est terminé.

HUÎTRE EN MARINADE

Préparation: 40 mn

8 personnes:

8 douzaines d`huîtres
2 feuilles de laurier
2 oignons moyens ou 1 gros
2 tomates fermes
1 cs d`huile
1/4 de verre de jus de citron
1 piment (facultatif) sel, poivre

1.Tout d`abord, ouvrir les huîtres. Les déposer dans une cocotte avec 2 feuilles de laurier et un demi-verre d`eau additionnée d`une pincée de sel. Couvrir et laisser cuire 5 minutes sur feu vif.

2. Laissez tiédir.

3. Coupez les oignons et les tomates en petits dés.

4. Les mettre dans un petit saladier avec I’ huile, le jus de citron, le sel, le poivre et le piment écrasé (facultatif). Ajoutez les huîtres avec une cs de leur jus de cuisson. Bien mélangé le tout.

5. Servir tiède ou froid accompagné de riz nature.