

1 JOUR 1 RECETTE

LIVRET DE CUISINE DU CENTRE
SOCIAL RÉALISÉ À PARTIR DES
RECETTES DES PARTICIPANTS

SEMAINE DU 11 AU 15 MAI 2020



CI-DESSOUS UNE VIDÉO SUR LES TRUCS ET ASTUCES EN CUISINE



ERREUR SUR LA RECETTE DU RISIBISI. RECETTE INITIALE DE CHRISTOF





Les brioches de Maryse (le gouter idéal pour les enfants)

Temps total : 3h20

Préparation : 5 minutes

Repos : 2 heures + 1 heure

Cuisson : 15 minutes

Niveau : facile

Pour : 5 personnes

Ingrédients

- 500 g de farine
- 90 g de sucre
- 1 cube de levure boulangère
- 2 oeufs
- 20 cl de lait
- Fleur d'oranger
- 125 g de beurre mou
- 1 pincée de sel

Préparation

Mélanger la farine, le sucre et la levure boulangère pendant 2 à 3 minutes.

Rajouter les œufs, le sel et mélanger.

Verser le lait et le parfum de votre choix (ici de la fleur d'oranger) ainsi que le beurre.

Laisser reposer la pâte pendant deux heures.

Façonner en petites boules et laisser reposer encore une heure.

Préchauffer le four à 220 degrés.

Enfourner pour 13/15 minutes et baisser la chaleur à 180 degrés.

Croziflette de Séverine



Temps total : 30 minutes

Préparation : 10 minutes

Niveau : facile

Pour : 4 personnes

Ingredients

- 1 paquet de crozets (pâtes sèches)
- 1 brique de crème fraîche (ou soja)
- 1 oignon
- 1 fromage à tartiflette (ou reblochon)
- 1 paquet de lardon



Préparation

Dans une grande quantité d'eau salée, faire cuire les crozets. Les égoutter.

Dans une poêle, faire rissoler les oignons. Réserver.

Dans la même poêle, faire revenir les lardons.

Mélanger les crozets avec la crème fraîche, les oignons et les lardons. Mettre la préparation dans un plat allant au four.

Découper des tranches de fromage et les disposer sur le dessus du plat. (vous pouvez rajouter un peu de thym sur le dessus)

Mettre le plat au four et faire gratiner le tout.

Rôti de porc en cocotte aux épices de Céline



Temps total : 2h30
Préparation : 10 minutes
Repos : 1 heure
Cuisson : 1 heure
Niveau : facile
Pour : 6 personnes

Ingredients

- 1 roti de porc d'environ 1,5 kg
- 2 gousses d'ail
- 1 botte d'oignons nouveaux
- 3 càs d'huile d'olive
- 15 cl de bouillon de volaille

- Pour la marinade :
 - 1 càc de gingembre
 - 1/2 càc de curry ou curcuma
 - 1/2 càc de cannelle
 - 2 càc de sauge ou coriandre
 - 3 càs de miel liquide

Préparation

Préparer la marinade. Mélanger les épices et le miel dans un plat creux. Poser le rôti à l'intérieur et le retourner pour l'enrober. Saler et poivrer. Laisser reposer 1 h au réfrigérateur.

Peler et hacher l'ail et l'oignon. Faire chauffer l'huile à feu moyen et y mettre le rôti à dorer. Ajouter l'ail, l'oignon et baisser le feu. Laisser cuire pendant 5 min. Verser le bouillon, couvrir et cuire 1 h en retournant le rôti et en l'arrosant avec le jus de cuisson. Mettre un plat au four.

Sortir le rôti, et le couper en tranches. Les placer dans le plat chaud. Récupérer les sucs du jus de cuisson.

Cookie géant de Françoise



Temps total : 1h30
Préparation : 10 minutes
Repos : 45 min
Cuisson : 20 minutes
Niveau : facile
Pour : 4 personnes

rhunette.fr

Ingrédients

- 180 g de farine
- 1 càc de levure
- 150 g de sucre roux
- 120 g de beurre demi-sel
- 1 oeuf
- 150 g de chocolat

Préparation

Préchauffer le four à 180 degrés.

Mélanger le beurre mou et le sucre dans un saladier.

Ajouter l'œuf, la farine et la levure.

Ajouter le chocolat coupé grossièrement.

Mélanger sans trop travailler la pâte et faire une boule.

Réserver au réfrigérateur pendant 45 minutes.

Constituer le cookie géant.

Enfourner pour 20 minutes maximum.

Le pesto d'asperges de Lolita



Temps total : 15 minutes

Préparation : 5 minutes

Cuisson : 10 minutes

Niveau : facile

Pour : 2 personnes

Ingrédients

- 200 g d'asperges verte fraîches
- 30 g de pignons de pain
- 1 petite gousse d'ail
- le zeste d'1/2 citron
- 1 càs d'huile d'olive
- 1 càs de levure diététique
- 1/2 càc de poivre noir
- 1/2 càc de sel
- 2 tranches de pain grillé
- 1 poignée de graines de sésame
- 1 poignée de pignons de pain
- du basilic frais

Préparation

Laver les asperges et couper la partie dure de la tige. Couper les asperges en tronçons et faire cuire 3/4 minutes dans de l'eau bouillante.

Egoutter et les placer dans un mixeur avec les pignons de pain, l'ail le zeste du citron l'huile d'olive, la levure diététique, le sel et le poivre.

Mixer jusqu'à une consistance crémeuse tout en gardant un peu de texture.

Déguster le pesto sur une tranche de pain grillé.

Parsemer de pignons de pain, de sésame et déposer une feuille de basilic.

Le céleri rave au four de Vincent



Temps total : 3h05 / 4h05

Préparation : 5 minutes

Cuisson : 3 à 4 heures

Niveau : facile

Pour : 4 personnes

Ingrédients

- 1 celeri rave
- 3 à 4 branches de thym
- 3 càs d'huile d'olive
- 1/2 càc de sel

Préparation

Préchauffez le four à 180°C.

Nettoyer et couper la base du céleri pour qu'il tienne assis.

Laver le thym. Mettre le céleri dans dans un papier cuisson. Ajouter le thym, l'huile d'olive et fermer.

Envelopper de papier aluminium. Cela doit être hermétique.

Déposer le céleri dans un plat et mettre au four pour 4 heures de cuisson (3 heures s'il est petit)

Pour servir : arroser d' une cuillère à soupe d'huile d'olive et de saupoudrez de sel.

La citronnade rafraîchissante

Temps total : 45 minutes

Préparation : 15 minutes

Cuisson : 5 minutes

Repos : 30 min

Niveau : facile

Pour : 6 personnes

Ingrédients

- 1,5 litre d'eau
- 6 citrons non traité
- 5 cuillères à soupe de miel
- poignée de menthe fraîche
- quelques glaçons

Préparation

Faire chauffer 200 ml d'eau avec du miel dans une petite casserole jusqu'à ce que le miel soit complètement dessous.

Presser 4 citrons pour en extraire le jus.

Verser le jus et l'eau de miel dans un pichet.

Ajouter le reste d'eau froide, la menthe fraîche et 2 citrons coupés en morceaux

Mettre au réfrigérateur entre pendant 30 minutes.

Servir la citronnade dans un verre rempli de glaçons.