

Po'potes au Château

L'Europe !

Gaspacho

(viva l'Espania !)

Originaire du sud de l'Espagne, ce potage velouté servi bien froid est idéal quand la chaleur estivale est au rendez-vous.

Liste des ingrédients soupe (4 pers.)

- 125 ml (1/2 tasse) d'eau
- 500 g de tomates bien mûres, mondées, et coupées ou 1 grande boîte de tomates pelées
- 1/2 concombre, pelé, épépiné et coupé en cubes
- 1/2 d'un poivron rouge, épépiné et coupé en cubes
- 1 oignons jaunes ou 3 petits oignons nouveaux
- 3 gousses d'ail fraîche
- 1/2 verre d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de vinaigre balsamique, ou jus de citron
- Gingembre frais râpé
- Cumin et/ou paprika (1 c. à café), piment d'Espelette (attention c'est pimenté)
- 8-10 feuilles de basilic frais



Etapes de la recette

- Dans un bol, tremper les cubes de pain dans l'eau 5 minutes. Transvider dans le récipient d'un blender. Ajouter le reste des ingrédients et réduire en purée lisse. Saler et poivrer. Réfrigérer 2 heures dans le blender jusqu'à ce que la soupe soit froide.
- Au moment de servir remixer avec les feuilles de basilic et servir aussitôt, décoré de quelques croutons dorés ou tuile de parmesan.

Mes notes :

Saumon Gravlax

(voyage chez les vikings)

Le mot « gravlax » vient du suédois grav (enterré) et lax (saumon). Les pêcheurs vikings enfouissaient le poisson dans le sable pour le conserver. Aujourd'hui, la méthode est moins « viking », mais le principe reste identique : pas de cuisson, pas de fumée, juste une lente maturation.



Liste des ingrédients (pour 8-10 personnes)

- 1 kg de saumon frais
- 6 Cuillère à soupe de sel
- 4 Cuillère à soupe de sucre
- 20 g. de poivre concassé
- 50 g. d'aneth
- 10 g de baies rouges

Etapes de la recette

- Retirer les arêtes éventuelles à l'aide d'une pince à épiler et essuyer le avec du papier absorbant.
- Mélanger sel, sucre, poivre et baies.
- Dans un plat dimensionné au plus juste, déposer la moitié du mélange, poser le saumon coté peau dessus et émincer au ciseau l'aneth sur la partie chair, puis recouvrir de l'autre moitié du mélange. Fermer le film plastique en serrant et poser un poids dessus
- Laisser mariner 48 h au frigo, en retournant le poisson tous les jours (jeter l'eau rendue).
- Le jour j, rincer légèrement à l'eau froide et essuyer le saumon avec du papier absorbant pour ôter le sel, puis découper le saumon en fines lamelles (comme un carpaccio).
- Rajouter de l'aneth et déguster nature avec du citron ou bien une sauce fromage blanc-citron-ciboulette

Mes notes :

Tadziki

(Grèce)

- Préparation 10 min
- Réfrigération 2 h
- Portions 4



Simple, rapide délicieux à accompagner de légumes crus en bâtonnet, de petits croutons de pain aillés ou de tranche de polenta grillée. Plus c'est frais plus c'est bon !

Liste des ingrédients

- 1 concombre
- 5 CuS de Fromage blanc ou yaourt grec (dans ce cas pas besoin de crème fraîche)
- 2 CuS de Crème fraîche
- 1 gousse d'ail écrasée
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 jus d'1/2 citron ou vinaigre
- Sel/poivre
- Herbes (aneth, ciboulette, estragon, sésames...)
- 1 oignon blanc haché (facultatif)

Etapes de la recette

Dans un bol, râper avec le plus gros côté de la râpe le concombre épépiné, le laissé égorgé au sel pendant 10 mn, puis égoutter

Mélanger tous les ingrédients et assaisonner de votre herbe préférée (moi c'est la ciboulette 😊).

NB : si vous adorez l'ail, râper-la. Si vous voulez parfumer discrètement alors contentez-vous de la mettre épluchée et aplatie à la pointe du couteau.

Mes notes :

Soupe au pistou

(le grand bol de provence)

Une soupe chaude l'été personne n'en veut...mais c'est sans compter la gourmandise, l'équilibre parfait des saveurs et la douce petite fraîcheur qui tombe sur la terrasse à la tombée du jour. La soupe au pistou est un repas de saison hydratant, complet, conviviale et totalement adapté aux fortes chaleurs durant lesquelles il faut favoriser les boissons tempérées ou chaudes qui vont étancher la soif, sans demander des efforts disproportionnés à l'organisme.



Liste des ingrédients (pour 8-10 personnes)

Pour la soupe

- 2 oignons
- 2 aubergines
- 2 carottes
- 2 poivrons
- 2 grosses poignées de haricots blancs ou rouges (type Paimpol) frais
- 2 grosses poignées de haricots verts
- 2 courgettes
- 2 tomates
- 2 pommes de terre
- 2 poignées de petits pois
- 2 poignées de petites pâtes (type coquillettes ou mini farfalles)
- 2 cuillérées de concentré de tomate, Sel, poivre, cumin
- 1 litre d'eau
- Cumin, basilic, sauge...

Pour le pistou provençal

- 1 gros bouquet de basilic frais
- Parmesan
- 1 jaune d'œuf
- 4-5 belles gousses d'ail
- huile d'olives
- sel-poivre

Etapes de la soupe

- Faire dorer les oignons coupés fins
- Ajouter-y les aubergines en petits cubes
- Puis les carottes en petits cubes
- Puis les haricots blancs, les tomates et le concentré de tomate et enfin les poivrons

- Mouiller avec environ 1 litre d'eau, ATTENTION on ne sale qu'à la fin
- Laisser cuire 20 mn
- Goûter si les légumes sont cuits et 10 mn avant de servir rajouter les haricots verts, les pommes de terre et les courgettes en petits cubes ainsi que les petits pois

Etapas du pistou

- Ecraser l'ail dans un pilon
- Ajouter le parmesan, le jaune d'œuf, le sel et le poivre
- Monter à l'huile d'olive
- Et enfin le basilic haché grossièrement

Au moment de servir, basculer le pistou dans la soupe, savourer le feu d'artifice des senteurs provençales et server immédiatement.

Mes notes :

Le gâteau basque

(Cerises ou crème...et pourquoi pas les deux)

Le gâteau basque naît au XIXe siècle à Cambo-les-Bains, une ville thermale du Pays basque. C'est une certaine Mme Labourdette, pâtissière de métier, qui aurait été l'une des premières à commercialiser ce gâteau sous le nom de « Etchea » (maison, en basque).



Historiquement, il existait deux garnitures principales :

La confiture de cerises noires d'Ixassou (plus répandue côté montagne). La crème pâtissière vanillée, préparée surtout en bord de mer ou dans les grandes occasions. Plus onctueuse et fondante, appréciée des enfants pour sa douceur, plus facile à adapter avec d'autres parfums (rhum, fleur d'oranger, zestes de citron)

Liste des ingrédients (pour 8-10 personnes)

Pour la pâte sablée basque :

- 225 g de farine
- 125 g de sucre
- 175 g de beurre doux
- 85 g de poudre d'amandes
- 1 jaune d'œuf
- 25 g d'œuf battu
- 1 pincée de sel
- Zeste d'un citron (facultatif)
- 1 jaune d'œuf pour la dorure

Pour la crème pâtissière :

- 50 cl de lait entier
- 1 gousse de vanille ou vanille en poudre
- 120 g de sucre
- 50 g de farine ou maïzena
- 2 jaunes d'œufs + 1 œuf entier
- 1 cuillère à soupe de rhum ambré ou essence d'amande (facultatif mais conseillé)

Etapas de la recette

- Préchauffez votre four à 180°

Préparer la crème pâtissière (à faire refroidir)

- Porter le lait à ébullition avec la vanille
- Blanchir les jaunes et l'œuf entier avec le sucre, ajouter la farine.

- Verser le lait chaud sur ce mélange, fouetter et remettre à cuire à feu doux jusqu'à épaississement.
- Ajoutez le rhum. Filmer au contact et laisser refroidir.

Préparer la pâte :

- Mélanger le beurre mou avec le sucre, et la poudre d'amande en un mélange crémeux
- Ajouter le zeste, le jaune et l'œuf entier
- Ajouter la farine mélangée au sel
- Former une boule, filmer et laisser reposer 1h au frais.

Montage et cuisson :

- Étaler les 2/3 de la pâte dans un moule beurré.
- Garnir avec la crème pâtissière froide.
- Recouvrir avec le reste de pâte. Souder les bords.
- Dorer au jaune d'œuf, décorer avec une fourchette en croisillons.

Cuire environ 40 à 45 minutes. Laisser tiédir avant de démouler.

Dégustation et astuces

- Lors du montage on peut rajouter au centre 2 cuillères de confiture de cerises ou de framboise
- Se conserve 2 à 3 jours au frais, bien emballé.
- Tu peux l'aromatiser avec un peu de fleur d'oranger ou des zestes d'agrumes.

Mes notes :

Canistrelli

(recette corse ou Sicile)

Un petit gâteau sec délicieux avec le the qui se garde dans une boîte en fer de grand-mère et muri avec le temps...si on n'est pas trop gourmand



Liste des ingrédients (pour 8-10 personnes)

- 3 œufs
- 250 g de sucre
- 400 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 1 cuillère à café de cannelle poudre
- 200 g d'amandes
- Fruits confits et noisettes si on le désire

Etapes de la recette

- Dans un bol, battre les œufs puis y rajouter le sucre, puis les amandes (noisettes et fruits secs), puis la farine mélangée avec la cannelle
- Former 2 boudins
- Cuire 30 mn à 200°
- Couper en tranchettes fines dès que possible

Mes notes :

Montécaos de Georgette

(recette espagnole)

En 10 minute top chrono et avec seulement 4 ingrédients, c'est la recette parfaite pour les gourmands qui n'ont pas le temps de faire les courses ni celui de cuisiner.



Liste des ingrédients (pour 8-10 personnes)

- 250 g de farine
- 125 g de sucre
- 1 (bons) verre à moutarde d'huile neutre
- Cannelle
- Sucre glace

Etapas de la recette

- Dans un bol, mélanger le sucre, la farine, et 1 cuillère à café de cannelle
- Ajouter 1 verre d'huile et mélanger
- Former des petites boules de pâte en appuyant légèrement sur le dessus
- Cuire environ 30 mn à 180 °c en surveillant car ils ne doivent pas se colorer
- A froid saupoudrer de cannelle ou sucre glace

Mes notes :