



ATELIER-CUISINE DU 23 JUIN 2008

CREVETTES À LA PÂTE DE CURRY ET LAIT DE COCO

Ingédients pour 5 personnes

- 500 g de crevettes
- 1 boîte de lait de coco
- 1 cuiller à soupe de pâte de curry
- 1 oignon
- huile

Préparation

Décortiquez les crevettes en laissant la queue.

Découpez l'oignon en lamelles.

Mélangez les crevettes avec la pâte de curry et l'oignon en lamelles, laissez reposer environ 1 heure.

Chauffez le wok avec un peu d'huile, versez la préparation dans le wok.

Dès que les crevettes se colorent, ajouter le lait de coco.

Laissez mijoter 5 mn avant de servir.

SALADE DES ÎLES

Ingédients pour 4 personnes

- 500 g de thon ou saumon cru
- sel
- 3 ou 4 citrons vert
- 2 tomates moyennes
- 1 concombre
- 1 boîte de lait de coco

Préparation

Découpez le poisson, le saler(le saumon étant un poisson fade il ne faut pas hésiter à le saler).

Mettre au frais.

Epluchez le concombre, le couper en dés ainsi que les tomates. Réservez-le de côté.

Pressez les citrons et versez le jus sur le poisson au dernier moment de façon à ce qu'il ne se cuise pas.

Mélangez et ajoutez les tomates, les concombres, le lait de coco.

GÂTEAU AMANDES RHUBARBE ET SON COULIS DE FRAISE

Ingédients pour 6 personnes

- 500 g de rhubarbe fraîche ou surgelée
- 125 g de poudre d'amande
- 175g de sucre
- 125g de beurre
- 3 cuiller à soupe de farine
- 2 oeufs
- 1 cuiller à thé de levure

- 1 cuiller à café d'extrait de vanille
- sel
- 2 citrons
- 1 cuiller à soupe de semoule de maïs (facultatif)
- 200g de fraises

Préparation

Préchauffez le four à 5/150°.

Mélangez 125g de sucre et le beurre ramolli dans un cul de poule.

Ajoutez les oeufs, la poudre d'amandes, la farine tamisée, la levure, 1 pincée de sel, l'extrait de vanille afin d'obtenir une pâte homogène.

Coupez les extrémités des branches de rhubarbe, puis épluchez-les pour enlever la peau épaisse et fibreuse. Détaillez la rhubarbe en tronçon de 1 cm de longueur.

Versez la pâte dans le moule beurrée et farinée, recouvrez de rhubarbe, laissez cuire 45 mn.

Lavez les fraises, séchez les délicatement et passez les au mixeur avec les 50 g de sucre restant

Ajoutez le jus de citron suivant votre goût, passez au chinois.

Servez le gâteau avec le coulis de fraises à part.

TARTE À LA RHUBARBE DE MA MAMIE

Ingédients

pâte sablée :

- 250 g de farine fluide
- 125 g de sucre glace
- 125 g de beurre ramolli
- 1 oeuf

appareil à crème :

- 1/4 de litre de crème liquide
- 2 oeufs
- 50 g de sucre
- cannelle
- 500 g de rhubarbe(+ ou- suivant les amateurs de rhubarbe)

Préparation

Coupez et laissez macérer la rhubarbe dans du sucre la veille.

Dans un plat mettre le sucre glace , la farine et le beurre ramolli.

Mélangez jusqu'à l'obtention d'une substance granuleuse .Versez l'oeuf, pétrir la pâte, réserver au frais pendant 1 heure.

Préchauffer le four à 180°.

Mélanger la crème avec les oeufs, le sucre.

Abaisser la pâte, à la dimension du plat à tarte (8 personnes)

Mettre la rhubarbe sur la tarte et mettre au four.

Dès que la pâte commence à se colorer, verser l'appareil.

Dès que l'appareil prend une jolie teinte dorée, sortir le plat et saupoudrer de cannelle.

RECETTE BONUS : LES WRAPS AU SAUMON

Ingédients pour 4 personnes :

- 4 galettes de maïs
- 200 gr de fromage blanc
- 4 tranches de saumon fumé
- 1 petit oignon
- 1 bouquet de ciboulette
- 2 carottes
- 4 belle feuilles de salade

Préparation

Rapez les carottes.

Hachez finement la ciboulette et les oignons.

Emincez la salade.

Taillez le saumon fumé en lamelles.

Mélanger tous ces ingrédients avec le fromage blanc, assaisonnez de sel et de poivre du moulin.

Mettez à plat les galettes de maïs, tartinez-les avec la préparation au fromage blanc puis roulez-les sur elles- même et emballez-les dans du film étirable et réservez-les au frais minimum 2h.

Suivant l'utilisation désirée, on taillera des morceaux de diverse grosseur (petites tranches d'1cm pour des canapés d'apéritif, plus gros tronçons pour une entrée, etc..)

Variantes : on peut remplacer le saumon fumé par des tranches de jambon blanc.