



Le meilleur pour votre famille

La France gourmande



Thermomix

Sommaire

Alsace



Choucroute	p 6
Galette pommes de terre	p 8
Soupe aux quetsches & glace à la cannelle	p 8
Tarte flambée	p 10
Ropfkuche de Rosheim	p 10

Aquitaine



Foie gras de canard	p 12
Pruneaux au Porto	p 11
Salade d'huîtres en vinaigrette	p 11
Sauce bordelaise	p 14
Cannelés	p 16

Auvergne



Aligot	p 18
Falette auvergnate	p 19
Flaugnarde aux poires	p 19
Choux farcis	p 20

Bourgogne



Oeufs en meurette	p 22
Soupe de fraises et melon à la crème de cassis	p 24
Bœuf bourguignon	p 24

Bretagne



Galette de sarrasin	p 25
Malouinade	p 25
Gâteau breton	p 26

Centre



Andouillettes au Vouvray	p 28
Chaussons aux pommes	p 30

Champagne Ardenne



Gâteau Champenois	p 31
Gratin de fruits au sabayon de Champagne	p 31
Flan aux asperges	p 32

Corse



Sardines à la Corsica	p 34
Canistrelli	p 36
Fiadone	p 36

Dom-Tom



Bavarois de mangues	p 37
Rougail de crevettes	p 38

Franche-Comté



Cancoillote	p 40
Saucisses de Montbéliard à la crème de lentilles	p 42
Gâteau de ménage	p 42
Gratin francomtois	p 44

Ile-de-France



Pithiviers	p 45
Sauté de veau Marengo	p 46
Soupe à l'oignon	p 46
Saint-Honoré	p 48

Languedoc Roussillon



Marmelade d'abricots à l'orange et aux amandes	p 50
Lotte à la nimoise	p 52
Filet de loup au jus de chasselas	p 52

Limousin



Pâté de pommes de terre à la viande	p 53
Gâteau limousin	p 53
Clafoutis tutti fruti	p 54
Galetous	p 56

Lorraine



Gâteau lorrain	p 58
Gâteau aux quetsches	p 58

Midi-Pyrénées



Fouace	p 60
Croquant de Cordes	p 62
Daube de canard au Madiran	p 62

Nord Pas de Calais



Tarte au sucre	p 63
Welsh Rarebit	p 63
Cramique	p 64
Tarte au maroilles	p 66

Normandie



Coquilles Saint-Jacques au coulis de corail	p 68
Porc du verger normand	p 70
Charlotte normande	p 70

Pays de Loire



Confiture d'oignons rouges	p 71
Escalope de saumon de Loire au Pouilly fumé	p 72

Picardie



Ficelles picardes	p 74
Flamiche picarde	p 76
Gâteau battu	p 76

Poitou Charentes



Mouclade	p 77
Pommes de terre Bonnottes farcies aux escargots	p 77
Broyé du Poitou	p 78

Provence Alpes Cote d'Azur



Couscous de crevettes et sa bisque	p 80
Fougasse	p 82
Tapenade	p 82
Marmite du pêcheur	p 84

Rhône Alpes



Fondue forestière aux quatre fromages	p 85
Saucisson de Lyon pommes vapeur sauce beaujolaise	p 86
Terrine Bressane	p 88

Alsace



La gaieté des villages fleuris de couleurs chaudes attire le regard, qui se promène également sur les vignobles sans fin, posés au long des coteaux. Les hivers y sont rigoureux, mais les plats traditionnels réchauffent : choucroute, viandes du « baeckeoffe », plats à base de charcuterie. Les spécialités locales donnent de l'énergie : bretzels, kougelhopf.

Choucroute

Préparation : 10 mn + Thermomix : 1 h 30

800 g de choucroute
800 g de pommes de terre
1 tranche de lard (environ 150 g)
1 saucisse de Morteau (environ 300 g)
250 g de vin blanc
1 cube de bouillon
2 oignons
2 gousses d'ail
4 feuilles de laurier
1 pincée de sel
1 pincée de poivre
6 baies de genièvre
1,25 l d'eau

- Laver la choucroute crue à l'eau bouillante et la placer dans le Varoma.
- Mettre les oignons coupés en deux et les gousses d'ail dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 6**.
- Ajouter le mélange à la choucroute, ainsi que les baies de genièvre, les feuilles de laurier, le sel et le poivre.
- Verser dans le bol l'eau, le vin blanc et le bouillon cube. Poser le Varoma sur le bol et régler **60 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Eplucher les pommes de terre, les couper en rondelles et les mettre dans le panier de cuisson.
- A l'arrêt de la minuterie, mettre le panier de cuisson dans le bol, ajouter le lard et la saucisse de Morteau coupée en rondelles sur la choucroute et régler **30 mn / Varoma / vitesse 1**.

Conseil Thermomix

Variez la garniture avec des saucisses au cumin, saucisses de Montbéliard, saucisses de Francfort ou noix d'épaule fumée.

Conseil du sommelier ●●●

Alsace AOC Riesling : harmonieux mariage, le vin gagne en fruité grâce au fumet de la charcuterie, son acidité est soulignée par le gras du chou, rendant ainsi le plat plus digeste.



Soupe aux quetsches et glace à la cannelle

Préparation : 30 mn + Thermomix : 18 mn + attente : 24 h

Pour la soupe de quetsches :

1 kg de quetsches
50 g de vin blanc d'Alsace très fruité
(Gewürztraminer ou muscat d'Alsace)
100 g de sucre roux
le zeste râpé d'un citron non traité
1 c. à café de « quatre épices »

Pour la glace à la cannelle :

6 jaunes d'œufs
100 g de sucre
1 sachet de sucre vanillé
2 c. à café de cannelle
500 g de lait demi-écrémé
250 g de crème fraîche liquide

Conseil Thermomix

Si les quetsches ne sont pas assez mûres, pochez-les 5 mn dans le vin avec les aromates.

- Préparer la glace à la cannelle la veille.
- Mettre les jaunes d'œufs, le sucre, le sucre vanillé, la cannelle et le lait dans le bol et régler **7 mn / 80° / vitesse 4**.
- À l'arrêt de la minuterie, ajouter la crème fraîche et régler **7 sec / vitesse 5**.
- Retirer le bol du socle et laisser refroidir.
- Quand la crème est froide, la verser dans un bac à glaçons (ou dans un moule à fond très plat), et la mettre au moins 24 heures au congélateur.
- Le lendemain, mettre les glaçons ou morceaux de crème glacée dans le bol et régler **1 mn / vitesse 6** en aidant avec la spatule. Réserver au congélateur.
- Dénoyer les quetsches et les couper en deux.
- Mettre tous les ingrédients de la soupe sauf les quetsches dans le bol et régler **10 mn / 100° / vitesse 1**.
- Verser le vin sur les demi-quetsches et laisser frémir 10 min.
- Servir chaud accompagné d'une boule de glace à la cannelle.

Galettes de pommes de terre au saumon mariné

Préparation : 10 mn + Thermomix : 30 sec + Attente : 1 h + Cuisson à la poêle : 8 mn

Pour les galettes :

• 1 kg de pommes de terre
1 gros oignon
3 branches de persil
1 œuf entier + 1 jaune
80 g de farine
1/2 c. à café de sel
Poivre
50 g de margarine ou d'huile d'olive

Pour le saumon mariné :

16 petites tranches de saumon fumé
2 c. à soupe de citron vert
1 c. à café d'huile d'olive
2 c. à café d'huile de noisettes
12 graines de coriandre
12 baies roses
4 brins d'aneth
Sel et poivre
Film alimentaire

- Une heure avant, préparer le saumon. Étaler les tranches de saumon sur un plat.
- Mélanger le jus de citron vert avec les huiles et en badigeonner le saumon. Parsemer des aromates, couvrir d'un film alimentaire et placer au réfrigérateur pendant au moins 1 heure.
- Préparer les galettes. Eplucher et couper en gros morceaux les pommes de terre.
- Mettre tous les ingrédients dans le bol (sauf la margarine) et mixer **30 sec / vitesse 4** en s'aidant avec la spatule.
- Vider le mélange dans un saladier et façonner de petites galettes.
- Les faire dorer à la poêle, feu doux environ 4 mn par face.
- Présenter les galettes dans les assiettes et disposer les tranches de saumon égouttées et légèrement plissées dessus.





Tarte flambée

Préparation : 10 mn + Thermomix : 13 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 15 mn

Pour la pâte (2 préparations) :

- 350 g de farine
- 20 g de levure de boulanger fraîche
- 2 gobelets d'eau tiède
- 10 g d'huile d'olive
- 1 c. à café de sel
- Papier sulfurisé

Pour la garniture :

- 250 g de fromage blanc à 40 %
- 20 g de crème fraîche épaisse
- 100 g de lardons fumés
- 1/2 gobelet de vin blanc sec
- 2 jaunes d'œufs
- 250 g d'oignons
- 1 petite échalote
- 20 g d'huile d'olive
- 1 pincée de muscade
- Sel et poivre

- Mettre dans le bol l'eau et la levure de boulanger émiettée et régler **1 mn / 37° / vitesse 1**. Ajouter la farine, l'huile et le sel et mixer **2 mn / 1**.
- Sortir la pâte et la laisser reposer 30 mn dans un endroit tiède. Étaler la pâte très fine sur deux plaques allant au four et recouvertes de papier sulfurisé et laisser reposer à nouveau 30 mn.
- Pendant ce temps, éplucher les oignons et l'échalote, couper les oignons en deux et mixer avec l'échalote **5 sec / vitesse 5**. Verser les 2/3 dans le panier de cuisson (le réserver) et le reste dans le bol du Thermomix.
- Ajouter l'huile d'olive et programmer **4 mn / 100° / vitesse 1**.
- À l'arrêt de la minuterie, ajouter dans le bol le vin blanc. Placer le panier de cuisson et cuire **5 mn / 100° / vitesse 1**. Préchauffer le four à 240°.
- Sortir le panier de cuisson. Ajouter dans le bol le fromage blanc, la crème fraîche, les jaunes d'œufs, le sel, le poivre et la muscade. Mixer **40 sec / vitesse 2**.
- Verser cette préparation sur la pâte et parsemer des lardons et des oignons du panier.
- Cuire au four environ 10 à 15 mn à 240° (th. 8).

Conseil du sommelier ●●●

Alsace AOC Sylvaner : voici un accord régional simple, où le rôle du vin est de désaltérer. Sa vivacité se mettra en valeur au contact du croustillant de la pâte et au moelleux de la crème.

Ropfkuche de Rosheim

Préparation : 10 mn + Thermomix : 13 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 15 mn

Pour 1 gros gâteau ou 2 moyens :

- 200 g de lait
- 10 g de sel
- 180 g de sucre en poudre
- 125 g de beurre
- 500 g de farine
- 1 œuf
- 20 g de levure de boulanger fraîche
- 80 g de crème fraîche épaisse
- 1 c. à soupe de cannelle
- 1 poignée d'amandes ou de noisettes ou de noix grossièrement concassées
- 1 sachet de sucre vanillé

- Mettre dans le bol le lait, le sel, 90 g de sucre et le beurre en morceaux et régler **2 mn / 50° / vitesse 2**.
- À l'arrêt de la minuterie, ajouter 300 g de farine, l'œuf et la levure de boulanger émiettée et mixer **20 sec / vitesse 4**.
- Ajouter 200 g de farine et mixer à **40 sec / vitesse 4** puis régler **4 mn / 1**.
- Laisser gonfler la pâte dans le bol pendant 1 heure environ.
- Sortir la pâte et l'étaler dans un grand moule à manqué beurré ou deux petits. Faire des trous avec les doigts (en pinçant la pâte et en tirant).
- Mettre dans un bol la crème fraîche, 90 g de sucre, la cannelle et le sucre vanillé, mixer **10 sec / vitesse 4** et étaler sur toute la surface de la pâte. Parsemer de fruits secs.
- Laisser à nouveau gonfler environ 45 mn dans un endroit tiède.
- Enfournier à froid et cuire environ 40 mn à 180° (th.6).

Aquitaine





Le vignoble bordelais, structure le paysage autant qu'il cohabite harmonieusement avec les Landes, les dunes, et les forêts de pin du pays basque. Il accompagne aussi les ingrédients venus du même sol : truffes, foie gras, huîtres, ou bien pruneaux d'Agen.



Salade d'huîtres en vinaigrette

Préparation : 8 mn + Thermomix : 9 mn

24 huîtres spéciales de claire n° 2
300 g de salade : roquette, mesclun, mâche
3 c. à soupe d'huile d'olive
2 c. à soupe d'huile de noisettes
2 c. à soupe de vinaigre de Xérès
Baies roses

- Ouvrir les huîtres et mettre le contenu dans le bol avec leur eau. Régler **5 mn / 90° /**  . Laisser reposer 2 mn dans le bol.
- Pendant ce temps, laver la salade de votre choix et l'essorer.
- Filtrer les huîtres avec le panier de cuisson en récupérant le jus de cuisson. Remettre la moitié du jus dans le bol, enlever la fonction sens inverse et régler **10 mn / 100° / vitesse 3** (jusqu'à ce qu'il soit sirupeux).
- Ajouter les huiles et le vinaigre et mixer **5 sec / vitesse 6**.
- Assaisonner la salade de la moitié de cette vinaigrette puis répartir dans 4 assiettes. Répartir 20 huîtres dans chaque assiette, sur la salade.
- Ajouter les 4 huîtres restantes au reste de vinaigrette et mixer **10 sec / vitesse 8** jusqu'à obtention d'une fine crème. Napper les huîtres de cette crème, parsemer de baies roses et servir aussitôt.

Conseil du sommelier ●●●



Muscadet-Sèvre et Maine sur Lie AOC : accord entre la vivacité du plat et la nervosité du vin, entre les notes iodées et les arômes minéraux, pour parvenir à un bel équilibre.

Pruneaux au Porto

Préparation : 10 mn + Thermomix : 10 mn + 2 jours de macération

Pour 6 personnes

36 beaux pruneaux secs dénoyautés
300 g de Porto rouge
300 g de vin rouge de Bordeaux
1 gousse de vanille
150 g de sucre
300 g de crème fraîche épaisse

- Faire macérer une nuit les pruneaux dans le Porto.
- Le lendemain verser les pruneaux avec le Porto dans le bol et ajouter le vin, le sucre et la gousse de vanille fendue en deux. Programmer **10 mn / 90° /**  .
- Laisser refroidir une nuit dans le jus. Au moment de servir, dresser les pruneaux dans une coupe et servir à part la crème fraîche légèrement battue.

Conseil Thermomix

Très vite préparés, ces pruneaux sont un dessert excellent. Ils se conserveront plusieurs jours au réfrigérateur.

Foie gras de canard

Préparation : 20 mn + Thermomix : 20 mn + Attente : 1 h 30 + 3 jours avant dégustation

1 foie gras de canard de 500 à 600 g
4 c. à soupe de Cognac
2 c. à café de sel
Poivre 5 baies
Quelques glaçons
800 g d'eau
Film alimentaire

- Séparer les lobes du foie. Dénervé le foie à l'aide d'un couteau pointu en suivant bien les nerfs jusqu'aux bords.
- Déposer le foie dénervé dans un saladier, arroser la face supérieure de 2 c. à soupe de Cognac et la saupoudrer d'une c. à café de sel et de poivre 5 baies sur toute la surface.
- Laisser macérer 30 mn minimum.
- Retourner le foie dans le saladier et faire la même opération sur l'autre face (Cognac, sel et poivre). Laisser macérer à nouveau 30 mn.
- Reconstituer le foie à la main et le déposer au centre d'une feuille de papier film transparent de 50 cm de côté environ et rabattre les côtés du film en évacuant bien l'air afin de former un saucisson.
- Renouveler l'opération dans 4 autres feuilles en serrant bien les côtés et faire un noeud sur les côtés avec la dernière feuille.
- Mettre 800 g d'eau dans le bol du Thermomix. Déposer le foie emballé dans le panier de cuisson, le mettre dans le bol et régler **12 mn / Varoma / vitesse 2**.
- A l'arrêt de la minuterie, tourner délicatement le foie de l'autre côté et régler **12 mn / Varoma / vitesse 2**.
- Faire tomber délicatement le foie dans un grand saladier d'eau glacée (eau et glaçons) et le laisser 20 mn avant de le garder au réfrigérateur.
- Déguster 3 jours plus tard tranché sur des toasts grillés.

Conseil Thermomix

Vous pouvez prendre du foie gras surgelé dénervé en le laissant bien dégeler au réfrigérateur.

Conseil du sommelier ●●●

Jurançon AOC : le cépage petit manseng possède une vivacité qui allège le foie tout en équilibrant sa légère amertume par son moelleux. Un accord finalement digeste et classé.



Sauce bordelaise

Préparation : 5 mn + Thermomix : 18 mn

20 g d'échalotes (2 petites)
200 g de vin rouge
1 os à moelle de 8 cm de long environ
20 g de beurre
300 g de bouillon de viande
(ou 300 g d'eau avec 1 cube de jus de rôti)
30 g de farine
1/2 c. à café de sel
Poivre

- Mettre les échalotes et le vin dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 6**.
- Régler **8 mn / 100° / vitesse 2**.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter le beurre, le bouillon, la farine, le sel et le poivre.
- Introduire le panier de cuisson dans le bol, y mettre l'os à moelle et régler **10 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, extraire la moelle de l'os, la couper en rondelles et l'ajouter à la sauce. Selon convenance, mixer la moelle **quelques secondes / vitesse 6**.

Conseil Thermomix

Pour donner plus de couleur à la sauce, on peut ajouter 1 goutte d'arôme Patrelé.

Cette sauce s'utilise avec certains poissons (lamproie, anguille, ou même lotte), des viandes rouges, le foie et les rognons.





Cannelés

Préparation : 5 mn + Thermomix : 8 mn

Attente au réfrigérateur : 12 h + Cuisson au four : 1 h 30

Pour 12 gros cannelés ou 24 petits

500 g de lait entier

2 œufs + 1 jaune d'œuf

220 g de sucre


120 g de farine

1 gousse de vanille

10 g d'huile

30 g de rhum

1 noix de beurre pour les moules

- Mettre le lait dans le bol avec la gousse de vanille fendue en deux et régler **7 mn / 100° /  / vitesse 1**. Réserver de côté et laisser refroidir.
- Mettre le sucre, la farine, l'huile, les œufs et le jaune, et le rhum dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 6** puis **30 sec / vitesse 4** en ajoutant le lait peu à peu par l'orifice du couvercle.
- Verser la pâte dans un récipient hermétique et placer 12 heures au réfrigérateur.
- Le lendemain, préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Beurrer les moules à cannelés et les remplir de pâte aux trois quarts.
- Cuire au four 1 h 30 à 1 h 45 à 180° (th. 6) afin qu'ils soient dorés à souhait.
- Démouler les cannelés dès leur sortie du four sur une plaque à pâtisserie et les laisser refroidir complètement.

Conseil Thermomix

La cuisson au four est assez longue mais rappelez-vous que le dessus dore plus vite que les côtés. Ne vous inquiétez pas de leur couleur très brune, c'est ainsi qu'ils doivent être.



Auvergne



Célèbre pour ses monts et ses volcans sereins, l'Auvergne l'est aussi pour ses fromages car cette région est considérée comme le plus grand plateau de fromages de France (avec le cantal, le Saint Nectaire, la fourme d'Ambert, ...). Ses habitants profitent aussi des eaux minérales, dont la pureté apparaît après une longue traversée des roches volcaniques. Les terres d'Auvergne sont fertiles. On y cultive des légumes excellents comme le chou, les pommes de terre et la lentille du Puy, sans oublier les châtaignes et les marrons.



Aligot

Préparation : 10 mn + Thermomix : 21 mn

500 g de pommes de terre à purée
180 g de tomme pour aligot coupés en morceaux ou
un mélange de cantal et de tomme fraîche
75 g de beurre
100 g de crème fraîche épaisse
2 gousses d'ail
Sel et poivre

- Mettre les pommes de terre épluchées et coupées en rondelles dans le panier de cuisson, ajouter 500 g d'eau dans le bol et régler **20 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Vider l'eau du bol, y mettre les pommes de terre avec tous les autres ingrédients et mixer **1 mn** progressivement jusqu'à **vitesse 10**.

Conseil Thermomix

Servez avec des brochettes, grillades de bœuf ou saucisses de Toulouse (cuites dans le Varoma avec 500 g d'eau, 20 mn / Varoma / vitesse 1).

Conseil du sommelier ●●●

Côtes du Frontonnais AOC : le fromage va fatter ce vin souple et fruité, en lui donnant une dimension supplémentaire ; il gagnera en volume, en amplitude.



Flaugnarde aux poires

Préparation : 2 mn + Thermomix : 2 mn + 40 mn au four

4 poires bien mûres
750 g de lait froid
1 citron
4 œufs
130 g de sucre
100 g de farine
30 g de beurre
1 sachet de sucre vanillé ou
1 c. à soupe de rhum
1 pincée de sel

- Préchauffer le four à 210° (th. 7).
- Peler les fruits, les couper en tranches fines et les citronner.
- Mettre dans le bol les œufs et 100 g de sucre. Régler **1 mn / vitesse 3**. A l'arrêt de la minuterie ajouter la farine, le lait, le sucre vanillé (ou le rhum) et le sel. Mixer **1 mn / vitesse 4**.
- Beurrer une tourtière assez haute, disposer les fruits et verser la préparation sur les fruits. Parsemer des petits morceaux de beurre.
- Cuire au four 40 mn à 210° (th. 7).

Conseil Thermomix

La flaugnarde peut se préparer avec des pommes, des pêches ou des pruneaux.

Falette Auvergnate

Préparation : 30 mn + Thermomix : 16 mn + Cuisson dans la cocotte : 2 h

1,5 kg de poitrine de veau
1,2 kg de feuilles de bettes (environ 800 g de verts)
250 g de jambon de pays
200 g de lard gras demi-sel
2 œufs moyens
Sel
Poivre
1/2 c. à café de quatre-épices
1 gousse d'ail
1 bouquet garni
1 c. à soupe de saindoux
3 oignons
2 échalotes
Ficelle de cuisine
Eau

- Demander au boucher de désosser la poitrine et de l'étendre pour pouvoir envelopper la farce dedans.
- Mettre environ la moitié des verts de bettes dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 6** en remuant avec la spatule. Vider le contenu dans le Varoma. Refaire la même manipulation avec les bettes restantes.
- Verser 500 g d'eau dans le bol, poser le Varoma et programmer **15 mn / température Varoma / vitesse 1**. Vider le bol.
- Mettre les bettes, l'ail, le jambon, le lard, les œufs, l'épice, le sel et le poivre. Mixer en aidant à la spatule **45 sec / vitesse 8**.
- Étendre la poitrine de veau, poser dessus la farce en forme de rouleau, l'envelopper dans la viande et le ficeler de plusieurs tours assez rapprochés. Coudre les deux bouts.
- Dans la cocotte, faire chauffer le saindoux et dorer la poitrine sur toutes ses faces lentement. Retirer l'excès de graisse, ajouter les oignons, les échalotes et le bouquet. Ajouter 1/2 gobelet d'eau, couvrir et faire mijoter 1 h 30 en retournant la falette de temps en temps.
- Retirer le bouquet, verser le jus de cuisson avec les oignons dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 8**. Découper la falette et servir la sauce à part.



Choux farcis

Préparation : 15 mn + Thermomix : 15 sec + Cuisson cocotte : 1 h 45

Pour une quinzaine de choux :

500 g de chair à saucisse
1 beau chou vert
1 morceau de pain rassis (environ 10 cm)
200 g de lait
2 œufs
4 gousses d'ail
2 échalotes
1 branche de persil (facultatif)
Sel et poivre
Huile d'olive pour la cocotte
Ficelle de cuisine

- Retirer 15 belles feuilles du chou et les ébouillanter 15 mn dans une grande casserole d'eau salée.
- Mettre le pain en morceaux dans un petit bol et recouvrir du lait.
- Mettre les gousses d'ail et les échalotes épluchées dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 8**.
- Ajouter tous les autres ingrédients avec le pain égoutté et mixer **10 sec / vitesse 5**.
- Bien égoutter les feuilles de chou ébouillantées et les poser à plat. Déposer de la farce au centre de chacune, replier les bords pour former des « boules » et les maintenir à l'aide d'une ficelle.
- Mettre de l'huile dans le fond d'une cocotte et y empiler les choux.
- Cuire à feu doux environ 1 h 30.

Conseil du sommelier ●●●

Saumur-Champigny AOC : les arômes fumés du plat feront merveille sur l'agréable fruité du vin dont les tannins vont se fondre dans la farce.



Bourgogne



Les paysages bourguignons sont faits de vignobles et de toits en tuiles vernissées aux motifs géométriques (comme aux hospices de Beaune). Certaines parcelles de vignobles ont été remplacées par le cassis, dont on tire une liqueur. La cuisine est riche, avec le coq au vin, les viandes charolaises, ou les andouillettes de Chablis, parfois accompagnés de moutarde de Dijon.

Oeufs en meurette

Préparation : 5 mn + Thermomix : 41 mn

120 g de vin rouge Bourgogne Passetoutgrain
100 g de lardons
1 carotte
100 g de champignons de Paris
1 oignon
1 gousse d'ail
50 g de beurre
10 g de chocolat noir
15 g de farine
Laurier
Sel et poivre
8 œufs
persil
1,5 l d'eau
100 g de vinaigre blanc

- Préparer la sauce : mettre la carotte, l'ail et l'oignon épluchés et coupés en deux dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 4**.
- Ajouter le beurre et les lardons et régler **3 mn / 90° / vitesse 1**.
- Ajouter la farine et mixer **5 sec / vitesse 3**.
- Ajouter le vin rouge, le chocolat en morceaux, les champignons coupés en lamelles, le laurier, le sel et le poivre et régler **15 mn / 90° / vitesse 1**. Passer à l'aide du panier (facultatif) et réserver la sauce dans une saucière au chaud.
- Rincer le bol, le remplir de 1,5 l d'eau et du vinaigre et régler **10 mn / 100° / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie quand l'eau frémit, casser 4 œufs dans le bol un à un (en attendant quelques secondes entre chacun afin qu'ils aient le temps de se consolider) et régler **4 mn / 80° / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, sortir délicatement les œufs à l'aide d'une cuillère, les réserver au chaud et renouveler la cuisson avec les 4 œufs restants en réchauffant au préalable l'eau **8 mn / 100° / vitesse 1**.
- Présenter les œufs dans des assiettes de service, napper de sauce au vin et saupoudrer de persil haché.

Conseil du sommelier ●●●

Pommard AOC : la fraîcheur naturelle, la franchise et la maturité du Pinot noir s'accorderont parfaitement à l'acidité de la sauce au vin. À servir frais (15°) pour adoucir la force tannique.





Soupe de fraises et melon à la crème de cassis

Préparation : 5 mn + Thermomix : 4 mn + Attente : 2 h

400 g de fraises
300 g de melon
100 g de crème de cassis
100 g de sucre en poudre
Quelques feuilles de menthe fraîche
50 g d'eau



- Mettre le sucre et l'eau dans le bol et régler **4 mn / Varoma / vitesse 1**. Laisser refroidir dans le bol.
- Pendant ce temps, couper les fraises et le melon en petits dés.
- Après refroidissement du sirop, ajouter la crème de cassis dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 3**.
- Disposer les fruits dans des petits ramequins ou un saladier et verser la crème dessus.
- Parsemer de menthe fraîche ciselée et servir frais accompagnée de biscuits secs.

Bœuf bourguignon

Préparation : 15 mn + Marinade : 12 h + Thermomix : 42 mn

Pour 6 personnes

1,2 kg de bœuf à braiser (jumeau, macreuse, paleron ou gîte de noix)
200 g de lardons
3 carottes
3 gros oignons
2 gousses d'ail
320 g de vin rouge (Bourgogne Passetoutgrain)
30 g d'huile d'olive
1 cube de bouillon de bœuf
Persil
Sel et poivre

- La veille, dégraisser soigneusement la viande et la couper en morceau de 1,5 cm de côté. La faire mariner dans le vin pendant 12 h.
- Mettre l'ail et l'oignon coupés en deux dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter les carottes épluchées et coupées en grosses rondelles, les lardons et l'huile d'olive et programmer **3 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter la viande égouttée et régler **8 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter le vin et le cube de bouillon, le sel et le poivre et régler environ **30 à 40 mn / 100° /**  .
- Servir bien chaud décoré de persil, accompagné de pâtes fraîches ou de pommes de terre cuites au four.

Conseil du sommelier ●●●

Mercrey AOC : un incontournable de la cuisine au fondant qui demande un vin à la structure solide mais délicate, la sauce rehaussée des lardons s'accordera à l'acidité de structure du vin et soulignera son fruité.

Bretagne



De ses rivages minéraux aux douces teintes de granit rosé et de sable beige, jusqu'à ses forêts profondes et magiques, la Bretagne nous offre des paysages de caractère et des légendes qui ont traversé le temps. Ses produits ont la même authenticité, qu'ils viennent de la mer (plats de poissons, fruits de mer), ou des terres (crêpes, kouign-amann, gâteaux à l'hydromel), sans oublier les fameux choux-fleurs et artichauts.

Galettes au sarrasin

Préparation : 2 mn + Thermomix : 20 sec + Attente : 1 h + cuisson à la poêle :
1 à 2 mn environ par galette

Pour une quinzaine de galettes

100 g de farine de blé (blanche)
200 g de farine de sarrasin
3 œufs
600 g de lait
10 g d'huile
1 pincée de sel
1 pincée de poivre
Eau

- Mettre tous les ingrédients dans le bol avec 100 g d'eau et mixer **20 sec / vitesse 6**. Laisser reposer la pâte 1 heure à température ambiante.
- Avant la cuisson, allonger la pâte avec 1 à 2 gobelets d'eau pour réaliser des galettes fines.
- Cuire dans une poêle chaude huilée ou beurrée.

Malouinade

Préparation : 10 mn + Thermomix : 23 minutes

600 g de filets de merlan
1 blanc de poireau
1 courgette
1 oignon
1 cube de bouillon de volaille
25 cl de vin blanc sec
1 pincée de piment (selon goût)
2 pincées de curry
2 œufs
200 g de crème fraîche
Sel et poivre
Eau

- Couper le poireau en tronçons, la carotte épluchée et la courgette en fines rondelles.
- Couper l'oignon en deux et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter les légumes dans le bol avec le vin blanc, le cube et le piment. Programmer **13 mn / 100° / vitesse 1**.
- Couper le poisson en tronçons et le mettre dans le bol. Cuire **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Mixer quelques secondes à **vitesse 3** jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène mais non liquide.
- Ajouter les œufs, la crème fraîche, le curry et 250 g d'eau chaude. Mixer **5 sec / vitesse 4**. Cuire **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Servir très chaud.



Conseil Thermomix

Selon votre goût, vous pouvez mixer très fine la soupe ou garder des morceaux de légumes et de poisson. Très complète, elle peut se servir en plat unique pour un dîner léger.

Gâteau breton

Préparation : 5 mn + Thermomix : 5 mn + Cuisson au four : 35 mn

200 g de sucre en poudre
300 g de farine
5 jaunes d'œufs
250 g de beurre demi-sel mou
+ 1 noisette pour beurrer le moule
25 g de lait
1 pincée de sel
10 g de Calvados

- Préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Mettre le sucre, 4 jaunes d'œufs et une pincée de sel dans le bol et mixer **30 sec / vitesse 4**.
- Racler les parois du bol avec la spatule et mixer **2 mn / vitesse 4**.
- Ajouter le beurre en morceaux et le Calvados et mixer **20 sec / vitesse 5**.
- Ajouter la farine et mixer **2 mn / vitesse 4**. Mixer **10 sec / vitesse 5** afin d'obtenir une pâte homogène.
- Beurrer un moule à gâteau rond et y verser la préparation. Lisser le dessus de la pâte à la spatule et dessiner des croisillons en diagonale avec une fourchette.
- Dans le bol mettre le dernier jaune d'œuf et le lait et mixer **20 sec / vitesse 5**. Étaler ce mélange sur la surface du gâteau.
- Cuire au four environ 35 mn à 180° (th. 6).

Conseil Thermomix

Servez ce gâteau en dessert avec une crème ou à l'heure du thé avec de la confiture.



Centre



La Loire et ses rives donnent de la quiétude au paysage, les châteaux forment un tableau majestueux dans cette région réputée pour sa douceur. On y apprécie les poissons d'eau douce (brochet, sandre) et les viandes issues du gibier chassé, ou les légumes poussés sur les bords de Loire (asperges de Sologne, salades de Touraine).

Andouillettes au Vouvray

Préparation : 10 mn + Thermomix : 29 mn

4 andouillettes
800 g de pommes de terre
2 échalotes
3 gobelets de Vouvray (ou vin blanc sec)
1 c. à soupe de moutarde
2 c. à soupe de crème fraîche
250 g de champignons de Paris frais
30 g de Maïzena
1 c. à soupe d'huile d'olive
1 gobelet d'eau
Sel et poivre

- Eplucher les pommes de terre et les couper en dés.
- Emincer les champignons.
- Eplucher les échalotes, les mettre dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter l'huile d'olive dans le bol et programmer **2 mn 30 / 90° / vitesse 2**.
- Pendant ce temps poêler les andouillettes.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter le Vouvray et 1 gobelet d'eau. Introduire le panier de cuisson dans le bol et y mettre les pommes de terre.
- Déposer les andouillettes sur le plateau à vapeur et les champignons émincés dans le Varoma. Régler **20 mn / Varoma / vitesse 2**.
- A la fin de la cuisson, sortir les légumes et les andouillettes et les garder au chaud.
- Mettre dans le bol la Maïzena, la crème fraîche, la moutarde, le sel et le poivre et programmer **6 mn / 90° / vitesse 3**.
- Servir aussitôt les andouillettes, les légumes et la sauce.

Conseil du sommelier ●●●

Vouvray AOC : un mariage de raison, en reprenant le même vin que celui utilisé dans la préparation, il sera ainsi mis en valeur tout en apportant sa touche de fraîcheur.





Chaussons aux pommes

Préparation : 20 mn + Thermomix : 9 mn + Cuisson au four : 30 mn


Pour une douzaine de chaussons

Pour réaliser 2 pâtes feuilletées :

300 g de farine
300 g de beurre en morceaux congelé au préalable
150 g d'eau froide
2 pincées de sel

Pour la compote :

3 pommes (environ 300 g)
Jus d'un demi citron
50 g de sucre
Cannelle en poudre selon goût
1 jaune d'œuf pour dorer

- Congeler le beurre en morceaux à l'avance. Mettre tous les ingrédients pour la pâte dans le bol et mixer **25 sec / vitesse 6**.
- Mixer **10 sec /**  **/ vitesse 2** afin de décoller la pâte du bol.
- Étaler la pâte en rectangle sur un plan de travail bien fariné et la plier en 3.
- Répéter cette opération 3 fois ou plus, en abaissant à chaque fois la pâte à l'aide du rouleau et d'un peu de farine.
- Eplucher les pommes, ôter les trognons et les mettre dans le bol avec le jus de citron, le sucre, la cannelle et 1 c. à soupe d'eau. Programmer **8 mn / 90° / vitesse 2**. Réserver et laisser refroidir.
- Préchauffer le four à 220° (th. 8).
- Découper la pâte en ronds de 10 cm de diamètre puis les allonger en ovale au rouleau. Garnir chaque chausson d'une ou deux cuillerées de compote refroidie. Veiller à ne pas trop garnir le chausson afin de pouvoir les fermer hermétiquement. Fermer les chaussons en humectant les bords et en soudant avec les dents d'une fourchette.
- Mélanger le jaune d'œuf avec un peu d'eau puis appliquer au pinceau.
- Mettre au four pendant 30 mn et baisser la température à 180° (th. 6) en fin de cuisson si les chaussons deviennent trop foncés.

Conseil Thermomix

A la fin de la cuisson, badigeonnez les chaussons d'un mélange de beurre fondu et de miel pour un aspect encore plus appétissant.

Champagne-Ardenne



Autre région française dont le paysage est heureusement envahi par les vignobles, son Champagne rayonne dans le monde entier dans tous les moments des fêtes les plus diverses. La Champagne-Ardenne a aussi été inventive dans la préparation des gibiers, et a apporté l'andouillette de Troyes, le fromage de Chaource, ou le biscuit rose de Reims.



Gâteau champenois

Préparation : 3 mn + Thermomix : 3 mn + Cuisson au four : 45 mn

180 g de farine
1 sachet de levure chimique
1 sachet de sucre vanillé
100 g de vin blanc ou Champagne
100 g d'huile
100 g de sucre
3 œufs

- Préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Mettre tous les ingrédients dans le bol. Mixer **2 mn 30 / vitesse 5**.
- Verser dans un moule à cake et cuire au four 45 mn à 180° (th. 6).



Gratin de fruits au sabayon de Champagne

Préparation : 10 mn + Thermomix : 10 mn

1 orange
1 pamplemousse
1/2 ananas
1 banane
1 pomme
La moitié d'une boîte de biscuits roses de Reims

Pour le sabayon :

4 jaunes d'œufs + 2 œufs entiers
130 g de sucre en poudre
250 g de Champagne brut

- Eplucher les fruits, les couper en morceaux et les réserver.
- Mettre les biscuits roses dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 10**.
- Réserver.
- Préparer le sabayon : mettre les ingrédients dans le bol et régler **9 mn / 70° / vitesse 3**.
- Répartir les fruits dans 4 ramequins individuels, recouvrir du sabayon puis de la poudre de biscuits roses.

Flan aux asperges

Préparation : 15 mn + Thermomix : 18 mn

1 kg d'asperges vertes ou blanches
250 g de talon de jambon
4 œufs
50 g de farine
50 g de beurre + 1 noisette pour beurrer le plat
500 g de lait
1 c. à café de sel
1 pincée de poivre
1 pincée de muscade
1 noisette de beurre pour le moule
2 l d'eau

- Préchauffer le four à 210° (th. 7). Beurrer le fond d'un plat allant au four.
- Mettre 2 l d'eau dans le bol, saler et insérer le panier de cuisson dans le bol.
- Régler **15 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Laver les asperges, les éplucher et les couper en morceaux de 2 cm de longueur.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter les asperges par l'orifice du couvercle et régler **13 mn / 100° / vitesse 1**.
- Sortir le panier de cuisson à l'aide de la spatule, égoutter les asperges, les rafraîchir et bien les égoutter à nouveau. Verser dans le plat allant au four.
- Couper les talons de jambon en morceaux. Mettre tous les ingrédients dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 6**.
- Verser la pâte sur les asperges et cuire au four 40 mn à 210° (th. 7).

Conseil du sommelier ●●●

Alsace AOC Muscat : l'amertume des asperges s'équilibre au contact de celle naturelle du vin par contraste, la texture gagne en onctuosité, le Muscat garde toute son expression aromatique.



Corse



La rencontre contrastée de la montagne escarpée et d'une mer aux couleurs profondes est sans conteste à l'origine du surnom d'« île de beauté », pour cette région de fort caractère. Les reliefs fournissent autant les châtaignes (consommées fraîches ou réduites en farine) que les fromages (de brebis ou de chèvre), qui sont la base de nombreux plats. Les rivages apportent les produits de la mer, souvent consommés accompagnés de la méridionale huile d'olive.

Sardines à la Corsica

Préparation : 15 mn + Thermomix : 36 mn

8 sardines fraîches en filets
400 g de verts de bettes (1 kg de bettes en botte)
250 g de fromage de brebis frais (ou chèvre frais)
200 g de riz blanc
6 pincées de romarin
Sel et poivre
Eau

- Mettre 1,5 l d'eau et 2 pincées de sel dans le bol et régler **8 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, nettoyer les bettes en séparant les verts et les côtes (garder les côtes blanches pour une autre recette) et couper les verts en gros morceaux.
- À l'arrêt de la minuterie, mettre les verts de bettes dans le bol et régler **3 mn / Varoma / vitesse 1**.
- À l'arrêt de la minuterie, bien égoutter les bettes et vider l'eau du bol.
- Mettre dans le bol la moitié des bettes en morceaux, le fromage de brebis, le sel, le poivre et le romarin et mixer **10 sec / vitesse 3**. Réserver la préparation.
- Mettre 1,5 l d'eau et 2 pincées de sel dans le bol et régler **10 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, huiler légèrement le Varoma et le plateau vapeur et déposer dans le Varoma une sardine entièrement ouverte (2 filets côte à côte s'ils ont été séparés), poser dessus 1/4 de la préparation de bettes au fromage, puis terminer par une 2^{ème} sardine en filets. Procéder de même avec le reste des ingrédients, afin d'obtenir 4 « sandwich » (2 dans le Varoma et 2 dans le plateau vapeur). Mettre les bettes restantes dans le plateau vapeur du Varoma.
- À l'arrêt de la minuterie, verser le riz dans le panier de cuisson, le mettre dans le bol, poser le Varoma sur le bol et régler **15 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Présenter dans un plat de service les Sardines à la Corsica, accompagnées du riz et des bettes.

Conseil Thermomix

Quand la saison n'est plus aux bettes, remplacez-les par d'autres feuilles vertes (épinards, laitues...).



Fiadone

Préparation : 10 mn + Thermomix : 2 mn + Cuisson au four : 45 mn

Pour 6 personnes

30 g de crème fraîche
180 g de sucre
2 paquets de sucre vanillé
30 g de beurre
+ 1 noisette de beurre pour beurrer le papier sulfurisé
500 g de broccio frais
6 œufs
1 citron
Papier aluminium
Papier sulfurisé

- Préchauffer le four à 180° (th. 6). Chemiser le fond d'un moule à manqué de papier d'aluminium. Beurrer le papier sulfurisé et le placer dans le moule.
- Prélever quelques lanières de zeste de citron pour la décoration.
- Mettre le jus du citron et tous les autres ingrédients dans le bol et mixer **2 mn / vitesse 5** jusqu'à obtention d'une préparation homogène. Verser dans le moule.
- Enfourner à 180° (th. 6) pendant 45 min. Laissez refroidir le gâteau avant de le démouler.
- Décorer des quelques zestes de citron réservés.

Canistrellis

Préparation : 10 mn + Thermomix : 1 mn + Cuisson au four : 20 mn environ

250 g de farine
100 g de sucre en poudre
1 sachet de levure chimique
1 c. à soupe bombée d'anis vert en poudre
50 g d'huile
80 g de vin blanc sec
1 pincée de sel
Papier sulfurisé

- Préchauffer le four à 200° (th. 6.5).
- Mettre tous les ingrédients dans le bol et mixer **1 mn / vitesse 3**.
- Sortir la pâte et la laisser reposer 10 mn.
- Étaler la pâte sur une épaisseur d'environ 8 mm et découper des formes de losanges ou de rectangles.
- Enfourner sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé et cuire 18 mn à 200° (th. 6.5).
- Monter la plaque en haut du four et prolonger la cuisson 5 mn.
- Laisser refroidir.

Conseil Thermomix

Ces petits gâteaux secs parfumés se servent idéalement à l'heure du thé.

Dom-Tom



Ces « morceaux de France » à l'étranger étonnent et séduisent les Métropolitains par leurs paysages exotiques et leurs saveurs d'ailleurs aux influences multiculturelles. Végétation luxuriante et climats privilégiés sont à l'origine de produits dépayés autant que savoureux, avec les plats à base de fruits tropicaux (mangue, noix de coco, ananas, papaye, banane), d'épices (sauce colombo, vanille, ...), ou de sucre de canne ...

Bavarois de mangues

Préparation : 10 mn + Thermomix : 6 mn + 6 h au frais

Pour 8 personnes

1 kg de mangues entières
300 g de crème fraîche liquide bien froide à 35 % de
m.g. minimum
9 feuilles de gélatine
200 g de sucre en poudre
Le jus d'un citron
1 c. à soupe de rhum
200 g d'eau

- Mettre les feuilles de gélatine à tremper dans un bol d'eau froide.
- Mettre les mangues épluchées et coupées en morceaux dans le bol avec 200 g d'eau, le sucre et le rhum et mixer **15 sec / vitesse 8**. Réserver au frais, rincer le bol à l'eau froide et l'essuyer.
- Insérer le fouet dans le bol, ajouter la crème liquide et mixer **1 mn / vitesse 3**. Surveiller la prise de la crème chantilly et réserver. Enlever le fouet.
- Mettre le jus de citron dans le bol et régler **4 mn / 80° / vitesse 1**.
- Ajouter les feuilles de gélatine égouttées et mixer **5 sec / vitesse 1**.
- Ajouter la pulpe de mangues réservée et la crème fouettée au jus de citron et mixer **20 sec / vitesse 2**.
- Verser dans un moule à bavarois et mettre au réfrigérateur au moins 6 heures.
- Au moment de servir, démouler en plongeant le fond du moule dans un récipient d'eau froide et servir accompagné d'une crème anglaise et de biscuits.



Rougail aux crevettes

Préparation : 30 mn + Thermomix : 20 mn

600 g de crevettes crues décortiquées
5 gousses d'ail
1 oignon
6 tomates
1 cm de gingembre frais ou 1 c. à café
de gingembre en poudre
1 pincée de safran
Piment frais ou en poudre (selon goût)
1 gobelet d'huile d'olive

- Mettre les gousses d'ail, l'oignon coupé en deux, le piment et le gingembre dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 8**.
- Ajouter l'huile d'olive et régler **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter le safran et les tomates coupées en deux et mixer **5 sec / vitesse 10**.
- Régler **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter les crevettes décortiquées et régler **10 mn / 100° / ↻ / vitesse 1**.
- Servir aussitôt accompagné de riz.

Conseil Thermomix

Spécialité de la Réunion, le Rougail est une sauce tomate pimentée qui sert de base à diverses préparations (crevettes, saucisses...).



Franche-Comté



Autre pays de montagnes et de fromages, la Franche-Comté a depuis très longtemps développé une tradition laitière. En sont issus les célèbres vacherin, morbier et bleu de Gex, ainsi que le comté qui donne, parmi de nombreuses spécialités, la fameuse fondue comtoise. Sa cuisine rustique tient chaud au corps et au cœur quand l'air du soir est vif ou quand il neige en hiver. La longue tradition de fumaison du porc explique la diversité et la saveur des charcuteries.



Cancoillotte

Préparation : 5 mn + Thermomix : 11 mn

250 g de metton (fromage de Franche-Comté)
50 g de beurre
Ail (facultatif)
350 g de liquide (lait, vin blanc ou eau)
1 pincée de sel

- Mettre le metton en morceaux, le sel et la gousse d'ail dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 9**.
- Ajouter le liquide et régler **10 mn / 80° / vitesse 2**.
- Ajouter le beurre et mixer **20 sec / vitesse 6**.

Conseil Thermomix

Dégustez froid ou chaud accompagnée de pain ou de pommes de terre.
Parfumez la cancoillotte aux herbes, cumin, échalote...



Saucisses de Montbéliard à la crème de lentilles

Préparation : 10 mn + Thermomix : 28 mn

4 saucisses de Montbéliard
500 g de lentilles blondes
1 oignon
1 bouquet garni
1 bouillon cube
2 c. à soupe de crème fraîche épaisse
10 g de beurre
Sel et poivre
1 l d'eau

- Mettre l'oignon coupé en deux dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter le beurre et régler **2 mn / 80° / vitesse 1**.
- Ajouter le bouquet garni, le bouillon cube et les lentilles et couvrir d'1 l d'eau.
- Déposer les saucisses dans le Varoma et le poser sur le bol.
- Régler **25 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Vérifier la cuisson des saucisses, et si besoin prolonger en vérifiant qu'il y ait encore de l'eau dans les lentilles, en ajoutant un peu si besoin.
- A l'arrêt de la minuterie, égoutter les lentilles et les mixer dans le bol avec un peu de jus de cuisson et la crème fraîche **20 sec / vitesse 5**.
- Verser la crème de lentilles dans des assiettes chaudes et disposer les saucisses coupées en rondelles dessus.

Gâteau de ménage

Préparation : 10 mn + Thermomix : 7 mn + Attente : 1 h 30 + Cuisson au four : 20 mn

Pour 2 gâteaux
600 g de farine
20 g de levure de boulanger fraîche
250 g de lait
100 g de beurre
5 œufs
150 g de sucre en poudre
1 paquet de sucre vanillé
200 g de crème épaisse

- Introduire la levure émiettée et 3 c. à soupe de lait dans le bol. Régler **1 mn 30 / 50° / vitesse 4**.
- A l'arrêt de la minuterie, introduire le reste du lait, le beurre, 50 g de sucre en poudre, le sucre vanillé.
- Régler **3 mn / 60° / vitesse 4**.
- A l'arrêt de la minuterie, plonger le fond du bol dans un récipient d'eau froide puis ajouter la farine et 2 œufs et mixer **2 mn / vitesse 4**.
- Laisser lever la pâte environ 1 heure dans le bol couvert.
- Quand la pâte a bien levé, la mettre dans 2 moules et la laisser lever 30 mn environ.
- Préchauffer le four à 150° (th. 7). Mettre la crème, 3 œufs, 100 g de sucre dans le bol, mixer **10 sec / vitesse 5**.
- Verser ce mélange sur la pâte levée et cuire au four environ 20 mn à 150° (th. 7).



Gratin francomtois

Préparation : 10 mn + Thermomix : 38 mn + Cuisson au four : 15 mn

1 kg de pommes de terre à gratin
3 saucisses de Montbéliard
2 oignons
2 gousses d'ail
1 c. à café de thym
1 pincée de poivre
100 g de lardons fumés allumettes
1 c. à café bombée de moutarde
200 g de crème fraîche liquide
150 g de comté
50 g de comté pour le gratin
50 g de vin blanc sec
1 c. à soupe de Maïzena
800 g d'eau

- Mettre les 200 g de comté dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 10**. Réserver dans un petit bol.
- Eplucher les pommes de terre, les couper en lamelles et les mettre dans le Varoma.
- Mettre les oignons coupés en deux et les gousses d'ail dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**. Les verser sur les pommes de terre, poivrer, parsemer de thym et mélanger. Poser dessus les saucisses piquées avec une fourchette sur toute leur surface.
- Mettre 800 g d'eau dans le bol, et poser le Varoma sur le bol. Programmer **35 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, préchauffer le four à 200° (th. 6-7) et beurrer un grand plat à gratin.
- Alternier dans le plat des couches de rondelles de pommes de terre et de saucisses coupées en rondelles d'un demi centimètre en finissant par une couche de pommes de terre.
- Préparer la sauce : conserver dans le bol 1/2 gobelet de jus de cuisson, ajouter le vin blanc et les lardons et régler **3 mn / 80° / vitesse 1**.
- Ajouter la moutarde, la crème fraîche, 150 g de comté et la Maïzena et régler **5 mn / 100° / vitesse 2**.
- Verser la sauce sur le gratin, ajouter le reste de comté et cuire au four 15 mn 200° (th. 6-7).

Conseil Thermomix

Servir avec une salade verte.

Ile-de-France



L'urbanisation de la région cache une tradition boulangère et pâtissière, historiquement liée aux farines de la Beauce : croissant, chouquette, Paris-Brest. Des produits locaux inattendus ont traversé les siècles : volaille de Houdan, moutarde de Meaux, champignons de Paris, menthe de Milly, cerises de Montmorency.

Pithiviers

Préparation : 30 mn + Thermomix : 1 mn + Attente : 30 mn + Cuisson au four : 20 mn

Pour la pâte feuilletée :

300 g de farine
300 g de beurre congelé en morceaux
2 pincées de sel
75 g d'eau

Pour la crème d'amandes :

1 œuf entier + 2 jaunes
120 g d'amandes en poudre
120 g de beurre
120 g de sucre en poudre
1 c. à soupe rase de farine
1 c. à soupe de rhum
1 c. à café d'eau de fleur d'oranger
30 g de sucre glace Thermomix
Papier sulfurisé

- Préparer la pâte feuilletée :
- Mettre tous les ingrédients et 75 g d'eau froide dans le bol et mixer **25 sec / vitesse 6**.
- Étaler la pâte en un rectangle et la plier en 3. Répéter cette opération 3 fois ou plus, en abaissant à chaque fois la pâte à l'aide du rouleau. Laisser reposer au frais.
- Préparer la crème d'amandes :
- Mettre dans le bol l'œuf entier, le jaune, le beurre et le sucre et mixer **10 sec / vitesse 6** puis **1 mn / 70° / vitesse 6**.
- Ajouter la poudre d'amande, le rhum, la farine et l'eau de fleur d'oranger et mixer **10 sec / vitesse 4** jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Verser dans un bol et faire raffermir au réfrigérateur.
- Préparer le Pithiviers :
- Séparer la pâte feuilletée en deux et l'étaler en 2 disques de 27 cm de diamètre. Poser un disque sur la plaque du four recouverte d'un papier sulfurisé.
- Badigeonner le tour du disque à l'œuf battu puis étaler la crème d'amandes du centre vers l'extérieur en s'arrêtant à 2 ou 3 cm du bord.
- Placer le deuxième disque dessus et presser les bords avec les doigts mouillés afin de souder les deux pâtes.
- Badigeonner le dessus à l'œuf battu et dessiner à la pointe du couteau des arcs de cercle en partant du centre pour le décor. Laisser au réfrigérateur 30 mn.
- Préchauffer le four à 180-200° (th. 6-7).
- Cuire au four 20 mn environ à 180-200° (th. 6-7), saupoudrer de sucre glace et remettre au four 5 mn. Servir tiède.



Sauté de veau Marengo

Préparation : 15 mn + Thermomix : 40 mn

600 g d'épaule de veau
 1 boîte de tomates (240 g poids égoutté)
 500 g de champignons de Paris
 20 g de beurre
 1 oignon
 100 g de vin blanc
 1 c. à café de thym
 2 feuilles de laurier
 1 gousse d'ail
 Sel et poivre
 Jus de citron
 4 brins de persil pour la décoration

- Mettre l'oignon coupé en deux et l'ail dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**. Ajouter le beurre et régler **4 mn / 100° / vitesse 3**.
- Couper le veau en morceaux de 1,5 cm de côté. Introduire dans le bol la viande, les tomates, le vin, le thym, les feuilles de laurier le sel et le poivre. Programmer **20 mn / 100° / ↻ / ⚙**.
- Pendant ce temps nettoyer les champignons, couper le bout du pied terreux, les passer rapidement à l'eau froide. Les couper en deux ou trois dans le sens de la longueur et les arroser de jus de citron.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter les champignons dans le bol et les mélanger à l'aide de la spatule. Régler **15 mn / 100° / ↻ / ⚙**.
- Mettre le sauté de veau dans un plat creux chauffé et parsemer de persil ciselé.

Conseil du sommelier ●●●

Côtes-du-Rhône-Villages AOC : les tannins du vin seront arrondis par la sauce, ses arômes épicés et de garrigue se révéleront. Le plat se met au service du vin qui gagne en race et élégance.

Soupe à l'oignon

Préparation : 15 mn + Thermomix : 30 mn + Cuisson au four : quelques minutes

2 à 3 oignons moyens
 1 c. à soupe bombée de farine
 2 c. à soupe de graisse de canard ou de beurre
 1 l d'eau
 1 cube de bouillon de volaille
 80 g de gruyère
 4 à 6 tranches de pain rassis
 Sel et poivre

- Mettre le gruyère coupé en morceaux dans le bol et mixer **6 sec / vitesse 7**. Réserver.
- Mettre la matière grasse dans le bol et régler **1 mn / 90° / vitesse 1**.
- Couper en deux les oignons épluchés, les mettre dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 8**.
- Cuire **3 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter la farine et mixer **10 sec / vitesse 4**.
- Ajouter l'eau et le cube de bouillon émietté et régler **25 mn / 100° / vitesse 1**.
- Préchauffer le four en mode grill.
- Disposer des tranches de pain rassis dans une terrine.
- A l'arrêt de la minuterie, filtrer la préparation ou pas selon préférence et la verser sur le pain. Saupoudrer de fromage râpé et faire gratiner sous le grill du four quelques minutes en surveillant la coloration.
- Servir bien chaud.

Conseil du sommelier ●●●

Beaujolais-Villages AOC : la vivacité du Gamay va épouser l'acidité des oignons en donnant une sensation de souplesse par effet de contraste. Les arômes du vin seront mis en valeur par le plat (servir le vin à 15°).



Saint-Honoré

Préparation : 10 mn + Thermomix : 15 mn + Cuisson au four : 20 à 25 mn

Pâte Brisée

200 g de farine
100 g de beurre
1 pincée de sel fin
1 c. à café de sucre vanillé

Pâte à chou

80 g de beurre
1 c. à soupe de sucre
120 g de farine
3 œufs
1 pincée de sel
150 g d'eau

Crème chiboust

500 g de lait
50 g de farine
2 œufs extra frais + 2 blancs
1 c. à soupe de sucre vanillé
70 g de sucre semoule

Caramel

50 g de sucre
50 g d'eau

- Préparer la pâte Brisée : mettre le beurre coupé en morceaux, le sel, la farine et le sucre vanillé dans le bol avec 60 g d'eau et mixer **1 mn / vitesse 8**.
- Sortir la pâte du bol et faire un disque de 24 cm de diamètre avec la pâte Brisée. Le poser sur une plaque à pâtisserie beurrée et farinée.
- Préparer la pâte à chou : mettre l'eau, le beurre, le sel et le sucre dans le bol et régler **5 mn / 100° / vitesse 2**. Ajouter la farine et mixer **1 mn 30 / vitesse 3** (la pâte doit avoir l'aspect d'une pâte sablée).
- Plonger le bol dans un récipient d'eau froide quelques minutes afin de refroidir la préparation.
- Ajouter les œufs un à un par l'orifice du couvercle sur les couteaux en marche à **vitesse 5** puis continuer le **mixage 30 sec**.
- Préchauffer le four à 210° (th. 7).
- Déposer une couronne de pâte à chou sur les bords du disque de la pâte Brisée, à l'aide d'une poche à douille. Poser du papier aluminium sur le centre de pâte Brisée et y déposer des légumes secs afin que la pâte ne gonfle pas.
- Sur la plaque, à côté du disque de pâte Brisée, faire une vingtaine de petits choux à l'aide de la poche à douille.
- Cuire au four 15 à 20 mn à 200/210° (th. 6/7).
- A la fin de la cuisson, faire un caramel avec le sucre et l'eau et y tremper les petits choux en deux fois : d'abord le dessus et laisser refroidir, ensuite le dessous et les coller sur la couronne.
- Préparer la crème chiboust : mettre tous les ingrédients dans le bol sauf les deux blancs d'œufs et régler **7 mn / 90° / vitesse 4**.
- À l'arrêt de la minuterie, mixer **5 sec / vitesse 9**. Réserver dans un bol.
- Rincer et essuyer le bol du Thermomix et y insérer le fouet. Ajouter les 2 blancs d'œufs avec une pincée de sel et régler **3 mn / 37° / vitesse 3**. Les incorporer délicatement à la crème.
- Laisser refroidir la crème chiboust puis la déposer à la poche à douille en petits choux ou en volutes au centre du disque de pâte Brisée refroidie.



Languedoc Roussillon



Cette région double est à la fois influencée par la mer (la côte méditerranéenne) et tournée vers les terres (les reliefs pyrénéens). Sa cuisine en est le reflet, puisqu'on y savoure autant les coquillages et le riz de Camargue, que les fameux cassoulets (de Castelnaudary ou de Carcassonne).

Marmelade d'abricots à l'orange et aux amandes

Préparation : 20 mn + Thermomix : 16 mn

Pour environ 6 pots

1 kg d'abricots (800 g d'abricots dénoyautés)

640 g de sucre à confiture



1/2 orange non traitée

1/2 citron

50 g d'amandes effilées

Conseil Thermomix

Dans la recette, on utilise du sucre à confiture 10 : 8 (soit 800 g de sucre pour 1 kg de fruits). Vous pouvez choisir un autre sucre en adaptant sa quantité au poids de fruits utilisés et en adaptant éventuellement le temps de cuisson.

- La veille, laver et dénoyauter les abricots. Les mettre dans le bol en les pesant. Ajouter le zeste de la moitié d'orange finement râpé et le jus de l'orange et du citron (noter le poids total). Mixer **10 sec / vitesse 6**.
- Régler **9 mn / Varoma /** .
- Dès l'ébullition, ajouter le sucre (en fonction du poids total noté) et les amandes et régler **7 mn / 100° /** .
- Ecumer si nécessaire la mousse en surface. Verser la confiture dans des pots stérilisés, les fermer avec un couvercle et les retourner. Laisser reposer à l'envers au moins 2 heures.





Filet de loup au jus de chasselas

Préparation : 15 mn + Thermomix : 28 mn

Pour 6 personnes

4 filets de loup de 200 g chacun environ (sans la peau)
600 g de raisin chasselas (ou raisin blanc italien)
3 endives
20 g d'huile d'olive
80 g de beurre
10 g de vinaigre balsamique
10 g de vinaigre de Xérès
20 g de Maïzena
Jus de citron
Sel, poivre
200 g d'eau

Conseil du sommelier ●●●

Muscat de Saint-Jean de Minervois AOC Sec : les magnifiques arômes de raisin frais du vin feront un mariage de raison avec le jus du plat, sa délicatesse jouera d'égal à égal avec la chair du poisson.

- Mettre 250 g de chasselas dans le bol, introduire le panier de cuisson et mixer **30 sec / vitesse 8**. Récupérer le jus en filtrant avec le panier de cuisson et jeter la pulpe.
- Peler et épépiner les 350 g de raisin restant.
- Détacher les feuilles des endives, les mettre dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 4** en aidant à la spatule.
- Ajouter le jus de raisin, le jus de citron, le beurre, l'huile d'olive et 200 g d'eau.
- Saler les filets de loup, les mettre dans le Varoma et programmer **20 mn / Varoma / f**.
- Filtrer avec le panier de cuisson la compote d'endives en récupérant le jus. Remettre le jus dans le bol, ajouter la Maïzena et régler **7 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter les vinaigres et les grains de chasselas épépinnés. Dresser sur assiettes les morceaux de loup et les endives. Les entourer de la sauce et du raisin.

Lotte à la nîmoise

Préparation : 20 mn + Thermomix : 18 mn

1,5 kg de lotte
1 navet (50 g environ)
2 carottes (150 g environ)
2 branches de céleri (60 g environ)
1 poireau (60 g environ)
1 boîte de tomates (240 g poids égoutté)
2 jaunes d'œuf
2,5 gobelets d'huile d'olive
4 gousses d'ail
1 c. à café de thym
Sel et poivre

- Mettre 3 gousses d'ail dans le bol et mixer **8 sec / vitesse 8**.
- Insérer le fouet, ajouter les jaunes d'œufs, le sel et le poivre et régler **2 mn / vitesse 4** et verser l'huile en mince filet par l'orifice du couvercle, sans discontinuer, pour monter une mayonnaise (aïoli). Réserver.
- Couper la lotte en morceaux de 5 cm environ.
- Laver et éplucher les légumes. Les couper en gros morceaux et les mettre dans le bol avec la gousse d'ail restante et les tomates égouttées. Mixer **5 sec / vitesse 6**. Ajouter les morceaux de lotte et le thym. Régler **15 mn / 100° / f / f**.
- Oter les morceaux de lotte à l'aide d'une cuillère et les tenir au chaud dans un plat creux.
- Mixer les légumes restants **15 sec / vitesse 8**. Ajouter délicatement l'aïoli dans le bol en mélangeant à la spatule. Verser la sauce obtenue sur la lotte et servir immédiatement.

Limousin



Riche de ses forêts profondes et giboyeuses, le vert Limousin l'est aussi en produits rustiques tels que châtaignes, noix, champignons, pommes de terre, myrtilles. A table, le bœuf limousin voisine avec le clafoutis aux cerises ou les gâteaux aux noisettes.

Gâteau limousin

Préparation : 5 mn + Thermomix : 17 mn + Cuisson au four : 50 mn

Pour 6 personnes

500 g de purée de châtaignes (non sucrée)
6 œufs
200 g de miel
1 sachet de levure chimique
2 sachets de sucre vanillé
1 noix de beurre pour le moule
1 c. à soupe de farine pour le moule
1 pincée de sel

Conseil Thermomix

Si vous utilisez des châtaignes en bocal, les mettre dans le bol avec 300 g de lait et régler 5 mn / 100° / vit 1 puis mixer 10 sec / vit 10.

Agrémentez ce gâteau d'un nappage au chocolat : mettre 200 g de chocolat noir, 100 g de beurre mou et 40 g d'eau dans le bol et régler 5 mn / 37° / vit 2. Vous pouvez également fourrer le gâteau à la crème de marron ou à la crème fraîche en le coupant dans l'épaisseur.

- Préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Monter les blancs en neige : introduire le fouet et mettre les blancs d'œufs avec le sel dans le bol. Programmer **6 mn / 37° / vitesse 3,5**. Réserver dans un saladier et enlever le fouet.
- Mettre la purée de châtaignes dans le bol et programmer **3 mn / 50° / vitesse 4**.
- Ajouter le miel, les jaunes d'œufs, le sucre vanillé et la levure. Mélanger **20 sec / vitesse 6** en aidant à la spatule. Incorporer aux blancs en neige dans le saladier en soulevant délicatement à la spatule.
- Beurrer et fariner un moule et y verser la préparation aux châtaignes. Cuire 50 mn à 180° (th. 6). Vérifier la cuisson : un couteau enfoncé doit ressortir sec.



Pâté de pommes de terre à la viande

Préparation : 15 mn + Thermomix : 1 mn + Cuisson au four : 1 h

300 g de farine
160 g de beurre mou en morceaux
400 g de pommes de terre
2 gousses d'ail
2 échalotes
10 brins de persil
200 g de chair à saucisse
2 jaunes d'œuf
1 c. à café de sel
Poivre

- Préparer une pâte brisée : mettre la farine, le beurre, le sel et 50 g d'eau dans le bol et mixer **30 sec / vitesse 8**. **Mixer 10 sec / vitesse 2** pour décoller la pâte. Séparer la pâte en deux et étaler un disque sur un diamètre d'environ 26 cm sur une plaque à four farinée.
- Eplucher les pommes de terre et les couper en rondelles.
- Mettre les gousses d'ail, les échalotes, le persil, le sel et poivre, les jaunes d'œufs et la chair à saucisse dans le bol et mixer **15 sec / vitesse 5**.
- Déposer sur la pâte la moitié des pommes de terre, saler et poivrer la farce à la viande et le reste de pommes de terre. Abaisser le deuxième disque de pâte dessus et bien souder les bords. Cuire au four 10 mn à 240° (th. 8) puis 50 mn à 200° (th. 6-7).



Clafoutis tutti frutti

Préparation : 10 mn + Thermomix : 2 mn + Cuisson au four : 45 mn

500 g de fruits (pêches, abricots, fruits rouges en été et pommes, bananes, kiwi en hiver)
250 g de lait
3 œufs
150 g de sucre
60 g de farine
40 g de beurre
+ 1 noisette de beurre pour le plat

- Eplucher les fruits, les couper en petits morceaux (sauf les fruits rouges) et les répartir dans le fond d'un plat allant au four préalablement beurré.
- Mettre le beurre dans le bol et régler **1 mn / 50° / vitesse 1**.
- Ajouter le reste des ingrédients et mixer **1 mn / vitesse 4**.
- Verser le mélange sur les fruits et cuire au four 45 mn à 180° (th. 6).
- Servir tiède ou froid.



Galetous

Préparation : 20 mn + Attente : 15 h + Cuisson : 1 h

Pour 6 personnes

400 g de farine de sarrasin
100 g de farine de froment
10 g de levure de boulanger fraîche
15 g de sel
Grillons ou rillettes
Eau

- La veille mettre la levure émietlée, 100 g de farine de sarrasin, la farine de froment et 150 g d'eau dans le bol et régler **1 mn / 37° / vitesse 3**. Réserver dans un récipient hermétique.
- Le lendemain verser la préparation dans le bol, ajouter le reste de farine, 1 l d'eau et le sel et mixer **20 sec / vitesse 6**.
- Pour vérifier la bonne épaisseur de la pâte, tremper une petite cuillère dans la pâte et la retourner côté bombé vers le haut. Elle doit être recouverte d'une épaisseur de 1 mm.
- Ajouter de l'eau si nécessaire.
- Laisser lever 3 heures dans un endroit tiède.
- Faire cuire dans une poêle graissée à l'huile comme des crêpes.
- Les tartiner aussitôt de grillons (rillettes limousines), les rouler et les couper en tronçons.
- Servir encore tièdes.

Conseil Thermomix

Dans le Limousin, les galetous sont surtout servis à l'apéritif. Vous pouvez préparer les crêpes à l'avance et au moment de servir, les faire réchauffer quelques secondes au micro-onde avant de les tartiner de rillettes et de les trancher.



Lorraine



Dans la région des mirabelles, on trouve ce délicieux fruit sous de nombreuses et appétissantes formes (tartes, confitures, eau-de-vie...). La célèbre quiche lorraine a évolué au fil du temps et s'est enrichie de lardons. Par ici la soif est étanchée, notamment, par les eaux minérales des Vosges.

Gâteau aux quetsches

Préparation : 15 mn + Thermomix : 4 mn + Cuisson au four : 35 mn

350 g de quetsches (environ 15 quetsches)
fraîches ou surgelées
150 g de sucre roux
130 g de farine
50 g de poudre d'amande
2 œufs
120 g de beurre
+ 1 noisette pour beurrer le plat
1/2 à 1 c. à soupe de cannelle

Conseil du sommelier ●●●

Alsace AOC Pinot Gris Vendanges Tardives : très beau mariage aromatique épice entre la quetsche et le Pinot gris.

- Mettre le beurre en morceaux dans le bol et régler **2 mn 30 / 50° / vitesse 1**.
- Ajouter tous les autres ingrédients sauf les quetsches et mixer **1 mn / vitesse 3**.
- Couper les quetsches en deux et les dénoyauter.
- Verser la pâte dans un moule à manquer beurré et disposer les quetsches dans la pâte.
- Cuire au four environ 35 mn à 180° (th. 6).
- A la sortie du four, saupoudrer de sucre en poudre et servir tiède ou froid avec une crème anglaise.

Gâteau lorrain

Préparation : 10 mn + Thermomix : 8 mn + 1h de repos + Cuisson au four : 20 mn

Pour un gâteau de 28 cm de diamètre
Pour la pâte à brioche :

20 g de levure de boulanger fraîche
50 g de lait
100 g de crème fraîche épaisse
350 g de farine
100 g de sucre
3 œufs
100 g de beurre mou en morceaux
1/2 c. à café de sel fin

Pour la crème pâtissière :

6 c. à soupe de Kirsch ou de rhum
500 g de lait
70 g de sucre + 30 pour le sucre glace
2 œufs entiers + 2 jaunes d'œufs
50 g de farine
1/2 sachet de sucre vanillé

Conseil du sommelier ●●●

Coteaux du Layon AOC : un beau chenin moelleux de Loire dont la fraîcheur va très bien équilibrer le côté sucré du dessert.

- Mettre dans le bol 30 g de sucre et mixer **7 sec / vitesse 9**. Réserver le sucre glace.
- Préparer la crème pâtissière : mettre tous les ingrédients sauf le Kirsch dans le bol et régler **7 mn / 90° / vitesse 4**.
- A l'arrêt de la minuterie, mixer **5 sec / vitesse 9**. Laisser refroidir complètement.
- Mettre la levure émiettée avec le lait et la crème fraîche dans le bol et programmer **1 mn / 37° / vitesse 3**.
- Ajouter le reste des ingrédients et régler **2 mn / vitesse 8**.
- Étendre la pâte au rouleau en un disque de 1/2 cm d'épaisseur sur 28 cm de diamètre environ. Poser la pâte dans un moule à gâteau beurré et fariné, puis laisser monter 1 heure à température ambiante.
- Préchauffer le four à 180° (th. 6). Faire cuire au four chaud pendant 20 mn. Laisser refroidir.
- Séparer le gâteau en deux, dans l'épaisseur. Humecter chaque disque de 3 c. à soupe de Kirsch.
- Tartiner le disque du dessous avec la crème pâtissière sur une épaisseur égale à celle d'un disque de pâte, poser l'autre dessus. Saupoudrer de sucre glace.



Midi-Pyrénées



Région d'histoire, avec Toulouse la ville rose et Carcassonne la médiévale, elle se laisse bercer par les eaux du canal du Midi. Haricots de Tarbes ou de Pamiers et saucisses de Toulouse forment le fameux cassoulet. Des douceurs sont procurées par la violette de Toulouse, cristallisée ou consommée en liqueur, qui peut aussi devenir parfum.

Fouace

Préparation : 10 mn + Thermomix : 5 mn + Attente : 4 h + Cuisson au four : 40 mn

Pour 6 personnes

- 75 g de lait
- 20 g de levure de boulanger fraîche
- 500 g de farine
- 130 g de beurre
- 2 œufs + 1 jaune d'œuf
- 100 g de sucre
- 70 g d'eau de fleur d'oranger
- 100 g de fruits confits (facultatif)
- 1 pincée de sucre

- Mettre le lait et la levure dans le bol. Régler **1 mn 30 / 37° / vitesse 3**.
- Ajouter la farine, le beurre, les œufs (sauf le jaune), le sucre et l'eau de fleur d'oranger et programmer **3 mn / vitesse 3**. Quelques secondes avant la fin du pétrissage, on peut ajouter les fruits confits coupés en petits cubes.
- Façonner une couronne avec un trou au milieu sur une plaque farinée et laisser gonfler à l'abri des courants d'air pendant 3 à 4 heures (la pâte doit doubler de volume).
- Mettre au four à 210° (th. 7) et laisser cuire 30 mn.
- Mélanger le jaune d'œuf avec la pincée de sucre. Badigeonner la fouace de ce mélange et continuer la cuisson pendant 10 mn.
- Sortir la fouace du four et laisser refroidir.

Conseil Thermomix

La fouace est une pâtisserie figurant parmi les plus anciennes de France. Elle porte aussi le nom de "fougasse", bien que celle-ci reçoive le plus souvent une garniture salée.





Croquants de Cordes

Préparation : 15 mn + Thermomix : 2 mn

100 g d'amandes
250 g de sucre
80 g de farine
2 blancs d'œufs
Papier sulfurisé

- Mettre dans le bol les amandes, le sucre et la farine. Mixer **40 sec / vitesse 1,5**.
- Ajouter les blancs d'œufs et mixer **40 sec / vitesse 1,5**.
- A l'aide d'une cuillère à café, déposer des petites quantités sur une feuille de papier sulfurisé puis faire cuire au four à 200° (th. 6-7) pendant 12 à 15 minutes.
- Les sortir du four quand ils ont la couleur d'un caramel clair. Laisser refroidir et décoller du papier.



Daube de canard au Madiran

Préparation : 15mn + Thermomix : 20 minutes + Marinade : 24 heures

4 filets de canard dégraissés de 300 g chacun (aiguillettes)
1 bouteille de Madiran
1 oignon
2 carottes
1 boîte de champignons de 125 g
1 c. à soupe de graisse de canard
1 c. à soupe d'Armagnac
1 clou de girofle
2 c. à café de poivre vert en grain
1 c. à café de thym
12 baies de genièvre
2 carrés de chocolat noir
2 c. à soupe de farine
Sel et poivre

- La veille, faire mariner dans une terrine les filets de canard dégraissés et coupés en morceaux avec les aromates (oignon, carottes, champignons, thym, clou de girofle, 1 c. à café de poivre vert, genièvre). Recouvrir avec le Madiran.
- Le lendemain, égoutter les morceaux de canard et filtrer la marinade.
- Mettre la graisse de canard et les légumes de la marinade dans le bol et faire chauffer **4 mn / 100° / vitesse 1**.
- Mettre le fouet dans le bol et ajouter le canard et deux c. à soupe de farine. Mélanger **1 mn / vitesse 1**.
- Verser ensuite la moitié de la marinade, l'armagnac, le chocolat, 1 c. à café de poivre vert, le sel et le poivre et régler **15 mn / 100° / vitesse 1**.

Conseil Thermomix

Accompagnez ce plat avec une purée de légumes assortis (pommes de terre, carottes, céleri).

Conseil du sommelier ●●●

Madiran AOC : le mariage régional par excellence, sur un sage Madiran d'au moins 5 ans pour mieux se confronter à la texture fondante du plat.

Nord Pas de Calais



La terre des mines et des terrils, ainsi que des chaleureuses maisons de briques a toujours développé une tradition d'accueil. On y partage des plats à base de poireaux, d'endives, et de fromages forts (maroilles). La bière locale est bue ou bien utilisée en cuisine. Toutes sortes de confiseries (bêtises de Cambrai, ...) et desserts (tarte au sucre, ...) sont confectionnés à partir du sucre de betterave.

Tarte au sucre

Préparation : 5 mn + Thermomix : 3 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 25 mn

Pour 2 tartes

20 g de levure de boulanger fraîche
250 g de crème fraîche
50 g de lait
100 g de beurre
+ 2 noisettes pour beurrer les plats
3 œufs
350 g de farine
250 g de sucre en poudre ou cassonade

- Mettre le lait, 100 g de crème fraîche et la levure émiettée dans le bol et régler **1 mn / 37° / vitesse 3**.
- Ajouter le beurre en morceaux, les œufs, la farine et 100 g de sucre et mixer **2 mn / $\sqrt{}$** .
- Étaler la pâte avec la spatule dans deux plats à tarte beurrés et laisser lever une heure.
- Un quart d'heure avant la fin du temps de levage, préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Recouvrir les pâtes levées du reste de crème fraîche et saupoudrer de 150 g de sucre.
- Cuire au four 25 mn à 180° (th. 6).



Welsh Rarebit

Préparation : 2 mn + Thermomix : 9 mn + Cuisson au four : quelques minutes

200 g de bière blonde ou ambrée
800 g de Cheddar
1 c. à soupe de moutarde
5 g de Maïzena
1 pincée de poivre
Sel et poivre
4 à 6 grandes tranches de pain de campagne

- Sortir le fromage 3 heures avant la préparation du plat.
- Couper le fromage en morceaux et le mixer par petites quantités pendant **20 sec** en augmentant progressivement **de vitesse 4 à 8** et en retirant à chaque fois le fromage mixé.
- Remettre tout le fromage mixé dans le bol, ajouter tous les autres ingrédients sauf le pain, mixer **5 sec / vitesse 4** puis régler **8 mn à 90° / vitesse 1**.
- Préchauffer le four sur mode grill.
- Tapisser un grand plat à gratin des tranches de pain de campagne et verser aussitôt le fromage dessus.
- Mettre sous le grill du four quelques minutes en surveillant jusqu'à l'obtention d'une belle coloration.
- Servir aussitôt.

Conseil Thermomix





Accompagnez d'une bière ambrée. Le Welsh-Rarebit est un plat d'origine britannique à base de Cheddar. La recette est devenue une véritable institution gastronomique dans la ville de Boulogne-sur-Mer et figure sur tous les menus des restaurants de la ville.

Cramique

Préparation : 2 mn + Thermomix : 20 mn + Levée : 2 h 30 + Cuisson au four : 40 mn

Pour 6 personnes

150 g de raisins de Corinthe
100 g de beurre ramolli
+ 1 noisette pour beurrer le moule
20 g de levure de boulanger
200 g de lait
500 g de farine
2 œufs
1 pincée de sel
1 œuf pour la dorure
500 g d'eau

- La veille, verser 500 g d'eau dans le bol, régler **5 mn / 100° / vitesse 1**. Ajouter les raisins dans l'eau bouillante et programmer **10 mn / 100°C /**  . Egoutter avec le panier de cuisson et réserver.
- Mettre dans le bol le lait et la levure et régler **1 mn / 37° / vitesse 1,5**. Ajouter la farine, 2 œufs, le sel et le beurre et mixer **2 mn 30** . Ajouter les raisins et mélanger **1 mn /**  **/ vitesse 2**. Mettre la pâte dans un saladier et laisser lever pendant 1 heure à température ambiante.
- Beurrer un moule à Cramique ou à cake. Rompre la pâte à la main et façonner un boudin de la longueur du moule. Poser la pâte dans le moule, dorer la surface à l'œuf battu et laisser à nouveau lever à température ambiante pendant 1 h 30 (la pâte doit pratiquement remplir le moule).
- Préchauffer le four à 200° (th. 6-7). Laisser cuire pendant 10 mn, puis baisser la température à 180° (th. 6) pendant 30 mn.
- Démouler et laisser tiédir.

Conseil Thermomix

Pan brioché de forme parallépipédique, qui se trouve dans toutes les bonnes boulangeries du Nord.



Tarte au maroilles

Préparation : 5 mn + Thermomix : 3 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 20 mn

Pour 2 tartes

1 maroilles (environ 700 g)
20 g de levure de boulanger fraîche
200 g de crème fraîche
100 g de beurre
+ 2 noisettes pour beurrer les plats
50 g de lait
3 œufs
350 g de farine
2 c. à café de sucre
Sel et poivre

Conseil du sommelier ●●●

Champagne AOC Blanc de Noirs : la puissance du maroilles a tendance à écraser tout vin rouge. Ici on joue sur le contraste avec un Champagne puissant qui se fera respecter.

Conseil Thermomix

Le maroilles est produit dans le Nord, dans les arrondissements de Laon, Vervins, Avesnes-sur-Helpe et Cambrai. Il est affiné quatre mois en cave humide.

- Mettre le lait, 100 g de crème fraîche, la levure émiettée et le sucre dans le bol et régler **1 mn / 37° / vitesse 3**.
- Ajouter le beurre, les œufs, la farine et 1/2 c. à café de sel et mixer **2 mn / √**.
- Étaler la pâte avec la spatule dans deux plats à tarte beurrés et laisser lever une heure.
- Un quart d'heure avant la fin du temps de levage, préchauffer le four à 180° (th. 6). Retirer la peau du maroilles et le couper en lamelles.
- Recouvrir les pâtes levées de la crème fraîche restante puis du maroilles et poivrer.
- Cuire au four 20 mn à 180° (th. 6).



Normandie



Une région aux paysages de carte postale : champs de pommiers en fleurs, vaches normandes, chevaux paisibles. On y déguste tous les produits à base de lait, de crème ou de beurre (d'Isigny), notamment les fromages aux noms bien connus (camembert, livarot, pont-l'évêque), et les produits à base de pomme, dans les desserts et les boissons (cidre, calvados). La diversité en poissons, coquillages et crustacés alimente un riche répertoire de recettes.



Coquilles Saint-Jacques au coulis de corail

Préparation : 10 mn + Thermomix : 31 mn

12 coquilles Saint-Jacques avec corail
1 petite boîte de concentré de tomates
1/2 gobelet de vin blanc sec
2 c. à soupe de crème fraîche
1 gousse d'ail
50 g d'oignon
Sel
Poivre
2 brins d'estragon

- Séparer les noix du corail.
- Mettre le corail, le concentré de tomates, l'ail, l'oignon, le vin blanc, le sel et le poivre dans le bol. Placer le panier cuisson dans le bol du Thermomix et y mettre les noix. Programmer **28 mn / 90° / vitesse 3**.
- A la fin de la cuisson, ajouter la crème fraîche et l'estragon dans le bol et régler **3 mn / 90° / vitesse 3**.
- Servir aussitôt.

Conseil du sommelier ●●●

Pouilly-Fumé ACC : la dominante iodée du plat fera très bon ménage avec les notes minérales du vin. Son gras, sa souplesse seront soulignés par la texture et la saveur douce des Saint-Jacques.





Charlotte normande

Préparation : 10 mn + Thermomix : 13 mn + Cuisson au four : 35 mn

300 g environ de pain de mie
tranché légèrement rassis
1 kg de pommes de reinette
100 g de sucre semoule
80 g de beurre
Cannelle (facultatif)
2 c. à soupe d'eau
Feuille aluminium

- Préchauffer le four à 210° (th. 7).
- Peler les pommes, retirer le cœur, les couper en morceaux, et les mettre dans le bol avec 2 c. à soupe d'eau. Régler **12 mn / 90° / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, retirer la croûte du pain de mie et tailler 100 g des tranches en triangles. Beurrer toutes les tranches de pain sur une face. Beurrer grassement un moule à charlotte.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter le sucre et la cannelle et mixer **10 sec / vitesse 3**.
- Garnir le fond du moule avec des triangles de pain de mie, côté beurré vers le fond, en les faisant se chevaucher légèrement.
- Garnir les parois du moule avec les autres tranches de pain de mie de la même façon, verser la compote de pommes et recouvrir avec le reste des triangles de pain de mie.
- Cuire au four 35 mn à 210° (th. 7) en déposant une feuille d'aluminium sur le moule après 10 mn de cuisson. Le pain doit être bien doré. Sortir le moule du four et laisser refroidir complètement la charlotte avant de la démouler.

Conseil Thermomix

Accompagnez d'une crème anglaise ou d'un sorbet à la pomme verte.

Porc du verger normand

Préparation : 25 mn + Marinade : 2 h + Thermomix : 27 mn

600 g de filet mignon de porc
1 bouteille de cidre brut
1 c. à soupe de moutarde
1 oignon
4 pincées de sauge séchée
1 noix de beurre
4 pommes (Reinette, Boskoop ou Melrose)
jus d'un citron
2 c. à soupe de Calvados
2 c. à soupe de Maïzena
Gros sel et poivre

- Faire mariner le filet mignon entier à l'avance (2 heures minimum) au réfrigérateur : mélanger dans un saladier le cidre, 1 c. à soupe de Calvados, la sauge, le poivre, l'oignon émincé dans le bol la moutarde et ajouter le filet mignon.
- A la fin du temps de marinade, ôter les trognons des pommes et couper les pommes en gros morceaux.
- Mettre les pommes coupées, 100 g de marinade, le jus de citron, 1 c. à café rase de gros sel, 1 c. à soupe de Calvados et 2 pincées de poivre dans le bol et régler **8 mn / 90° / vitesse 2**.
- Pendant ce temps, couper le filet mignon en 8 morceaux et le faire dorer légèrement à la poêle avec la noix de beurre.
- A l'arrêt de la minuterie, égoutter les pommes du bol à l'aide du panier de cuisson en récupérant le jus. Garder les pommes au chaud.
- Verser dans le bol le jus de pommes, toute la marinade et 1 pincée de gros sel. Mettre les morceaux de porc sautés dans le panier de cuisson.
- Régler **15 mn / 100° / vitesse 4**. Prolonger éventuellement la cuisson selon l'épaisseur des morceaux.
- A l'arrêt de la minuterie, garder les tranches de filet mignon dans le plat de service au chaud avec les pommes.
- Garder environ 1/2 jus de citron de marinade dans le bol, ajouter la Maïzena et régler **4 mn / 80° / vitesse 2**.
- Napper le plat de sauce et servir aussitôt.

Pays de Loire



Pays de la douceur et du calme, on y trouve aussi les bords de Loire considérés comme le « jardin de la France ». Un jardin de douceur et d'équilibre, qui propose en abondance légumes délicats et fruits savoureux. A l'embouchure de la Loire, les marais salants de Guérande fournissent différents sels, dont la « fleur de sel ». A Nantes, le sucre des Antilles a donné berlingots multicolores et Petit Beurre.

Confiture d'oignons rouges

Préparation : 5 mn + Thermomix : 1 h

750 g d'oignons rouges
50 g de sucre glace
60 g de beurre
3 petites branches de romarin
4 feuilles de laurier
200 g de vin rouge
1 c. à café de vinaigre balsamique
2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge
Sel fin
Poivre noir en grains au moulin

- Mettre le sucre et le beurre coupé en morceaux dans le bol et programmer **5 mn / 100° / vitesse 2**.
- Eplucher les oignons, les couper en deux et les ajouter dans le bol. Mixer **10 sec / vitesse 5** en aidant avec la spatule.
- Ajouter tous les ingrédients restants (le romarin avec les branches) et laisser mijoter **55 mn / 90° / σ** en ôtant le gobelet.
- Enlever les feuilles de laurier et les branches de romarin.

Conseil Thermomix

Cette confiture d'oignons rouges peut être consommée froide ou chaude, en accompagnement de diverses terrines, poissons, viandes et foie gras.



Escalope de saumon de Loire au Pouilly fumé

Préparation : 10 mn + Thermomix : 24 mn

4 filets de saumon de Loire (environ 700 g)
30 g de beurre
4 échalotes
400 g de champignons de Paris
300 g de crème fraîche épaisse
300 g de Pouilly fumé
1 citron
Sel
Poivre

- Mettre les échalotes dans le bol et mixer **8 sec / vitesse 6**. Ajouter le beurre et régler **3 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter les champignons émincés et le Pouilly fumé et mixer **5 sec / vitesse 3**.
- Mettre les filets de saumon dans le Varoma et sur le plateau à vapeur et régler **20 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Réserver le poisson au chaud.
- Passer le bouillon du bol à l'aide du panier de cuisson, conserver les champignons et verser à nouveau le bouillon dans le bol.
- Ajouter la crème fraîche dans le bol, saler, poivrer et mixer **10 sec / vitesse 8**.
- Dresser les filets de saumon sur les assiettes avec les champignons, napper de sauce et décorer de citron cannelé. Servir avec du riz.

Conseil Thermomix

Vous pouvez remplacer le saumon de Loire, qui est délicieux mais assez cher par un saumon pêché en mer.



Picardie



Sérénité des paysages, composés d'immenses champs ouverts, de grandes plages du Nord au ciel bleu cendré, de jardins potagers entourés de canaux, sans oublier la célèbre baie de Somme. On y déguste soupes, fricassées, pâtés de canard, anguilles, moutons des pré-salés, et desserts à base de rhubarbe ou des fruits rouges de Noyon.



Ficelles picardes

Préparation : 5 mn + Thermomix : 11 mn + Attente : 1 h + Cuisson four/poêle : 25 mn

Pour 4 personnes

Pâte à crêpes :

250 g de farine
2 œufs
300 g de lait
200 g de bière blonde
1 c. à soupe d'huile
1/2 c. à café de sel

Garniture :

2 échalotes
20 g de beurre
400 g de champignons de Paris
4 tranches de jambon
1 c. à soupe de jus de citron
1 pincée de sel
Poivre
100 g de gruyère

Pour la sauce béchamel

60 g de farine
40 g de beurre
500 g de lait
1/2 c. à café de sel
Poivre
1 pincée de noix de muscade

- Couper le gruyère en morceaux et mixer **8 sec / vitesse 7**. Réserver dans un bol.
- Mettre tous les ingrédients pour les crêpes dans le bol et mixer **20 sec / vitesse 6**.
- Laisser reposer la pâte 1 heure. Préparer des crêpes fines (compter 2 crêpes par personne).
- Mettre les échalotes dans le bol, mixer **5 sec / vitesse 8**. Ajouter le beurre et programmer **2 mn / 90° / vitesse 4**.
- Ajouter ensuite les champignons, le jambon en morceaux, 80 g de gruyère râpé, le citron, le sel et le poivre et mixer **10 sec / vitesse 4**. Réserver.
- Préchauffer le four à 210° (Th. 7).
- Introduire tous les ingrédients de la sauce béchamel dans le bol. Régler **8 mn / 90° / vitesse 4**. Ajouter le mélange champignons, jambon, gruyère et mélanger **10 sec / vitesse 3**.
- Garnir chaque crêpe de la préparation, les rouler et les mettre dans un plat à gratin. Saupoudrer de gruyère râpé restant et faire gratiner 10 mn à 210° (Th. 7).





Flamiche picarde

Préparation : 10 mn + Thermomix : 7 mn + Cuisson au four : 40 mn

110 g de beurre
1 noisette beurre
150 g de farine
2 poireaux (petite taille)
200 g de crème fraîche
110 g de lardons ou saumon fumé, coupé en dés
2 œufs
1 jaune d'œuf
1 c. à café de sel
1 pincée de poivre
Eau

- Préchauffer le four à 200° (th. 6-7).
- Pour préparer la pâte brisée, mettre 80 g de beurre en morceaux, 150 g de farine, 50 g d'eau et 1/2 c. à café de sel dans le bol. Programmer **30 sec / V⁸**. Sortir la pâte du bol.
- Laver les poireaux. Faire tourner le Thermomix à **vitesse 5**, jeter les poireaux sur les couteaux par l'orifice du couvercle et arrêter au bout de **9 sec**.
- Ajouter 30 g de beurre et régler **6 mn / 100° / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, étaler la pâte et la disposer sur une tourtière beurrée. A l'arrêt de la minuterie, vider le contenu du bol sur la pâte. Y ajouter les dés de lardons ou de saumon.
- Ne pas rincer le bol. Y mettre la crème fraîche, les 2 œufs, 1/2 c. à café de sel et le poivre et mixer **10 sec / vitesse 5**. Verser sur la tarte.
- Avec un pinceau, passer un jaune d'œuf délayé avec une 1/2 c. à soupe d'eau, sur le bord de la tarte.
- Cuire au four à 200° (th. 7) pendant 40 mn.



Gâteau battu

Préparation : 5 mn + Thermomix : 5 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 25 mn

Pour 6 personnes

15 g de levure de boulanger
30 g de lait
100 g de sucre
100 g de beurre doux
1 noisette de beurre pour le moule
50 g de beurre demi-sel
250 g de farine
1 œuf
5 jaunes d'œufs
2 c. à soupe de kirsch ou de Calvados

- Mettre dans le bol la levure et le lait, et régler **1 mn 30 / 37° / vitesse 4**.
- Ajouter la farine, le beurre doux et le beurre demi-sel ramollis, le kirsch, le sucre et tous les œufs et pétrir **3mn / fonction épi. V⁸**
- Beurrer un moule à brioche et y verser la pâte à l'aide de la spatule.
- Recouvrir le moule d'un linge et laisser lever dans un endroit tiède pendant 1 heure (la pâte doit atteindre les bords du moule).
- 1/4 d'heure avant la fin du temps de repos, préchauffer le four à 200° (th. 6-7).
- Cuire au four 25 mn à 200°
- Démouler et laisser refroidir.

Conseil Thermomix

Cette spécialité picarde se déguste au petit déjeuner ou au goûter avec de la confiture.

Poitou Charentes



Les marais poitevins structurent le paysage, avec leurs ruisseaux et leurs pâturages d'un vert frais et tonique. La région est connue pour ses moutons, huîtres du bassin de Marenne-Oléron, moules, fromages de chèvre et Pineau des Charentes. Pour cuisiner tous ces produits, la région produit un beurre, bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée, qui soutient la comparaison avec les meilleurs crus normands.

Pommes de terre Bonnottes farcies aux escargots

Préparation : 5 mn + Thermomix : 32 mn + Cuisson au four : 1 mn

20 pommes de terre bonnottes bien rondes de l'île de Noirmoutiers ou des rattes de l'île de Ré (à défaut des petites pommes de terre pour cuisson vapeur)
30 beaux escargots petits gris cuits au court bouillon et sans les coquilles
50 g de beurre demi sel
4 gousses d'ail
2 échalotes grises
1/2 bouquet de persil plat
2 brins de thym
80 g de poudre de noisettes
fleur de sel de Noirmoutiers
poivre noir en grains au moulin
800 g d'eau

- Mettre les pommes de terre avec leur peau dans le Varoma et parsemer d'une noix de beurre et du thym.
- Mettre 800 g d'eau dans le bol, poser le Varoma sur le bol et régler **25 à 30 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, vider le bol et réserver les pommes de terre dans un plat à gratin.
- Mettre les gousses d'ail, les échalotes et le persil dans le bol essuyé et mixer **10 sec / vitesse 8**.
- Ajouter le beurre et régler **4 mn / 80° / vitesse 1**.
- Ajouter les escargots, le sel et le poivre et régler **1 mn / 80° / vitesse 3**.
- Retirer un chapeau sur les pommes de terre, les creuser légèrement et les farcir avec les escargots persillés.
- Saupoudrer de poudre de noisettes et passer 1 mn sous le grill du four.
- Accompagner d'une salade verte.

Broyé du Poitou

Préparation : 5 mn + Thermomix : 2 mn + Cuisson au four : 25 mn

300 g de farine
150 g de beurre
+ 1 noisette pour beurrer le moule
150 g de sucre semoule
1 œuf + 1 jaune d'œuf
1 c. à soupe de rhum
1 pincée de sel

- Préchauffer le four à 200° (th. 6-7).
- Mettre dans le bol, le sucre, le sel, un œuf entier et le beurre en petits morceaux. Régler **30 sec / vitesse 6**.
- Ajouter la farine et mixer **1 mn 30 / vitesse 6** en ajoutant le rhum au bout de 30 sec.
- Mettre la pâte (qui doit être assez molle mais qui ne doit pas coller aux doigts) dans un moule à tarte beurré d'environ 26 cm de diamètre.
- Lisser la surface et la badigeonner avec le jaune d'œuf. Dessiner des croisillons sur le gâteau et cuire au four 25 mn à 200° (th. 6-7).
- Surveiller la cuisson et laisser refroidir avant de démouler car ce gâteau est très friable.

Conseil Thermomix

Servez avec une crème anglaise

Mouclade

Préparation : 30 mn + Thermomix : 24 mn

1,5 kg de moules de bouchot
4 gousses d'ail
80 g de beurre
5 brins de persil
4 pincées de curry
1 dosette de safran
100 g de crème fraîche
20 g de Maïzena
Sel et poivre
800 g d'eau

- Mettre dans le bol l'ail et les feuilles de persil et mixer **8 sec / vitesse 6**. Ajouter 800 g d'eau, le beurre, le curry, le safran, le sel et le poivre. Mettre les moules lavées et grattées dans le Varoma. Faire cuire les moules **20 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Garder 1/2 l d'eau de cuisson dans le bol, ajouter la crème fraîche, et la Maïzena, mixer **10 sec / vitesse 6** puis régler **3 mn / 100° / vitesse 1**.
- Pendant ce temps retirer une des deux coquilles de chaque moule. Garder les coquilles contenant la moule dans le Varoma pour les tenir au chaud.
- Répartir les moules sur 4 assiettes creuses et ajouter la soupe.





Provence Alpes Cote d'Azur



La Provence vous envahit par sa musicalité (le chant des cigales, le bruit des feuilles d'oliviers sous le mistral, l'accent de ses habitants) et par ses arômes : les réputées herbes de Provence, les champs de lavande à perte de vue. Sa cuisine nous séduit par la couleur vive des légumes du Sud (poivrons aux couleurs chaudes, aubergines, tomates, ...) et par ses plats à base d'huile d'olive.



Couscous de crevettes et sa bisque

Préparation : 30 mn + Thermomix : 24 mn

1 kg de grosses crevettes entières
1 gros oignon
4 à 5 gousses d'ail
Piment (frais ou en poudre)
Persil
50 g de fenouil frais ou 1 pincée de fenouil ou
Anis déshydraté
1 feuille de laurier
20 g de concentré de tomates
50 g d'huile d'olive
1 dose de safran
350 g de graines de couscous
Beurre ou huile d'olive
250 g de crème fraîche épaisse,
Sel et poivre
Eau

- Mettre dans le bol l'oignon coupé en deux, l'ail, le fenouil, le persil non humide et le laurier et mixer **8 sec / vitesse 5**.
- Ajouter le concentré de tomates, le piment, l'huile, le sel et le poivre et régler **5 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Pendant ce temps décortiquer les crevettes en réservant les têtes et la moitié des carapaces de côté.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter les têtes et les carapaces et mixer **30 sec / vitesse 5** en augmentant progressivement à **vitesse 10**.
- Racler les parois du bol à l'aide de la spatule et ajouter 700 g d'eau. Mettre les crevettes dans le Varoma, le poser sur le bol et régler **8 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, mouiller la graine de couscous avec 4 gobelets d'eau chaude. Ajouter le beurre ou l'huile, saler, poivrer et mélanger. Laisser gonfler.
- A l'arrêt de la minuterie, mettre les crevettes sur le plateau du Varoma et étaler la semoule égrainée dans le Varoma.
- Remettre le Varoma sur le bol et programmer **8 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Ajouter dans le bol le safran, la crème fraîche et 100 g d'eau et mixer **2 mn / 90° / vitesse 10**.
- Filtrer la bisque à l'aide d'un chinois et servir à l'assiette le couscous et les crevettes en les arrosant de bisque.

Conseil Thermomix

Vous pouvez garder les queues des crevettes pour une jolie présentation.

Conseil du sommelier ●●●

Tavel AOC : un rosé de bonne puissance pour garder ses caractéristiques aromatiques, et dont la structure se fondra parfaitement dans la semoule et dans la chair ferme des gambas.



Fougasse

Préparation : 20mn + Thermomix : 4 mn + Attente : 1 h 30 + Cuisson au four : 20 mn

10 g de levure de boulanger fraîche
300 g de lait
250 g de farine complète
250 g de farine blanche
75 g d'eau
40 g d'huile d'olive
1/2 c. à café de sel
70 g d'olives noires dénoyautées
70 g d'olives vertes dénoyautées
100 g de lardons
1 c. à café d'huile d'olive
Papier sulfurisé

- Mettre la levure émiettée dans le bol avec le lait et régler **1 mn 30 / 37° / vitesse 3**.
- À l'arrêt de la minuterie, ajouter la farine, l'eau, l'huile d'olive, le sel, les olives et les lardons et mixer **2 mn 30 / vitesse 3** afin d'obtenir une pâte souple et élastique.
- La retirer du bol et la mettre dans une terrine en la roulant en boule. La recouvrir d'un linge et la mettre à lever pendant 1 heure dans un endroit assez chaud, à l'abri des courants d'air. On peut la placer, par exemple, dans le four entrouvert et allumé sur position 1.
- La pâte doit avoir doublé de volume. La retravailler à la main quelques minutes jusqu'à ce qu'elle retrouve son volume initial.
- L'étaler avec un rouleau ou le plat de la main en une galette en forme de cœur de 1.5 cm d'épaisseur. La poser sur une plaque recouverte de papier sulfurisé. La badigeonner d'huile d'olive avec un pinceau alimentaire, faire des entailles en enlevant un peu de pâte pour former un vide et humidifier légèrement la surface.
- Préchauffer le four à 230° (th. 7/8).
- Laisser la pâte lever à nouveau (et doubler de volume) à température ambiante, cette fois pendant 20 mn environ.
- Cuire au four environ 20 mn à 230° (th. 7/8).

Conseil Thermomix

La fougasse est une spécialité provençale que vous pourrez servir en apéritif ou en guise de pain à table ou pour vos pique-niques. Variez les garnitures (tomates séchées, anchois, fromage...).



Tapenade

Préparation : 3 mn + Thermomix : 2 mn

200 g d'olives noires dénoyautées
100 g de câpres
100 g de filet d'anchois (semi-conserve)
10 c. à soupe d'huile d'olive
1 gousse d'ail
2 pincées de thym
1 c. à soupe de Cognac
Jus d'1/2 citron
1 pincée de poivre

- Rincer les anchois à l'eau claire pour enlever l'excès de sel.
- Mettre la gousse d'ail pelée dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 7**.
- Ajouter tous les autres ingrédients sauf l'huile et le Cognac, et mixer **2 mn / vitesse 4**. A la deuxième minute, ajouter l'huile d'olive en filet et le Cognac par l'orifice du couvercle.
- Goûter et assaisonner selon préférence.
- Servir sur des tranches de pain grillé.

Conseil Thermomix

La tapenade doit son nom au mot provençal "tapéno" qui signifie câpre.





Marmite du pêcheur

Préparation : 10 mn + Thermomix : 37 mn

300 g de crevettes entières non décortiquées
4 filets de poissons blancs (cabillaud par exemple)
1 l de moules fraîches
70 g de concentré de tomates
40 g d'huile d'olive
1 oignon
4 gousses d'ail
20 g de sel
Poivre
Aromates : thym, fenouil, persil, laurier
1 dose de safran
Eau

- Nettoyer les moules.
- Mettre l'oignon coupé en deux et l'ail dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 7**.
- Racler les parois du bol, ajouter l'huile d'olive, le sel, le concentré de tomates, une pincée de poivre et les aromates et régler **4 mn / 100° / vitesse 1**.
- À l'arrêt de la minuterie, déposer les filets de poissons dans le Varoma légèrement huilé et les moules sur le plateau vapeur.
- Ajouter les crevettes entières non décortiquées dans le bol avec 400 g d'eau et le safran.
- Poser le Varoma sur le bol et régler **30 mn / Varoma / vitesse 1**.
- À l'arrêt de la minuterie, réserver les moules et les filets de poissons coupés en 3 dans une soupière tenue au chaud.
- Mixer **1 mn / vitesse 6** puis **1 mn / vitesse 10**.
- Ajouter un complément d'eau jusqu'au repère de 1 l et mixer **30 sec / vitesse 10** en maintenant le gobelet sur le couvercle.
- Filtrer à l'aide du panier de cuisson puis d'un chinois, verser la bisque obtenue sur les moules (garder le surplus éventuel pour une autre utilisation) et disposer le poisson par-dessus.
- Servir dans des assiettes à soupe.

Conseil Thermomix

Accompagnez d'un bon vin blanc.

Pour un plat complet, mettez des pommes de terre épluchées et coupées en petits morceaux dans le panier de cuisson et insérez ce dernier dans le bol en même temps que le Varoma.

Rhône Alpes




La région est fraîche et naturelle, avec les lacs de Savoie et les nombreux parcs naturels (dont ceux de la Vanoise et des Ecrins). La gastronomie est tellement présente qu'on a appelé Lyon la capitale française du goût. On y savoure quenelles, poissons (brochets, perches, carpes royales), rosette de Lyon, arrosés de Beaujolais. Montélimar apporte sa contribution avec les célèbres nougats. Simple et nourrissante, la cuisine de la Savoie est naturellement dominée par le beurre, la crème fraîche, le lait et les fromages.



Fondue forestière aux quatre fromages

Préparation : 5 mn + Thermomix : 11 mn

250 g de beaufort
250 g d'emmental
250 g de tomme d'abondance
250 g de comté
30 g de cèpes secs
1 gousse d'ail
50 g de Kirsch
200 g de vin blanc de Savoie
1 pain de campagne
Poivre

- Faire tremper les cèpes 1 heure à l'avance dans de l'eau tiède.
- Couper les fromages en morceaux et les mixer par petites quantités pendant **35 sec** en augmentant progressivement la **vitesse de 4 à 8**.
- Ajouter le vin, le Kirsch, et le poivre et mixer **5 sec / vitesse 8**.
- Ajouter les cèpes égouttés et régler **10 mn / 90° / vitesse 2**.
- A l'arrêt de la minuterie, **mixer 10 sec /**  **/ vitesse 3**.
- Frotter un caquelon à fondue de la gousse d'ail et y verser la préparation. Placer un réchaud au centre de la table et poser le caquelon dessus.
- Tremper le pain de campagne tranché et légèrement grillé dans le fromage.

Saucisson de Lyon à la sauce beaujolaise

Préparation : 15 mn + Thermomix : 34 mn

4 à 6 personnes

1 saucisson de Lyon frais à cuire pour 6 personnes
800 g de pommes de terre moyennes
500 g de vin rouge du Beaujolais
1 oignon
1 c. à soupe Maïzena
20 g de beurre
1 cube de bouillon de volaille ou bœuf
Sel et poivre

Conseil du sommelier ●●●

Chénas AOC : un donant-donnant : la vivacité du vin, ainsi que sa netteté, son côté presque tranchant vont alléger le saucisson, plutôt gras, qui lui, mettra en valeur le fruité du Chénas et l'assouplira (Servir à 15-16°).

- Eplucher l'oignon et le couper en deux. Mettre dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter le beurre et régler **2 mn / 100° / vitesse 2**.
- Ajouter le vin, le bouillon cube, le sel et le poivre. Eplucher les pommes de terre et les couper en 2 ou 4 selon la taille.
- Mettre dans le Varoma le saucisson entier non piqué et les pommes de terre autour. Régler **30 à 35 mn / Varoma / vitesse 2**.
- A l'arrêt de la minuterie, vider le contenu du Varoma dans un plat de service et réserver au chaud.
- Ajouter la Maïzena dans le bol et régler **2 mn / 100° / vitesse 2**.
- Servir la sauce avec le saucisson de Lyon en rondelles et les pommes vapeur.



Terrine bressane

Préparation : 10 mn + Thermomix : 10 sec + Cuisson au four : 2 h 30

250 g d'escalope de poulet
200 g de lardons fumés
150 g de chair à saucisse
200 g de foie de volaille
1 œuf
1 oignon
1 gousse d'ail
1 poignée de persil
1 c. à soupe de Cognac
quelques bardes de lard gras
1 feuille de laurier
1 c. à café de poivre vert ou
1 poignée de pistaches décortiquées
Sel
Poivre

- Préchauffer le four à 150° (th. 5).
- Mettre tous les ingrédients (exceptés le laurier et les bardes de lard) dans le bol et mixer **10 à 20 sec / vitesse 8** (jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène).
- Garnir une terrine des bardes de lard et la remplir de la préparation. Bien tasser et mettre la feuille de laurier dessus. Couvrir la terrine et souder les bords avec un mélange de farine et d'eau.
- Cuire au four au bain-marie environ 2 h 30 à 150° (th. 5).
- Laisser refroidir avant d'ouvrir et démouler.

Conseil Thermomix

Pour un résultat plus raffiné, hachez la moitié du poulet et des foies de volaille et coupez l'autre moitié en fines lamelles. Faites revenir les foies de volaille dans du beurre et flambez-les au Cognac. Ajoutez des cèpes ou des girolles émincés à la préparation.

Conseil du sommelier ●●●

Bourguel AOC : la dominante aromatique fumée et épicée de la terrine s'accordera parfaitement au fruité intense du vin, les tannins s'intégreront à la texture fondante.



Index Alphabétique

A

- Aligot18
- Andouillettes au Vouvray28

B

- Bavaois de mangues37
- Boeuf bourguignon24
- Broyé du Poitou78

C

- Cancoillotte40
- Canistrellis36
- Cannelés16
- Charlotte normande70
- Chaussons aux pommes30
- Choucroute6
- Choux farcis20
- Clafoutis tutti fruti54
- Confiture d'oignons rouges71
- Coquilles Saint-Jacques au coulis de corail ...68
- Couscous de crevettes et sa bisque80
- Cramique (brioche du Nord)64
- Croquants de Cordes62

D

- Daube de canard au Madiran62

E

- Escalope de saumon de Loire au Pouilly fumé .72

F

- Falette Auvergnate19
- Fiadone36
- Ficelles picardes74
- Filet de loup au jus de chasselas52
- Flamiche picarde76
- Flan aux asperges32
- Flaugarde aux poires19
- Foie gras de canard12
- Fondue forestière aux quatre fromages85
- Fouace60
- Fougasse82

G

- Galetous56
- Galettes au sarrasin25
- Galettes de pommes de terre au saumon mariné ..8
- Gâteau limousin53
- Gâteau aux quetsches58
- Gâteau battu76
- Gâteau breton26
- Gâteau champenois31
- Gâteau de ménage42
- Gâteau lorrain58
- Gratin de fruits au sabayon de Champagne ...31
- Gratin francomtois44

L

Lotte à la nîmoise52

M

- Malouinade25
- Mamelade d'abricots à l'orange et aux amandes .50
- Marmite du pêcheur84
- Mouclade78

O

Oeufs en meurette22

P

- Pâté de pommes de terre à la viande53
- Pithiviers45
- Pommes de terre Bonnottes farcies aux escargots ..77
- Porc du verger normand70
- Pruneaux au Porto11

R

- Ropfkuche de Rosheim10
- Rougail aux crevettes38

S

- Saint-Honoré48
- Salade d'huîtres en vinaigrette11
- Sardines à la Corsica34
- Sauce bordelaise14
- Saucisses de Montbéliard à la crème de lentilles 42
- Saucisson de Lyon à la sauce beaujolaise86
- Sauté de veau Marengo46
- Soupe de fraises et melon à la crème de cassis ..24
- Soupe à l'oignon46
- Soupe aux quetsches et glace à la cannelle8

T

- Tapenade84
- Tarte au maroilles66
- Tarte au sucre63
- Tarte flambée10
- Terrine bressane88

W

- Welsh Rarebit63



Recettes rapides



Recettes économiques



Recettes légères



Recettes créatives

Index thématique

Les entrées

Galettes de pommes de terre au saumon mariné	.8
Salade d'huîtres en vinaigrette	.11
Foie gras de canard	.12
Galetous	.56
Flamiche picarde	.76
Pommes de terre Bonnottes farcies aux escargots	.77
Mouclade	.78

Les accompagnements

Sauce bordelaise	.14
Aligot	.18
Confiture d'oignons rouges	.71
Tapenade	.84

Les poissons

Malouinade	.25
Sardines à la Corsica	.34
Rougail aux crevettes	.38
Lotte à la nîmoise	.52
Filet de loup au jus de chasselas	.52
Coquilles Saint-Jacques au coulis de corail	.68
Escalope de saumon de Loire au Pouilly fumé	.72
Couscous de crevettes et sa bisque	.80
Marmite du pêcheur	.84
Soupe à l'oignon	.46

Les viandes

Sauté de veau Marengo	.46
Choucroute	.6
Falette Auvergnate	.19
Bœuf bourguignon	.24
Andouillettes au Vouvray	.28
Daube de canard au Madiran	.62
Porc du verger normand	.70

Les plats quotidiens

Tarte flambée	.10
Choux farcis	.20
Oeufs en meurette	.22
Galettes au sarrasin	.25
Flan aux asperges	.32
Cancoillotte	.40
Saucisses de Montbéliard à la crème de lentilles	.42
Gratin francomtois	.44
Soupe à l'oignon	.46
Pâté de pommes de terre à la viande	.53
Welsh Rarebit	.62
Tarte au maroilles	.66
Ficelles picardes	.74
Fondue forestière aux quatre fromages	.85
Saucisson de Lyon à la sauce beaujolaise	.86
Terrine bressane	.88

Les gâteaux

Gâteau champenois	31
Fiadone	36
Gâteau de ménage	42
Pithiviers	45
Saint-Honoré	48
Gâteau limousin	53
Gâteau lorrain	58
Tarte au sucre	63
Charlotte normande	70
Broyé du Poitou	78

Les desserts

Soupe aux quetsches et glace à la cannelle	8
Ropfkuche de Rosheim	10
Pruneaux au Porto	11
Cannelés	16
Flaugnarde aux poires	19
Soupe de fraises et melon à la crème de cassis	24
Gâteau breton	26
Chaussons aux pommes	30
Gratin de fruits au sabayon de champagne	31
Canistrellis	36
Bavarois de mangues	37
Marmelade d'abricots à l'orange et aux amandes	50
Clafoutis tutti fruti	54
Gâteau aux quetsches	58
Croquants de Cordes	62

Les pains

Fouace	60
Cramique	
Gâteau battu	76
Fougasse	82