

## Préparation des blancs

Pour 6 personnes

300 g farine

3 œufs -

1/4 dl de lait

1/4 dl de crème

15 g de levure Boulangerie

et sel. 50 g beurre ou saumon

en sautant légèrement. laisser 15 min

3 heures - Au moment de l'emploi

ajouter les blancs montés en neige

faire chauffer une noisette de beurre

dans la poêle versez y une petite

louche de pâte afin d'obtenir une

petite crêpe épaisse, laisser dorer

sur une face avant de retourner.

servir avec du beurre de saumon

fumé des œufs de saumon selon

les goûts de la crème fraîche faire

salet et poivre.

Détacher la levure

dans le lait

à peine tiède

du jaser la farine

en farine

incorporer le lait

les farines

et œufs.

Preparer le chou fleur dans un plat a gratin. le couvrir d'une sauce Bechamel a laquelle on ajoute a la 50 grammes de gruyere rapé, saupoudrer de chapelure parsemer de quelques petits morceaux de beurre. et cuire au four environ 1/2 heure.

Beignets de chou fleur.

Prendre des branches de chou fleur les tremper separamment dans une eau a l'ail et les jeter dans une bouillante Sauter bien doré et servir avec du persil fut.

Soufflé au chou fleur

Craser en pure un verre de chou fleur et le mélanger a une sauce Bechamel faire y ajouter 50 gram de gruyere rapé deux jaunes d'oeuf et les blancs d'un oeuf en neige, sale, et cuire dans un plat a soufflé et servir avec une sauce a l'ail.

## Brioche pour cervela

Délayer 15 g de levure de Boulanger avec 3 cuillères à soupe de lait tiède. Battre 3 œufs entiers en les mélangeant avec la levure. Incorporer 250 g de farine. Travailler la pâte 11h en tournant. Bien la travailler. Laisser reposer 12h. Ajouter 110 g de beurre fondu au bain-marie, 2 pinces de sel, 3 morceaux de sucre pillé. Laisser reposer pendant 2 heures. Mettre dans un moule à cake beurré et cuire à feu doux. Ne pas oublier d'insérer la peau au cervelas avant de mettre dans la pâte. Therm au 4 ou 5°

Pâte aux olives. Cuvée 45<sup>m</sup> à 190<sup>e</sup>

4 oeufs

10 cuillères à soupe d'huile

10 cuillères à soupe de vin blanc

250g de farine

1 sachet de levure

150g de jambon

100 à 150g d'olives vertes et noires dénoyautées

2 gros oignons.

1 verre de millet.

500 g. Aubergines.

1 e de curcuma

6 orignons r.

1 c de grains de sésame

3 gousses d'ail.

Sel Persil.

Placer dans l'ordre  
au fond de la  
sauteuse. les oignons

émoussés le millet  
les grains les

Aubergines en rondelles  
& ail presse le sel

Couvrir après avoir  
ajouté 2 verres d'eau.  
et cuire à feu doux  
30 m.

Parsemer de sésame

## Préparation de l'Agar Agar.

I 1 cuillère de poudre d'Agar Agar. 2 verres d'eau.  
Le laisser fondre 5 min dans l'eau avant de le  
porter à ébullition. II Mélanger ensuite à des fruits  
ou des légumes en morceaux ou en Purée

Cuisson du Soja vert 45 à 60 min.  
Laver le soja vert et le faire suer 1 h  
à l'eau salée. Egoutter abondamment d'eau.  
Amener à ébullition et écuma cuire avec les  
aromatiques à feu très doux 1 h en mettant le couvercle.  
Sauce tomate au grain de soja  
Cuire 1 verre de soja vert y délayer de la  
Purée de tomate concentrée. Assaisonné.

## Aspic de tomates cu.

1 c d Agar agar : 1 verre d'eau + 5 tomates  
du sel de l'estragon

Faire tremper quelques min l'Agar Agar dans  
l'eau. et laisser 1 min.  
2 Couper les tomates en quartiers et les passer au  
moulin à légumes pour ôter la peau et les pépins  
Saler et verser cette Purée dans la gelée encore  
tiède. Ajouter 1 Purée de fines herbes dans  
chaque coupe. faire prendre au frais.

Pizza 15 mm à 250g  
1 Purée de tomate 3 bigons du sel  
10 g Herbes aromatiques  
II Délayer la levure dans un peu d'eau tiède avec  
1 cuillère de sucre. Après 5 min elle a du doubler de volume  
Pincor pour la farine au sel et à l'huile. Bien  
malaxer pendant 10 min jusqu'à ce que la pâte  
devienne élastique. laisser gonfler au chaud bien  
couvert 90 min.

Pâte à Pain 350g de farine 20g de levure boulangère  
1 verre d'eau tiède 4 cuillères d'huile d'olive. 1 c a café  
de sel

Pâte à Pain  
350g farine  
20g levure  
10g sucre  
1 c a café sel  
4 cuillères huile d'olive

Champignons, blancs et gris

Prendre des champignons de couleur  
gris. les laver les éplucher, les couper  
en tranches par elles, et les jeter  
dans une casserole sur feu vif  
pendant cinq min, avec un morceau  
de beurre frais, sel, et poivre.

On lève la casserole du feu, laisse  
refroidir, et assaisonne avec un peu  
d'huile, et de vinaigre, ou le lie  
avec de la sauce mayonnaise.  
Pressez sur un serviet et d'art.

et une perdure. et ceuf des hachés  
blanc, et jaune. auquel on ajouti  
un peu de persil haché.

Prendre du Beurre, des champignons  
moyens, gris, et tres blancs, en y jette  
deux cuillerées d'oignons hachés  
finement. A jouter de la sauce  
mayonnaise pour que les champignons  
soient recouverts. Laisse refroidir  
les champignons, et complète avec  
du persil.

## Endives au Millet

1 kg d'endives. 1 ome de Millet. 200g de  
Champignons. du sel du Persil. 1 gousse d'ail  
2 3 d'huile  
Graisser un plat a feu y mettre au fond  
le Millet un peu de sel, les endives crues  
detailles en triangles, et les champignons.  
Saufandra de sel d'ail de persil et arroser  
d'huile. Cuire 1 heure au feu a 220° en  
couvrant soigneusement d'un papier d'Alu ou d'un  
couvercle. Si on l'aime tres moelleux ajouter  
1/2 ome d'eau.

Gnocchis laurier refroidis la  
semoule & prédecouper des losanges.  
Au moment de servir l'assaisonner  
de 2 cuillères de levure et de chapelure  
arrêter d'un filet d'huile d'olive  
rechauffer le four à 220. 20, à 25 m -  
afin que la croute soit colorée  
& gâteau de semoule.

2 œufs de semoule et d'eau 1 pincée  
de sel. 3 cuillères de Purée d'amande  
4 œufs sec. mixer ou 4 cuillères de sucre  
blanc bouillir l'eau. Verser la semoule  
en pluie quelque m de cuisson  
hors du feu ajouter la purée  
d'amande le sel et le sucre  
servir tiède, ou passer refroidir 3 h  
dans un plat à feu d'haute. Prédecouper  
des losanges et passer au grill en  
sautant d'une cuillère de sucre Roux

## Noël Le Chapon

Conseil d'un pro. au Champagne  
qu'elle que soit la volaille démarer  
la cuisson a feu froid, puis monter  
le thermostat au plus haut  $\frac{1}{4}$  heure.

Poursuivre sur une cuisson plus douce  
1h 4<sup>2h</sup> et enfin terminer a nouveau  $\frac{1}{4}$  h  
feu tres chaud pour faire croûtes  
dans le plat tout autour du chapon  
salé et poivré verser 1cm de Champagne  
de facon a l'arroser tres souvent

$\frac{1}{4}$  heure tres

2h tres douc

$\frac{1}{4}$ h tres ch

Noël Le Chapon  
Conseil d'un pro. au Champagne  
qu'elle que soit la volaille  
demarer la cuisson a  
feu froid puis monter  
le thermostat au plus  
haut  $\frac{1}{4}$  heure. Poursuivre  
sur une cuisson plus douce  
1h 4, et enfin terminer a  
nouveau  $\frac{1}{4}$  h feu tres  
chaud pour faire croûtes  
dans le plat tout autour  
du chapon salé et poivré  
verser 1cm de Champagne  
de facon a l'arroser tres souvent

## Pain de légumes.

300 g de Purée de légumes

3 œufs.

200 g fromage blanc

Mélanger..

Faire cuire au bain marie pendant 40 min  
four moyen. 170°

Se servir chaud avec une sauce tomate  
ou froid avec une mayonnaise.

l'eau vive  
1/2 feuille minute  
3 petit suisses  
65 g beurre  
130 g farine sel  
une goutte d'eau si  
nécessaire -

EVA

Pâte à Tarte Simone  
250 g, farine 1 œuf. 6 cuillères à  
soufflet d'huile. 1 cuillère à café de  
levure. sel ou sucre. mettre le tout  
dans un tupperware, ajouter 6 ou  
7 cuillères d'eau bouillante ajouter  
tout jusqu'à ce que ça  
se roule...

1 plat de crudités  
 Potage au légumes,  
 Cereales ou légumes cuits  
 Yaourts, ou fruits secs ou fromage  
 Ne prendre du fromage ou du lait caillé  
 ou de l'œuf qu'à un seul repas.

Cuisson du Pilpil de Riz 10mn + repos  
 Verser le pilpil le verser dans 1 sauteuse  
 Couvrir - avec le double d'eau, porter  
 à ébullition couvert à feu doux 10 mn.  
 Saler. ajouter 1 cuillère d'huile de sésame  
 laisser reposer 5 à 10 mn, servir avec  
 1/2 cuillère de légumes - -

Pilpil de Riz au lait.  
 2 cuillères de pilpil  
 1 litre de lait  
 2 poignées Raisins secs  
 1 zeste de citron  
 ou 1/2 cuillère d'HE citron  
 1 cuillère de miel  
 1 pincée de sel  
 2 poignées d'amandes  
 effilées

Faire le pilpil dans le lait bouillant  
 avec le sel le zeste de citron et les raisins  
 cuire 10 mn ajouter le miel laisser reposer  
 verser la préparation dans 1  
 plat à feu gras, déposer en  
 surface les amandes, saupoudrer  
 d'un peu de sucre et passer  
 au grill pour dorer

Pilpil au fruit  
 le recouvrir d'une bonne couche de fruits frais  
 que surgelés. Saupoudrer d'un zeste de citron et  
 d'un peu de sucre. Cuire 15 mn. Au four à 220°

## Pizza Nicoise

cuire 30' à feu chaud.

Faire une pâte levée avec 250g  
de farine + c.à café de sel. Dilayer  
à part 15g de levure de boulanger  
avec 1 cuillerie à café de sucre  
et 8c.a soupe de lait tiède et  
2 œufs battus. Verser dans la farine  
et faire à la main pendant 5'.

Ajouter 30g de beurre amolli,  
couvrir et un linge et laisser lever  
40' dans un endroit chaud.

Préparer la garniture pelés et vidés  
500g de tomates, coupés en quartiers  
hachés un oignon et du persil de  
façon à obtenir 1 c.a soupe de  
chacun d'eux. Faire frire les tranches  
de tomates dans de l'huile avec persil  
et oignon pendant 2'. Détacher la pâte  
levée rapidement, garnir la  
tranchée. Recouvrir avec les tomates  
suspendre de fromage râpé et faire  
des croquignons avec des filets d'aubergine  
et des olives noires au centre. Faire

Breadchocol (Plat du pain) 4 pers

1/2 L de lait  
200 gr. de pain (de mie) sans croûte  
40 gr. de beurre  
60 gr. de sucre  
1 à 2 œufs  
100 gr. des raisins secs.  
de la cannelle  
mélange de sucre et de cannelle  
15 gr. de beurre.

Bouillir le lait, tremper le pain, mettre le  
beurre, sucre, raisins et un peu de la cannelle,  
mélanger tous. Séparer les œufs (le jaune et  
le blanc) mettre les jaunes, monter les blancs  
et mélanger les avec "la pâte", mettre tous  
dans un plat, couvrir le avec une croûte  
de sucre et de la cannelle, et quelques  
morceaux de beurre. Sejourner au 4.  
environ 3/4 d'heure.

Pour le ...

250g de Louc castes

125g de ...

1 litre de lait chaud

75g de Beurre. 4 trand

de pain de mie 1

bouquet-garni sel Poivre

Faire tremper les pois cassés

2 h dans l'eau froide

Les égoutter et les mettre

dans une cocotte avec

une grande quantité

d'eau sale et poivre

bouquet garni couvert

à feu doux 1 h 30 causer

en l'air de cuisson

égoutter les pois les passer

au tamis, et les mettre

dans une casserole avec

30g de Beurre. verser le lait

chaud. bien mélanger

avec une cuillère à soupe

de farine en ajoutant des

épices dans un plat

chaud et décorer avec

les petits frites

WILLIAM  
PILSON'S

Commodauphane  
2 tasse d'eau

130g. farine  
80g. beurre  
sel et Poivre  
2 œufs.

Bureau de la Ville de Québec

## Quenelles

Un verre et demi de lait, 1 verre  $3/4$  de farine.  
1 grosse noix de beurre, 2 pinces de sel.

Mettre le liquide, le beurre, et le sel, dans la casserole, lorsque c'est à l'ébullition jetez la farine d'un seul coup. Sortir du feu, et tourner vivement in corpore un seul ou deux, tourner toujours afin d'obtenir un mélange très lisse. Laisser refroidir. Ensuite rouler les quenelles, et les jeter dans l'eau bouillante, ensuite assaisonner selon le goût, soit fritt ou avec une sauce, on peut ajouter à la sauce quelques champignons.

## Crêpes Roulées à la viande

Faire revenir la viande et l'oignon haché, sel poivre  
Ail. Paprika + 20 cl d'eau ou bouillon + 15 m. à couvert

Mettre au milieu d'une crêpe + le tout haché +  
1 cuillère de crème fraîche

Mettre dans un plat à gratin nappé d'un  
peu de coulis + gruyère. Mettre au four.

10 minutes à 180°C

## Quenelles

layer la remoule dans le lait froid  
3/4 de lait pour 250 g de semoule.  
porter a ebullition <sup>à 8 m</sup>  
mélanger y 2 jaunes d'œufs. rouler dans  
la farine, et faire cuire dans l'eau  
bouillante, salée. lorsque les quenelles  
montent, à la surface elle sont cuites.

## Quenelles Recette N° Lafond

2 litres de lait, sale et faire  
430 g farine, 80 g Beurre.  
lorsque le lait bout jeter la farine  
d'un coup et attendre que la pâte  
se détache de la casserole. laisser  
refroidir, ajouter 2 œufs entiers  
mélanger. faire pocher les quenelles  
dans l'eau un peu salée assés.  
Passe.

# Tarte au Fromage

Recette de la Cuisine

- 1 Pâte Brisée  
150g farine + 50g Maizena 100g Beurre  
1/2 verre d'eau 1 Pinç de sel.
  - 3 œufs 50g quinquere rafe sel Beurre  
1/2 l de lait 20g de Maizena 2 cuillères à soupe Raisin
- 1 Préparer rapidement 1 pâte Brisée en mélangeant rapidement farine Maizena, sel Beurre en fines et l'eau. Retirer du tour des doigts le moins longtemps possible. Rouler en boule et laisser reposer.
  - 2 Étaler la pâte et garnir un moule à tarte à fond mobile
  - 3 dans une casserole, mélanger la Maizena, et le lait froid, ajouter peu à peu, saler, cuire et placer sur feu doux en remuant Retirer du feu des ébullition.
  - 4 Ajouter le quinquere rafe les jaunes d'œuf un à un, et les blancs battus en neige ferme verser sur le fond de pâte, et faire cuire à feu moyen 30 minutes. servir aussitôt.

## Pouces Virgine

- 1 Dans une casserole à fond épais mélanger le lait le sucre la Maizena porter à ébullition en remuant. Ajouter la crème retirer du feu refroidir, avant de démouler dans un compotier à fond plat.
  - 2 Verser dans un moule à bord lisse, et laisser refroidir, avant de démouler dans un compotier à fond plat.
  - 3 Disposer sur le pudding les 1/2 Pouces bien égouttés en Pots de crème.
  - 3 dans une petite casserole délayer une cuillère de Maizena avec 2 cuillères de sucre. Ajouter le sirop des Pouces faire chauffer en remuant. Ajouter quelques secondes d'ébullition, retirer de feu. Ajouter le kirsch. Verser sur les pouces et servir frais.
- 1/2 l lait, 100g crème fraîche 100g sucre + 1 sachet vanille  
1/2 50g Maizena un Boite 1/2 1/2 Pouces au sirop  
sirop des Pouces 1/5 l enroulé, 1 cuillère à soupe kirsch  
10g Maizena 2 cuillères à soupe de sucre

### Carte pâte levée.

Mettre dans un saladier environ  
250g. de farine avec 1 pincée sel.  
A part dilayer 20g levure de  
boulanger avec 1 c. à café de sucre  
poudre et 8 c. à soupe de lait tiède  
et 1 œuf battu.

Verser cette préparation dans la  
farine et battre à la main pen-  
dant 5'. Ajouter à la pâte 100  
à 125g de beurre amolli mais  
non fondu. (Ajouter farine si la pâte  
est trop molle). Couvrir d'un linge  
et faire lever dans un endroit  
chaud. Retraçailles rapidement  
la pâte levée et garnir avec  
tout ce que vous voulez. Recouvrir  
soit de fruits frais ou au  
sirop (framboises, cerises, prunes etc  
ou de crème vanille etc.)

### Tomates à la Provençale

6 Tomates coupées en 2. chauffez légèrement de l'huile dans 4 poêle et posez les tomates sur le côté coupé. laissez cuire 5 min les retourner. versez sur chacune 1 mélange de chapelure de sel d'ail de Persil. Bouillir

Chapelure 2 biscottes écrasées du sel 1 gousse d'ail du Persil

### Sauce Pomme Avocats

1 cuillère d'huile d'olive 1<sup>er</sup> Presson à froid  
1 cuillère à dessert de fromage blanc  
1 cuillère à café de graines de sésame.

### Tomates à la Provençale (nouvelle Recette)

10 Tomates coupées en 2	} dans un plat à gratin huilé
une dizaine de biscottes	
ou pain complet rassis	} en deux (la moitié coupée
1 petit bouquet de persil	} vers le haut.
2 à 6 gousses d'ail (selon le goût)	} Passez au mixeur les biscottes
100 g d'amandes ou fignon de pain	
2 cuillères à soupe d'huile d'olive	} ou les fignon, l'ail, sel et huile bb
1 bonne pincée de sel	} Saupoudrez largement les
	} demi tomates de chapelure

obtenue. Passez à four chaud 30 à 40 minutes.

Cette chapelure peut se préparer à l'avance en grande quantité et se conserver dans des bocaux de verre au réfrigérateur. très pratique l'étc pour des recettes express.

## Bouchées, Friandes,

Dans du lait bouillant légèrement salé  
jetez en pluie de la semoule. Faites cuire  
jusqu'à épaississement. Vous ajouterez hors du feu  
une œuf, ou 2 œufs suivant quantité, mais  
l'un après l'autre en travaillant bien chaque fois  
votre pâte. Vous poivrez au goût et ajouterez  
les blancs d'œufs en neige ferme. Étendez cette pâte  
sur une assiette et laissez bien refroidir, vous mettez  
au feu vif votre future bouillante et vous plongez dans  
celle-ci des parts de cette pâte que vous roulez dans  
de la chapelure fine, et dans du blanc d'œuf  
légèrement battu.

### Aubergines à la Turque Friandes

Essuyez bien les aubergines, et coupez les sans les  
épousser en rondelles d'un centimètre d'épaisseur. Sur  
un torchon rangez les et parsemez de gros sel. Ensuite  
essuyez les bien afin qu'elle ne contiennent pas d'eau  
et dans l'huile faites les bien dorer sur les deux faces.  
Rangez dans un plat au chaud et envoyez sur la table  
avec la sauce. ci-dessus, servie en saucière.

Saurez au fond de la poêle ou vous avez fait frire  
vos aubergines à peu près une cuillerée de cette même  
huile. Vous aurez haché ail et persil que vous jeterez  
quelques secondes dans l'huile, et vous ajouterez deux  
petites tomates coupées en morceaux très fins. Faites cuire  
le tout deux minutes à feu vif et ajoutez sel poivre  
et une et une cuillerée de vinaigre vous aurez alors  
un hors d'œuvre délicat qui vous mettra en appétit.

### Aubergines à la Turque

Coupez sans les épousser des aubergines en longueur pas plus  
les d'un centimètre d'épaisseur. Faites les dorer en roulez-les  
dans la farine et faites les dorer à l'huile. Dans l'huile restante  
de la poêle, mettez du bœuf ou haché, avec quelques  
oignons, ail et persil et ail hachés et des tomates  
coupées. Vous ferez alors cuire tout cela à feu vif, à peu près  
10 minutes, et vous ajouterez du fromage râpé remué bien  
le tout sales poivrez et dans un plat allant au feu rangez-les.

Et une salade et une  
cuisse

Faire cuire les œufs durs  
les partager en 2 dans le sens de  
la longueur. Pour six œufs 125g  
de champignons bien lavés  
et émincés au beurre pendant 10  
minutes avec sel poivre et  
quelques gouttes de jus de citron  
Retirer les jaunes des œufs durs  
les hacher avec les champignons  
et les faire sauter à cuire dans  
sa sauce Bechamel épaisse. Remplir  
les demi-œufs d'un côté avec  
cette sauce, les ranger dans un  
plat beurré allant au four d'un  
côté sucrer quand la sauce est  
épaissie légèrement.  
On peut aussi de mettre un  
côté au four le tout de Bechamel  
à la sauce à la crème  
à la crème

## 7<sup>m</sup> Soufflé Confiture d'Abricot

Couper les Abricots en Petit morceaux  
Autant de sucre que de fruit  
+ citron par kg  
Tourner de temps en temps,  
Porter à ébullition à gros Bouillon  
étendre le feu.  
Tourner encore dix minutes, feu étendu  
mettre en pot

## Pain de Thau.

1 grosse boîte de Thau au naturel 300g env.

100g de quinquaille rapée  
100g de farine  
3 œufs  
10cl de lait  
10cl d'huile  
1 sachet de levure  
20g de beurre  
Sel + Poivre.

Égoutter et émietter le Thau.

Mettre la farine dans le plat, y casser  
les œufs et bien mélanger.

- Ajouter le lait, ensuite l'huile
- Incorporer la levure, Thau, quinquaille, sel  
et poivre
- Beurrer et fariner un moule
- Cuire 10 min à 200° (feu 5/6)
- Servir froid avec soit un saladier de tomates  
chaud + une salade

Soit une salade et une

## Pavés de riz à l'abricot

Cuisson 1h + 20m au four.

Pour 6 à 8 personnes. 1 l lait, 200g de riz

150g de sucre; vanille; 2 œufs entiers.

Boite abricot au sirop

Faire bouillir dans 2 casseroles différentes

1/2 l d'eau, et le lait vanillé

Laver le riz et le faire cuire deux minutes dans l'eau

bouillante, puis après l'avoir égoutté. Terminer la cuisson

dans le lait casseroles ouverte; maintenir un petit feu

très doux, plus long est le temps de la cuisson (le

riz absorbe tout le lait); meilleur est le résultat

le riz étant bien cuit, retirer du feu pour ajouter le

sucre; et les œufs battus entiers en omelette

verser dans un moule beurré carré ou rectang

manière à ce que le riz est 3cm d'épaisseur

Mettre a four chaud (180°) au Bain marie pendant  
20 minutes, laisser refroidir.

Decouper en 12 caries rectangulaires du moule a l'aide  
d'une spatule metalique, souple et disposer dans  
un plat

Poser sur chaque pavé 1/2 abricot au sirop, napper  
avec le jus de la boîte

## Mousse de foies de volaille -

**Baxter** Pour 4 Personnes:

250g de foies de volaille  
250g de beurre demi-sel  
1 verre de vin blanc sec  
1 verre à liqueur de porto  
sel, poivre -

- Vérifiez les foies, ils doivent être parfaitement sains sans filaments et surtout sans trace de fiel.  
Mettez-les dans une casserole avec le vin, salez, poivez et faites les cuire pendant 7 à 8 min puis égouttez les.
- Détaillez le beurre en morceaux.  
Mettez-les dans le mixer avec les foies et le porto. Arrêtez dès que votre mousse est homogène et crémeuse. Goûtez pour vérifier l'assaisonnement et le rectifier si nécessaire.
- Versez dans une petite terrine et rangez celle-ci dans la partie

la plus froide de votre réfrigérateur  
en attendant l'heure de la dégustation  
sur toasts.

Houssaka

800g. d Aubergines,  
gros sel.

400 a 500g d'épaule de mouton

100g. d oignons,

2 dl d huile d olive

400g. de tomates.

2 godelles d ail

1/2 cuillerie a café d oignon

1 pointe de Cannelle.

2 gobelets de farine

50g. de Beurre.

1/2 l de lait

2 œufs.

100g. de Parmesan

sel et Poivre

A la Houssaka  
j'ai rajouté  
un peu de  
quinoa et  
de cream

I Epluchez les Aubergines, coupez-les en rondelles et étalez celle-ci sur un torchon passé au lave-vaisselle et saupoudrez de gros sel. Couvrez d'aluminium ménager. Laissez dégorger 1h.

II Introduisez dans le bol 1/2 gobelet d huile d oignons, mixez 20 secondes en vitesse 10 puis 5m a 80 vitesses.

III Coupez la viande en morceaux d environ 5cm.

IV Essuyez les rondelles d Aubergine, frottez les d ail et faites les dorer a la poêle dans de l'huile d olive.

III Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez encore dans le bol les tomates, l'ail, l'origan, la cannelle, sel et poivre. Réglez 15 mn à 80 vitesses. Videz le contenu du bol dans un saladier.

IV Faites tourner l'appareil à vitesse 8. Jetez la moitié de la viande sur les cotons, arrêtez l'appareil 1 à 2 secondes après l'introduction du dernier morceau. Joignez au contenu du saladier. Recommencez une seconde fois l'opération avec le reste de viande.

V Dans le bol mettez le reste de farine, le beurre, le lait, sel et poivre. Réglez 6 mn à 100 vitesses.

1. Lorsque la minuterie s'arrête, introduisez les œufs et le fromage et laissez tourner pendant 3 ou 4 secondes, sans chauffer.

VI Huilez un plat à four, disposez une rangée de rondelles d'aubergines en les chevauchant bien. Ajoutez ~~un~~ couche le contenu du saladier bien mélangé; couvrez avec les nappes avec la sauce au fromage. Mettez le reste dans le bol.

Mettez à four moyen pendant 30 mn.

er les

es

1/2 azo  
e far  
a p.