EXPLIQUER DES PLATS

|  |  |
| --- | --- |
| **quiche lorraine** | 1 pâte feuilletée  6 oeufs  6 grosses cuillères de crème fraîche  400 g de lardons fumés  100 g de gruyère rapé  noix de muscade en poudre |
| **la ratatouille** | 3 oignons  2 gousses d'ail  500g de courgettes  500g de poivrons  500g d'aubergines  sel et poivre  2 cuillères d'huile  500g de tomates |
| **la truffade** | - 2 kg de pommes de terre  - 800 g de tome de Cantal fraîche  - 100 g de petits lardons  - 1 oignon émincé  - 2 cuillères à soupe d'huile  - 2 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse  - du sel  - du poivre |
| **le cassoulet** | - 1 kg de haricots blancs dits lingots  - 1 palette de porc frais  - 1 kg de saucisse de Toulouse  - 500 g de conflit d'oie avec sa graisse  - 1 crosse de jambon  - 1 saucisson d'ail  - 1 kg d'épaule de mouton désossée et piquée d'ail  - 400 g de couennes  - 200 g d'oignons  - 100 g de beurre  - 4 tomates pelées  - 3 carottes  - 1 oignon piqué de 4 clous de girofle  - 1 gros bouquet garni  - 1 très bonne cuillère à soupe de farine bien bombée  - 1 cuillère à soupe de concentré de tomates  - thym  - laurier  - chapelure  - sel |

|  |  |
| --- | --- |
| **le clafoutis** | 500 g de cerises noires  125 g de sucre en poudre  80 g de farine  80 g de beurre  4 oeufs  1/4 de litre de lait  1 pincée de sel  1 sachet de sucre vanillé |
| **l'omelette norvégienne** | une génoise (ou une douzaine de biscuits à la cuillère)  3 cuillères à soupe de kirsch   Pour la glace   3/4 de litre de crème anglaise à la vanille (3/4 de litre de lait, 5 jaunes d'oeufs, 85 g de sucre, gousse de vanille)  200 g de crème fraîche  200 g de fruits confits  3 cuillères à soupe de kirsch   Pour la meringue   4 blancs d'oeufs  250 g de sucre en poudre |
| **la fondue savoyarde** | - 200 g de comté  - 200 g de gruyère  - 200 g d'emmenthal  - 4 verres de vin blanc sec  - ½ cuillère à café de paprika  - 1 gousse d'ail  - de la noix de muscade  - 1 cuillère à soupe de fécule de pomme de terre  - 1 verre à liqueur de kirsch  - poivre  - 1 pincée de Cayenne  - une baguette de pain coupée en gros dès. |
| **le coq au vin** | coq : 1.5 kg lard : 100 gr champignons de Paris : 150 gr carottes : 2  ail : 1 gousse petits oignons : 8  persil plat : 15 branches laurier : 1 feuille thym : 1 brin beurre : 50 gr farine : 1 c. à café vin rouge : 75 cl cognac : 2 c. à soupe sel fin  poivre blanc |

|  |  |
| --- | --- |
| **la tarte tatin** | Pour un moule de 26 à 28 cm:  De la pâte brisée  1 kg de pommes à chair ferme légèrement acidulées  60 g de beurre  3 cuillères à soupe de sucre en poudre  30 morceaux de sucre  ½ verre d'eau |
| **Tourte à la dinde** | pâte brisée : 3 rouleaux blancs de dinde : 300 gr chair de cuisse de dinde : 500 gr chou vert : 1  pommes granny smith : 2  vin blanc : 20 cl crème liquide : 10 cl oeuf : 1  huile : 3 c. à soupe beurre : 20 gr sel, poivre |
| **Boeuf Strogonoff** | filets de boeuf : 600 gr échalotes : 2  oignon : 1 demi paprika  sel, poivre  beurre : 60 gr vinaigres : 2 c. à soupe crème fraîche : 200 gr persil |
| **Blanquette de veau à l'ancienne** | épaules de veau : 1.6 kg carotte : 1  blancs de poireaux : 3  oignon : 1 gros ail : 1 gousse échalotes : 3  céleri : 1 brin bouquet garni (persil, thym, laurier) : 1  persil : 1 bouquet citron : 1  champignons de Paris : 400 gr vin blanc sec : 4 c. à soupe jaunes d'oeufs : 3  crème fraîche : 1.5 dl farine : 2 c. à soupe beurre : 70 gr |

|  |  |
| --- | --- |
| **Pot-au-feu** | viande de boeuf grasse : 500 gr viande de boeuf maigre : 500 gr viande de boeuf gélatineuse : 500 gr os à moelle : 1  poireaux : 4  carottes : 4  céleri : 1 branche oignons : 2  ail : 2 gousses bouquet garni (persil, thym, laurier) : 1  clous de girofle : 2  gros sel  poivre en grains |
| **Boulettes d'agneau** | coriandre : 15 feuilles menthe : 10 feuilles oignons : 2  ail : 1 gousse cumin : 1 c. à café gingembre : 1 c. à café piment oiseau : 1  agneau : 600 gr sel : 1 |
| **Poulet basquaise** | poulet fermier coupé en morceaux : 1  tomates : 800 gr poivron vert : 1  poivron rouge : 1  poivron jaune : 1  oignons : 2  ail : 3 gousses huile d'olive : 3 c. à soupe vin blanc : 12.5 cl paprika doux : 1 c. à soupe sel fin, poivre noir du moulin |
| **Fricassée de poulet au miel** | poulet coupé en morceaux : 1  foies de volaille : 3  miel : 100 gr vin blanc sec : 1 bouteille échalotes : 6  ail : 3 gousses vinaigre de vin blanc : 1 c. à soupe beurre : 50 gr sel, poivre |
| **Poule au pot à l'Ebly** | poule non vidée : 1  jambon fumé : 500 gr ebly : 300 gr mie de pain rassis : 250 gr jambon cuit : 200 gr oeufs : 2  persil  estragon  ail : 1 gousse muscade  carottes : 3  poireaux : 2  chou blanc : 1 petit navet : 1 |
| **Tapenade** | olives noires dénoyautées : 100 gr filets d'anchois : 100 gr câpres : 100 gr huile d'olive : 10 cl moutarde : 1/2 c. à café |
| **Bouillabaisse** | Pour la bouillabaisse poissons variés (rascasse, vive, saint-pierre, congre, daurade, merlan, lotte, grondin) : 2.5 kg langouste : 1  oignons : 2  ail : 4 gousses pains : 8 tranches tomates pelées : 4  bouquet garni (persil, thym, laurier) : 1  huile d'olive : 15 cl safran : 1 dose sel, poivre   Pour la rouille huile d'olive : 40 cl jaune d'oeuf : 1  ail : 5 gousses cayenne : 1 pincée safran : 1 pincée |
| **Taboulé** | couscous moyen : 100 gr laitues : 10 feuilles tomates : 4  oignons : 2  huile d'olive : 6 c. à soupe jus de citron : 2  persil plat : 4 c. à soupe menthe fraîche hachée : 2 c. à soupe menthe : 10  sel fin |
| **Omelette au four** | oeufs : 4  lait : 2 tasses pains : 3 tranches oignons : 2  poivron rouge : 1/2  courgette : 1/2  thon à l'huile : 180 gr cheddar : 125 gr tomates : 2  sel, poivre |

|  |  |
| --- | --- |
| **choucroute** | 6 côtes de porc dans l'échine  6 tranches de boeuf, macreuse  2 kg de choucroute crue  2 pommes découpée en dés( fruit )  1 oignon haché  1 gousse d'ail hachée  1 tasse d'eau bouillante  2 cuillères à soupe d'huile  1 cuillère à café d'orge pelé  1 cuillère à café de cumin  1 feuille de laurier  sel  poivre |
| **pounti** | 3 tiges de bettes  150 g de jambon d'York en une tranche  120 g de lard de poitrine demi-sel  300 g de pruneaux moelleux  1 oignon  1 bouquet de persil  5 oeufs  250 g de farine  1/2 litre de lait  25 g de beurre  sel  poivre  sucre  1 bol de thé léger |