

# Les Recettes De La Ferme (4 Saisons)



Tous les graphiques ont été enlevés de l'antique original, à l'exception d'un réduit du couvert et des représentations de changement de saisons, réduisant ainsi le document de 50 mg. Ces images étaient pour la décoration seulement et n'enlève rien au contenu qui fait sensation depuis 25 ans. Le livre original, publié par nous en juin 1985 à été numérisé dans un nouveau format et reconstruit dans une nouvelle graphie et il est beaucoup plus lisible que dans la vieille typographie de ce temps là. Ce travail de recomposition à nécessité de très nombreuses heures et a été stimulé par le désir de fêter le 25 ème anniversaire de ce livre et d'annoncer pour bientôt, l'impression d'une édition spéciale 25 ème anniversaire. Vous pouvez réserver votre copie mais vous serez facturé seulement au moment de la livraison.

## Table des matières

<u>RIZ FRIT À LA CHINOISE.....</u>	<u>15</u>
<u>JAMBON GLACÉ.....</u>	<u>16</u>
<u>PÂTÉ AU POULET.....</u>	<u>17</u>
<u>AILES DE POULET AU PARMESAN.....</u>	<u>18</u>
<u>POULET AU MIEL.....</u>	<u>19</u>
<u>LAPIN EN CASSEROLE.....</u>	<u>20</u>
<u>CÔTELETTES DE PORC ET ANANAS.....</u>	<u>21</u>
<u>SAUCE : .....</u>	<u>21</u>
<u>SPARERIBS EN SAUCE SUR RIZ .....</u>	<u>22</u>
<u>FILETS DE POISSON AU FOUR .....</u>	<u>23</u>
<u>TREMPETTE CRÉMEUSE aux palourdes .....</u>	<u>24</u>
<u>QUICHE D'ASPERGES .....</u>	<u>25</u>
<u>ASPERGES À LA CHINOISE.....</u>	<u>26</u>
<u>ASPERGES À LA POLONAISE .....</u>	<u>27</u>
<u>MUFFINS AUX ASPERGES .....</u>	<u>28</u>
<u>CAROTTES au beurre d'orange et panais.....</u>	<u>29</u>
<u>CAROTTES et fèves au gratin .....</u>	<u>30</u>
<u>CAROTTES EN RONDELLES CUITES .....</u>	<u>31</u>
<u>CASSEROLE DE PATATES (SUCRÉES ÉPICÉES).....</u>	<u>32</u>
<u>PATATES ACCORDÉONS RÔTIES .....</u>	<u>33</u>
<u>PATATES AU NID D'OEUF.....</u>	<u>34</u>
<u>POMMES DE TERRE BRUNIES AU BEURRE .....</u>	<u>35</u>
<u>PANAIS AU BEURRE DE MIEL .....</u>	<u>36</u>
<u>SALADE DE PATATES CHAUDES .....</u>	<u>37</u>
<u>POUDING AU PAIN .....</u>	<u>38</u>

<a href="#">LES MEILLEURS BROWNIES .....</a>	<a href="#">39</a>
<a href="#">PAUSE-CAFÉ À LA CANNELLE.....</a>	<a href="#">40</a>
<a href="#">FONDUE AU BEURRE D'ARACHIDE .....</a>	<a href="#">41</a>
<a href="#">TIRE AU MIEL .....</a>	<a href="#">42</a>
<a href="#">CRÈME PÂTISSIÈRE .....</a>	<a href="#">43</a>
<a href="#">MÉLANGE À POUDING (MAITRE) .....</a>	<a href="#">44</a>
<a href="#">Pour faire du pouding :.....</a>	<a href="#">44</a>
<a href="#">Pouding à la vanille : .....</a>	<a href="#">45</a>
<a href="#">POUDING AU RIZ .....</a>	<a href="#">46</a>
<a href="#">TARTE AUX PRUNES .....</a>	<a href="#">47</a>
<a href="#">Garniture (Streusel) : .....</a>	<a href="#">47</a>
<a href="#">GÂTEAU RENVERSÉ AUX ABRICOTS .....</a>	<a href="#">48</a>
<a href="#">GÂTEAU RENVERSÉ AUX ANANAS .....</a>	<a href="#">49</a>
<a href="#">GÂTEAU ROULÉ.....</a>	<a href="#">50</a>
<a href="#">GÂTEAU AUX BANANES .....</a>	<a href="#">51</a>
<a href="#">GÂTEAU FRAIS AUX PÊCHES .....</a>	<a href="#">52</a>
<a href="#">PAIN DE PÂQUES À LA GRECQUE .....</a>	<a href="#">53</a>
<a href="#">ÉCLAT DU COUCHER DE SOLEIL .....</a>	<a href="#">55</a>
<a href="#">MÉLANGE DE CACAO MAISON.....</a>	<a href="#">56</a>
<a href="#">PAIN DE PÂQUES ANGLAIS .....</a>	<a href="#">57</a>
<a href="#">GLAÇAGE :.....</a>	<a href="#">58</a>
<a href="#">PUNCH INTIME .....</a>	<a href="#">59</a>
<a href="#">MARINADE À LA BIÈRE pour poulet et porc .....</a>	<a href="#">60</a>
<a href="#">MARINADE GRECQUE au citron et basilic.....</a>	<a href="#">61</a>
<a href="#">SAUCE BARBECUE pour poisson.....</a>	<a href="#">62</a>
<a href="#">SAUCE BARBECUE (base) et variation.....</a>	<a href="#">63</a>
<a href="#">Sauce barbecue aux herbes : .....</a>	<a href="#">63</a>
<a href="#">Sauce barbecue curry : .....</a>	<a href="#">63</a>
<a href="#">Sauce barbecue au gingembre et à l'orange : .....</a>	<a href="#">63</a>
<a href="#">Sauce barbecue à la créole : .....</a>	<a href="#">64</a>
<a href="#">Sauce barbecue italienne :.....</a>	<a href="#">64</a>
<a href="#">SAUCE COCKTAIL pour fruits de mer .....</a>	<a href="#">64</a>
<a href="#">SAUCE CRÉOLE .....</a>	<a href="#">65</a>

CRÊPES .....	66
OMELETTE ESPAGNOLE.....	67
OEUFS AU GRATIN.....	68
BRUNCH CASSEROLE .....	69
SALADE AUX ŒUFS.....	70
QUICHE LULU .....	71
SOUPE À LA CRÈME DE TOMATES .....	72
CRÈME D'ASPERGES .....	73
SOUPE AUX PATATES à la crème et fromage suisse	74
TARTE DE CROUTE AU MAIS.....	76
Suite de la page 76.....	77
Croûte de maïs : .....	77
PAIN DE VIANDE DES GOURMETS.....	78
RAGOUT DE PORC .....	79
PORC À L'ÉRABLE SUR LE GRILL .....	80
PORC À LA CHINOISE .....	81
Sauce aigre-douce : .....	81
POULET ET RIZ CUIT .....	82
ENTRÉE AU SAUMON FUMÉ .....	83
CASSEROLE DE THON EN BÂTONNETS.....	84
CASSEROLE SIX ÉTAGES .....	85
CASSEROLE DE BOEUF ET RIZ.....	86
PATATES À L'OIGNON sur le barbecue .....	87
SALADE AUX PATATES assaisonnées à l'aneth.....	88
FÈVES VERTES SUCRÉES ET SURES .....	89
FÈVES À L'ANETH .....	90
SALADE DE FÈVES, FROIDE .....	91
SALADE DE FÈVES À L'ÉTUVÉE .....	92
JARRETS D'AGNEAU AU GRILL .....	93
SALADE AUX PATATES MEXICAINE.....	94
SALADE DE MAIS .....	95
QUICHE AU MAIS.....	96
MAIS EN CRÈTE.....	97

<a href="#">MAIS À L'ÉTUVÉE .....</a>	<a href="#">98</a>
<a href="#">POIS FRITS.....</a>	<a href="#">99</a>
<a href="#">Au four micro-ondes :.....</a>	<a href="#">99</a>
<a href="#">CARRÉS AUX ÉPINARDS à l'italienne.....</a>	<a href="#">100</a>
<a href="#">RIZ CUIT AUX POIS .....</a>	<a href="#">101</a>
<a href="#">POIS FRITS brassés aux champignons .....</a>	<a href="#">102</a>
<a href="#">Au four micro-ondes :.....</a>	<a href="#">102</a>
<a href="#">SALADE AUX TOMATES LIBANAISE .....</a>	<a href="#">103</a>
<a href="#">RATATOUILLE .....</a>	<a href="#">104</a>
<a href="#">SALADE PIZZA DU CHEF .....</a>	<a href="#">105</a>
<a href="#">SALADE DE CRESSON DOUCE &amp; AMÈRE .....</a>	<a href="#">106</a>
<a href="#">SALADE DE LÉGUMES .....</a>	<a href="#">107</a>
<a href="#">CONFITURE DE RHUBARBE POUR TARTE .....</a>	<a href="#">108</a>
<a href="#">BEURRE DE FRAMBOISES .....</a>	<a href="#">109</a>
<a href="#">PAIN À LA RHUBARBE ET AUX NOIX .....</a>	<a href="#">110</a>
<a href="#">CONFITURE ÉPICÉE DE BLEUETS .....</a>	<a href="#">112</a>
<a href="#">TARTE À LA RHUBARBE et crème anglaise .....</a>	<a href="#">113</a>
<a href="#">TARTE CONGELÉE AUX PÊCHES .....</a>	<a href="#">114</a>
<a href="#">Pâtisserie pour faire 8 croûtes à tarte, simple :.....</a>	<a href="#">114</a>
<a href="#">TARTE AUX FRAISES À LA FRANÇAISE .....</a>	<a href="#">115</a>
<a href="#">TARTE À LA CRÈME GLACÉE.....</a>	<a href="#">116</a>
<a href="#">au café et aux abricots.....</a>	<a href="#">116</a>
<a href="#">TARTE CONGELÉE À LA CRÈME AU CITRON.....</a>	<a href="#">117</a>
<a href="#">MOUSSE AUX FRAISES.....</a>	<a href="#">118</a>
<a href="#">ABRICOTS CAMPAGNE .....</a>	<a href="#">119</a>
<a href="#">TARTE AUX FRAMBOISES FRAICHES .....</a>	<a href="#">120</a>
<a href="#">TARTE FRAICHE AUX BLEUETS .....</a>	<a href="#">121</a>
<a href="#">Tarte miniature individuelle :.....</a>	<a href="#">121</a>
<a href="#">DÉLICE AUX BLEUETS. ....</a>	<a href="#">122</a>
<a href="#">CRÈME CONGELÉE AUX FRAMBOISES .....</a>	<a href="#">123</a>
<a href="#">CERISES D'OLIVES .....</a>	<a href="#">124</a>
<a href="#">BISCUITS AUX CERISES .....</a>	<a href="#">125</a>
<a href="#">BANANES DÉLICIEUSES À L'ÉRABLE.....</a>	<a href="#">126</a>

(sur barbecue) .....	126
SORBET DE TANTINE .....	127
CRÈME GLACÉE À LA VANILLE.....	128
Au chocolat :.....	128
Aux fraises :.....	128
Aux noix et bananes :.....	128
(Suite: crème glacée).....	129
Aux pêches :.....	129
Shortcake aux bleuets :.....	129
Marmelades à l'orange :.....	129
Brandy Alexandre :.....	129
Double grappe :.....	129
CROQUE-MONSIEUR.....	130
CANAPÉS aux œufs durs et au thon.....	131
RELISH AU MAIS .....	132
CRÈME RAPIDE DE CRESSONS .....	133
SAUCE AUX TOMATES (gusta bien) .....	134
BEURRE DE CRESSON.....	136
SAUCE CHILI.....	137
VINAIGRETTE LULU .....	138
VINAIGRETTE À L'HUILE.....	139
Vinaigrette aux herbes :.....	139
Vinaigrette au bacon à la crème :.....	139
Vinaigrette italienne :.....	139
Vinaigrette (suite).....	140
Vinaigrette aux fruits :.....	140
Sauce aux fruits de mer, Créole :.....	140
Vinaigrette française :.....	140
Vinaigrette classique :.....	140
Vinaigrette piquante :.....	140
BOEUF BRAISÉ DE GRANDE-MÈRE .....	142
POT-AU-FEU (bouilli) .....	143
SAWERBRATEN SIMPLE.....	144

TOURTIÈRE DU LAC-SAINT-JEAN .....	145
CASSEROLE DE BOEUF ET CHOU .....	146
AUBERGINES FARCIES À LA VIANDE .....	147
AUBERGINES FARCIES .....	148
PIMENTS FARCIS .....	150
PAIN DE VIANDE .....	151
CÔTELETTES DE PORC et sauce B.B.Q. ....	152
COURGE SPAGHETTI avec jambon et noix .....	153
RAGOUT DU KENTUCKY.....	155
POULET KENTUCKY.....	157
POULET AU CIDRE DE POMME.....	158
SHOP SUEY AU PORC OU POULET.....	159
FARCE DE DINDE aux prunes danoises .....	160
FARCE À DINDE aux oignons et à la sauge.....	161
DINDE AU CURRY.....	162
RAGOUT AUX HUITRES.....	163
RAGOUT DU KENTUCKY .....	164
POULET KENTUCKY .....	166
POULET AU CIDRE DE POMME .....	167
FARCE DE DINDE aux prunes danoises .....	168
FARCE À DINDE à l'ancienne aux oignons et à la sauge.....	169
DINDE AU CURRY .....	170
RAGOUT AUX HUITRES.....	171
AUBERGINE ROMARIN.....	172
AUBERGINE AU CURRY ET RIZ.....	173
PÂTE ET BROCOLI.....	174
CASSEROLE DE RIZ ET BROCOLI .....	175
CUISSON DE BROCOLI - FROMAGE.....	176
SOUPE À L'OIGNON, favorite française.....	177
POTAGE CRÈME DE LÉGUMES.....	178
SOUPE AUTOMNALE.....	179
SOUPE AUX TOMATES ET CÉLERI.....	180

<a href="#"><u>CHOU-FLEUR MARINÉ.....</u></a>	<a href="#"><u>181</u></a>
<a href="#"><u>CHOU-FLEUR AUX HERBES.....</u></a>	<a href="#"><u>182</u></a>
<a href="#"><u>CHOU-FLEUR AU FOUR.....</u></a>	<a href="#"><u>183</u></a>
<a href="#"><u>CHOU EN CRÈME, de 5 minutes.....</u></a>	<a href="#"><u>184</u></a>
<a href="#"><u>GARNITURE À SANDWICH AU ZUCCHINI.....</u></a>	<a href="#"><u>185</u></a>
<a href="#"><u>SALADE DE CHOU.....</u></a>	<a href="#"><u>186</u></a>
<a href="#"><u>CHOU ROUGE, aigre-doux .....</u></a>	<a href="#"><u>187</u></a>
<a href="#"><u>CASSEROLE AUX ZUCCHINIS à faibles calories.....</u></a>	<a href="#"><u>188</u></a>
<a href="#"><u>PÂTES DE PATATES aux zucchini.....</u></a>	<a href="#"><u>189</u></a>
<a href="#"><u>POIRES AU CITRON ET AU MIEL.....</u></a>	<a href="#"><u>190</u></a>
<a href="#"><u>CROQUANTS AUX POIRES à la noix de coco.....</u></a>	<a href="#"><u>191</u></a>
<a href="#"><u>TARTE AUX POMMES-PACANES.....</u></a>	<a href="#"><u>192</u></a>
<a href="#"><u>TARTE DORÉE aux pommes et au cheddar.....</u></a>	<a href="#"><u>193</u></a>
<a href="#"><u>TARTE DE POUDING AUX POMMES.....</u></a>	<a href="#"><u>194</u></a>
<a href="#"><u>PAIN AUX POMMES DE FLEURETTE .....</u></a>	<a href="#"><u>195</u></a>
<a href="#"><u>PAIN AU CIDRE ET RAISINS.....</u></a>	<a href="#"><u>196</u></a>
<a href="#"><u>CROUSTADE AU FROMAGE ET AUX POMMES.....</u></a>	<a href="#"><u>197</u></a>
<a href="#"><u>FEUILLETÉ AUX POMMES.....</u></a>	<a href="#"><u>198</u></a>
<a href="#"><u>CROUSTILLES AUX POMMES.....</u></a>	<a href="#"><u>199</u></a>
<a href="#"><u>CARRES AUX POMMES à la crème sure.....</u></a>	<a href="#"><u>200</u></a>
<a href="#"><u>BISCUITS À LA CITROUILLE.....</u></a>	<a href="#"><u>201</u></a>
<a href="#"><u>GRAINES DE CITROUILLE RÔTIES.....</u></a>	<a href="#"><u>202</u></a>
<a href="#"><u>POUDING À LA CITROUILLE.....</u></a>	<a href="#"><u>203</u></a>
<a href="#"><u>BISCUITS AU CITRON ET ZUCCHINI.....</u></a>	<a href="#"><u>204</u></a>
<a href="#"><u>GÂTEAU AUX DATTES.....</u></a>	<a href="#"><u>205</u></a>
<a href="#"><u>MOUTARDE À L'ANETH .....</u></a>	<a href="#"><u>206</u></a>
<a href="#"><u>LE SECRET de sel d'assaisonnement.....</u></a>	<a href="#"><u>207</u></a>
<a href="#"><u>BEURRE DE RAISINS SAUVAGES.....</u></a>	<a href="#"><u>208</u></a>
<a href="#"><u>CONFITURE DE MELON ET D'ABRICOTS.....</u></a>	<a href="#"><u>209</u></a>
<a href="#"><u>PRUNES ET NOIX EN CONSERVE.....</u></a>	<a href="#"><u>210</u></a>
<a href="#"><u>KETCHUP AUX FRUITS .....</u></a>	<a href="#"><u>211</u></a>
<a href="#"><u>KETCHUP AUX CAROTTES.....</u></a>	<a href="#"><u>212</u></a>
<a href="#"><u>BOULES DE FROMAGE AUX ARACHIDES.....</u></a>	<a href="#"><u>213</u></a>

<a href="#">GLAÇAGE DE COURGE EN CRÈME.....</a>	<a href="#">214</a>
<a href="#">COURGE AU BEURRE À L'ORANGE.....</a>	<a href="#">215</a>
<a href="#">BROUILLARD DE CONFETTIS.....</a>	<a href="#">216</a>
<a href="#">BOEUF EN CUBES À LA MEXICAINE (une des meilleures critiques).....</a>	<a href="#">218</a>
<a href="#">HACHIS DE TOMATES .....</a>	<a href="#">219</a>
<a href="#">RAGOUT EN MARMITE SUÉDOISE avec sauce à la crème.....</a>	<a href="#">220</a>
<a href="#">BOEUF À LA BOURGUIGNONNE.....</a>	<a href="#">221</a>
<a href="#">POT-AU-FEU GREC À L'AIL.....</a>	<a href="#">222</a>
<a href="#">POT-AU-FEU DU PACIFIQUE-SUD.....</a>	<a href="#">223</a>
<a href="#">BOEUF EN CUBES ET ROGNONS DE BOEUF.....</a>	<a href="#">225</a>
<a href="#">POT-AU-FEU DE BOEUF AUX CHAMPIGNONS.....</a>	<a href="#">226</a>
<a href="#">PAIN DE VIANDE PIZZA.....</a>	<a href="#">227</a>
<a href="#">BOEUF HACHÉ, vite fait.....</a>	<a href="#">228</a>
<a href="#">PAIN DE VIANDE AU CURRY .....</a>	<a href="#">229</a>
<a href="#">PAIN DE VIANDE aux petits fenouils.....</a>	<a href="#">230</a>
<a href="#">OEUFs AUX SAUCISSES .....</a>	<a href="#">231</a>
<a href="#">POULET BARBECUE cuit au four.....</a>	<a href="#">232</a>
<a href="#">POULET COSMOPOLITE.....</a>	<a href="#">233</a>
<a href="#">CASSEROLE DE RIZ ET D'ÉPINARD.....</a>	<a href="#">234</a>
<a href="#">LASAGNE AUX ÉPINARDS (facile).....</a>	<a href="#">235</a>
<a href="#">SOUPE AUX POIS CASSÉS.....</a>	<a href="#">236</a>
<a href="#">SOUPE CRÉMEUSE, aux légumes d'hiver .....</a>	<a href="#">237</a>
<a href="#">SOUPE AU FÈVE (PRÉSIDENT).....</a>	<a href="#">238</a>
<a href="#">POIS SUCRÉS MARINÉS.....</a>	<a href="#">239</a>
<a href="#">JEAN SAUTÉ.....</a>	<a href="#">240</a>
<a href="#">FÈVES AU LARD cuites toute la nuit.....</a>	<a href="#">241</a>
<a href="#">PANAIs FRITS AU FOUR.....</a>	<a href="#">242</a>
<a href="#">RUMAKI DE SANDY.....</a>	<a href="#">243</a>
<a href="#">CHAMPIGNONS EN CRÈME ET OEUFs.....</a>	<a href="#">244</a>
<a href="#">CHOU ROUGE ET POMMES.....</a>	<a href="#">245</a>
<a href="#">SALADE DE CHOUX (mariné la nuit).....</a>	<a href="#">246</a>

<a href="#">SALADE AUX POMMES DE TERRE SUCRÉES</a>	<a href="#">247</a>
<a href="#">GRANADA DE NOËL</a>	<a href="#">248</a>
<a href="#">BOULES AU BEURRE DE SÉSAME</a>	<a href="#">249</a>
<a href="#">PRALINES AUX PACANES</a>	<a href="#">250</a>
<a href="#">BARRES DE MACARONS AUX AMANDES</a>	<a href="#">251</a>
<a href="#">CROQUANT AUX CERISES</a>	<a href="#">252</a>
<a href="#">GALETTES SABLE ÉCOSSE au gruau</a>	<a href="#">253</a>
<a href="#">MUFFINS AU SON au réfrigérateur</a>	<a href="#">254</a>
<a href="#">GALETTES À MENTHE POIVRÉE</a>	<a href="#">255</a>
<a href="#">POUDING CHÔMEUR</a>	<a href="#">256</a>
<a href="#">TARTE AU SUCRE SANS PÂTE (Blinder)</a>	<a href="#">257</a>
<a href="#">TARTE AUX OEUFS</a>	<a href="#">258</a>
<a href="#">TARTE À LA CRÈME AUX PÊCHES</a>	<a href="#">259</a>
<a href="#">TARTE DIGESTIVE</a>	<a href="#">260</a>
<a href="#">PAIN DU BERGER FRANÇAIS</a>	<a href="#">261</a>
<a href="#">PAIN AU GINGEMBRE</a>	<a href="#">263</a>
<a href="#">PAIN AU BEURRE D'ARACHIDES</a>	<a href="#">264</a>
<a href="#">PAIN AU CITRON ET AUX NOIX</a>	<a href="#">265</a>
<a href="#">PAIN BRUN BOSTON cuit à la vapeur</a>	<a href="#">266</a>
<a href="#">PAIN 3-GRAINS</a>	<a href="#">267</a>
<a href="#">PAIN DANOIS AU SON ET AU SÉSAME</a>	<a href="#">268</a>
<a href="#">SIROP POUR LE RHUME</a>	<a href="#">270</a>
<a href="#">BOL DE BOMBANCE</a>	<a href="#">271</a>
<a href="#">PUNCH DE PARTIE DU NOUVEL AN</a>	<a href="#">272</a>
<a href="#">CRÈME CLACÉE DE NEIGE</a>	<a href="#">273</a>
<a href="#">SUCRE À LA CRÈME (5 minutes)</a>	<a href="#">274</a>
<a href="#">MAÏS SOUFFLÉ AU CAMEL (au four)</a>	<a href="#">275</a>
<a href="#">CAMELS DE Noël</a>	<a href="#">277</a>
<a href="#">CRETONS DE CHEZ-NOUS</a>	<a href="#">279</a>
<a href="#">BOEUF BOURGUIGNON</a>	<a href="#">280</a>
<a href="#">CÔTELETTES DE PORC à la sauce tomate</a>	<a href="#">281</a>
<a href="#">RICHE SOUPE AU BOEUF</a>	<a href="#">282</a>
<a href="#">CHOW MEIN &amp; RIZ</a>	<a href="#">283</a>

<u>CIGARES AU CHOU.....</u>	<u>285</u>
<u>POULET EN SAUCE.....</u>	<u>286</u>
<u>BOULETTES DE VIANDE, en sauce.....</u>	<u>287</u>
<u>BRUNCH CASSEROLE.....</u>	<u>288</u>
<u>POMMES DE TERRE MOUSSELINE.....</u>	<u>289</u>
<u>GÂTEAU AUX CAROTTES.....</u>	<u>290</u>
<u>PÂTE À TARTE AVEC BISCUITS.....</u>	<u>291</u>
<u>GÂTEAU RENVERSÉ.....</u>	<u>292</u>
<u>SUCRE À LA CRÈME AU MIEL.....</u>	<u>293</u>

# Les Recettes de la Ferme

(4 saisons)

Tome I

Tous droits réservés

Droits d'auteur. Copyrights © 2010 jasselin.com  
464 Des Patriotes  
St-Pie Québec Canada J0H 1W0  
Couverture et designs : maison

Dépôt légal:

Bibliothèque nationale du Canada  
Bibliothèque nationale du Québec  
Troisième trimestre 2010

Reproduction interdite sans autorisation de l'éditeur

Les Recettes de la Ferme

(4 saisons)

Tome I

Imprimé au CANADA

Version imprimée ISBN: 978-0-97-83875-3-2

Copie électronique disponible sur l'internet, sur le site  
de : [jasselin.com](http://jasselin.com) [Cliquez ICI](#)

Version numérique, ISBN: 978-0-97-83875-7-0

# Les Recettes de la Ferme

(4 saisons)

## Tome I

La bonne cuisine de la ferme a donné des souvenirs inoubliables aux dégustateurs citadins, mais a surtout contribué à garder une santé de fer à nos travailleurs acharnés de fermiers.

La vie et le travail sur la ferme varient selon les saisons, le menu doit donc changer, pour combler les besoins d'énergie, selon les variances de température et de la disponibilité des produits frais du jardin.

Cette collection de recettes, fournies par des fermières, a été assemblée pour rehausser cette qualité de vie réelle, que vous aimez en travaillant à la ferme.

Ce livre de recettes (4 saisons) inclut plusieurs recettes pratiques, à la portée de tous et rapides à préparer, pour les fruits, légumes, produits laitiers œufs, viandes, etc. Il contient aussi des recettes pour le temps des fêtes, pour les réunions de parents et amis. Vous y retrouverez également, de petites recettes à faire rapidement à la micro-onde.

**Pour compléter votre collection, procurez-vous la suite indispensable de celui-ci: Les Recettes de la Ferme, tome II (Pot au feu). C'est un trésor pour le palais.**

Tome II numérique : ISBN : 978-0-9783875-6-7

# PRINTEMPS



## **RIZ FRIT À LA CHINOISE**

- 2 c. à table d'huile à salade (20 ml)**
- 1/4 tasse de jambon ou poulet (50 ml)**
- 1/3 tasse de champignons tranchés (75 ml))**
- 1 œuf bien battu**
- 4 tasses de riz cuit, froid (1000 ml)**
- 2 c. à table d'échalotes émincées (20 ml)**
- 2 c. à table de sauce soya (20 ml)**

Chauffer l'huile dans un grand poêlon. Ajouter la viande et cuire de 3 à 4 minutes en brassant fréquemment.

Ajouter les champignons, le riz, les échalotes et la sauce soya.

Cuire 10 minutes sur un feu lent en brassant fréquemment.

Casser l'œuf sur le tout et brasser avec une fourchette juste assez longtemps pour cuire l'œuf. Servir sans délai.

Pour un riz aux légumes, on peut remplacer la viande par différents légumes, au goût.

# JAMBON GLACÉ

**5 à 6 lb de jambon**

**2 c. à table de moutarde sèche (25 ml)**

**2 feuilles de laurier**

**1/4 tasse de mélasse (50 ml)**

**20 à 30 clous de girofle**

**1 tasse de jus d'ananas (250 ml)**

**1/4 tasse de miel (50 ml)**

**1/4 tasse de sucre (50 ml)**

**1/4 tasse de cognac (facultatif) (50 ml)**

Mettre le jambon dans une casserole, le couvrir d'eau.

Ajouter la moutarde, le laurier, la mélasse.

Faire mijoter 1 heure.

Retirer le jambon de l'eau. Enlever la peau.

Piquer la viande en forme de croix. Insérer les clous de girofle profondément dans le centre des croix. Déposer dans une lèchefrite.

Arroser du sirop fait avec le jus d'ananas, le miel, le sucre et le cognac.

Rôtir à 350 F (180C) jusqu'à ce que le jambon soit bien doré.

Arroser souvent pendant la cuisson.

## **PÂTÉ AU POULET**

Préparer une recette de pâte :

**2 c table (25 ml) de beurre.**

**2 c table (25 ml) de beurre.**

**1/2tasse (125 ml) d'oignons tranchés**

**1 boîte de crème de champignons (10 onces)**

**1/2 tasse de lait (125 ml)**

**Pincée de marjolaine.**

**2 tasses (500 ml) de poulet cuit en cubes,**

**1tasse (250 ml) de carottes cuites en rondelles.**

**1boîte de 10 onces de pois égouttés**

Dans une poêle, faire fondre le beurre.

Ajouter les oignons et cuire jusqu'à transparence.

Y mêler, crème de champignon et lait. Pincée de marjolaine.

Faire chauffer sans bouillir.

Dans un plat allant au four, d'à peu près 10 X 6 po mettre le poulet cuit en cubes, les carottes et les pois.

Étendre sur le tout, la sauce aux champignons.

Couvrir de la pâte.

Sceller tout le tour du plat, faire quelques incisions au centre.

Cuire au four à 425 F (215C) pendant 25 minutes jusqu'à ce que la pâte soit dorée.

## **AILES DE POULET AU PARMESAN**

**Beurre fondu**

**2 lb d'ailes de poulet (900 g)**

**3/4 tasse de fromage parmesan râpé (170 g)**

**2 c. à table de farine**

**1/2 c. à thé de paprika (3 ml)**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**1/4 tasse de lait (50 ml)**

Couper les ailes de poulet aux joints.

Garder les petits bouts d'ailes pour faire des bouillons de soupe.

Combinaison le fromage, la farine, paprika et sel dans un sac de plastique.

Tremper les ailes dans le lait.

Ajouter quelques morceaux d'ailes à la fois dans le mélange de fromage.

Brasser pour recouvrir les ailes.

Placez-les sur une tôle à biscuits et les arrosés de beurre fondu.

Cuire à 400 degrés F (204C) pendant 35 minutes ou jusqu'à ce que ce soit tendre et légèrement bruni.

Servir chaud, réchauffées à 350 degrés F (170C) pendant 5 à 10 minutes.

Sert 12 personnes.

## **POULET AU MIEL**

**4 poitrines ou cuisses de poulet**

**1/4 tasse de miel (50 ml)**

**1/4 tasse de beurre (50 ml)**

**2 c. à table de sauce soya (25 ml)**

**Sel et poivre**

Placer les morceaux de poulet dans un plat allant au four.

Faire chauffer le miel, le beurre et la sauce soya à feu très doux, simplement pour faire fondre.

Badigeonner chaque morceau de poulet de 3 c. à table de sauce (40 ml).

Mettre le couvercle et cuire 40 minutes à 350 degrés. (170C)

Ensuite, ajouter le reste de la sauce et cuire 30 minutes à 350 degrés, mais cette fois, sans couvercle.

# LAPIN EN CASSEROLE

**3 lb de lapin coupé en morceaux**  
**2 grandes cuillerées de cidre (25 ml)**  
**5 tasses de vin rouge sec (1250 ml)**  
**2 oignons tranchés finement**  
**1 feuille de laurier**  
**1/2 c. thé de thym (2 ml)**  
**1 gousse d'ail hachée finement**  
**2 c. table de persil haché (25 ml)**  
**1/2 c. table de grains de poivre noir (5 ml)**  
**Sel et poivre**  
**3 à 4 c. table de margarine (40 à 60 ml)**  
**3 c. table d'échalotes hachées (40 ml)**  
**2 c. table de farine (25 ml)**

Essuyer les morceaux de lapin avec un linge humide puis avec un linge sec.

Mélanger cidre, vin, oignons, feuille de laurier, thym, ail, persil et grains de poivre.

Mettre les morceaux de lapin et faire mariner 48 heures au réfrigérateur.

Égoutter, saler et poivrer.

Faire revenir de tous les côtés dans la margarine chauffée dans une poêle.

Retirer et mettre les échalotes et la farine dans la même poêle, faire cuire 1 minute en remuant vivement.

Ajouter la marinade et cuire jusqu'à épaississement.

Disposer les morceaux de lapin dans un plat allant au four, nappé avec la sauce, couvrir et cuire 40 minutes environ à 400 F. (200C)

Pour 6 personnes.

# CÔTELETTES DE PORC ET ANANAS

8 côtelettes de porc  
1 gros oignon  
6 cubes d'oxo au bœuf  
3 tasses d'eau bouillante (750 ml)  
6 c. à table de Ketchup (80 ml)  
5 c. à table de cassonade (70 ml)  
1 c. à thé de cannelle (5 ml)  
1 boîte d'ananas en morceaux  
1 feuille de laurier  
3 c. à table de fécule de maïs (40 ml)  
1 1/2 tasse d'eau froide (350 ml)

Faire rôtir les côtelettes et les placer dans un plat allant au four.  
Couper l'oignon en cubes et le mettre (cru) sur les côtelettes.  
Mettre de côté et préparer la sauce.

## SAUCE :

Faire fondre les cubes d'oxo dans les 3 tasses d'eau bouillante.  
Ajouter le Ketchup, cassonade, cannelle, la feuille de laurier puis les ananas en cubes (sans le jus).  
Puis ajouter la fécule de maïs diluée dans 1 1/2 tasse d'eau froide.  
Laisser mijoter la sauce, à feu très doux, environ 15 minutes.  
Verser la sauce sur les côtelettes et cuire, avec un couvercle  
1 heure 1/2 à 325 degrés F (160C)

**NOTE :** Vous pouvez faire cuire du riz blanc dans le jus d'ananas.  
Prendre la même quantité de riz que de jus.

## **SPARERIBS EN SAUCE SUR RIZ**

1 1/2 lb spareribs coupés en côtelettes

Mettre dans un chaudron, ajouter de l'eau à l'égalité et faire bouillir les spareribs jusqu'à ce qu'ils soient tendres.

Égoutter et ajouter :

**2 c. table de cassonade (25 ml)**

**1 c. thé de moutarde sèche (2 ml)**

**1/2 c. thé de poudre Chili (2 ml)**

**1 c. table de sauce Worcestershire (10 ml)**

**Sel et poivre**

**1 1/2 c. table de Ketchup (15 ml)**

**3 c. table de vinaigre (40 ml)**

**1 oignon haché**

**1 boîte de soupe aux tomates (10 on) ou (284 ml)**

Faire cuire 1/2 heure sur feu moyen, doux.

Donne 4 portions.

## FILETS DE POISSON AU FOUR

**2 lb de poisson au choix (900 g)**  
**2 tasses de lait (500 ml)**  
**1/2 c. à thé de sel (2 ml)**  
**1/2 c. à thé de moutarde sèche (2 ml)**  
**1 feuille de laurier**  
**1/4 c. à thé de thym (75 ml) Chapelure**  
**Beurre fondu**  
**Jus de citron**

Mélanger dans un plat de pyrex creux le lait, le sel, la feuille de laurier et le thym.

Couper le poisson en portions individuelles. Faire mariner pendant 2 h dans ce mélange. Retirer le poisson du lait et le rouler dans la chapelure.

Déposer les morceaux dans un plat en pyrex carré.

Arroser le poisson avec du beurre fondu et du jus de citron mélangé en égale quantité. Verser le lait de la marinade dans le plat.

Faire cuire au four à 400 F (200C) pendant 20 à 30 minutes ou jusqu'à ce que le dessus soit doré et crouté.

## TREMPETTE CRÉMEUSE aux palourdes

**8 on de fromage cottage à la crème de (236 ml)**

**3 on de fromage en crème ramollie (88 ml).**

**2 c. à thé de poudre de Raifort préparé (25 ml)**

**1 c. à thé de sauce Worcestershire (5 ml).**

**1 boîte de palourdes égouttées et émincées de 8 on (236 ml).**

**3 à 4 c. à table de crème (45 à 60 ml)**

**Paprika.**

Avec le mélangeur électrique combiner le fromage cottage, fromage ou crème Raifort et sauce Worcestershire jusqu'à homogène.

Brasser en ajoutant les palourdes.

Refroidir juste avant de servir, battre dedans assez de crème pour éclaircir le mélange pour obtenir une trempette.

Garnir de paprika.

Servir avec des « CHIPS » ou des craquelins .

Fait environ 2 tasses (500 ml) .

## QUICHE D'ASPERGES

**1 croûte à tarte de 9 » (23cm) non cuite**  
**1/2 lb d'asperges fraîches coupées (227 g) ou,**  
**18 on. (284g) d'asperges coupées surgelées**  
**1/2 tasse (1) de fromage suisse râpé**  
**6 œufs battus**  
**1 tasse (250 ml) de lait**  
**1/2 tasse (1) de crème sûre**  
**1 c. à table d'oignon émincé (15 ml)**  
**1/2 c. à thé de sel (2 ml)**  
**1 1/4 c. à thé de poivre (1 ml)**

Humecter la croûte à tarte avec un peu d'œufs battus.  
Piquer le fond de la croûte et les côtés à l'aide d'une fourchette.  
Cuire à 425 degrés F (210 C) environ 5 minutes ou jusqu'à ce que la croûte soit dorée.

Refroidir sur une tôle à biscuits.

Réduire la température à 350 degrés F (180 C).

Dans un chaudron couvert, cuire les asperges dans environ 1 po (2.5 cm) d'eau jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes, tendres.

Bien Égoutté.

Disposer les asperges et le fromage dans la croûte.

Battre les œufs avec le reste des ingrédients et verser dans la croûte.

Cuire à 350 degrés F (180 C) de 35 à 40 minutes. Ou jusqu'à ce que le mélange soit pris.

Laisser reposer de 5 à 10 minutes avant de trancher.

Pour 4 à 6 personnes.

# ASPERGES À LA CHINOISE

**36 pointes d'asperges**

**1/4 tasse de beurre (50 ml)**

**3 c. à table de sauce soya (40 ml)**

**Pincée de poivre**

Couper les asperges en diagonale en tranches de 1/4 po (10 mm).

Dans une grande poêle, sauter dans le beurre les asperges jusqu'à ce qu'elles soient tendres, environ 6 minutes.

Environ 2 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter la sauce soya et le poivre.

Pour 4 à 6 personnes.

## **ASPERGES À LA POLONAISE**

**3 lb d'asperges fraîches (1 kilo-360 g) ou,  
2 (PQTS) de 10 oz (284 g) de pointes asperges surgelées.  
2 c. à table d'oignons émincés (25 ml)  
1/2 tasse de beurre (125 ml)  
1 tasse de chapelure de pain (250 ml)  
2 c. à thé de Basilic séché ou d'estragon (10 ml)  
1/3 tasse de jus de citron (75 ml)  
1 c. à thé de sel (5 ml)  
1/2 c. à thé de poivre (2 ml)**

Placer les pointes asperges dans une casserole couverte contenant environ 1/2 po d'eau bouillante (1.2 cm).

Couvrir et laisser mijoter jusqu'à tendre et croustillant, environ 10 min (suivre les directions sur l'emballage lors de l'utilisation asperges surgelées).

Dans une petite poêle, sauter les oignons légèrement dans le beurre.

Ajouter la chapelure, les assaisonnements et brunir légèrement incorporer le jus de citron, le sel et le poivre.

Disposer les asperges égouttées sur une plaque chauffante et garnir du mélange de chapelure.

Pour 6 à 8 personnes.

## MUFFINS AUX ASPERGES

**4 c. à table de beurre (60 ml)**  
**1/3 de tasse de farine (75 ml)**  
**1 c. à thé de sel (5 ml)**  
**1/2 c. à thé de poivre (2 ml)**  
**3 1/2 tasses de lait (875 ml)**  
**6 œufs cuits durs, tranchés**  
**4 muffins anglais, séparés, rôtis & beurrés**  
**32 bouts asperges cuits.**

Dans un chaudron moyen, faire fondre le beurre.  
Ajouter la farine, le sel et le poivre. Incorporer le lait graduellement, en brassant constamment et cuire jusqu'à épaississement.  
Mélanger les œufs et faire chauffer.  
Placer 4 morceaux asperges sur chaque demi-muffin.  
Couvrir de sauce aux œufs crémeuse.  
Servir immédiatement.  
Donne 8 muffins ouverts.  
Pour 4 à 6 personnes.

## **CAROTTES au beurre d'orange et panais**

**3 carottes moyennes, en tranches de 1 po (2,5 cm).**

**3 panais moyens en tranches de 1 po (2,5 cm).**

**2 c. à table. de jus d'orange (25 ml)**

**2 c. à table de miel (25 ml)**

**1 c. à table de beurre (15 ml)**

**1/4 c. à thé de zeste d'orange râpé (1 ml)**

Dans un chaudron moyen, cuire les carottes et les panais dans environ 1 po (2,5 cm) d'eau bouillante jusqu'à ce qu'ils soient presque tendres.

Égoutter et ajouter les autres ingrédients et cuire à feu moyen, en remuant occasionnellement, jusqu'à ce que les légumes soient tendres et glacés.

Pour 4 personnes.

## **CAROTTES et fèves au gratin**

**2 tasses de carottes cuites, tranchées (500 ml)**

**1 tasse de fèves vertes cuites, et coupées (250 ml)**

**1/2 c. thé de sel (3 ml)**

**3 c. table de beurre écrémé (45 ml)**

**1/3 tasse de fromage râpé (75 ml)**

**1 œuf battu**

**1 tasse de lait (250 ml)**

**1 tasse de chapelure (beurre) (250 ml)**

Mélanger tous les ingrédients, sauf la chapelure.

Verser dans une casserole graissée de 1 1/2 pinte (1,70 l).

Placer sur le dessus, la chapelure (beurrée).

Cuire à 350 degrés ; (180C) pendant 25 minutes ou jusqu'à ce que le dessus soit doré.

Donne 6 portions.

## **CAROTTES EN RONDELLES CUITES**

**8 carottes moyennes**

**1 1/2 c. thé de bouillon de poulet ou bœuf (8 ml)**

**2/3 tasse d'eau chaude (150 ml)**

Trancher les carottes en rondelles environ 1/4 de pouce d'épaisseur.

Placer dans un plat allant au four d'une pinte (1,131 L).

Mélanger le bouillon avec l'eau et verser sur les carottes.

Bien couvrir et cuire à 375 degrés (190C) pendant 45 minutes ou jusqu'à ce que les carottes soient tendres.

Donne de 4 à 6 portions.

## **CASSEROLE DE PATATES (SUCRÉES ÉPICÉES)**

**4 lb de pommes de terre sucrées (environ 8 moyennes) (1.81 kg)**

**3/4 tasse de beurre (170 g)**

**1/2 tasse de miel ou sirop d'érable (125 ml)**

**3 c. à table d'eau (40 ml)**

**1 c. à table de tout-épices moulue (15 ml)**

**1 tasse de noix grossièrement coupées (227g)**

Éplucher les patates et cuire à l'eau bouillante couverte jusqu'à presque tendres.

Refroidir, peler et trancher en tranches rondes de 1/4 po d'épaisseur (0.16 cm).

Mettre de côté.

Dans un chaudron moyen, combiner le beurre, le miel, l'eau et le tout-épices. Mélanger 2 c. à table (30 ml) de mélange de beurre avec les noix et mettre de côté.

Déposer la moitié des patates sucrées dans un plat beurré de 13 X 9 po (33 X 23 cm) allant au four.

Mettre à la cuillère 1/3 du mélange de beurre sur les patates.

Couvrir avec le reste des patates.

Remettre le reste du mélange à beurre sur le tout. Cuire, non-couvert à 400 degrés F (200C) pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que ça soit chaud.

Saupoudrer de noix.

Cuire encore 5 minutes.

Pour 10 personnes

# PATATES ACCORDÉONS RÔTIÉS

**6 patates**

**1/4 tasse de beurre ramolli (50 ml)**

**1 c. à thé de basilic (5 ml)**

**1 c. à thé de sel (5 ml)**

**2 c. à table de chapelure sèche**

**1/2 tasse de fromage râpé (125 ml)**

Peler les patates.

Placer une patate à la fois dans une cuillère de bois assez large pour la patate.

Couper celle-ci à tous les 1/8 de pouce (0.32cm) d'intervalle.

La cuillère de bois ronde courbée est pour empêcher de fendre la patate bord en bord.

Placer les patates dans un plat graissé allant au four.

Mélanger le beurre, le basilic et le sel et en badigeonner le dessus des patates.

Cuire à 425 degrés F (215 C) pendant 35 minutes.

Mélanger le fromage et la chapelure et en saupoudrer sur le dessus des patates.

Rôtir 10 minutes de plus, ou jusqu'à ce que les patates soient cuites.

Donne 6 portions.

# PATATES AU NID D'OEUFS

**4 grosses patates**

**4 œufs**

**1 c. à table de beurre Sel et poivre**

**Sel et poivre**

Laver les patates et avec une fourchette, piquer à plusieurs endroits différents sur la patate.

Cuire à 350 degrés P. (180C) de 50 à 60 minutes ou jusqu'à ce que les patates soient cuites.

Découper d'un X sur le dessus des patates.

Presser la fente sur la patate avec une fourchette afin de l'agrandir.

Faites un trou assez grand pour tenir un œuf .

Casser l'œuf et le verser dans le trou.

Étendre un peu de beurre sur le dessus.

Assaisonner de sel et de poivre.

Cuire à 350 degrés F (180C) pendant 15 minutes, ou jusqu'à ce que le blanc de l'œuf soit ferme et que le jaune soit tendre et crémeux.

Servir immédiatement.

Donne 4 portions.

## **POMMES DE TERRE BRUNIES AU BEURRE**

**5 à 6 pommes de terre moyennes**

**3 c. à table de beurre (45 ml)**

**Sel et poivre au goût**

Peler les patates et les couper en quartiers dans le sens de la longueur.

Couper les quartiers en deux par le coin de la longueur.

Dans un four à 425 degrés F (215 C), fondre le beurre dans un plat allant au four de 9 X 9 pouces (23 X 23cm).

Ajouter les patates et retourner afin de couvrir de beurre fondu.

Mettre en une couche les patates.

Cuire à 425 degrés F (215 c pendant 20 à 25 minutes.

Retourner et continuer la cuisson jusqu'à ce que ce soit tendre en dedans et croustillant en dehors, environ 20 minutes de plus.

Assaisonner au goût.

Pour 4 à 6 personnes.

## PANAIS AU BEURRE DE MIEL

**4 à 5 panais moyens**

**2 c. à table de beurre**

**1 c. à table de miel [15 ml]**

**1/8 c. à thé de muscade ou de cannelle [0.5 ml]**

Cuire les panais entiers dans l'eau bouillante salée environ 30 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres.

Égoutter et enlever la pelure.

Couper en lamelles ou en tranches diagonales.

Dans une poêle, faire fondre le beurre.

Ajouter le miel et la muscade.

Ajouter les panais et les faire sauter jusqu'à ce qu'ils soient chauds et glacés.

Pour 4 à 6 personnes.

## SALADE DE PATATES CHAUDES

- 1 tasse de bacon en dés [227 g]
- 1 1/2 tasse de céleri coupé [341 g]
- 1 1/2 tasse d'oignons coupés [341 g]
- 1/4 tasse de farine [57 g]
- 2 tasses d'eau [500 ml]
- 1 tasse de vinaigre [250 ml]
- 1 tasse de sucre [227g]
- 1 c. à table de sel [15 ml]
- 3/4 c. à thé de poivre [4 ml]
- 12 pommes de terre moyennes cuites pelées et en dés ou tranchées
- 3/4 tasse de cornichons au fenouil coupés

Dans une grande casserole, sauter le bacon jusqu'à ce qu'il soit bruni.

Égoutter le gras, mesurer et remettre 1/3 tasse [75 ml] de gras dans la casserole avec le bacon.

Ajouter le céleri et l'oignon et cuire pendant 1 minute.

Ajouter la farine en brassant.

Brasser en ajoutant l'eau, le vinaigre et cuire en brassant constamment, jusqu'à épaississement et ébullition.

Ajouter le sucre, le sel et le poivre.

Mettre les pommes de terre dans une casserole graissée de 5 pintes (5 litres) ou un plat allant au four.

Verser la vinaigrette sur les pommes de terre et mélanger doucement.

Couvrir et cuire à 350 degrés F (180C) pendant 30 minutes ou jusqu'à ce soit chaud.

En brassant, ajouter les petits cornichons au fenouil et servir.

Pour 16 personnes.

## **POUDING AU PAIN**

**8 tranches de pain**

**3 tasses de lait tiède (750 ml)**

**1 c. à thé de beurre (5 ml) Sel**

**3/4 tasse de sucre (225 ml)**

**1 c. à thé de vanille (5 ml)**

**1/2 tasse de raisins**

Briser le pain en morceaux.

Mouiller avec le lait. Ajouter les autres ingrédients.

Mêler parfaitement.

Verser dans un plat beurré et cuire 35 à 40 minutes à 350 F (180C)

## LES MEILLEURS BROWNIES

**1 tasse de beurre (227g)**

**2 tasses de sucre (454g)**

**4 œufs**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

**1/2 tasse de lait**

**1 c. à thé de vanille (5 ml)**

**6 c. à table de farine de cacao (voir plus bas) (90 ml)**

**1 t de gros morceaux de noix ou de raisins (227g)**

Mettre le beurre et le sucre en crème.

Battre les œufs, y ajouter le sel, le lait et la vanille en brassant.

Mettre le cacao au fond d'une tasse à mesurer de 2 tasses (500 ml) et remplir de farine jusqu'à ce que ça contienne 2 tasses.

Mélanger en battant.

Ajouter les noix ou les raisins.

Mettre dans un plat beurré de 13 X 9 po. (33 X 23cm).

Cuire à 350 F (180C) pendant 25 minutes ou jusqu'à fermeté.

Fais environ 2 douzaines.

## PAUSE-CAFÉ À LA CANNELLE

**1 tasse de beurre ramolli (227 g)**

**1 tasse de sucre (227 g)**

**1 œuf séparé**

**2 tasses de farine (454 g)**

**1 c. à table de cannelle (15 ml)**

**Noix coupées ou pacanes.**

Mélanger le sucre à la cannelle.

Ajouter le beurre, battre en crème jusqu'à ce que ce soit duveteux.

Ajouter le jaune d'œuf et bien battre.

Ajouter la farine et la cannelle et bien mélanger.

Placer avec vos mains dans un moule plat d'environ 10 po x 15 po. (25 cm x 38 cm) ou sur une tôle à biscuits ayant 1 pouce de côté en hauteur (2.54 cm).

Brasser avec le blanc d'œuf non battu.

Saupoudrer de noix et de sucre à la cannelle.

Cuire à 350 degrés F (180C), pendant 25 minutes ou jusqu'à ce que ce soit légèrement bruni.

Refroidir légèrement et couper en barres, étant tiède.

Fait environ 3 dz.

# FONDUE AU BEURRE D'ARACHIDE

**4 tasses de beurre d'arachide. (1 kilo)**

**2 paquets de petits morceaux de chocolat, 12oz (340g)**

**2 tasses de crème légère (500 ml)**

À l'avance, couper en petits morceaux n'importe quelle sorte de chocolat.

Les mélanger à tous les items suivants en les arrangeant sur une assiette ; pomme, poire, banane, cerise au marasquin, raisins, dattes et autres fruits séchés.

Dans un bain-marie, au-dessus de l'eau mijotante, fondre le beurre d'arachide, les morceaux de chocolats et la crème.

Brasser jusqu'à légèreté et épaississement léger.

Mettre dans un plat à fondue et garder au chaud.

Piquer les fruits sur des fourchettes à fondue, plonger dans le plat à fondue rempli du mélange au beurre d'arachide.

Les restes peuvent être gardés au réfrigérateur dans un contenant scellé réchauffé doucement sur de l'eau chaude. Si le mélange devenait trop épais, éclaircir avec de l'eau chaude (1 c. à table à la fois) (15 ml). Peut être servi également avec de la crème glacée.

Pour 8 personnes ou plus.

## TIRE AU MIEL

**1 tasse de miel (250 ml)**

**1 tasse de sucre (250 ml)**

**1/3 tasse d'eau froide (75 ml)**

**1 c. thé de vanille (5 ml)**

Paire bouillir l'eau, le miel, le sucre jusqu'à ce que des petites boules se forment dans l'eau froide.

Ajouter la vanille.

Refroidir dans une lèchefrite beurrée, puis étirer jusqu'à ce qu'elle devienne blanche.

# CRÈME PÂTISSIÈRE

**1 1/2 tasse de lait (375 ml)**

**2 jaunes d'œuf**

**1/2 tasse de sucre (125 ml)**

**3 c. table de farine (40 ml)**

**1/2 c. thé de vanille (2 ml)**

Faire réchauffer le lait, au bain-marie, et mettre de côté.

Battre les œufs et le sucre en mousse. Incorporer la farine peu à peu.

Ajouter le lait graduellement.

Faire cuire au bain-marie 20 min jusqu'à épaississement en brassant. Ajouter l'essence de vanille.

Variation : Ajouter 1 tasse (250 ml) de coconut pour un remplissage de tarte au coconut.

## MÉLANGE À POUDING (MAITRE)

**4 tasses de lait écrémé en poudre (909g)**

**2 tasses de sucre (454g)**

**1 1/3 tasse de fécule de maïs**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

Dans un grand bol, combiner tous les ingrédients.

Brasser bien. Serrer dans un contenant bien scellé dans un endroit frais et sec.

Brasser le mélange à chaque usage.

Fait environ 7 tasses de mélange (1583 g).

Assez pour faire 7 fois du pouding.

### Pour faire du pouding :

Dans un chaudron moyen, combiner

1 tasse (227 gr) de mélange à pouding avec

2 tasses d'eau ou de lait (500ml).

Bien brasser.

Amener à ébullition sur un feu moyen en brassant constamment.

Cuire 1 minute ou jusqu'à épaississement.

Ajouter 1 c. à table de beurre (15 ml).

Verser dans de petits bols à service.

Refroidir.

Pour 4 personnes.

(Plus de pouding, voir page suivante)

## Pouding à la vanille :

Après la cuisson, brasser en ajoutant 1/2 c. à thé d'essence de vanille (3 ml).

Mélange de pouding au caramel :

Substituer le sucre blanc pour du sucre brun dans la recette maîtresse du haut.

(voir page précédente) p 44

## Mélange de pouding au chocolat :

Ajouter 1 tasse (227 g) de cacao à la recette maîtresse du haut.

Pour des quantités individuelles de pouding au chocolat, ajouter 1/4 tasse (57 g) de cacao à 1 tasse (227 g) de mélange à pouding maîtresse.

## **POUDING AU RIZ**

**2 œufs**

**2 tasses de lait (500 ml)**

**1/3 tasse de miel.(75 ml)**

**1 1/2 tasse de riz (375 ml)**

**1/2 tasse de raisins (125 ml)**

**1 c. thé de vanille (5 ml)**

Battre les œufs au fouet, ajouter le lait, le miel, la vanille le riz, et les raisins.

Cuire dans un chaudron 1/2 heure.

Garnir de crème fouettée ou de fruits.

# TARTE AUX PRUNES

**5 tasses de prunes (dénoyautées et tranchées) (1250 ml)**

**3/4 tasse de sucre (175 ml)**

**1/4 tasse de farine (50 ml)**

**1 c. thé de cannelle (5 ml)**

**1/2 c. thé de muscade (3 ml)**

**Croûte de tarte non cuite (Streusel) voir ci-dessous.**

Mélanger les prunes et le sucre, la farine, la cannelle et la muscade.  
Verser dans la croûte à tarte.

Étendre la garniture (Streusel). Cuire à 375 degrés (190C) 45 minutes. (Les prunes violettes sont spécialement bonnes dans cette tarte)

Donne 8 portions.

## Garniture (Streusel) :

Mélanger 1 tasse (250 ml) de farine 1/3 tasse (75 ml) de sucre brun, 1 c. thé (5 ml) de pelure de citron râpée, dans un bol moyen.

Mélanger 1/4 tasse (50 ml) de beurre ramolli. Étendre sur le dessus de la tarte.

# GÂTEAU RENVERSÉ AUX ABRICOTS

**1/4 tasse de beurre (50 ml)**

**1/2 tasse de sucre brun (125 ml)**

**12 abricots frais, coupés en deux et enlever les noyaux.**

**(Des abricots égouttés venant d'une boîte de conserve peuvent remplacer les abricots frais)**

**2/3 tasse de beurre (150 ml)**

**1/2 tasse de sucre (125 ml)**

**1 c. à table de vanille (15 ml)**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**2 œufs.**

**1 tasse de farine (250 ml)**

**1 c. à thé de poudre à lever (5 ml)**

**1 tasse de crème fouettée (250 ml)**

Dans un moule à gâteaux de 9 po (24 cm) ou carré, faire fondre 1/4 tasse (60 ml) de beurre.

Saupoudrer de sucre brun sur le dessus du beurre.

Arrangez les abricots, coupez-les sur le côté, déposez-les sur le sucre.

Fouetter le beurre et le sucre.

Battre avec la vanille, le sel et les œufs.

Mélanger dans la farine et la poudre à lever.

Étendre la pâte sur les abricots.

Cuire à 350 degrés (180C) environ 40 minutes, ou jusqu'à ce que le cure-dents que vous avez inséré dans la pâte, ressorte propre.

Faire refroidir sur une petite étagère de broche environ 5 minutes.

Renverser sur un plat à servir et retirer le moule.

Servir chaud ou froid avec de la crème fouettée.

Donne 6 à 8 portions.

## **GÂTEAU RENVERSÉ AUX ANANAS**

**2 1/2 tasses de farine (625 ml)**

**3 c. à thé de poudre à pâte (15 ml)**

**Une pincée de sel**

**3 œufs**

**1 1/4 tasse de sucre (300 ml)**

**1 1/4 tasse de lait (300 ml)**

**3/4 tasse d'huile (225 ml)**

**1 c. à thé de vanille (5 ml)**

Mélanger tous les ingrédients pour préparer la pâte.

Mettre de côté. Prendre un plat rectangulaire de

9 po X 14 po environ et l'enduire de beurre.

Dans le fond de ce plat, placer des tranches d'ananas pour créer un motif et au centre de chaque ananas, placer 1/2 cerise à plat.

Étendre de la cassonade autour des tranches d'ananas et autour des cerises.

Étendre la pâte par dessus.

Cuire de 30 à 40 minutes à 350 F (180C).

Vérifier la cuisson en insérant un cure-dent.

Il doit en ressortir sec.

Laisser reposer 5 minutes et renverser.

# GÂTEAU ROULÉ

**4 œufs**

**1 tasse de sucre (250 ml)**

**1 tasse de farine (250 ml)**

**2 c. thé poudre à pâte (10 ml)**

**1/3 c. à thé de fécule de maïs**

**Pincée de sel**

**4 c. soupe de lait (60 ml)**

**1 c. thé de vanille (5 ml)**

Battre les œufs un à la fois, ajouter graduellement le sucre, mélanger tous les ingrédients secs : farine, poudre à pâte, fécule de maïs et sel.

Ajouter au mélange en alternant avec le lait mélangé de vanille.

Placer un papier ciré graissé sur une lèchefrite de 15 X 11 po.

Étendre le mélange et faire cuire à 375 F (190C) 10 à 12 minutes.

Après la cuisson, retirer du four.

Renverser le gâteau sur un linge mouillé, enlever le papier ciré, envelopper le gâteau de votre linge et rouler pour que le gâteau prenne forme.

Dérouler et étendre la confiture de votre choix et rouler de nouveau sans le linge.

Saupoudrer de sucre en poudre tamisé.

# GÂTEAU AUX BANANES

**8 c. à thé de beurre (40 ml)**  
**1 1/2 tasse de sucre (350 ml)**  
**2 œufs**  
**1 tasse de bananes en purée (250 ml)**  
**2 tasses de farine (500 ml)**  
**1/2 c. à thé de soda (2 ml)**  
**1 c. à thé de poudre à pâte (5 ml)**  
**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**  
**1 c. à thé de muscade (5 ml)**  
**1/2 tasse de lait (125 ml)**  
**4 bananes**  
**Jus de citron**  
**3 c. à table d'amandes (40 ml)**  
**Sucre en poudre**

Défaire le beurre en crème.

Ajouter graduellement le sucre.

Incorporer les œufs en battant.

Ajouter la purée de bananes, puis les ingrédients secs, en alternant avec le lait.

Verser la moitié de la pâte dans un plat.

Recouvrir de bananes.

Arroser de jus de citron.

Parsemer des amandes.

Recouvrir de l'autre moitié de la pâte.

Cuire 40 minutes à 350 F (180C).

Saupoudrer après la cuisson de sucre en poudre.

# GÂTEAU FRAIS AUX PÊCHES

- 1/2 tasse de beurre (125 ml)**
- 1/2 tasse de sucre (125 ml)**
- 1 c. à thé d'écorce d'un citron râpé (5 ml)**
- 2 œufs**
- 1 tasse de farine (250 ml)**
- 1 c. à thé de poudre à pâte (5 ml)**
- 1/4 c. à thé de sel (1 ml)**
- 4 pêches fraîches ou en conserve**
- 1/3 tasse de sucre (2 ml)**
- 1/2 c. à thé de cannelle (3 ml)**
- 1/4 tasse de noix hachées (50 ml)**

Battre le beurre avec le sucre et battre en mousse.

Ajouter les œufs et l'écorce d'un citron.

Mélanger la farine la poudre à pâte et le sel ensemble.

Déposer ce mélange dans un plat graissé de 8 po (20,32 cm) rond ou carré.

Enlever la pelure et les noyaux des pêches et les trancher.

Déposer dans le plat avec le mélange.

Puis verser le reste du mélange, étendre avec un couteau.

Mélanger le sucre la cannelle et les noix et saupoudrer sur le dessus du plat.

Cuire à 350 degrés (180C) 45 à 50 minutes.

Donne 6 à 8 portions

# PAIN DE PÂQUES À LA GRECQUE

- 2 1/4 tasses de farine (550 ml)
- 1 paquet de levures alimentaire.
- 1/2 tasse d'eau très chaude (125 ml)
- 110 degrés F [44C]
- 1/4 tasse de lait écrémé [50 ml] en poudre
- 1/2 c. à thé d'anis moulu [3 ml]
- 1/4 tasse de beurre [50 ml]
- 1/4 tasse de sucre [50 ml]
- 1/2 c. à thé de sel [3 ml]
- 2 œufs.
- œufs au bain-marie [voir ci-dessous]
- 2 c. à thé de graines de sésame [10 ml]
- 2 c. à thé d'amandes coupées finement [10 ml]
- 2 c. à thé de sucre [10 ml]

Dans un grand bol, mélanger 1 tasse [250 ml] de farine et de levure alimentaire.

Dans un autre bol, mélangez l'eau chaude, le lait en poudre, l'anis, le beurre, le sucre et le sel ; brasser pour dissoudre.

Doucement, verser dans le mélange de farine et battre une minute. Ajouter les œufs et battre 3 minutes.

Ajouter assez du restant de farine pour faire une pâte molle.

Retourner sur une surface enfarinée et travailler la pâte jusqu'à ce qu'elle soit lisse et élastique.

Placer le tout dans un bol graissé couvrir et laisser monter la pâte dans un endroit chaud jusqu'à ce que la pâte soit élevée du double, environ une heure.

Pétrir et placer sur une surface enfarinée.

Couvrir et laisser reposer 10 minutes.

Diviser la pâte en 3 morceaux.

Façonner chaque morceau telle une longue corde. (suite)

(suite de: Pain de Pâque à la Grecque) p 52

Faire une bande tressée et rassembler les bouts ensemble, et remplir le dessous afin de former un grand pain en forme de tresse. Placer sur une feuille de cuisson graissée, couvrir et laisser gonfler dans un endroit chaud jusqu'à ce que la taille soit doublée.

Brasser le pain avec l'œuf au bain-marie : 1 œuf battu et 1 c. à table [15 ml] de lait.

Saupoudrer de graines de sésame, de noix et de sucre.

Cuire à 350 degrés [180C] pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que le pain soit bien doré.

Faire refroidir légèrement sur une petite étagère.

Servir chaud pour de meilleurs résultats.

Fait un pain moyen.

## ÉCLAT DU COUCHER DE SOLEIL

**6 tasses de jus d'orange [1500 ml]**

**2 tasses de nectar d'abricot [500 ml]**

**1/4 tasse de miel [50 ml]**

**1 c. à table de jus de citron [15 ml]**

**3 bâtons de cannelle**

**4 clous de girofles entiers**

Dans une grande casserole, combiner tous les ingrédients en brassant pour faire dissoudre le miel.

Amener à ébullition.

Réduire la chaleur et mijoter pendant 10 minutes.

Filtrer dans un bol à service et servir chaud dans des gobelets.

Pour 8 à 12 personnes.

## MÉLANGE DE CACAO MAISON

**5 tasses de lait écrémé en poudre [135 gr]**

**3/4 tasse de sucre [170 g]**

**3/4 tasse de cacao [170 g]**

Mélanger tous les ingrédients et placer dans un contenant couvert, dans un endroit sec et frais.

Pour une pinte [1 l] de cacao, combinez 1 1/2 tasse [375 ml] de mélange avec 3 tasses (750 ml) d'eau ou de lait dans un chaudron moyen.

Chauffer en brassant constamment et servir.

Pour 1 tasse (250 ml) de cacao, combinez

1/3 tasse (.75 ml) de mélange à cacao avec 3/4 tasse (175 ml) d'eau chaude ou de lait. Bien brasser.

Fais environ 6 tasses de mélange (1500 ml) ou

4 pintes de cacao (4 litres).

# PAIN DE PÂQUES ANGLAIS

1 c. à thé de farine (5 ml)  
1 tasse de raisins secs ou raisins de Corinthe (250 ml)  
1 c. à table de zeste de citron (15 ml)  
4 à 5 tasses de farine (1000 ml ou 1250 ml)  
1/3 tasse de sucre (75 ml)  
1/2 c. à thé de sel (3 ml)  
1 1/4 c. à thé de cannelle (300 ml)  
1/2 c. à thé de muscade (3 ml)  
1/4 c. à thé de clous de girofle (1 ml)  
1 paquet de levures sèches alimentaires  
1 tasse de lait (250 ml)  
1/4 tasse de beurre (50 ml)  
2 œufs battus  
Œufs au bain-marie (voir ci-dessous)  
glaçage (voir ci-dessous)

Dans un petit plat, mélanger les raisins et le zeste de citron avec une cuillerée à thé (5ml) de farine.

Mettre de côté. Dans un grand bol, mélanger 1 1/2 tasse (375 ml) de farine, le sucre, le sel, les épices et la levure.

Dans un petit récipient, chauffer le lait et le beurre à 110 F (44C).

Graduellement, ajouter aux ingrédients secs, battre 2 minutes à une vitesse moyenne en grattant occasionnellement le bol.

Ajouter le mélange de raisins les œufs et

1/2 tasse (125 ml) de farine.

Battre à haute vitesse 2 minutes.

Graduellement, brasser le reste de la farine afin de faire une pâte molle.

Placer dans un plat graissé, couvrir et laisser lever dans un endroit chaud, jusqu'à ce que la pâte soit levée pendant une heure.

(Suite)

(suite) de la p 57

Affaïsser, retourner sur une surface enfarinée, et diviser en 18 parties égales. Former chaque partie en forme de boulette molle.

Couper les boulettes en deux, et les placer dans un plat graissé de 9 po (23cm).

Brasser avec fouet au bain-marie : 1 œuf battu et 1 c à thé (5 ml) d'eau.

Couvrir et laisser monter le liquide pour doubler la quantité.

Si désiré, faire une croix avec une lame.

Cuire à 375 F (190C) pour 20 à 25 minutes ou jusqu'à ce que les croissants soient dorés.

Retirer du moule et laisser refroidir.

Ajouter le glaçage à l'aide d'une cuiller dans le dessin de la croix sur le croissant.

Donne 18 croissants.

## GLAÇAGE :

Battre ensembles :

1 tasse (250 ml) de sucre en poudre,

1c à thé (5ml) de jus de citron,

1 c à table (15 ml) de lait et

½ c à thé (3 ml) d'essence de vanille de citron ou d'amande, et mélanger ensemble pour faire une substance lisse.

## **PUNCH INTIME**

**2 tasses de jus de canneberges ou de canneberges et pommes (500 ml)**

**6 tasses de jus d'orange (1500 ml)**

**3 bâtons de cannelle**

**1 c. à thé de clous de girofle entier (5 ml)**

**1/2 c. à thé de tout-épices moulue (3 ml)**

**1/2 tasse de sucre brun (114 g)**

Combiner tous les ingrédients dans une grande casserole.

Amener à ébullition.

Baisser le feu et mijoter pendant 15 minutes.

Filter dans un bol à service et servir chaud dans des gobelets.

Pour 8 à 12 personnes.

## **MARINADE À LA BIÈRE pour poulet et porc**

**12 on de bière ou de jus de pommes (340 ml)**

**1 tasse d'oignons hachés (250 ml)**

**1/4 tasse de jus de citron (50 ml)**

**2 c. table de bouillon de poulet instantané (25 ml)**

**3 c. table d'huile végétale (45 ml)**

**2 à 3 gousses d'ail hachées**

Mélanger tous les ingrédients dans un bol moyen.

Employer avec le poulet mariné, des côtelettes de bœuf ou de porc.

Mariner dans le réfrigérateur pendant 4 heures ou toute la nuit.

Retourner de temps en temps.

Faire cuire la viande sur la grille au degré désiré et badigeonner la viande, du reste de la marinade.

Fait environ 2 tasses de marinade (500 ml).

## **MARINADE GRECQUE au citron et basilic**

**3 gousses d'ail hachées**

**1 c. table de sel (15 ml)**

**1 tasse d'huile d'olive ou végétale (250 ml)**

**Le jus et la pelure râpés de 4 citrons**

**1 c. table de basilic (15 ml)**

Dans un grand bol, écraser l'ail et le sel.

Verser le reste des ingrédients.

Faire mariner la viande pendant 4 heures ou toute la nuit.

Cette marinade est délicieuse sur toute sorte de viande, mais spécialement sur le poulet, l'agneau et les brochettes.

Fait 1 1/2 à 2 tasses de marinades. (350 ml à 500 ml)

## **SAUCE BARBECUE pour poisson**

**1 tasse de beurre (250 ml)**

**1 c. table de raifort (15 ml)**

**3 c. table de sel (45 ml)**

**1 c. table de poivre (15 ml)**

**4 c. table de farine (50 ml)**

**3 c. table de moutarde sèche (45 ml)**

**2 1/2 tasses de vinaigre (625 ml)**

**1/2 tasse et + de sauce Worcestershire (125 ml)**

Dans un grand chaudron, ramollir le beurre.

Mêler le raifort, le sel, le poivre, la farine et la moutarde.

Ajouter le reste des ingrédients et cuire, brasser constamment, jusqu'à ce que cela devienne collant.

Congeler ou garder au réfrigérateur.

Fais environ 1 pinte (1,13 L).

## **SAUCE BARBECUE (base) et variation**

**1 tasse de Ketchup (250 ml)**

**1 tasse de mélasse (250 ml)**

**1 tasse de moutarde préparée (250 ml)**

**1 tasse de vinaigre (250 ml)**

Mélanger tous les ingrédients dans un pot et bien remuer.

Faire refroidir.

Fais une pinte (1,131 L).

### **Sauce barbecue aux herbes :**

Ajouter à 1 tasse (250 ml) de la base de la sauce, 1/8 c. thé (0,5 ml) de marjolaine, de l'origan et de thym

### **Sauce barbecue curry :**

Ajouter à 1 tasse (250 ml) de la base de la sauce,

1 c. table (15 ml) de poudre de curry, et

1 c. table (15 ml) de sauce Worcestershire.

### **Sauce barbecue au gingembre et à l'orange :**

Ajouter à une tasse (250 ml) de la base de la sauce, 1 tasse (250 ml) de marmelade à l'orange ou jus d'orange concentré et 1 c. thé (5 ml) de gingembre. .

## Sauce barbecue à la créole :

Ajouter à 1 tasse (250ml) de la base de la sauce,  
1/4 tasse (50ml) d'huile végétale, et  
2 c. table (25 ml) de sauce Worcestershire et  
1/2 c. thé (3 ml) de sauce tabasco.

## Sauce barbecue italienne :

Ajouter à 1 tasse (250 ml) de la base de la sauce,  
1/2 tasse (125 ml) de sauce chili,  
1/2 c. à thé (3 ml) d'origan, de basilic et  
1 gousse d'ail hachée.

## **SAUCE COCKTAIL pour fruits de mer**

1 c. à table de raifort préparé (5 ml)  
1/4 tasse de ketchup (50 ml)  
1/2 tasse de sauce chili (50 ml)  
2 c. à table de jus de citron (10 ml)  
1/2 c. à thé de sel (2 ml)  
2 gouttes de Tabasco  
1 c. à table d'oignon râpé (10 ml)  
1 c. à thé de sauce Worcestershire (5 ml)  
2 c. à table de céleri haché (25 ml)

Mélanger et refroidir. Servir avec homard, huîtres ou crevettes.  
(On peut ajouter de la mayonnaise pour de la sauce plus douce)

## SAUCE CRÉOLE

Céleri

Oignons hachés fins (facultatif)

Ail, piment

Faire revenir dans le beurre.

Ajouter 1 boîte de tomates 19 onces,

1 c. à soupe (10 ml) pâte de tomate ou crème de tomate, 1/2 boîte.

1 c. à thé de sucre blanc (5 ml) Sel et poivre au goût

Laisser mijoter à feu lent 1/2 heure

Accompagnement : saucisses, pain de viande, côtelettes.

# CRÊPES

**1/4 de tasse de farine (22 S ml)**

**2 c. à table de sucre (25 ml)**

**Sel**

**3 œufs**

**1 tasse de lait (250 ml)**

**2 c. à table de beurre (25 ml)**

Bien mélanger. Cuire dans une poêle induite d'huile.

Donne environ 6 crêpes.

# OMELETTE ESPAGNOLE

**2 c. à table d'huile d'olive**

**1 c. à table de beurre (10 ml)**

**1 gros oignon émincé**

**4 pommes de terre moyennes cuites, coupées en dés**

**1 c. à table de persil fraîchement haché (10 ml)**

**4 gros œufs légèrement battus**

**sel et poivre**

Faire chauffer l'huile et le beurre dans une poêle de 8 po de diamètre.

Faites revenir l'oignon doucement pendant 10 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit presque cuit.

Ajoutez les pommes de terre en petits morceaux et réchauffez-les bien en remuant de temps en temps.

Ajouter ensuite le persil, assaisonner les œufs avec du sel et poivre.

Mettre à feu vif, verser les œufs battus dans la poêle et remettre aussitôt à feu moyen.

Passer un couteau spatule tout autour de l'omelette et remuer la poêle pour éviter qu'elle colle.

Soulever doucement l'omelette avec la spatule et lorsqu'elle est cuite et dorée en dessous, faites-la glisser sur une assiette chaude et retournez-la ensuite dans la poêle pour faire cuire l'autre côté.

Servir aussi froid si désiré.

# OEUFS AU GRATIN

**12 œufs à la coque**

**6 c. à table de beurre (90 ml)**

**6 c. à table de farine (90 ml)**

**2 c. à thé de moutarde sèche (10 ml)**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

**1/8 c. à thé de poivre (0,5 ml)**

**4 tasses de lait (1000 ml)**

**1 tasse ou plus de fromage râpé (250 ml)**

**1 à 2 tasses de miettes de pain (250 à 500 ml)**

Couper les œufs en deux et placer dans un plat allant au four, peu profond et graissé, mettre le jaune d'œuf sur le dessus.

Dans un chaudron moyen, faire fondre le beurre.

Ajouter la farine, la moutarde, le sel, le poivre et cuire, brasser sans arrêt, en ajoutant le lait peu à peu.

Remuer dans le fromage jusqu'à ce qu'il soit fondu.

Verser le tout sur les œufs. Saupoudrer de miettes de pain.

Cuire à 325 degrés (160C) pendant 20 à 30 minutes, jusqu'à ce que les miettes de pain soient dorées, et que la sauce bouillonne.

Donne 8 portions.

## BRUNCH CASSEROLE

**4 tasses de cubes de pain grillé (1000 ml) (6 tranches)**  
**8 onces de fromage Cheddar râpé, (240 g) environ 2 tasses (500 ml).**  
**8 œufs légèrement battus**  
**4 tasses de lait (1200 ml)**  
**1 c. à thé de sel (5 ml)**  
**1 c. à thé de moutarde préparée (5 ml)**  
**1/4 c à thé de poudre d'oignon (1 ml)**  
**1/8 c. à 1/4 thé de poivre (0,5 ml)**  
**10 tranches de bacon, cuit croustillant et émietté.**

Étendre les cubes de pain dans le fond d'un plat graissé de 13 X 9 pouces (33 cm X 23 cm) allant au four.

Saupoudrer de fromage.

Battre les œufs et le lait.

Battre dans le sel, la moutarde, la poudre d'oignons et le poivre.

Verser sur le pain.

(Réfrigérer jusqu'au moment de faire cuire. [Peut être réfrigéré toute la nuit si désiré].

Cuire à 325 degrés [160C] pendant 40 à 45 minutes.

Durant les 10 dernières minutes, saupoudrer de bacon jusqu'au bord et continuer de faire cuire.

Couper en carré pour servir.

Donne 8 portions.

## **SALADE AUX ŒUFS**

[à faible teneur en calories]

**1/2 tasse de yogourt nature écrémé [125 ml]**

**1 c. à table d'oignons émincés [15 ml]**

**3/4 c. à thé de sel assaisonné [4 ml]**

**1/4 c. à thé de moutarde sèche [1 ml]**

**1/4 c. à thé de poivre [1 ml]**

**9 œufs à la coque, coupés en morceaux**

**1/2 tasse de céleri coupé en morceaux [125 ml]**

**Feuilles de laitue**

Mélanger le yogourt et l'oignon émincé, le sel, la moutarde sèche et le poivre.

Verser dans les œufs coupés en morceaux et le céleri jusqu'à ce que le tout soit humecté.

Couvrir et refroidir jusqu'au moment de servir.

Pour chaque portion, à l'aide d'une cuiller, placer 1/2 tasse [125 ml] du mélange sur une feuille de laitue.

Chaque portion contient environ 130 calories.

Donne 6 portions.

**Pour varier, ajouter l'un de ces ingrédients : poivron vert haché, zucchini, des tomates, châtaigne d'eau, persil, feuilles de cresson, tranches de champignons ou radis, carottes râpées ou concombre.**

## QUICHE LULU

- 8 œufs légèrement battus**
- 1 tasse de fromage suisse râpé [250 ml]**
- 1/2 tasse d'eau [125 ml]**
- 8 tranches de bacon, cuit croustillant et émietté.**
- 2 c. à thé d'oignons hachés [10 ml]**
- 1/4 c. à thé de sel [1 ml]**
- 1/8 c. à thé de muscade [0,5 ml]**
- 1/8 c. à thé de poivre [0,5 ml]**
- 1 c. à table de beurre [15 ml]**

Battre ensemble les œufs, 3/4 tasse [175 ml] fromage, l'eau, le bacon, les oignons hachés, le sel, la muscade et le poivre.

Faire fondre le beurre dans une casserole de 10 pouces [25 cm] à un feu moyen.

Verser dans le mélange aux œufs et cuire, sans remuer, cuire sur feu lent, environ 7 à 9 minutes.

Saupoudrer du reste de fromage râpé.

Faire rôtir dans le four à 5 ou 6 pouces [13 ou 14 cm] des éléments, environ 2 à 3 minutes.

Trancher pour servir.

Donne 6 portions.

# SOUPE À LA CRÈME DE TOMATES

**1 pinte de jus de tomates [1,131 L]**  
**1 feuille de laurier**  
**1 petit oignon, haché**  
**1 gousse d'ail, haché**  
**Une pincée de clou de girofle moulu**  
**1/4 c. à thé de basilic [1 ml]**  
**1/4 c. thé de soda à pâte [1 ml]**  
**1/2 c. à thé de sel de céleri [3 ml]**  
**Une pincée de poivre de Cayenne**  
**1/4 tasse de riz [50 ml]**  
**1 tasse de lait [250 ml]**  
**1 tasse de crème légère [250 ml]**  
**2 jaunes d'œufs**  
**Crème fouettée ou de beurre [facultatif]**  
**Muscade [facultatif]**

Dans un grand chaudron, mélanger le jus de tomates, la feuille de laurier, l'oignon, l'ail, le clou de girofle, le soda, le sel de céleri, la Cayenne et le riz.

Amener à l'ébullition, baisser le feu et laisser mijoter, couvert, environ 20 minutes, ou jusqu'à ce que le riz soit prêt.

Battre ensemble le lait, la crème et les œufs.

Brasser constamment et ajouter graduellement la soupe chaude.

Cuire sur feu moyen, sans faire bouillir, et déposer dans des bols à soupe.

Si désiré, garnir chaque bol de crème fouettée ou [de beurre fouetté] saupoudrer de muscade.

Donne 4 à 6 portions.

## CRÈME D'ASPERGES

**2 tasses d'eau [500 ml]**  
**1 1/2 tasse d'asperges coupées [375 ml]**  
**2 c. à table de beurre [25 ml]**  
**1 petit oignon coupé.**  
**1/8 c. à thé de poivre [0,5 ml]**  
**1/2 c. à thé de sel [2 ml]**  
**2 c. à table de farine [25 ml]**  
**1 tasse de lait ou crème légère [250 ml]**

Cuire les asperges dans l'eau jusqu'à ce qu'elles soient tendres.  
Pendant ce temps, sauter l'oignon dans le beurre jusqu'à ce qu'il soit tendre.

Ajouter le poivre, le sel et la farine.

Verser graduellement le lait, en brassant constamment jusqu'à consistance épaisse.

Mettre en purée les asperges dans l'eau de cuisson au mélangeur ou au robot.

Ajouter la purée au mélange de lait.

Brasser et chauffer.

Pour 4 personnes

## **SOUPE AUX PATATES à la crème et fromage suisse**

**4 patates moyennes et coupées en 1/4 morceaux**  
**2 tranches de bacon coupées en morceaux**  
**1 petit oignon haché**  
**2 c. à table de beurre [25 ml]**  
**1 c. à table de persil haché [15 ml]**  
**2 c. à thé de sel [10 ml]**  
**1/2 c. à thé de muscade [3 ml]**  
**1 pincée de Cayenne**  
**1/4 c. à thé de moutarde sèche [1 ml]**  
**1 c. à thé de sauce Worcestershire [5 ml]**  
**3 tasses de lait [750 ml]**  
**Fromage suisse ou parmesan en tranches**

Dans un grand chaudron, faites bouillir les patates dans l'eau et couvrir jusqu'à ce que les patates soient tendres.

Sauter le bacon et les oignons sur feu lent, remuer, jusqu'à ce que le bacon soit doré et que les oignons soient tendres.

Écraser les patates avec son eau.

Ajouter le bacon, les oignons, le beurre, le persil, le sel, la muscade, le poivre, la moutarde et la sauce Worcestershire.

Mélanger dans le lait.

Cuire sur feu lent, remuer fréquemment.

Verser dans des bols à soupe et le fromage.

Servir 4 à 6 portions.

## ÉTÉ



# TARTE DE CROUTE AU MAIS

**1 lb de bœuf haché [454 g]**  
**1 oignon moyen coupé**  
**1 boîte de soupe aux tomates condensées de 10 1/2 oz. [310 ml] ou**  
**1 pinte de tomates en boîte avec son jus [1000 ml]**  
**1 tasse d'eau [250 ml]**  
**1/4 c. à thé de poivre [1 ml]**  
**1 c. à thé de sel [5 ml]**  
**1 c. à table de poudre de Chili [15 ml]**  
**1 tasse de maïs en grains, égouttés [227 g]**  
**1/2 tasse de piment vert coupé [114 g]**  
**Croûte de maïs [voir plus bas]**

Dans un grand poêlon, sautez le bœuf haché et l'oignon et y ajouter la soupe et l'eau [si utilisez 1 boîte de tomates à la place de la soupe, éliminer l'eau.]

Ajouter en brassant le poivre, le sel, la poudre de Chili, le maïs et le piment vert.

Mijoter pendant 15 minutes.

Mettre dans une casserole de 2 pintes [2 litres].

Couvrir avec la croûte de maïs.

Le dessus va sombrer dans le mélange de viande, maïs va relever durant la cuisson pour former une couche croustillante de pains de maïs.

Cuire à 425 degrés F [215 C] pendant 20 à 25 minutes jusqu'à ce que la croûte soit brunie.

Pour 6 personnes.

Croûte de maïs voir page suivante p77

## Croûte de maïs :

Dans un petit bol à mélanger, combiner 3/4 tasse [170g] de farine de maïs jaune, 1 c. à table [15 ml] de farine, 1/2c.àthé [3 ml]de sel et 1 1/2 c. à thé [8 ml] de poudre à pâte. Combiner 1/3 de tasse [75 ml]) de lait avec 1 œuf battu et brasser avec le mélange de maïs jusqu'à ce que ce soit humecté. Brasser 1 c. à table de beurre fondu dedans.

# **PAIN DE VIANDE DES GOURMETS**

**2 lb de bœuf haché (900 g)**

**1 1/2 c. à thé de sel (8 ml)**

**1/8 c. à thé de sauge (0.5 ml)**

**1/4 c. à thé de moutarde sèche (1 ml)**

**1 petit oignon coupé**

**3/4 tasse de miettes de fromage bleu (170 g)**

**2 1/2 tasses de céréales de maïs légèrement écrasées (568 g)**

**2 œufs battus**

**1 tasse de lait**

Combiner tous les ingrédients et bien mélanger.

Former en pain de viande, placer dans un plat peu profond allant au four et cuire à 350 F (180C) pendant 1 1/2 h n'importe quel fromage fort peut remplacer le fromage bleu.

Pour 8 personnes.

## RAGOUT DE PORC

**4 lb de rôti de porc dans l'épaule (2 kg)**  
**1 gousse d'ail émincée en fines lamelles**  
**Sel et poivre**  
**2 oignons moyens, en quartiers**  
**2 tasses d'eau (500 ml)**  
**6 pommes de terre**  
**6 carottes**  
**6 morceaux de navets**  
**3 quartiers de chou**

Entailler la viande, y insérer les lamelles d'ail.

Brunir la viande de tous les côtés.

Assaisonner de sel et de poivre.

Ajouter les oignons et l'eau.

Couvrir et cuire à feu lent ou au four à 325 F (160C) jusqu'à ce que la viande soit presque tendre, environ 1 ½ h (ajouter le bouillon de bœuf faible si nécessaire).

Ajouter les légumes, couvrir et cuire jusqu'à cuisson parfaite de la viande et des légumes (environ 30 minutes).

Si désiré, épaissir la sauce avec 1 c. à table de farine (15 ml) mélangée à un peu d'eau.

Donne 6 portions.

## **PORC À L'ÉRABLE SUR LE GRILL**

**Saucisses de porc (grosses)**

**Jambon cuit tranché 1/2 po.**

**Ananas en tranches**

**Sauce à l'érable**

**1 tasse de sirop d'érable (250 ml)**

**1/2 tasse de jus d'ananas (125 ml)**

**2 c. soupe sauce soya**

Mélanger le tout et mettre le bol près du barbecue.

Faire des incisions dans vos saucisses et les faire cuire sur la grille avec le jambon et les ananas.

Pendant la cuisson, à l'aide d'un pinceau, badigeonner souvent de sauce à l'érable.

# PORC À LA CHINOISE

**1 lb de porc maigre coupé en cubes de 1 po**  
**2 c. à table de sucre et de sauce soya (25 ml)**  
**1 œuf battu**  
**1/2 tasse de fécule de maïs (125 ml)**  
**Huile pour friture**

Mélanger le porc avec le sucre et la sauce soya ; laisser reposer 10 minutes.

Passer dans l'œuf battu puis dans la fécule de maïs (réserver 2 c. à table de fécule pour la sauce). Laisser reposer jusqu'à ce que la fécule soit absorbée. Faire cuire en grande friture à 360 F (185C) 10 minutes

## Sauce aigre-douce :

**1 boîte de 19 oz d'ananas en gros morceaux**  
**1 tasse de cornichons sucrés, hachés (125 ml)**  
**1 gros piment vert, coupé en carrés de 1/2 po**  
**1 cube oxo au poulet**  
**1/2 tasse de sirop de maïs (125 ml)**  
**2 c. à table de ketchup et de sauce soya (25 ml)**  
**1/2 c. à thé de gingembre (2 ml)**  
**3/4 tasse de vinaigre de cidre (225 ml)**

Égoutter l'ananas ; mesurer le jus et ajouter de l'eau pour avoir 1 1/2 tasse de liquide (375 ml). Chauffer à ébullition.

Ajouter le cube axa au poulet et le dissoudre en remuant.

Ajouter le sirop de maïs, le ketchup, la sauce soya, le gingembre et la fécule réservée délayée dans le vinaigre, brasser.

Ajouter ensuite ananas, cornichons et piment vert. Amener à ébullition en brassant et laisser bouillir 5 minutes environ.

Ajouter les cubes de porc frits et cuire environ 10 minutes.

## **POULET ET RIZ CUIT**

**1 tasse de riz non cuit (227g)**

**1 bt de soupe à la crème de poulet de 10 1/2 oz. (310 ml)**

**1 bt de soupe d'eau**

**1 sachet de mélange à soupe à l'oignon séché·**

**1 poulet à frire de 2 1/2 à 3 lb, coupé**

**(0.071 kg à 1.36 kg)**

Beurrer une grande casserole.

Combiner le riz, la soupe, l'eau et brasser.

Déposer le poulet sur le riz, la peau sur le dessus.

Saupoudrer avec le sachet de mélange à soupe dessus.

Couvrir la casserole.

Cuire à 350 degrés F (180 C) pendant 1 à 1 1/2 heure ou jusqu'à ce que le poulet soit' cuit, ainsi que le riz et que le liquide soit absorbé.

Si désiré, cuire non couvert pendant les dernières 15 minutes.

Pour 4 personnes

## **ENTRÉE AU SAUMON FUMÉ**

**1 cœur de laitue**

**2 branche de céleri 1 à 2 gousse d'ail**

**8 à 10 feuilles d'épinard**

**1 oignon moyen**

**Saumon fumé**

Hacher très fin tous les légumes.

Ajouter les assaisonnements, sel, poivre, et 1/2 à 2 lb (227 à 900 g) de saumon fumé.

Mélanger le tout avec dressing.

# CASSEROLE DE THON EN BÂTONNETS

- 1 boîte de soupe de crème de champignons de 10 1/2 oz (310 ml)
- 1/2 boîte de soupe d'eau ou de lait
- 2 tasses de nouilles à chow mein (500 ml)
- 1 c. à table de sauce soya (15ml)
- 1 boîte de thon de 7 on (207 ml)
- 1 à 2 tasses de céleri coupé (227 g à 454 g)
- 1 petit oignon coupé

Combiner la soupe et le lait dans un bol à mélanger et brasser jusqu'à ce que ça soit homogène.

Ajouter 1 tasse (227 g) de nouilles et le reste des ingrédients et mélanger doucement à la fourchette.

Verser dans un plat beurré peu profond.

Saupoudrer le reste des nouilles sur le dessus du plat.

Cuire à 375 degrés F (190C), non couvert pendant 40 minutes.

Si désiré, ce plat peut être décoratif en y ajoutant une autre boîte de thon, 1 tasse (227 g) de noix de préférence et une petite boîte de champignons entiers.

Pour 4 personnes.

## **CASSEROLE SIX ÉTAGES**

**2 à 3 grosses pommes de terre, pelées et tranchées finement**  
**1/2 tasse de riz blanc cru ou de riz brun (114 g)**  
**1 lb de bœuf haché (0.45 kg) ,**  
**1 gros oignon coupé**  
**2 à 3 grosses carottes, pelées et tranchées**  
**1 pinte de tomates en boîte avec son jus (1 litre)**  
**Sel et poivre au goût**

Dans une casserole de 1 ½ à 2 pintes (1419ml à 1657 ml) déposer les pommes de terre.

Ajouter le riz.

Émietter le bœuf haché et déposer sur le riz.

Couvrir avec des oignons.

Couvrir ensuite avec des carottes.

Verser les tomates et leur jus sur le tout.

Saler et poivrer au goût. Si désiré, mettre des herbes au goût, comme l'orégano ou basilic.

Couvrir et cuire à 350 degrés F (180C) pendant 1 à 1 1/2 heure ou jusqu'à ce que les carottes soient tendre et que le riz soit cuit.

Si désiré, saupoudrer avec du fromage râpé juste un peu avant de servir et remettre au four, non couvert afin de faire fondre le fromage.

Pour 6 personnes.

## CASSEROLE DE BOEUF ET RIZ

- 1 lb de bœuf haché (0.45 kg)
- 2 tasses de céleri coupé (454 g)
- 1 tasse d'oignon coupé (227 g)
- 1 tasse de riz non cuit (227 g)
- 1 bt de soupe aux champignons de 10 1/2 on (310 ml)
- 1/3 tasse de sauce soya (175 ml))
- 3 tasses d'eau chaude (750ml)
- 1/8 c. à thé de poivre (0.5 m !)
- 1 petite boîte de champignons (si désiré)

Dans une rôtissoire, faire brunir le bœuf avec le céleri et les oignons.

Combiner le reste des ingrédients.

Couvrir et cuire à 350 degrés F (180C) pendant 1 à 1 1/2 heure, ou jusqu'à ce que l'eau soit absorbée et que le riz soit cuit.

Soulever à la fourchette.

Pour 6 à 8 personnes.

## **PATATES À L'OIGNON sur le barbecue**

**6 moyennes pommes de terre**

**1/2 tasse de beurre (125 ml)**

**1 enveloppe de soupe à l'oignon**

Brosser les pommes de terre, les couper en tranches épaisses dans le sens de la longueur.

Mélanger le beurre avec la soupe à l'oignon.

Beurrer chaque tranche de pomme de terre.

Reformer les 6 pommes de terre et les envelopper chacune, dans un carré d'aluminium.

Cuire sur le gril de 45 à 60 minutes.

## **SALADE AUX PATATES assaisonnées à l'aneth**

**6 patates moyennes, cuites, pelées et coupées en cubes**  
**2 c. table d'huile végétale (25 ml)**  
**2 c. table de jus de citron (25 ml)**  
**2 c. thé de sel (10 ml)**  
**1/4 c. thé de poivre (1 ml)**  
**2 c. thé d'aneth séché ou 2 c. table d'aneth fraîche hachée (5 ml ou 25 ml)**  
**1 gros concombre, pelé, dénoyauté et haché**  
**3/4 tasse de crème sure ou de yogourt nature (175 ml)**

Placer les patates dans un bol.

Mélanger l'huile, le jus de citron, le sel, le poivre et l'aneth dans un pot. Bien agiter, verser sur les patates et brasser doucement.

Couvrir et réfrigérer. Juste avant de servir, insérer les concombres et la crème sure dans les patates.

Donne 8 portions.

## FÈVES VERTES SUCRÉES ET SURES

**1 lb de fèves vertes (454 GR)**  
**3 tranches de bacon**  
**2 c. à table d'oignon haché (25 ml)**  
**1 c. à table de vinaigre (15 ml)**  
**1 c. à table de sucre (15 ml)**  
**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**  
**Une pincée de poivre**

Faire bouillir les fèves, jusqu'à ce qu'elles soient tendres.  
Égoutter et mettre à part.

Trancher le bacon, et faire frire l'oignon jusqu'à ce qu'il soit croustillant.

Mélanger dans le vinaigre, le sucre, le sel et le poivre .

Ajouter les fèves, presser pour faire une couche solide et faire cuire.

Donne 4 portions.

## FÈVES À L'ANETH

- 1/2 tasse de sucre (125 ml)**
- 3 tasses de vinaigre de cidre (750 ml)**
- 1 tasse d'eau (250 ml)**
- 1 tasse de sirop de maïs (250 ml)**
- 3 c. à thé de sel (15 ml)**
- 3 c. à table de graines à l'aneth**
- 1/2 c. à thé de curcuma (3 ml)**
- 1/2c. à thé de piment rouge écrasé (3 ml)**
- 1 tasse d'oignons tranchés (250 ml)**
- 3 lb. de fèves vertes (1362 GR)**

Dans une grande marmite, mélanger le sucre, le vinaigre, l'eau, le sirop de maïs, le sel, l'aneth, le tumérique, le piment rouge et l'oignon.

Emmener à l'ébullition environ 3 minutes.

Placer les fèves tout entières, mais enlever les queues d'abord.

Les faire cuire dans l'eau salée environ 10 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

Égoutter. Placer les fèves dans des pots en verre.

Réchauffer le sirop et ramener à l'ébullition.

Verser sur les fèves, laisser 1/4 de pouce (0,5 cm) d'espace.

Ajuster les couvercles et tremper les bocaux dans un bain d'eau bouillante 10 minutes.

Avant de servir, bien refroidir pour rendre plus croustillant.

Fait de 4 à 5 pintes. (4,52 à 5,65 litres).

## **SALADE DE FÈVES, FROIDE**

**1 lb de fèves vertes (454 GR)**

**1 petit oignon émincé**

**1 gousse d'ail émincée**

**1/3 tasse d'huile d'olive ou végétale (75 ml)**

**2 c. à table de vinaigre (125 ml)**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

**Poivre noir fraîchement moulu**

**Fromage parmesan**

Laver et assécher les fèves et les couper en morceaux de 1 pouce (2,54 cm).

Faire cuire à la vapeur dans une petite quantité d'eau bouillante, jusqu'à ce que les fèves soient tendres.

Égoutter.

Mélanger les fèves avec l'oignon, l'ail, le vinaigre, le sel et le poivre.

Faire refroidir.

Saupoudrer de fromage, juste avant de servir.

Donne 4 à 6 portions.

## **SALADE DE FÈVES À L'ÉTUVÉE**

**2 tasses de crème sure (500 ml)**

**2 boîtes de 10 on de fèves à l'étuvée, égouttées (2 X 454 g)**

**2 tasses de céleri, tranché en morceaux (500 ml)**

**2 gousses d'ail haché.**

**Sel et poivre au goût**

Mélanger tous les ingrédients.

Réfrigérer plusieurs heures avant de servir.

Si désiré, garnir de bacon en morceaux, juste avant de servir.

Donne 8 à 10 portions.

## JARRETS D'AGNEAU AU GRILL

6 jarrets d'agneau

### **Marinade :**

**1 tasse de jus de tomates (250 ml)**

**1/2 tasse de jus de citron (125 ml)**

**1/2 tasse de vinaigre ou jus de cornichons à l'aneth en pot**

Mélanger tous les ingrédients de la marinade.

Tremper les jarrets dans la marinade pendant

4 heures en remuant de temps en temps.

Saler la viande et griller sur feu doux.

Pendant la cuisson, badigeonner la viande de marinade.

Tourner la viande de temps en temps, pour obtenir une cuisson égale.

Cuire les jarrets environ une heure.

Réchauffer le reste de la marinade et servir avec la viande.

Donne 6 portions.

# SALADE AUX PATATES MEXICAINE

**5 patates moyennes, cuites, pelées et coupées**  
**1 boîte 8 oz de fèves à l'étuvée, égouttées (227 g)**  
**1 tasse de tomates cerise, coupées en deux ou**  
**1 tasse de tomates coupées en morceaux (250 ml)**  
**1/2 tasse d'oignons verts hachés (125 ml)**  
**2 à 3 c. table de Chili vert coupé (en boîte) (25 ml à 45 ml)**  
**Vinaigrette au Chili (voir ci-dessous)**  
**2 tasses de fromage Cheddar râpé (500 ml)**  
**Feuilles de laitue**

Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients, sauf le fromage et la laitue. Bien mélanger et réfrigérer 1 à 2 heures.

Déposer le fromage.

Remplir dans un bol, la laitue en feuilles et y déposer la salade aux patates. Donne 6 portions.

## **Vinaigrette au Chili :**

Mélanger tous ces ingrédients dans un pot avec un bon couvercle et bien agiter,

1/4 tasse (50 ml) de vinaigre de vin rouge,

1/4 tasse (50 ml) d'huile végétale

1/4 tasse (50 ml) d'eau,

1 gousse d'ail hachée,

1 c. thé (5 ml) de poudre de Chili et

1/2 c. thé (3 ml) de sel.

## **SALADE DE MAIS**

**3 tasses de grains de maïs (750 ml)**

**½ piment rouge haché fin**

**½ piment vert haché fin**

**½ tasse de champignons tranchés (125 ml)**

**1 petite boîte de pois verts égouttés**

**Pommes de terre cuites coupées en dés, froide. (facultatif)**

**Ciboulette hachée**

**Sel & poivre**

**Vinaigrette**

Mélanger tous les légumes.

Assaisonner.

Servir avec votre vinaigrette préférée.

## QUICHE AU MAIS

- 1 fond de tarte non cuit**
- 2 c. soupe de beurre**
- 1 tasse d'oignons émincés (250 ml)**
- 1/2 lb fromage Cheddar râpé (227 g)**
- 4 œufs**
- 1 tasse de grains de maïs ou**
- 1 boîte de maïs en crème (250 ml)**
- Pincée de sel**
- 1 c. soupe de sucre**
- 1 tasse de crème épaisse 35 % (250 ml)**

Chauffer le four à 375 degrés (190C) et préparer le fond de tarte. Faire cuire les oignons avec les 2 c. à soupe de beurre, environ 5 minutes, sans les faire brunir.

Au fond de la tarte, étendre le fromage râpé et les oignons cuits. Battre les œufs légèrement et ajouter le maïs, le sel, le sucre et la crème.

Verser le tout sur le fromage et les oignons.

Cuire au four de 40 à 45 minutes.

La quiche doit être gonflée et dorée.

Donne 6 portions.

## **MAIS EN CRÈTE**

**6 tasses de grains de maïs (1500 ml) (environ 12 épis)**

**1 c. à thé de miel ou sucre (5 ml)**

**1 c. à thé de sel (5 ml)**

**1 tasse de crème légère (250 ml)**

**1 c. à table de beurre (15 ml)**

**Souçon de poivre**

Combiner tous les ingrédients dans un poêlon épais.

Emmener à ébullition.

Réduire la chaleur et mijoter pendant 8 à 10 minutes, en brassant souvent pour prévenir que ça colle au fond.

Pour 8 personnes.

## **MAIS À L'ÉTUVÉE**

**2 tasses de grains de maïs (environ 4 épis) (500 ml)**

**2 tasses de jambon cuit coupées en dés ou autre reste de viande (500 ml)**

**1 petit oignon coupé**

**1 piment vert coupé**

**2 pommes de terre moyennes, cuites, pelées et coupées en dés.**

**1 grosse tomate coupée**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml) Soupçon de poivre**

**1/4 tasse de beurre (50 ml)**

**1/2 tasse de fromage cheddar filamenté (125 ml)**

Combiner tous les ingrédients, excepté le beurre et le fromage, dans un grand bol.

Faire fondre le beurre dans un grand poêlon.

Ajouter le mélange de maïs et brasser également.

Cuire à feu moyen, pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que le fond commence à brunir.

Tourner à l'étuvage, en grattant les morceaux devenus bruns et continuer à faire cuire pendant 5 minutes de plus, en grattant souvent le plat.

Saupoudrer de fromage.

Pour 4 personnes.

## **POIS FRITS**

(brassés aux champignons)

**3 c. à table de beurre (45 ml)**

**1/4 lb de champignons frais tranchés (1,13 g)**

**1/2 lb de pois sucrés (2,27 g)**

**Sauce soya au goût**

Ramollir le beurre dans une grande casserole.

Ajouter les champignons et frire jusqu'à ce qu'ils soient brunis  
.couvrir et laisser mijoter sur un feu environ 3 minutes.

Ajouter les pois sucrés et frire 2 minutes, ajouter plusieurs gouttes  
de sauce soya si désiré.

Couvrir et laisser mijoter sur feu lent pendant une minute ou moins.

Donne 6 portions.

### **Au four micro-ondes :**

Réchauffer le plat à brunir environ 1 1/2 min. Ajouter le beurre et les  
champignons.

Couvrir et cuire à haut degré 2 minutes.

Ajouter les pois.

Couvrir et cuire à haut degré pendant une minute.

Verser plusieurs gouttes de sauce soya.

Couvrir et laisser reposer une minute.

### **Note :**

Des châtaignes d'eau, des zucchini, des oignons ou d'autres  
légumes peuvent être utilisés à la place des champignons.

## **CARRÉS AUX ÉPINARDS à l'italienne**

**1/3 tasse de fromage Parmesan ou Romano (75 ml)**  
**2 tranches de pain blanc ou de blé entier, coupées en petits morceaux.**  
**1 lb, d'épinards frais ou congelés, hachés (454 GR)**  
**1 tasse de persil haché (250 ml)**  
**1 oignon moyen haché**  
**1/3 tasse de beurre ramolli (75 ml)**  
**1/4 c. thé de basilic (1 ml)**  
**1/4 c. thé d'origan (1 ml)**  
**1 c. thé de sel (5 ml)**  
**Une pincée de poivre**  
**3 œufs battus**  
**1 gousse d'ail émincée**

Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients.

Verser dans un plat carré graissé de 8 » (20.32 cm). Cuire à 325 degrés (160C) pendant 30 ou 40 minutes, ou jusqu'à ce que le dessus soit doré.

Couper en carrés.

Donne 4 à 6 portions.

## RIZ CUIT AUX POIS

**1 oignon moyen, haché**  
**1/4 tasse de beurre (50 ml)**  
**1 tasse de riz non cuit (250 ml)**  
**2 tasses de bouillon chaud (500 ml)**  
**2 c. table de piment vert ou rouge, haché (25 ml)**  
**1/4 lb de pois sucrés (113 gr)**

Dans une casserole allant au four, faire sauter les oignons dans le beurre, jusqu'à ce qu'ils soient tendres.

Déposer le riz et cuire environ une minute, brasser jusqu'à ce que le riz soit enduit de beurre.

Ajouter le bouillon chaud.

Couvrir et cuire à 375 F (190C) de 20 à 30 minutes ou jusqu'à ce que le riz soit tendre et que le liquide soit absorbé.

Mêler les piments et les pois dans le riz.

Couvrir et laisser reposer de 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce que les pois soient cuits au complet.

Donne 4 à 6 portions.

**Au four micro-onde :** Mélanger l'oignon, le beurre, le riz et le bouillon dans un plat de 2 pintes (2 l) pour les micro-ondes.

Couvrir et placer au plus haut degré pendant 20 minutes, remuer après 10 minutes.

Verser les piments et les pois.

Couvrir et laisser reposer 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce que les pois soient complètement cuits.

Remuer avant de servir.

## **POIS FRITS brassés aux champignons**

**3 c. table de beurre (45 ml)**

**1/4lb. de champignons frais tranchés (1,13 g)**

**1/2 lb, de pois sucrés (2,27 g)**

**Sauce Soya au goût**

Ramollir le beurre dans une grande casserole.

Ajouter les champignons et frire jusqu'à ce qu'ils soient brunis.

Couvrir et laisser mijoter sur un feu lent environ 3 minutes.

Ajouter les pois sucrés et frire 2 minutes, ajouter plusieurs gouttes sauce soya, si désiré.

Couvrir et laisser mijoter sur feu lent pendant 1 minute ou moins.

Donne 6 portions.

### **Au four micro-ondes :**

Réchauffer le plat à brunir environ 1 ½ min.

Ajouter le beurre et les champignons.

Couvrir et cuire à haut degré 2 minutes. Ajouter les pois.

Couvrir et cuire à haut degré pendant 1 minute.

Verser plusieurs gouttes de sauce soya.

Couvrir et laisser reposer 1 minute.

# SALADE AUX TOMATES LIBANAISE

1/2 tasse de « bulgues »

3 tomates moyennes, fraîches hachées

1 tasse de persil frais, haché fin (250 ml)

1 tasse d'oignons hachés fins (250 ml)

1 /3 tasse de jus de citron (75 ml)

2 c. thé de sel (10 ml)

1/2 tasse d'huile d'olive (125 ml)

2 c. table de menthe fraîche, hachée fine (25 ml) **Salade verte**

Déposer les « bulgues » dans un grand bol, et couvrir d'eau froide.

Laisser tremper environ 20 minutes.

Égoutter dans un égouttoir, et couvrir avec un linge.

Envelopper les « bulgues » dans le linge et éponger jusqu'à ce qu'ils soient secs.

Placez-les dans un bol profond.

Ajouter les tomates, le persil, l'oignon, le jus de citron et le sel, mélanger doucement avec une fourchette.

Juste avant de servir, déposer le tout sur un nid de salade verte.

Si désiré, servir avec des croutons de pain.

Donne 4 à 6 portions.

« **bulgues** » C'est du blé concassé qui a été cuit et séché. Il est disponible dans un magasin de produits naturels.

# RATATOUILLE

**2 oignons moyens, pelés et hachés**  
**1 gousse d'ail hachée**  
**5 c. table d'huile d'olive (75 ml)**  
**2 zucchinis moyens, tranchés**  
**2 petites aubergines, pelées et coupées en cubes**  
**2 piments verts moyens, coupés en tranches**  
**5 tomates moyennes, coupées en quatre**  
**1 c. thé de basilic (5 ml)**  
**2 c. table de persil haché (25 ml)**  
**1 c. thé sel (5 ml)**  
**1/4 c. thé de poivre (1 ml)**  
**Fromage Parmesan**

Dans un grand poêlon, faire sauter les oignons et l'ail dans l'huile, pendant 5 minutes.

Ajouter les zucchinis, les aubergines et les piments verts, ajouter plus d'huile, si nécessaire.

Brasser doucement et sauter pendant 10 minutes.

Ajouter les tomates et le reste des ingrédients.

Baisser le feu, couvrir et mijoter de 10 à 15 minutes.

Si désiré, saupoudrer de fromage Parmesan.

Servir chaud ou froid.

Donne 6 portions.

## **SALADE PIZZA DU CHEF**

- 1 boîte 8 oz de sauce tomate (227 g)**
- 1/2 tasse d'huile végétale (125 ml)**
- 1/4 tasse de vinaigre (50 ml)**
- 1 c. thé de sucre (5 ml)**
- 1 c. thé de sel (5 ml)**
- 1 c. thé d'origan séché (5 ml)**
- 1/4 c. thé de sel d'ail (1 ml) 1/8 c. thé de poivre (0,5 ml)**
- 1 pomme de salade coupée en petits morceaux**
- 8 oz de salami tranché (227 g)**
- 1 tasse de fromage Mozzarella (250 ml) râpé**
- 1 tasse de fromage Cheddar râpé (250 ml)**
- 2 tomates moyennes, coupées en petits morceaux**
- 1 piment haché.**
- 1/2 tasse d'olives dénoyautées, tranchées (125 ml)**
- 1 c. table de ciboulettes coupées en petits bouts (15 ml)**

Dans un pot avec un couvercle, déposer la sauce tomate, l'huile, le vinaigre, le sucre, le sel, l'origan, le sel d'ail, et le poivre.

Couvrir, bien remuer et réfrigérer.

Mélanger le reste des ingrédients dans un grand bol.

Remuer la vinaigrette et en mettre sur la salade.

Agiter pour placer les ingrédients.

Ajouter le reste de la vinaigrette.

Donne 6 à 8 portions.

## SALADE DE CRESSON DOUCE & AMÈRE

- 1 paquet de Cresson, environ 1 lb. (454 g)
- 3 tranches de bacon
- 2 œufs
- 1/3 à 1/2 tasse de miel ou de sucre (75 à 125 ml)
- 1/2 tasse de vinaigre ou jus de citron (125 ml)
- 1/2 tasse d'eau froide (125 ml)
- 1/4 c. à thé de moutarde sèche (1 ml)
- 1/2 c. à thé de sel (2 ml)
- 1/8 c. à thé de poivre (0,5 ml)

Laver le cresson et tailler en morceaux d'une bouchée.

Bien égoutter sur des serviettes de papier et mettre dans un grand bol à salade.

Couper le bacon et le faire frire jusqu'à ce qu'il soit croustillant.

Dans un petit bol, battre les œufs, le miel, le vinaigre, l'eau, la moutarde, le sel et le poivre.

Verser le mélange d'œufs dans le gras de bacon chaud et brasser sur feu doux à moyen jusqu'à épaississement.

Verser la vinaigrette chaude sur les cressons.

Bien agiter et servir immédiatement, pendant que c'est encore chaud.

Pour 6 personnes.

# **SALADE DE LÉGUMES**

**1 chou vert**

**5 carottes**

**1 concombre**

**10 radis**

**1 petite boîte de maïs en grain**

**Herbes salées au goût**

Bien laver le chou, les carottes, le concombre et les radis.

Couper le chou en fines lisières.

Trancher les concombres et les radis en rondelles. Râper les carottes.

Égoutter le maïs.

Mélanger tous les légumes dans un grand bol.

Ajouter des herbes salées au goût.

# CONFITURE DE RHUBARBE POUR TARTE

**6 tasses de rhubarbe coupée (1500 ml)**

**6tasses de sucre (1500 ml)**

**2 oranges moyennes**

Mélanger la rhubarbe et le sucre dans un grand chaudron à bouillir. Moudre les oranges, pelures incluses dans un mélangeur ou un robot et ajouter au mélange de rhubarbe.

Amener à ébullition et laisser mijoter en brassant fréquemment jusqu'à épaissement désiré, ou jusqu'à ce que la confiture colle à la cuillère, environ 45 minutes à 1 heure.

Verser dans des pots stérilisés, sceller les couvercles et mettre dans l'eau bouillante environ 10 minutes.

Entreposer dans un endroit sec et frais.

## **BEURRE DE FRAMBOISES**

**1 1/2 tasse de framboises fraîches (375 ml)**

**1 tasse de beurre ramolli (250 ml)**

**1 tasse de sucre en poudre (250 ml)**

Avec un batteur électrique, battre tous les ingrédients jusqu'à ce que ce soit ramolli.

Refroidir.

Servir sur les rôties, les biscuits, les gaufres ou les gâteaux secs.

# **PAIN À LA RHUBARBE ET AUX NOIX**

- 1/2 tasse de lait (125 ml)**
- 1 1/2 c. à thé de jus de citron (2 ml)**
- 3/4 tasse de cassonade (175 ml)**
- 1/3 tasse de beurre fondu ou d'huile végétale (75 ml)**
- 1 œuf**
- 1 c. à thé de vanille (5 ml)**
- 1 -1/4 tasse de farine (300 ml)**
- 1/2 c. à thé de sel (2 ml)**
- 1/2 c. à thé de poudre à pâte (2 ml)**
- 2 tasses de rhubarbe coupée (500 ml)**
- 1/4 tasse de noix hachées ou pacanes (50 ml)**
- 1/4 tasse de sucre (50 ml)**
- 1 1/2 c. à thé de beurre (2 ml)**

Mélanger le jus de citron au lait et laisser reposer 5 minutes.  
Pendant ce temps, battre dans un grand bol, le sucre, le beurre fondu, l'œuf et la vanille. Incorporer la farine, le sel, la poudre à pâte et ajouter en alternant au mélange de sucre ainsi que le lait sûr. Saupoudrer légèrement la rhubarbe de farine et plier dans la pâte en plus des noix.  
Déposer le mélange dans un moule à pain graissé.  
À l'aide d'une fourchette, mélanger le sucre au beurre et saupoudrer sur la pâte. Cuire une heure à 325 F. (160 c).  
Laisser refroidir dans le moule 10 minutes avant de le sortir.  
Donne un pain moyen.

# SHORTCAKE AUX FRAISES

**4 œufs**

**2 tasses de sucre (500 ml)**

**1 c. thé de vanille (5 ml)**

**2 tasses de farine (500 ml)**

**2 c. thé de poudre à pâte (10 ml)**

**1 tasse de lait chaud (250 ml)**

**3 c. table de beurre ramolli (45 ml)**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**Fraises fraîches, tranchées et sucrées**

**Crème fouettée**

Dans un grand bol, battre les œufs jusqu'à ce que cela ressemble à la couleur de citron.

Graduellement, battre aussi le sucre et la vanille. Verser dans la farine et la poudre à pâte.

Graduellement, battre dans le lait chaud, le beurre ramolli et le sel.

Cuire dans un plat graissé de 13 X9 (33 X 23 cm) à 350 degrés (180C) de 35 à 40 minutes.

Couper en carrés.

Séparer chaque pièce en deux, mettre sur le dessus des tranches de fraises, et de la crème fouettée.

Donne 12 portions.

## CONFITURE ÉPICÉE DE BLEUETS

**4 tasses de bleuets frais (1000 ml)**  
**3 1/2 tasses de sucre (875 ml)**  
**1/2 c. à thé de toutes épices moulues (3 ml)**  
**1/2 c. à thé de macis moulu (3 ml)**  
**1/2 c. à thé de muscade moulue (3 ml)**  
**3 c. à table de jus de citron (45 ml)**  
**1 bouteille de 6 onces ou un paquet de**  
**3 onces de pectine liquide (170 g) ou**  
**un paquet de 80 GR.)**

Dans un grand plat, mélanger ensemble les bleuets, le sucre, les épices et le jus de citron.

Emmener à l'ébullition pendant une minute.

Brasser constamment.

Remuer le tout dans la pectine liquide.

Enlever du feu et écrémer en mousse.

Vider dans des pots stérilisés.

Ajouter les couvercles et tremper les pots dans un bain d'eau bouillante environ 10 minutes.

Fait environ 5 pintes 1/2 (6,21 litres).

## TARTE À LA RHUBARBE et crème anglaise

**3 1/2 tasses (875 ml) de rhubarbe fraîche, coupée grossièrement ou de rhubarbe non sucrée congelée et égouttée.**

**1 1/2 tasse de sucre (375 ml)**

**3 œufs, légèrement battus.**

**1/4 tasse (50 ml) de crème légère.**

**1/8 c. à table de farine (1 ml)**

**1 croûte à tarte de 8 » non cuite (20 cm)**

Dans un grand bol, mélanger la rhubarbe, le sucre, les œufs, la crème et le sel. Bien mélanger.

Saupoudrer également la farine sur le dessus de la croûte à tarte.

Verser le mélange à la rhubarbe dans la croûte.

Si désiré, utiliser les restes de pâte à tarte pour garnir le dessus de la tarte de lamelles ou de découpages.

Cuire au niveau le plus bas du four à 375 F. (190 c) jusqu'à ferme consistance, environ 1 heure.

Pour 8 personnes.

# TARTE CONGELÉE AUX PÊCHES

**10 lb de pêches fraîches (4540 GR)**  
**2 tasses de sucre (500 ml)**  
**1/2 tasse de tapioca à cuisson rapide (125 ml)**  
**1/2 tasse de jus de citron (125 ml)**  
**2 c. thé d'essence d'amande (10 ml)**  
**1 c. thé de sel (5 ml).**

Peler, dénoyauter et trancher les pêches dans un grand bol.  
Ajouter le sucre, le tapioca, le jus de citron et L'essence d'amande,  
et mélanger doucement et bien.  
Faire 4 croûtes à tarte avec la pâtisserie.  
Remplir les croûtes du mélange à pêches.  
Couvrir d'une croûte, couper les côtés et envelopper dans des  
papiers pour congeler.  
Congeler et utiliser en dedans de 8 mois.  
Pour cuire, réchauffer le four à 400 degrés (200 c).  
Développer les tartes couper le dessus avec un couteau et  
saupoudrer le dessus de sucre.  
Cuire 1 heure et 15 minutes ou jusqu'à ce que la croûte soit dorée.  
Fais 4 tartes.

## Pâtisserie pour faire 8 croûtes à tarte, simple :

Dans un grand bol, mélanger 8 tasses (1800gr) de farine et 4 c. à thé  
(20ml)de sel. Avec un mixeur électrique ou un mélangeur à  
pâtisserie, couper 3 tasses (680gr) de saindoux.  
Étendre 1 à 1 1/2 tasses (250 à 375 ml) d'eau sur le mélange, 1/4  
de tasse (50 ml) à la fois, mélanger à la fourchette après chaque  
addition, jusqu'à ce que la pâtisserie soit assez homogène pour se  
tenir ensemble. Avec les mains, façonner 8 boules et refroidir  
jusqu'au moment de s'en servir.

## TARTE AUX FRAISES À LA FRANÇAISE

1 1/2 c. thé de gélatine (8 ml)

1/4 tasse d'eau froide (50 ml)

1 paquet de 3 oz de fromage à la crème (85.05 GR)

1/3 tasse de sucre en poudre (75 ml)

1 c. thé de vanille (5 ml)

1 tasse de crème fouettée (250 ml)

3/4 tasse de yogourt nature ou de crème sure (175 ml)

1 croûte à tarte toute préparée

1 pinte de fraises fraîches, enlever les queues (1.13 litre)

1/4 tasse de raisins ou autre gelée rouge, malté.

Dans un petit chaudron, dissoudre la gélatine dans l'eau froide sur un feu lent. Mettre de côté.

Dans un grand bol, battre le fromage à la crème avec le sucre jusqu'à consistance molle.

Ajouter la crème.

Battre jusqu'à sa forme maximale.

Ajouter la gélatine dissoute et le yogourt.

Battre jusqu'à consistance ferme.

Verser dans la croûte à tarte.

Refroidir 3 heures. Placer les fraises sur le dessus.

Ajouter la gelée sur le dessus.

Si désiré, garnir de crème fouettée.

Donne 8 portions.

# TARTE À LA CRÈME GLACÉE

## au café et aux abricots.

- 1 Croûte à tarte de biscuits Graham toute préparée
- 1 1/2 tasse de guimauves miniatures (375 ml)
- 1 tasse de crème pure (250 ml)
- 1 paquet de 6 on de capuchons de chocolat semi-sucré (170,46 ml)
- une pincée de sel
- 1 c. thé de vanille (5 ml)
- 1 pinte de crème glacée au café, en crème (1,13 L)
- 1 pinte de sorbet à l'orange ou à l'abricot en crème (1,13 L)

Mélanger les guimauves, la crème, les capuchons de chocolat et le sel dans un chaudron.

Cuire sur feu lent, brasser constamment jusqu'à ce que le mélange soit fondu.

Enlever du feu et verser la vanille.

Refroidir complètement.

Étendre 1/3 de sauce au chocolat dans le fond de la tarte.

Placer aussi la moitié de la crème glacée et du sorbet sur la sauce, selon les saveurs.

Terminer avec 1/3 de la sauce.

Congeler jusqu'à consistance dure.

Répéter avec le reste de la crème glacée, le sorbet et la sauce.

Congeler plusieurs heures ou toute la nuit.

Donne 8 portions.

## **TARTE CONGELÉE À LA CRÈME AU CITRON**

**1 croûte de tarte de biscuits Graham toute préparée**  
**1 boîte de limonade congelée concentrée 6 on (170,46 ml)**  
**1 pinte de crème glacée à la vanille ramollie (1,13 litre)**  
**Crème fouettée pour garnir.**  
**Tranches de citron et de menthe pour garnir (en feuilles).**

Battre la limonade concentrée dans la crème glacée.

Étendre dans la croûte.

Congeler plusieurs heures ou toute la nuit.

Si désiré, garnir de crème fouettée, de tranches de citron et de feuilles de menthe, avant de servir.

Pour varier, une limonade concentrée rose peut être utilisée avec de la crème glacée aux fraises.

Donne 8 portions.

# MOUSSE AUX FRAISES

**1 blanc d'œuf**

**1 tasse tamisée de sucre en poudre (250 ml)**

**1/2 c. à thé de vanille (2 ml)**

**1 1/2 tasses de fraises en morceaux (375 ml)**

Battre le blanc d'œuf en ajoutant graduellement le sucre en poudre. Ajouter la vanille et les morceaux de fraises en continuant de battre jusqu'à ce que les fraises soient en mousse.

Servir tel quel ou sur un gâteau blanc.

**Variation :** Vous pouvez faire cette recette avec des bananes.

## **ABRICOTS CAMPAGNE**

**4 tasses d'eau (1000 ml)**

**1/4 tasse de sucre (50 ml)**

**1 lb abricots frais entiers, environ 12 (454 g) ou en conserve**

**1 c. à thé de cannelle (5 ml)**

**2 tasses de lait (500 ml)**

**1 tasse de sucre (250 ml)**

**1c. à thé d'essence d'amande (5 ml)**

Mélanger ensemble l'eau et le sucre dans un petit chaudron et amener à l'ébullition sur un feu vif.

Réduire le feu, ajouter les abricots, couvrir et mijoter environ 5 minutes.

Ajouter la cannelle.

Faire refroidir, couvrir et mettre de côté plusieurs heures ou toute la nuit.

Pour faire la sauce, mélanger le lait, le sucre et l'essence d'amandes dans un petit chaudron et amener à l'ébullition sur Un feu moyen, brasser constamment.

Faire refroidir, couvrir et mettre de côté.

Servir sur des abricots égouttés.

Quantité : 4 à 8 portions.

# TARTE AUX FRAMBOISES FRAICHES

**1 croûte à tarte**

**4 tasses de framboises fraîches (1000 ml)**

**1 tasse d'eau (250 ml)**

**1 tasse de sucre (250 ml)**

**3 c. à table de « corn starch »**

**2 c. à thé de jus de citron (10 ml)**

**1 paquet de 3 on de fromage en crème ramolli (85,05 g)**

**1 c. à table de lait (15 ml)**

Placer une tasse de framboises (250 ml) et 2/3 tasse d'eau (250 ml) dans un chaudron.

Mijoter 3 minutes. Passer dans une passoire pour enlever les pépins.

Mélanger le sucre, le « corn starch » et 3 / 4 de tasse (175 ml) du reste de l'eau.

Ajouter aux framboises cuites et cuire jusqu'à ce que le mélange soit épais et translucide, brasser constamment.

Retirer du feu et ajouter le jus de citron.

Refroidir

Mélanger le fromage à la crème et le lait.

Étendre dans le fond de la croûte de tarte.

Placer le reste de framboises sur le mélange de fromage, en garder assez pour la garniture.

Bien étendre le mélange de framboises cuites sur le dessus des framboises froides.

Refroidir environ deux heures.

Si désiré, garnir de framboises entières et de la crème fouettée.

Donne 8 portions.

# TARTE FRAICHE AUX BLEUETS

**4 tasses de bleuets frais (1000 ml)**

**1 tasse de sucre (250 ml)**

**2 1/2 c. à table de farine de maïs (32 ml)**

**1 c. à table de beurre (15 ml)**

**La pâtisserie pour une pâte à tarte double**

Dans un grand bol, mélanger le sucre et la farine de maïs, ajouter les bleuets et bien brasser.

Remplir une assiette à tarte du mélange aux bleuets.

Étendre du beurre.

Couvrir d'une pâte à tarte, bien sceller, ciseler les côtés.

Faire de petites fentes sur le dessus.

Cuire à 425 degrés (215C) environ 45 minutes ou jusqu'à ce que la pâte soit dorée.

Donne 8 portions.

## **Tarte miniature individuelle :**

Faire la même recette que ci-dessus, mais suivre ce qui suit :

Dans un petit chaudron, mélanger le sucre,

3 1/2 c. à table (52 ml) de farine de maïs, le beurre,

1 c. à table (15ml) d'eau et 1/2 tasse (115gr) de bleuets.

Brasser constamment, amener à l'ébullition pendant une minute.

Faire refroidir et déposer sur le reste de bleuets.

Rouler dans la pâte à tarte et couper en 12 rondelles ou carrés.

Placer 1/3 de tasse (75gr) de mélange aux bleuets sur le milieu de chaque rondelle. Humecter les rebords avec de l'eau.

Plier en deux, sceller les rebords avec une fourchette et fendre le

dessus. Cuire sur une plaque à biscuits à 425 degrés (215 C)

environ 20 minutes ou jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Donne 12 tartes miniatures.

## **DÉLICE AUX BLEUETS.**

**2 tasses de farine (500 ml)**  
**1 1/2 tasse de sucre (315 ml)**  
**2/3 tasse de beurre (150 ml)**  
**2 c. à thé de poudre à pâte (10 ml)**  
**1 c. à thé de sel (5 ml)**  
**2 jaunes d'œufs.**  
**1 tasse de lait (250 ml)**  
**1 tasse de bleuets frais (250 ml)**  
**2 blancs d'œufs**

Mélanger la farine et le sucre dans un bol moyen.

Couper dans le beurre, jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

Mesurer et mettre de côté 3/4 tasse (175 ml) de mélange en chapelure pour placer sur le dessus.

Pour faire le mélange en chapelure, ajouter la poudre à pâte le sel, les jaunes d'œufs et le lait.

Battre 3 minutes.

Dans un plat séparé, battre les blancs d'œufs en neige.

Étendre les blancs d'œufs en neige dans le fond d'un plat graissé et enfariné de 13 X 9 po (33 X 23 cm).

Parsemer de bleuets sur le mélange d'œufs en neige.

Saupoudrer avec le mélange en chapelure.

Cuire à 350 degrés (180C) de 40 à 50 minutes.

Servir chaud ou froid avec de la crème fouettée ou de la crème glacée.

Donne 10 à 12 portions.

# CRÈME CONGELÉE AUX FRAMBOISES

**1 paquet de 8 oz de fromage en crème (210,80 GR)**

**1tasse de sucre en poudre (250 ml)**

**1 tasse de crème légère (250 ml)**

**1/2 c. à thé de vanille (3 ml)**

**2 tasses de framboises fraîches ou congelées (454 gr)**

Ramollir le fromage en crème à la température de la pièce.

Dans un bol moyen, battre cette dernière avec un mélangeur électrique.

Graduellement, ajouter le sucre, la crème et la vanille et battre jusqu'à ce que cela soit très ramolli.

Déposer dans un moule à muffins et recouvrir d'un papier aluminium.

Congeler environ 2 heures ou jusqu'à ce que le mélange soit ferme.

Enlever le papier et placer sur un plat à servir.

Laisser le temps de ramollir un peu.

Ajouter à la cuiller, les framboises dans la crème congelée. a la place de framboises, employer des fraises fraîches ou congelées, bleuets ou de pêches) .

Donne 8 à 10 portions.

## CERISES D'OLIVES

**2 pintes de cerises sucrées, comme les Bing ou Queen Anne (2,26 litres)**

**3 tasses de vinaigre blanc (750 ml)**

**2 tasses d'eau (500 ml)**

**1 1/2 tasse de sucre (375 ml)**

**2 c. à table de sel à marinade (25 ml)**

**(épices mélangées à marinade)**

Enlever les queues des cerises et laver ces dernières. N'enlevez pas les noyaux.

Placer dans des pots en verre.

Mélanger le vinaigre, l'eau, le sucre et le sel dans un chaudron...

Amener ; à l'ébullition.

Ajouter 1/4 c. à thé (1 ml) d'épices à marinade dans chaque pot.

Verser le sirop chaud sur les cerises dans les pots, laissant un espace d'un demi-pouce (1,27 cm).

Couvrir et ajuster les couvercles.

Placer dans un bain d'eau bouillante pendant 10 minutes.

Donne environ 10 demies pintes (5,65 litres).

# BISCUITS AUX CERISES

**1 tasse de beurre mou (250 ml)**

**1 1/2 tasse de sucre (375 ml)**

**2 œufs**

**2 c. à table de lait (25 ml)**

**1 c. à thé d'essence de vanille (5 ml)**

**3 tasses de farine (750 ml)**

**1 c. à thé de poudre à pâte (5 ml)**

**(Levure chimique)**

**1 c. à thé de soda (5 ml) (petite vache sur la boîte)**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

**1/2 tasse de cerises en morceaux (cerises à tarte) (125 ml)**

**1 tasse de céréales (Corn-flakes) écrasées (250 ml)**

**24 cerises dénoyautées à tarte, coupées en 2**

Fouetter le beurre et le sucre. Battre dans les œufs, le lait et l'essence de vanille.

Mélanger la farine, la poudre à pâte, le soda et le sel, mélanger en crème. Ajouter les cerises en morceaux.

Façonner la pâte, (environ une cuiller à table (15 ml) en boules et roulez celles-ci dans le Corn-flake.

Presser la moitié d'une cerise dans le centre de la boulette.

Cuire sur une plaque à biscuits, graissée à 375 degrés F (190C) environ 10 à 12 minutes.

Fait environ 4 douzaines.

# **BANANES DÉLICIEUSES À L'ÉRABLE**

**(sur barbecue)**

**4 belles bananes très fermes**

**1/2 tasse de sirop d'érable (125 ml)**

**Une pincée de cassonade**

**2 c. à soupe de jus de citron**

Mélanger ensemble, le sirop d'érable, la cassonade et le jus de citron.

Peler les bananes et garder les pelures.

Arroser généreusement les bananes avec le sirop et laisser reposer quelques minutes.

Envelopper les bananes de leurs pelures et enrouler chacune dans un papier d'aluminium.

Cuire au gril quelques minutes.

Servir chaque banane avec ce qui reste de sirop.

## **SORBET DE TANTINE**

**3 pintes d'eau (3,39 L)**

**3 tasses de sucre (750 ml)**

**3 citrons**

**3 oranges**

**3 bananes**

**3 blancs d'œufs (facultatif)**

Mélanger l'eau et le sucre, faire fondre le sucre en chauffant.

Refroidir.

Prendre le jus des oranges et des citrons, ajouter le jus et la pulpe au sirop.

Écraser les bananes et ajouter au sirop.

Congeler dans un contenant de crème glacée.

Si désiré, battre le blanc des œufs en neige et ajouter au mélange congelé, quand le mélange commence à devenir en bouillie.

L'addition des œufs fait un sorbet léger et velouté, et ajoute du volume au produit.

Donne environ 3 pintes (3,39 L).

# CRÈME GLACÉE À LA VANILLE

**6 œufs battus**

**2 tasses de lait (500 ml)**

**3/4 tasse de sucre (175 ml)**

**2 à 3 c. à table de miel (25 à 45 ml)**

**1/4 c thé sel (1 ml)**

**2 tasses de crème pure (500 ml)**

**1 c. à table de vanille (15 ml)**

Dans un grand chaudron, mélanger les œufs, le lait, le sucre, le miel et le sel jusqu'à ce que ce soit bien mélangé.

Cuire sur feu lent, brasser constamment, jusqu'à ce que le mélange soit devenu épais et enduise une cuiller en métal.

Refroidir. Quand c'est prêt à être mis au congélateur, mélanger la crème anglaise refroidir avec la crème et la vanille.

Congeler dans un contenant à crème glacée, en suivant les directives du fabricant.

Fait 2 pintes (2,26 l).

## Au chocolat :

Ajouter 3 carrés de 1 once (28,41 ml) de chocolat non sucré au mélange de crème anglaise avant de faire cuire.

## Aux fraises :

Sans vanille. Avant de refroidir la crème anglaise, ajouter 2 tasses (454 g) de fraises fraîches congelées et dégelées.

## Aux noix et bananes :

Écraser 3 grosses bananes. Ajouter à la crème anglaise, 1/2 tasse (225gr) de noix de pacane hachées et rôties. (suite)

(Suite: crème glacée)

**Aux pêches :**

Ajouter 2 tasses (500 ml) de purée ou de pêches écrasées à la crème anglaise.

**Pommes Betty brunes :** À la place du sucre blanc, mettre du sucre brun. Ajouter 2 tasses (500 ml) de sauce aux pommes et 1 tasse (250 ml) de noix.

**Shortcake aux bleuets :**

Ajouter 4 tasses : (900gr) de bleuets frais et 3 tasses (750 ml) de gaufres à la vanille écrasées au mélange, juste avant de congeler.

**Marmelades à l'orange :**

Remplacer 1 tasse (250 ml) de marmelade à l'orange par du sucre.

**Brandy Alexandre :**

Ajouter 1/4 tasse (50 ml) de brandy, 1/4 tasse (50 ml) de crème de cacao et 1 c à table (15 ml) de cacao à la crème anglaise froide.

**Double grappe :**

Diminuer le sucre à 1/2 tasse (125 ml). Ajouter 1 tasse (250ml) dégelée de raisins, 6 onces de jus de raisins (170.46 ml) concentré et 1 c. à table (15 ml) et une écorce de citron à la crème anglaise avant de cuire.

# CROQUE-MONSIEUR

**8 tranches de pain**

**2 tranches de jambon**

**8 tranches fines de gruyère Beurre**

Enlever la croûte des tranches de pain.

Déposer sur chaque tranche de pain une lamelle de gruyère, une demi-tranche de jambon, une seconde lamelle de gruyère, puis encore une tranche de pain.

Appuyez sur ce sandwich pour le faire tenir serré.

Faites chauffer le beurre dans une poêle.

Lorsqu'il est chaud, mettez-y les croque-monsieur.

Laissez cuire sur feu moyen pendant 6 à 7 minutes d'un côté.

Retournez-les, laissez-les cuire encore 5 min de l'autre côté et servez très chaud.

Pour 4 personnes.

## **CANAPÉS aux œufs durs et au thon**

**10 tranches rectangulaires de pain**

**3 œufs durs**

**1 boîte de 1/8 de thon à l'huile d'olive**

**1/4 tasse de mayonnaise (100 gr)**

**1 citron**

**Sel et poivre**

Enlever les coquilles et passez les œufs durs à la moulinette.

Dans un saladier, mettez la purée d'œufs et la mayonnaise, le jus de citron, le sel, le poivre ; mélanger bien le tout.

Ouvrez la boîte de thon, égouttez toute l'huile, puis coupez le poisson en 10 morceaux.

Tartiner les tranches de pain du mélange œufs mayonnaise.

Posez au centre de chaque tranche un morceau de thon.

## RELISH AU MAIS

- 14 épis de maïs sucrés épluchés.
- 2 tasses de vinaigre de cidre (500 ml)
- 4 gros piments rouges, coupés en tranches
- 1/2 chou (petit) coupé en petits morceaux
- 1 oignon (moyen) coupé en petits morceaux
- 1 gousse d'ail émincée
- 1 1/4 tasse de sucre brun (300 ml)
- 2 c. à table de farine (25 ml)
- 1 c. à table de moutarde sèche (15 ml)
- 1 c. à table de sel (15 ml)
- 2 c. à thé de graines de céleri (10 ml)
- 1 c. thé de curcuma (5 ml)

Couper le maïs en graines et mettre de côté.

Dans un grand chaudron, mélanger le vinaigre et les autres ingrédients et amener à l'ébullition.

Réduire le feu et laisser mijoter 15 minutes, brasser de temps en temps et déposer dans le maïs.

Amener à l'ébullition, réduire le feu et laisser mijoter 5 minutes, brasser tout le temps.

Placer dans des pots stérilisés, ajouter les couvercles et tremper dans un bain d'eau bouillante 10 minutes.

Fais environ 4 pintes (4,52 litres).

## CRÈME RAPIDE DE CRESSONS

**2 boîtes de 10 1/2 on. de crème de poulets concentré (290 g)**

**2 bte de soupe de lait**

**1 tasse de cresson haché finement (250 ml)**

**2 œufs cuits durs tranchés (facultatif)**

Mélanger la crème de poulet et le lait dans un chaudron.

Faire chauffer.

Ajouter les cressons hachés peu de temps avant de servir.

Garnir chaque bol à soupe d'une tranche d'œuf et d'un brin de cresson.

Pour 4 à 6 personnes.

## **SAUCE AUX TOMATES (gusta bien)**

**1/2 boisseau de tomates**  
**6 gousses d'ail**  
**6 oignons moyens**  
**1 tasse de persil haché (250 ml)**  
**3 c. table d'origan séché (45 ml)**  
**2 c. table de basilic (30 ml)**  
**1/2 tasse de sucre brun (125 ml)**  
**1/4 tasse de sel (50 ml)**  
**1 c. thé de poivre (5 ml)**  
**1/4 tasse de jus de citron (50 ml)**

Arranger les tomates et les couper en gros morceaux.  
Placer dans une grande marmite et presser les tomates ou les écraser avec les mains pour en faire ressortir le jus.  
Amener à l'ébullition, remuer souvent.  
Réduire le feu, couvrir et mijoter, remuer de temps en temps, jusqu'à ce que les tomates soient très tendres.  
Presser dans une passoire à légumes ; jeter les pépins et les pelures.

Remuer la purée de tomates dans la marmite.  
Avec un mélangeur électrique, mélanger l'ail, les oignons, le persil, l'origan et la basilic avec un peu de purée de tomates, avec le sucre brun, le sel, le poivre et le jus de citron.  
Mijoter à découvert, remuer occasionnellement, et gratter le côté de la marmite, jusqu'à ce que la sauce prenne une consistance désirée. (Ceci est une préférence personnelle).  
Ceci peut prendre peu de temps à 2 heures, tout dépend de la consistance des tomates.

(suite)

## Suite de la page 134 soupe aux tomates

Alors vous pouvez laisser cuire toute la nuit, (si vous ajustez au feu le plus bas).

Verser dans des pots en verre, ajuster les couvercles et tremper dans un bain d'eau bouillante 15 minutes pour une pinte. (1,131).

Refroidir, verser dans des récipients à congeler et congeler.

Employer directement du pot, cette sauce est excellente sur le spaghetti ou la pizza.

Fais environ 6 pintes (6,78 l).

# BEURRE DE CRESSON

**1 tasse de beurre ramolli (250 ml)**

**1 c. à thé de paprika (5 ml)**

**1/2 tasse de cresson haché finement**

Mélanger ensemble tous les ingrédients. (Si désiré, utiliser un malaxeur ou robot).

Placer au réfrigérateur.

Substituer à la mayonnaise pour les sandwichs ou utiliser comme entrée sur des craquelins ou rôties.

## **SAUCE CHILI**

**25 tomates rouges moyennes**

**6 piments rouges sucrés**

**6 piments verts**

**12 oignons moyens**

**1 c. table de graines de céleri (15 ml)**

**1 c. table de graines de moutarde (15 ml)**

**3 c. table de sel (45 ml)**

**1 tasse de sucre (250 ml)**

**3 tasses de vinaigre (750 ml)**

**1 c. table de clous de girofle entiers (15 ml)**

Peler les tomates et les couper.

Pour réduire le temps de cuisson, les tomates doivent être égouttées dans un égouttoir, si désiré .

Dénoyauter les piments, peler les oignons et hacher finement.

Mélanger avec les tomates dans une grande marmite.

Ajouter les graines de céleri, les graines de moutarde, le sel, le sucre et le vinaigre.

Attacher les clous de girofle dans le coin d'un linge mince et placer dans la marmite.

Amener à l'ébullition, réduire le feu et mijoter sans couvercle, remuer fréquemment pendant 1 1/2 à 2 heures.

Enlever le clou de girofle.

Verser dans des pots stérilisés, ajuster les couvercles et tremper dans un bain d'eau bouillante pendant environ 15 minutes.

Donne environ 3 à 4 pintes (3,39 à 4,52 L).

## VINAIGRETTE LULU

- 1 oignon moyen, coupé en petits morceaux**
- 1 petit poivron vert coupé en petits morceaux**
- 2 citrons pelés, dénoyautés et coupés en petits morceaux**
- 1 tasse de vinaigre (250 ml)**
- 1 tasse d'huile végétale (250 ml)**
- 1 tasse de sucre (250 ml)**
- 1 boîte de 6 oz de pâte de tomates (170.10 gr)**

Avec un mélangeur électrique, mélanger l'oignon, le poivre, les citrons, le vinaigre et l'huile.

Battre jusqu'à consistance lisse.

Ajouter le reste des ingrédients, et battre jusqu'à consistance lisse.

Réfrigérer.

Fait environ 4 tasses (1000 ml).

## VINAIGRETTE À L'HUILE

(ou à base de vinaigre)

**1/2 tasse d'huile végétale (125 ml)**

**1/4 tasse de vinaigre (50 ml)**

**1 c. à thé de sel (5 ml)**

**1/4 c. à thé de poivre (50 ml)**

Mélanger tous les ingrédients dans un pot bien fermé.

Bien remuer.

Fait environ 3/4 tasse (175 ml).

Vinaigrette au fromage bleu :

Ajouter 3 c. à table (45 ml) de fromage bleu en morceaux.

Vinaigrette aux herbes :

Ajouter 1 c. à table (15 ml) de persil émincé,

1 c. à thé (5 ml) de thym séché,

1/4 c. à thé (1 ml) de basilic séché,

1/4 c. thé (1 ml) de romarin séché et

1/4 c. thé (1 ml) d'origan séché.

Si vous utilisez des herbes fraîches, doubler ou tripler ces mesures.

Vinaigrette au bacon à la crème :

Ajouter:

1/4 tasse (50 ml) de crème sûre,

2 c. à table (25 ml) de bacon cuit croustillant émietté et

1/4 c. thé (1 ml) de persil émincé.

Vinaigrette italienne :

Remplacer le vinaigre par du jus de citron, et ajouter 1/4 c. thé (1 ml) de poudre d'ail. (suite)

## Vinaigrette (suite)

### Vinaigrette aux fruits :

Ajouter,

1/4 tasse (50 ml) de miel,

1 c. à thé (5 ml) de paprika,

1/2 c. thé (3 ml) de sel d'assaisonnements et

1/2 c. thé (3 ml) de graines de céleri.

### Sauce aux fruits de mer, Créole :

Remplacer le vinaigre par du jus de citron, et ajouter

1/4 tasse (50 ml) de Ketchup,

1 c. thé (5 ml) de sauce Worcestershire et ajouter une pincée de poivre de Cayenne ou de sauce Tabasco.

### Vinaigrette française :

Utiliser du vinaigre de cidre, et ajouter 1/3 tasse (75 ml) de Ketchup,

2 c. à table (25 ml) de sucre,

1 c. à thé (5 ml) d'oignons émincés et

2/3 c. à thé (4 ml) de sel d'assaisonnements.

### Vinaigrette classique :

Ajouter 1 c. thé (5 ml) de moutarde sèche, 1 gousse d'ail hachée et une pincée de paprika.

### Vinaigrette piquante :

Ajouter 1 c. à table (15 ml) de bacon cuit, croustillant, émietté,

1 c. à thé (5 ml) de sel d'oignon et

1/4 c. à thé (1 ml) de poudre d'ail.

## AUTOMNE



## **BOEUF BRAISÉ DE GRANDE-MÈRE**

**1/4 lb de lard coupé en dés (110 g)**  
**3 lb de bœuf (bout de ronde) (1350 GR)**  
**6 carottes en morceaux**  
**3 branches de céleri coupé en dés**  
**1 clou de girofle**  
**1 gousse d'ail**  
**1/2 c. thé sauge (2 ml)**

Mettre tous les ingrédients dans un chaudron en fonte et couvrir.  
Cuire au four, à feu moyen 2 heures et 30 minutes.  
Ne pas ajouter de liquide.

## **POT-AU-FEU (bouilli)**

**1/2 lb de lard salé — eau — sel — poivre (227 g)**

**4 lb de bœuf haut de côte (1650g)**

**1 feuille de laurier**

**2 poireaux**

**Oignons**

**Chou**

**Céleri taillé au goût**

**Carottes**

**Navet**

**Pommes de terre**

Parer la viande, faites-la rissoler de tous les côtés dans un mélange de beurre et huile.

Dans une marmite haute et épaisse, commencer la cuisson du lard salé à l'eau froide pour le couvrir.

Dès que l'ébullition commence, ajouter la viande, feuille de laurier, sel et poivre. Cuire 3 à 4 heures.

Ajouter les légumes selon le temps de cuisson requis.

Servir avec bouillon.

## SAWERBRATEN SIMPLE

- 2 oignons moyens tranchés et séparés en anneaux**
- 2 carottes moyennes tranchées finement**
- 2 feuilles de laurier**
- 1 c. à thé de grains de poivre (5 ml)**
- 2 1/2 tasses d'eau (625 ml)**
- 1 tasse de jus de citron ou de vinaigre (250ml)**
- 1/2 tasse de sucre (114 g)**
- 1 pièce de bœuf dans la croupe d'environ 4 lb (1.81 kg) roulée**
- 2 c. à table de beurre**
- 24 biscuits au gingembre brisés**

Dans une grande casserole, combiner les oignons, les carottes, feuilles de laurier, grains de poivre, eau, jus de citron et sucre. Amener à bouillir.

Placer la viande dans un grand bol, et verser la marinade chaude sur la viande.

Couvrir et réfrigérer pendant 1 à 3 jours en tournant la viande occasionnellement.

Retirer la viande et assécher.

Dans une rôtissoire, brunir la viande dans le beurre.

Ajouter la marinade, couvrir et mijoter sur le poêle ou cuire à 350 F (180C) pendant 2 heures ou jusqu'à tendre.

Retirer la viande. Filtrer la marinade et garder 2 1/2 tasses (625 ml) de liquide.

Dans une casserole moyenne, combiner le liquide réservé et les biscuits.

Cuire en brassant constamment, jusqu'à épaississement.

Servir avec la viande.

Pour 8 personnes.

## **TOURTIÈRE DU LAC-SAINT-JEAN**

**2 lb de bœuf (900 g)**

**2 lb de veau ou de poulet, ou encore de lièvre,  
perdrix, chevreuil au goût (900 g)**

Couper la viande en morceaux d'environ 1 pouce carré, et y ajouter l'oignon, le sel, le poivre, bien mélanger le tout.

Peler et couper les patates en petits carrés très fins, vous en faites autant que vous avez de viande.

Tapisser une casserole avec une pâte à tarte.

Déposer ensuite un rang de patates, un rang de viandes en alternant tant qu'il y en aura, ajouter de l'eau au 3/4 de votre plat.

Recouvrir de pâte, mettre au four à 300 F (150C) pendant 4 à 5 heures.

Pour 12 à 15 personnes.

# CASSEROLE DE BOEUF ET CHOU

**1 lb de bœuf haché (454 g)**

**1 oignon moyen coupé**

**1 tête moyenne de chou, grossièrement filanté.**

**1 bte de soupe aux tomates condensé de 10 1/2 on (310 ml)**

**1/2 tasse de lait**

**Sel et poivre au goût**

**1/4 c. à thé d'origan ou de basilic (1 ml)**

Dans un grand poêlon, faire sauter le bœuf haché avec l'oignon.

Dans une casserole de 2 pintes (2 litres) graissée, déposer la moitié du chou au fond.

Couvrir avec le mélange de viande.

Couvrir avec le reste de chou.

Mélanger la soupe avec le lait, le sel, le poivre et l'origan.

Verser sur le chou.

Couvrir et cuire à 350 degrés F (180 C) pendant 45 minutes ou jusqu'à ce que le chou soit tendre.

Enlever le couvercle durant les 10 dernières minutes.

Pour 6 personnes.

## AUBERGINES FARCIES À LA VIANDE

Hacher les restes de jambon, soit d'agneau ou de poulet.

Couper des aubergines dans le sens de la longueur.

Vider la chair en petits dés, cuire dans un peu de bouillon de viande.

Piler et mélanger la chair d'aubergine à la viande hachée et ajouter du riz cuit si désiré.

Assaisonner.

Remplir les peaux d'aubergines de ce mélange.

Saupoudrer de chapelure et parsemer de quelques noix de beurre et du fromage râpé au goût.

Cuire au four à 400 degrés F (200 C) jusqu'à ce que le tout soit bien réchauffé.

# AUBERGINES FARCIES

**2 petites aubergines**

**1 lb de bœuf (morceaux) (454 GR)**

**1 oignon moyen haché.**

**1 c. à thé de sel (5 ml)**

**1/2 c. à thé de poudre d'ail (3 ml)**

**1/4 c. à thé de poivre (1 ml)**

**1/2 tasse de fromage Suisse râpé (125 ml)**

**Sauce blanche au vin (voir ci-dessous)**

Couper les aubergines en deux, creuser en enlevant la pulpe, laissant l'écorce de 1/4 à 1/2 pouce d'épaisseur (0,6 cm à 1,5 cm).

Trancher la pulpe. Brunir le bœuf ; enlever le gras.

Mélanger dans l'oignon, le sel, la poudre d'ail, le poivre et l'aubergine coupée.

Couvrir et mijoter 15 minutes.

Brasser dans le fromage.

Faire une sauce blanche au vin et faire blanchir l'écorce de l'aubergine dans l'eau bouillante 2 minutes.

Bien assécher.

Remplir l'écorce avec le mélange de viande.

Placer dans un plat allant au four et y verser la sauce au vin jusqu'au bord.

Couvrir et laisser cuire à 350 degrés F(180C) pendant 20 minutes.

Découvrir et laisser cuire 5 à 10 minutes de plus.

Donne 4 portions

**Sauce blanche au vin :**

(suite) à la p 149

(suite de la sauce blanche au vin.)

**Sauce blanche au vin :**

Faire fondre 2 c. à table (25 ml) de beurre dans un petit chaudron à feu lent.

Mélanger à 2 c. à table (25 ml) de farine.

Verser dans une tasse (250 ml) de lait et  
1/4 tasse (50 ml) de vin blanc.

(Du lait additionnel peut remplacer du vin blanc)

Cuire, brasser constamment, jusqu'à épaississement.

Verser 1 c. à thé (5 ml) de sel,

1/4 c. à thé (1 ml) de poivre et

1/8 de c. à thé (0,5 ml) de muscade.

**Au four micro-onde :**

Procéder comme décrit ci-haut.

Cuire au plus haut degré de 4 à 6 minutes, tourner le plat une fois.

## **PIMENTS FARCIS**

**4 piments**

**2/3 tasse de riz instantané (150 ml)**

**1 lb de steak haché**

**1 oignon**

**Sel**

**1 boîte de soupe aux tomates (10 onces)**

**1/4 tasse d'eau (50 ml)**

Faire bouillir les piments vidés 5 minutes.

Mettre de côté.

Cuire le riz tel qu'indiqué sur la boîte.

Dans une poêle, cuire le bœuf haché et l'oignon.

Enlever le surplus de gras. Ajouter-le sel, le riz et

1/2 tasse de soupe aux tomates non diluée (125 ml).

Farcir les piments et les placer dans un plat allant au four.

Mêler le reste de la soupe à 1/4 tasse d'eau (50 ml) et verser sur les piments.

Cuire 25 minutes à 325 degrés F (160C).

## **PAIN DE VIANDE**

- 2 lb de bœuf haché (900 g)**
- 1 tasse de piment vert coupé (227 g)**
- 1 tasse de sauce aux pommes (250 ml)**
- 1 tasse d'oignons coupés (227 g)**
- 1 1/2 tasse de croûton de pains mous (341 g)**
- 1 œuf battu**
- 3 c. à table de persil émincé (45 ml)**
- 2 c. à thé de sel d'ail (10 ml)**
- 1/8 c. à thé de ketchup au piment (0.5 ml)**

Combiner tous les ingrédients, excepter le ketchup et bien mélanger.

Former en pain de viande et mettre dans un plat peu profond allant au four ou dans un moule à pain de viande.

Verser le ketchup sur le dessus.

Couvrir et cuire à 350 degrés F (180C) pendant 2 heures.

Enlever le couvercle pendant les 15 dernières minutes.

Pour 8 personnes.

## CÔTELETTES DE PORC et sauce B.B.Q.

6 côtelettes de porc

1 oignon haché

2 c. à table de cassonade (25 ml)

2 c. à table de vinaigre (25 ml)

1/4 de tasse de jus de citron (50 ml)

3/4 de tasse de Ketchup (225 ml)

2 c. à table de sauce Worcestershire (25 ml)

1/2 c. à thé de moutarde (2 ml)

1 tasse d'eau (250 ml)

Sel et poivre

Faire revenir les côtelettes.

Placer dans un plat allant au four.

Mélanger l'oignon, cassonade, vinaigre, jus de citron, ketchup, sauce Worcestershire moutarde, eau, sel et poivre.

Mêler parfaitement et laisser mijoter 1 1/2 heure.

Verser sur les côtelettes.

Cuire environ 1 heure à 350 degrés.

**(Cette sauce est aussi servie avec du bœuf en cubes ou du poulet.)**

## **COURGE SPAGHETTI avec jambon et noix**

**1 courge spaghetti moyenne d'environ 3 lb (1.36 kg)**

**1 grosse tête d'ail, émincé**

**2 c. à soupe de beurre (0 ml)**

**1 tasse de jambon cuit coupé (227 g)**

**1/4 tasse de noix coupées (57 g)**

**1 c. à table de persil émincé (1,5 ml)**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**1/4 c. à thé de poivre (1 ml)**

La courge spaghetti peut être cuite de trois façons. Pour cuire, percer la pelure à différentes places avec une fourchette.

Placez-la dans un plat peu profond allant au four et cuire pendant 60 à 75 minutes à 375 degrés F (190C) ou jusqu'à ce que la fourchette entre facilement dans la chair.

Pour bouillir, placer la courge dans un grand chaudron d'eau bouillante.

Couvrir et mijoter pendant 30 à 45 minutes ou jusqu'à ce que la fourchette pénètre facilement dans la courge.

Au four micro-ondes, placer la courge dans un plat en verre.

Presser le bouton de degré le plus haut pendant 6 minutes.

Percer la peau en différentes places, avec une fourchette et faire mettre au micro-onde pendant 8 à 10 minutes de plus ou jusqu'à tendre ; laisser au repos pendant quelques minutes.

Couper la courge cuite en deux , dans le sens de la longueur.

Pour faire du spaghetti, gratter les graines et jeter. Utilisant une fourchette, gratter la pulpe jusqu'à ce qu'elle se brise en languettes de spaghetti.

Dans un chaudron épais, faire sauter l'ail dans le beurre pour que ça brunisse et ajouter en brassant le reste des ingrédients (excepté la courge) et cuire en brassant constamment, environ 2 minutes

(suite pour la courge) p 154

Mettre dessus la courge à spaghetti filamentée chaude.  
Pour 4 personnes.

**La courge :**

Au four Micro-ondes, placer la courge dans un plat en verre.  
Presser le bouton de degré le plus haut pendant 6 minutes.

Percer la peau en différentes places avec une fourchette et faite marcher le micro-ondes pendant 8 à 10 minutes de plus ou jusqu'à tendre.

Laisser au repos pendant quelques minutes.

Couper la courge cuite en deux: dans le sens de la longueur pour faire du spaghetti.

Gratter les graines et jeter.

Pour faire votre spaghetti, utilisant une fourchette, gratter la pulpe jusqu'à ce qu'elle se brise en languettes de spaghetti.

Dans un chaudron épais, faire sauter l'ail dans le beurre pour que ça brunisse.

Ajouter en brassant le reste des ingrédients (excepté la courge) et cuire en brassant constamment, environ 2 minutes.

Mettre dessus la courge à spaghetti filamentée chaude.

Sers 4 personnes.

## RAGOUT DU KENTUCKY

- 4 jarrets de porc fumé**
- 1 poulet coupé**
- 2 tasses de pommes de terre pelées, en dés (454 g)**
- 2 tasses de carottes, pelées, tranchées (454 g)**
- 2 tasses d'oignons coupés (454 g)**
- 2 tasses de fèves de lima congelées, en bte ou fraîche (454 g)**
- 1 c. à table de sel (15 ml)**
- 1/2 c. à thé de poivre de Cayenne (3 ml)**
- 2 tasses de chou coupé ou filamenté (454 g)**
- 2 tasses de maïs en grains, congelés, en bte ou frais (454 g)**
- 2 tasses de céleri tranché (454 g)**
- 2 tasses de tomates en dés fraîches ou en bte, égouttées, coupées (454 g)**
- 2 tasses d'okra tranchées, fraîches, congelées ou en bte (454 g)**
- 2 c. à table de sauce Worcestershire (25 ml)**
- 1 tasse de piment vert en dés (227 g)**
- 1/2 tasse de persil coupé (114 g)**

Dans un grand chaudron, combiner les jarrets et le poulet avec assez d'eau pour couvrir.

Amener à ébullition, couvrir et mijoter pendant 1 h ou jusqu'à ce que le poulet soit tendre.

Retirer le poulet et mettre de côté.

Continuer à cuire les jarrets pendant 1 h de plus ou jusqu'à tendre.

Retirer les jarrets et mettre de côté avec le poulet.

Laisser le bouillon jusqu'à ce que le gras remonte à la surface, puis l'enlever.

(suite)

(Suite de : RAGOUT DU KENTUCKY p 155

Mesurer le bouillon dans le chaudron (3000 ml) en ajoutant de l'eau si nécessaire.

Mettre en brassant les patates, carottes, oignons, fèves de lima, le sel et la Cayenne.

Mijoter pendant 15 minutes.

Pendant ce temps, enlever la peau, le gras et les os du poulet et des jarrets.

Couper la viande en dés et remettre dans la casserole.

En brassant, mettre le chou, le maïs, le céleri, les tomates, 1d'okra et la sauce Worcestershire.

Mijoter pendant 15 minutes.

Mettre en brassant le piment vert et le persil.

Chauffer et servir avec du pain au maïs ou des biscuits.

Sers 16 personnes ou plus.

# POULET KENTUCKY

**4 tasses de farine (1000 ml)**  
**6 c. à table de sel (60 ml)**  
**1 c. à table de poivre (10 ml)**  
**6 c. à table d'accent (60 ml)**  
**1 c. à table de poudre d'ail (10 ml)**  
**1 c. à table de sel d'oignon (10 ml)**  
**1 c. à thé d'épices mélangées (5 ml)**  
**1 c. à thé de poudre de cari (5 ml)**  
**1/2c. à thé de moutarde sèche (2 ml)**  
**1 c. à thé d'épices volaille (5 ml)**  
**2 œufs et du lait**  
**Clou de girofle**

Mélanger tous les ingrédients.

Préparer le poulet en pièces détachées.

Battre 2 œufs avec 1 c. à soupe (10 ml) de lait.

Tremper le poulet dans les œufs.

Rouler dans la panure préparée.

Faire frire dans l'huile jusqu'à doré. Égoutter.

Cuire au four à 350 degrés F (180 C) pendant 45 min.

## **POULET AU CIDRE DE POMME**

- 1 poulet à frire de 2 1/2 à 3 lb (0.071 kg à 1.36 kg) coupé**
- 1/2 c. à thé de sel (3 ml)**
- 1/2 tasse de farine (114 g)**
- 1 c. à thé de basilic séchée (5 ml)**
- 1/4 tasse de beurre (5.7 g)**
- 1 c. à table de jus de citron (15 ml)**
- 1 tasse de cidre de pomme ou de jus (250 ml)**

Saupoudrer le poulet dans un mélange de sel, farine et de basilic.

Dans un poêlon allant au four, brunir le poulet dans le beurre.

Ajouter le jus de citron et le cidre, en grattant le fond du poêlon pour prendre les morceaux brunis.

Couvrir et cuire à 350 degrés F (180C) pendant 45 minutes, ou jusqu'à tendre à la fourchette.

Si désiré, enlever le couvercle et brunir légèrement avant de servir.

Sert 4 personnes.

## SHOP SUEY AU PORC OU POULET

**2 tasses de porc ou poulet cuit (500 ml)**

**4 c. à table d'huile (20 ml)**

**3 c. à table de sauce chinoise (40 ml) (50 ml)**

**1 gousse d'ail haché fin**

**1/2 pied de céleri**

**3 oignons blancs**

**1 piment vert**

**1 boîte de fèves chinoises**

**1 boîte de consommé de bœuf**

**1 c. à table de féculé de maïs (10 ml), délayée dans un peu d'eau froide**

Faire mijoter l'huile, la sauce chinoise et l'ail 3 minutes dans une casserole épaisse.

Ajouter le céleri coupé en morceaux, les oignons coupés en rondelles, le piment vert coupé en ruban.

Couvrir et mijoter 15 minutes.

Ajouter la viande, le consommé et la féculé délayée, réchauffer.

Ajouter les fèves chinoises lavées à l'eau froide et bien égouttées.

Cuire quelques minutes pour réchauffer.

Servir avec riz et nouilles frites.

## **FARCE DE DINDE aux prunes danoises**

- 1 1/2 tasse de petits morceaux de prunes dénoyautées (341 g)**
- 2/3 tasse de jus d'orange (150 ml)**
- 1/2 tasse de beurre fondu (125 ml)**
- 8 tasses de croûtons ou de pains blancs rôtis en cube (1818 g)**
- 1 tasse de pommes pelées en cubes (227 g)**
- 1 tasse de céleri coupé (227 g)**
- 1 oignon moyen coupé**
- 2 œufs, légèrement battus**
- Sel et poivre au goût**
- Une pincée de poivre de Cayenne ou de sauce Tabasco**
- 1 C. à thé de gingembre**

Tremper les prunes dans le jus d'orange pendant 1 heure.

Dans un grand bol ou un plat à rôtir, combiner tous les ingrédients et mélanger légèrement avec les mains.

Bourrer la dinde légèrement, en laissant un peu d'expansion.

Fait assez de farce pour une grosse dinde de 20 à 25 lbs. (9.07 kg à 11.34 kg).

## **FARCE À DINDE** aux oignons et à la sauge

**12 oignons moyens pelés**

**1 à 2 c. à table de sauge (15 ml à 25 ml)**

**1 c. à thé d'assaisonnement à volaille (5 ml)**

**2 à 3 c. à thé de sel (10 ml à 15 ml)**

**1/2 c. à thé de poivre (3 ml)**

**8 tasses de pain rassis en cubes (1818 g)**

**1 œuf battu**

**1/2 tasse d'eau ou de bouillon (125 ml)**

Faire bouillir les oignons jusqu'à tendres et croustillants.

Égoutter et couper.

Combiner les oignons avec le reste des ingrédients dans un grand bol. Bien mélanger.

Fait assez de farce pour une dinde de 12 lb (5.44 kg).

## **DINDE AU CURRY**

**1/4 tasse de beurre (57 g)**

**1/4 tasse de farine (57 g)**

**1/2 à 1 c. à thé de poudre de curry (3 ml à 5 ml !)**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**Souppçon de poivre**

**2 tasses de lait (500 ml)**

**2 tasses de dinde cuite coupée (454 g)**

**1 boîte de morceaux d'ananas égouttés de 20 on (567 g)**

**1 1/2 tasse de céleri coupé (341 g)**

**1/2 tasse d'amandes tranchées ou d'arachides grillées à secs (114 g)**

Dans un chaudron moyen, faire fondre le beurre.

Brasser en ajoutant la farine, la poudre de curry, le sel, et le poivre.

Graduellement, ajouter le lait en brassant.

Cuire sur feu moyen, en brassant constamment jusqu'à

épaississement et y incorporer en brassant le reste des ingrédients.

Servir sur du riz chauds, nouilles, biscuits ou rôties.

## **RAGOUT AUX HUITRES**

**2 c. à table de beurre (25 ml)**

**1 petit oignon émincé**

**1 c. à table de farine (15 ml)**

**1/2 c. à thé de sel assaisonné ou de sel de céleri (8 ml)**

**1/2 c. à thé de basilic (3 ml)**

**1 pinte d'huîtres avec le liquide (1 litre)**

**1 bte de maïs en grains avec le liquide de 8oz (237 ml).**

**3 tasses de lait et/ou de crème légère (750 ml)**

Dans un grand chaudron sur un feu doux, sauter les oignons dans le beurre jusqu'à ce que ce soit tendre.

En brassant, ajouter la farine, sel et basilic jusqu'à ce que ce soit homogène.

Ajouter les huîtres avec le liquide et mijoter jusqu'à ce que les bords des huîtres commencent à tourner.

Brasser en ajoutant le maïs et le lait.

Chauffer en brassant constamment.

Sert 4 à 6 personnes.

## RAGOUT DU KENTUCKY

**4 jarrets de porc fumé**

**1 poulet coupé**

**2 tasses de pommes de terre pelées et en dés (454 g)**

**2 tasses de carottes, tranchées et pelées (454 g)**

**2 tasses d'oignons coupés (454 g)**

**2 tasses de fèves de lima, congelées, en bte ou fraîches (454 g)**

**1 c. à table de sel (15 ml)**

**1/2 c. à thé de poivre de Cayenne (3 ml)**

**2 tasses de chou coupé ou filamenté (454 g)**

**2 tasses de maïs en grains (454 g) congelés en bte ou frais.**

**2 tasses de céleri tranché (454 g)**

**2 tasses de tomates en dés (454 g) fraîches, en bte égouttées, coupées.**

**2 tasses d'okra tranchés, fraîches, congelés ou en bte (454 g)**

**2 c. à table de sauce Worcestershire (25 ml)**

**1 tasse de piment vert en dés (227 g)**

**1/2 tasse de persil coupé (114 g)**

Dans un grand chaudron, combiner les jarrets et le poulet avec assez d'eau pour couvrir.

Amener à ébullition, couvrir et mijoter pendant 1 h ou jusqu'à ce que le poulet soit tendre.

Retirer le poulet et mettre de côté.

Continuer à cuire les jarrets pendant 1 h de plus ou jusqu'à tendre.

Retirer les jarrets et mettre de côté avec le poulet.

Laisser le bouillon jusqu'à ce que le gras remonte à la surface, puis l'enlever.

Mesurer le bouillon dans le chaudron (3000 ml) en ajoutant de l'eau si nécessaire.

Mettre en brassant les patates, carottes, oignons, fèves de lima, le sel et la Cayenne. (suite)

(Suite du Ragout du Kentucky)

Mijoter pendant 15 minutes.

Pendant ce temps, enlever la peau, le gras et les os du poulet et des jarrets.

Couper la viande en dés et remettre dans la casserole.

En brassant, mettre le chou, le maïs, le céleri, les tomates, l'ocra et la sauce Worcestershire.

Mijoter pendant 15 minutes.

Mettre en brassant le piment vert et le persil.

Chauffer et servir avec du pain au maïs ou des biscuits.

Sert 16 personnes ou plus.

# POULET KENTUCKY

4 tasses de farine (1000 ml)  
6 c. à table de sel (60 ml)  
1 c. à table de poivre (10 ml)  
6 c. à table d'accent (60 ml)  
1 c. à table de poudre d'ail (10 ml)  
1 c. à table de sel d'oignon (10 ml)  
1 c. à thé d'épices mélangées (5 ml)  
1 c. à thé de poudre de cari (5 ml)  
1/2 c. à thé de moutarde sèche (2 ml)  
1 c. à thé d'épices volaille (5 ml)  
2 œufs et du lait  
Clou de girofle.  
Tuméric.

Mélanger tous les ingrédients.

Préparer le poulet en pièces détachées.

Battre 2 œufs avec 1 c. à soupe (10 ml) de lait.

Tremper le poulet dans les œufs.

Rouler dans la panure préparée. Faire frire dans l'huile jusqu'à doré.

Égoutter.

Cuire au four à 350 degrés F (180 C) pendant 45 min. .

## **POULET AU CIDRE DE POMME**

**1 poulet à frire de 2 1/2 à 3 lb (0.071 kg à 1.36 kg) coupé**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

**1/2 tasse de farine (114 g)**

**1 c. à thé de basilic séché (5 ml)**

**1/4 tasse de beurre (5.7 g)**

**1 c. à table de jus de citron (15 ml)**

**1 tasse de cidre de pomme ou de jus (250 ml)**

Saupoudrer le poulet dans un mélange de sel, farine et de basilic.

Dans un poêlon allant au four, brunir le poulet dans le beurre.

Ajouter le jus de citron et le cidre, en grattant le fond du poêlon pour prendre les morceaux brunis.

Couvrir et cuire à 350 degrés F (180C) pendant 45 minutes, ou jusqu'à tendre à la fourchette.

Si désiré, enlever le couvercle et brunir légèrement avant de servir.

Sers 4 personnes.

## **FARCE DE DINDE aux prunes danoises**

- 1 1/2 tasse de petits morceaux de prunes dénoyautées (341 g)**
- 2/3 tasse de jus d'orange (150 ml)**
- 1/2 tasse de beurre fondu (125 ml)**
- 8 tasses de croûtons ou de pains blancs rôtis en cube (1818 g)**
- 1 tasse de pommes pelées en cubes (227 g)**
- 1 tasse de céleri coupé (227 g)**
- 1 oignon moyen coupé**
- 2 oeufs, légèrement battus Sel et poivre au goût**
- Une pincée de poivre de Cayenne ou de sauce Tabasco**
- 1 c. à thé de gingembre**

Tremper les prunes dans le jus d'orange pendant 1 heure.  
Dans un grand bol ou un plat à rôtir, combiner tous les ingrédients et mélanger légèrement avec les mains.  
Bourrer la dinde légèrement, en laissant un peu d'expansion.  
Fait assez de farce pour une grosse dinde de 20 à 25 lb (9.07 kg à 11.34 kg) .

## **FARCE À DINDE** à l'ancienne aux oignons et à la sauge

**12 oignons moyens pelés**

**1 à 2 c. à table de sauge (15 ml à 25 ml)**

**1 c. à thé d'assaisonnement à volaille (5 ml)**

**2 à 3 c. à thé de sel (10 ml à 15 ml)**

**1/2 c. à thé de poivre (3 ml)**

**8 tasses de pain rassis en cubes (1818 g)**

**1 œuf battu**

**1/2 tasse d'eau ou de bouillon (125 ml)**

Faire bouillir les oignons jusqu'à tendres et croustillants.

Égoutter et couper.

Combiner les oignons avec le reste des ingrédients dans un grand bol. Bien mélanger.

Fait assez de farce pour une dinde de 12 lb (5.44 kg).

## **DINDE AU CURRY**

**1/4 tasse de beurre (57 g)**

**1/4 tasse de farine (57 g)**

**1/2 à 1 c. à thé de poudre de curry**

**(3 ml à 5 ml) 1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**Soupeçon de poivre**

**2 tasses de lait (500 ml)**

**2 tasses de dinde cuite coupée (454g)**

**1 boîte de morceaux d'ananas égouttés de 20 on (567 g)**

**1 1/2 tasse de céleri coupé (341 g)**

**1/2 tasse d'amandes tranchées ou d'arachides grillées à sec (114 g)**

Dans un chaudron moyen, faire fondre le beurre.

Brasser en ajoutant la farine, la poudre de curry, le sel, et le poivre.

Graduellement, ajouter le lait en brassant.

Cuire sur feu moyen, en brassant constamment jusqu'à

épaississement et y incorporer en brassant le reste des ingrédients.

Servir sur du riz chauds, nouilles, biscuits ou rôties

## **RAGOUT AUX HUITRES**

**2 c. à table de beurre (25 ml)**

**1 petit oignon émincé**

**1 c. à table de farine (15 ml)**

**1 1/2 c. à thé de sel assaisonné ou de sel de céleri (8 ml)**

**1/2 c. à thé de basilic (3 ml)**

**1 pinte d'huîtres avec le liquide**

**(1 litre)**

**1 bte de maïs en grains avec le liquide de 8oz (237 ml)**

**3 tasses de lait et/ou de crème légère (750 ml)**

Dans un grand chaudron sur un feu doux, sauter les oignons dans le beurre jusqu'à ce que ce soit tendre.

En brassant, ajouter la farine, sel et basilic jusqu'à ce que ce soit homogène.

Ajouter les huîtres avec le liquide et mijoter jusqu'à ce que les bords des huîtres commencent à tourner.

Brasser en ajoutant le maïs et le lait.

Chauffer en brassant constamment.

Sers 4 à 6 personnes.

# AUBERGINE ROMARIN

**1 aubergine moyenne**

**1/2 tasse de beurre fondu (125 ml)**

**3/4 tasse de chapelure fine (175 ml)**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**1 tasse de sauce aux tomates pour spaghetti (250 ml)**

**1 c. à table d'origan (15 ml)**

**1 tasse de fromage râpé (250 ml)**

Enlever la pelure de l'aubergine et couper en tranches de 1/2 po (1,27 cm).

Tremper les tranches dans le beurre, ensuite dans la chapelure, mélangée avec le sel.

Placer sur une plaque à biscuits graissée.

Déposer la sauce sur le dessus de chaque tranche.

Saupoudrer d'origan et de fromage. (Les tranches auront l'air de pizza miniature).

Cuire à 450 degrés (225C) de 10 à 12 minutes, ou jusqu'à ce que ce soit doré.

Donne 4 portions.

# AUBERGINE AU CURRY ET RIZ

- 1 grosse aubergine, coupée en cubes de 1/2 po (1,27 cm)  
(sans enlever la pelure)
- 6 c. à table d'huile végétale (90 ml)
- 1 oignon moyen haché
- 1 poivron vert haché
- 1 piment rouge haché
- 1/8 c. à thé de poivre rouge (0,5 ml)
- 1 c. à table de pâte de tomates ou de Ketchup (15 ml)
- 1 c. à thé de poudre de curry  
(5 ml, ou plus selon vos goûts).
- 1 c. à thé de sel (5 ml)
- 1/4 c. à thé de poivre (1 ml)
- 1 1/2 tasse de riz non cuit (375 ml)
- 3 tasses d'eau ou de bouillon de poulet (750 ml)

Chauffer 3 c. à table (45 ml) d'huile dans une bouilloire profonde.  
Ajouter la moitié de l'aubergine et faire sauter, brasser constamment jusqu'à ce que les morceaux d'aubergine deviennent dorés.

Retirer avec une cuiller et mettre à part.

Répéter avec le reste de l'aubergine et ajouter 2 c. à table (25 ml) de plus d'huile.

Ajouter le reste, une cuiller à table (15 ml) d'huile et faire sauter l'oignon et les poivrons jusqu'à ce que le tout soit tendre.

Mélanger aux piments rouges, la pâte aux tomates, le curry, le sel et le poivre.

Ajouter l'aubergine et le riz et bien mélanger.

Amener l'ébullition, couvrir et cuire à 350 degrés. (180C) environ 30 minutes ou jusqu'à ce que le riz soit prêt.

Ce plat devrait être préparé à l'avance et cuit plus tard.

C'est bon chaud ou froid.

Donne 8 portions.

## PÂTE ET BROCOLI

**1 lb de spaghetti (454 g) cuit et égoutté**

**2 lb de brocoli frais (900 g)**

**2 paquets de 10 oz. (300 ml) de brocoli coupé, congelé.**

**3/4 c. à thé de sel (4 ml)**

**1 1/2 tasse d'eau (375 ml)**

**1/4 tasse d'huile d'olive ou de beurre fondu (50 ml)**

**1/4 c. à thé de poivre (1 ml)**

**Fromage parmesan râpé.**

Si vous utilisez du brocoli frais, couper en morceaux de 2 po (5 cm). Cuire le brocoli frais ou congelé dans de l'eau salée jusqu'à ce que ce soit tendre.

Faire revenir les pâtes ainsi que le brocoli avec une petite quantité d'eau de cuisson, d'huile ou de beurre, poivre et 1/2 tasse (125 ml) de fromage parmesan.

Servir immédiatement, étant chaud, saupoudrer encore avec du fromage parmesan si désiré.

Donne 4 à 6 portions.

## **CASSEROLE DE RIZ ET BROCOLI**

**2 tasses d'eau chaude (500 ml)**

**1 sachet de mélange à soupe à l'oignon de 1 1/2 on (28.3 g)**

**1 tasse de riz non cuit (250 g)**

**2 c. à table de beurre (25 ml)**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

**1/4 c. à thé de poivre (1 ml)**

**1 paquet de 10 on de brocoli congelé et coupé (300 ml)**

Dans une casserole graissée de 2 pintes (2,26 L) avec un couvercle qui ferme serré, combiné l'eau chaude ainsi que le sachet de mélange à soupe, le riz, le beurre, le sel et le poivre.

Brasser.

Placer le brocoli congelé au milieu.

Couvrir et cuire à 375 degrés F (190C) pendant 45 minutes ou jusqu'à ce que le riz soit cuit et que le liquide soit absorbé.

Tasser doucement avec une fourchette avant de servir.

Sert 4 personnes.

## **CUISSON DE BROCOLI - FROMAGE**

**6 œufs**

**2 lb de fromage cottage à petits grains (900 g) environ**

**4 tasses (900 g)**

**6 c. à table de farine (75 ml)**

**1/2 lb, de fromage cheddar ou de fromage Américain en dés (250 g)**

**1 paquet de 10oz.de brocoli congelé coupé, dégelé (300 ml)**

**1/2 tasse de beurre fondu (125 ml)**

**6 à 8 gros oignons coupés**

Combiner tous les ingrédients dans un bol à mélanger et battre jusqu'à ce que ce soit bien mélanger. (Le brocoli va se briser). Déposer dans un plat graissé de 13 X 9 po (33 X 23cm) allant au four.

Cuire à 350 degrés F (180C) pendant une heure ou jusqu'à ce que ce soit bruni et que ça bouille.

Laisser à la température de la pièce pour 10 minutes avant de servir.

Sert 10 à 12 personnes.

## **SOUPE À L'OIGNON, favorite française**

**2 c. à table de beurre non salé (25 ml)**

**2 tasses d'oignons tranchés (454 g)**

**1 gousse d'ail émincée**

**6 cubes de bouillon de bœuf**

**5 tasses d'eau (1250 ml)**

**1/8 c. à thé de poivre (0.5ml)**

**6 tranches épaisses de pain français rassis**

**1 1/2 tasse de fromage suisse gruyère, Jack Monterrey ou de Munster (341 g)**

Dans un grand poêlon épais, fondre le beurre.

Sauter les oignons et l'ail doucement sur feu moyen jusqu'à ce que ce soit bruni en grattant les côtés et le fond fréquemment pour détacher les morceaux brunis.

Ajouter les cubes de bouillon, l'eau et le poivre, couvrir et mijoter pendant 10 à 15 minutes.

Pendant ce temps, faire rôtir délicatement le pain dans un four chaud pour rendre croustillant.

Couvrir le pain avec le fromage.

Faire fondre le fromage sur le pain dans le four jusqu'à ce qu'il brunisse.

Mettre la soupe dans des bols et couvrir chaque bol avec une tranche de pain.

Servir immédiatement.

Sers 6 personnes.

# POTAGE CRÈME DE LÉGUMES

**1 pinte d'eau de cuisson des légumes**  
**2 tasses purée de légumes**  
**2 c. à table de beurre ou graisse (25 ml)**  
**1 oignon, sel et poivre**  
**3 tasses de lait**  
**6 c. à table de farine**

Cuire les légumes au choix ainsi que l'oignon.

Fondre le beurre, incorporer la farine, bien mélanger;

Verser le lait chaud graduellement et faire mijoter quelques minutes ; brasser souvent la préparation.

Ajouter l'eau de cuisson la purée de légumes, l'assaisonnement; laisser mijoter de nouveau.

Servir très chaud. Les pommes de terre, carottes, blés d'Inde, pois, fèves à beurre, céleri et asperges donnent des soupes à saveur délicieuse.

## **SOUPE AUTOMNALE**

- 1 livre de bœuf haché (450 g)**
- 1 c. à table d'huile végétale (10 ml)**
- 1 tasse d'oignons hachés (250 ml)**
- 4 tasses d'eau bouillante (1000 ml)**
- 1 tasse de carottes en tranches (250 ml)**
- 1 tasse de céleri en morceaux (250 ml)**
- 1 tasse de patates en dés (250 ml)**
- 2 c. à thé de sel (10 ml)**
- 1/2 c. à thé de poivre (2 ml)**
- 1 c. à thé d'extrait de viande ou bouillon (5 ml)**
- 1 feuille de laurier**
- 6 tomates entières**

Faire brunir le bœuf dans l'huile à feu doux dans une poêle épaisse.

Ajouter l'oignon, continuer la cuisson

5 minutes en brassant constamment.

Ajouter tous les ingrédients sauf les tomates.

Chauffer jusqu'à ébullition.

Couvrir et laisser mijoter 20 minutes.

Ajouter les tomates et faire mijoter 10 minutes.

# **SOUPE AUX TOMATES ET CÉLERI**

**2 tasses de céleri haché (500 ml)**

**1 oignon émincé**

**1 feuille de laurier**

**6 tasses d'eau**

**1 boîte de tomates Sel et poivre**

**1 c. à table de beurre (10 ml)**

**2 c. à table de riz (25 ml)**

Hacher finement l'oignon et le céleri.

Faire fondre le gras y faire blondir l'oignon y ajouter le céleri, les tomates, l'eau et la feuille de laurier.

Laisser cuire 3/4 heure.

Laver le riz et le jeter dans la soupe.

Laisser cuire 30 minutes.

# CHOU-FLEUR MARINÉ

**4 têtes de chou-fleur coupées en petits morceaux.**

**1 lb d'oignons en tranches, ou de petits oignons blancs épluchés (454 g)**

**1 gros poivron vert, dénoyauté et coupé en tranches**

**2 piments sucrés rouges, dénoyautés et coupés en tranches**

**1/3 tasse de sel à marinade (75 ml)**

**1/2 tasse de sucre brun (125 ml)**

**3 c. à table de moutarde sèche (45 ml) 2 c. à thé de curcuma (10 ml)**

**2 c. à thé de graines de moutarde (10 ml)**

**2 c. à thé de graines de céleri (10 ml)**

**6 tasses de vinaigre blanc (1500 ml)**

**1/2 tasse de farine (125 ml)**

**1 tasse d'eau froide (250 ml)**

Mélanger les morceaux de chou-fleur, les oignons et les piments dans un grand plat.

Saupoudrer de sel, brasser gentiment et laisser reposer toute la nuit.

Placer dans la saumure et placer les légumes dans une grande bouilloire.

Ajouter le sucre, la moutarde, le tumérique, les graines de moutarde et de céleri ainsi que le vinaigre.

Amener à l'ébullition, brasser fréquemment.

Réduire le feu et mijoter environ 15 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

Mélanger la farine et l'eau dans un petit bol pour former une pâte.

Brasser doucement en un mélange à marinades à bouillon.

Cuire en brassant constamment jusqu'à épaississement environ 3 minutes. Déposer dans des pots stérilisés.

Ajouter les couvercles et tremper dans un bain d'eau bouillante 10 minutes.

Donne 4 à 5 pintes (4.52 à 5.65 litres)

# CHOU-FLEUR AUX HERBES

**1 chou-fleur**

**2 c. à table de beurre (30 ml)**

**1 c. à table de persil haché frais (15 ml)**

**1 c. à table de ciboulette hachée (15 ml)**

**Sel et poivre au goût**

**Une pincée de poivre de Cayenne ou de sauce Tabasco**

Laver le chou-fleur et enlever les feuilles vertes.

Couper jusqu'au cœur, garder la tête intacte.

Dans un grand chaudron, emmener à l'ébullition, un pouce d'eau (3 cm).

Placer le chou-fleur dans le chaudron, la queue du chou-fleur dans le fond et cuire à la vapeur, couvrir de 15 à 20 minutes, ou jusqu'à ce que le chou-fleur soit tendre.

Placer sur un plat à servir chaud.

Mélanger les herbes et les assaisonnements au beurre fondu, et étendre sur le chou-fleur.

Donne 4 à 6 portions.

## **CHOU-FLEUR AU FOUR**

**1 tête de chou-fleur, séparée en petits bouquets**

**1/4 tasse de beurre fondu (50 ml)**

**1 tasse de fromage râpé fort (250 ml)**

**Sel et poivre au goût.**

**1 c. à thé d'estragon (5 ml)**

Disposer dans une casserole peu profonde.

Arroser avec du beurre fondu.

Saupoudrer avec du fromage, du sel et du poivre, ainsi que l'estragon.

Cuire non couverte à 350 degrés F (150C) pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que ce soit tendre.

Sert 4 à 6 personnes.

## **CHOU EN CRÈME, de 5 minutes**

**1 1/2 tasse de lait (375 ml)**

**1 chou moyen, haché (environ 8 tasses) (2000 ml)**

**2 c. à table de farine (25 ml)**

**1/4 tasse de lait (50 ml)**

**2 c. à table de beurre (25 ml)**

**1 c. à thé de sel (5 ml)**

**1/8 c. à thé de poivre (0,5 ml)**

Dans une casserole sur feu moyen, chauffé le lait.

Ajouter le chou, couvrir et mijoter pendant 2 minutes.

Pendant ce temps, mélanger ensemble la farine et 1/4 tasse de lait (50 ml).

Ajouter au chou en brassant et incorporer le beurre, le sel, le poivre.

Continuer la cuisson en brassant jusqu'au point d'ébullition et que le mélange devienne collant.

Couvrir et cuire sur feu lent environ 2 minutes ou plus.

Brasser.

Servir dans un plat à sauce.

Donne 6 à 8 portions.

## **GARNITURE À SANDWICH AU ZUCCHINI**

**2 tasses de zucchini haché (500 ml)**

**1/2 tasse de crème sure ou de yogourt nature (125 ml)**

**3 c. table de ciboulettes hachées (45 ml)**

**Sel et poivre au goût**

**1/2 c. thé de basilic (3 ml)**

Placer les zucchinis dans une passoire et presser pour déshydrater.

Mélanger avec le reste des ingrédients.

Refroidir.

Servir sur des craquelins ou sur des tranches de concombre ou comme Sauce à tremper les légumes.

Utiliser à la place de la mayonnaise dans les sandwiches.

Utiliser aussi à la place de la mayonnaise dans la salade au poulet ou au jambon.

Fait environ 2 tasses (500 ml)

# SALADE DE CHOU

**1 chou moyen haché**  
**2 oignons moyens**  
**2 carottes râpées**  
**2 tasses de céleri coupé [500 ml]**

Mélanger tous ces légumes ensemble.

Faire chauffer:

**1 1/4 tasse de vinaigre [300 ml]**  
**3/4 tasse de sucre [225 ml]**  
**1 c. à thé de moutarde sèche [5 ml]**  
**1/2 tasse huile à salade [125 ml]**  
**2 c. à thé de sel [10 ml]**  
**1 c. à thé de graine de céleri [5 ml]**

Faire chauffer jusqu'à ébullition.  
Verser chaud sur les ingrédients.

## **CHOU ROUGE, aigre-doux**

**1 petit chou rouge, haché**

**1 tasse de pommes non pelées, en cubes [250 ml]**

**1/4 tasse de sucre brun [50 ml]**

**1/4 tasse de vinaigre [50 ml]**

**1/4 tasse d'eau [50 ml]**

**1 c. thé de sel [5 ml]**

**1/8 c. thé de poivre [0,5 ml]**

**1 c à table de beurre [15 ml]**

Mélanger tous les ingrédients dans une casserole profonde.  
Couvrir et cuire sur feu lent, remuer occasionnellement de 20 à 30 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

Donne 4 à 6 portions.

## **CASSEROLE AUX ZUCCHINIS à faibles calories**

**6 tasses de zucchini pelés, et tranchés [1500 ml]**

**1 c. table de sel [15 ml]**

**2 tranches de pain, et émietter**

**1/4 tasse de fromage parmesan [50 ml]**

**1 gousse d'ail haché**

**1 tasse de jus de tomates [250 ml]**

**1/4 tasse de bouillon de poulet [50 ml]**

**1/2 lb. de fromage Mozzarella tranché fin [227 g]**

Saupoudrer de sel sur les zucchini, placer dans une passoire et laisser reposer 20 à 30 minutes.

Éponger avec une serviette de papier.

Dans un petit bol, mélanger les miettes de pain, le parmesan et l'ail.

Mélanger le jus de tomates et le bouillon.

Placer la moitié des zucchini dans une casserole de 1 1/2 pinte [1,69 L]

Saupoudrer de la moitié du mélange de miettes de pain.

Ajouter la moitié du mélange de tomates.

Couvrir de la moitié du fromage.

Répéter le même traitement.

Cuire à 350 degrés (180C) environ 30 minutes, ou jusqu'à ce que les zucchini soient tendres, et que le fromage soit fondu.

Retirer du four, et laisser reposer 10 minutes avant de servir.

Donne 4 portions.

## **PÂTES DE PATATES aux zucchinis**

**1 1/2 tasse de patates pelées et hachées (375 ml)**

**1 1/2 tasse de zucchinis hachés  
(375 ml)**

**1/4 tasse d'oignons hachés (50 ml)**

**2 c. table de farine (25 ml)**

**2 c. table de germe de blé (25 ml)**

**1/4 tasse de persil haché (50 ml)**

**1 c. thé de sel (5 ml)**

**1 c. thé de poivre (5 ml) (ou moins, au goût)**

**3 oeufs, légèrement battus**

Dans un grand bol, placer les patates, le zucchini et les oignons avec la farine et le germe de blé.

Ajouter le reste des ingrédients.

Chauffer un peu de beurre dans une casserole sur feu moyen.

Ajouter le mélange de zucchini (environ 1/4 tasse (50 ml) dans le beurre pour former de petits pâtés

Frire jusqu'à ce que les petits pâtés soient dorés, retourner et dorer l'autre côté.

Si désiré, garnir le dessus d'une tranche de fromage après les avoir retournés.

Donne 4.portions.

## **POIRES AU CITRON ET AU MIEL**

**4 tasses de poires dénoyautées, pelées et hachées en petits morceaux (1000 ml)**

**3 tasses de sucre (750 ml)**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**1 gros citron, dénoyauté, haché**

Mélanger tous les ingrédients et cuire dans un grand chaudron, remuer fréquemment, environ 15 minutes. ou jusqu'à consistance d'une pâte à tartiner.

Verser dans des pots stérilisés et chauds.

Ajuster les couvercles et tremper dans un bain d'eau bouillante pendant 10 minutes.

Donne 5 chopines (2.80 litres).

## **CROQUANTS AUX POIRES à la noix de coco**

**6 poires**

Peler et couper les poires en tranches.

Mélanger avec 1/2 tasse (125ml) de sucre brun, la cannelle, la muscade, la pelure de l'orange et 2 c..à table (25 ml) de farine.

Déposer le tout dans un plat allant au four de 2 pintes (2.26 litres).

Verser le jus d'orange sur les poires.

Mélanger le reste du sucre brun et la farine.

Ajouter le beurre, et mélanger jusqu'à consistance granuleuse.

Ajouter la noix de coco.

Saupoudrer sur les poires. Cuire avec un couvercle à 350 degrés F (180C) pendant 40 minutes.

Découvrir et cuire 10 à 20 minutes de plus, ou jusqu'à ce que les poires soient tendres.

Servir chaud avec de la crème.

Donne 6 à 8 portions.

# TARTE AUX POMMES-PACANES

- 1 pâte à tarte de 9" (23 cm)
- 1/2 tasse de beurre ramolli (125 ml)
- 1 tasse de sucre (250 ml)
- 3 œufs
- 3/4 tasse de sirop de maïs foncé (175 ml)
- 1/4 c. à thé de sel (1 ml)
- 1 c. à thé d'essence de vanille (5 ml)
- 1 1/2 tasse de pommes pelées et hachées (375 ml)
- 1 tasse de pacanes brisées (250 ml)

Dans un grand bol, écrémez le beurre avec le sucre.

Ajouter les œufs et battre.

Ajouter ensuite le sirop, le sel et la vanille. Incorporer les pommes et les pacanes.

Verser dans la croûte à tarte.

Cuire à 375 degrés (190C) de 40 à 50 minutes ou jusqu'à ce que vous ayez inséré un couteau au centre de la tarte et qu'il en ressorte propre.

Refroidir avant de servir.

Donne 8 portions.

# TARTE DORÉE aux pommes et au cheddar

**1 croûte à tarte de 9 po (23 cm)**  
**1/4 tasse de sucre (50 ml)**  
**1/2 c. à thé de cannelle (3 ml)**  
**1/4 c. à thé de muscade (1 ml)**  
**5 tasses de pommes hachées finement (1250 ml)**  
**1 tasse de fromage Cheddar râpé (250 ml)**  
**2 c à table de farine (25 ml)**  
**1/3 tasse de sucre brun (75 ml)**  
**1/3 tasse de farine (75 ml)**  
**Une pincée de muscade**  
**2 c à table de beurre (25 ml)**

Mélanger ensemble le sucre, la cannelle et la muscade et ajouter les pommes dans un grand bol.

Ajouter le fromage et la farine et bien mélanger.

Renverser le mélange de pommes dans une croûte à tarte.

Mélanger le sucre brun, la farine, la muscade et le beurre.

Couper le beurre dans le mélange avec un mélangeur à pâtisserie ou avec 2 couteaux, jusqu'à consistance granuleuse.

Saupoudrer sur le mélange à pommes.

Cuire à 375 degrés (190C) environ 50 minutes.

Si désiré, servir chaud, et saupoudrer du reste de fromage râpé.

Donne 8 portions.

## TARTE DE POUDING AUX POMMES

**2 œufs battus**

**1/4 tasse de beurre ramolli (50 ml)**

**1 tasse de sucre (250 ml)**

**1 tasse de farine (250 ml)**

**1 c à thé de soda à pâte (5 ml)**

**1/2 c. à thé de cannelle (3 ml)**

**1/4 c. à thé de muscade (1 ml)**

**2 tasses de pommes pelées et hachées (500 ml)**

**Noix hachées ou noix de coco hachées (facultatif)**

Dans un bol moyen, mélanger les œufs et le beurre.

Ajouter le sucre et brasser jusqu'à consistance molle.

Ajouter la farine, le soda, la cannelle et la muscade.

Ajouter les pommes et si désiré, les noix hachées ou les noix de coco hachées, et mélanger le tout.

Verser dans une assiette à tarte graissée de 9" (23 cm).

Cuire à 350 degrés'(180C) pendant 40 minutes, ou jusqu'à ce que vous ayez inséré un cure-dents et qu'il en ressorte propre.

Couper en triangle et servir chaud ou froid.

Servir avec de la crème glacée, si désiré ou de la crème fouettée.

Donne 6 à 8 portions.

## **PAIN AUX POMMES DE FLEURETTE**

**3 1/2 tasses de pommes pelées et hachées (875 ml)**

**2 tasses de sucre (500 ml)**

**1 tasse de raisins (250 ml)**

**1/2 tasse de beurre fouetté (125 ml)**

**2 œufs battus**

**3 tasses de farine (750 ml)**

**2 c. thé de poudre à pâte (5 ml)**

**1 c. thé de sel (5 ml)**

**2 c. thé de cannelle (10 ml)**

**1 c. thé de toutes épices (5 ml)**

**1/2 tasse de noix ou de pacanes hachées (125 ml)**

Dans un grand bol, verser les pommes avec le sucre et laisser reposer pendant 5 minutes. Ajouter les raisins et le beurre.

Ajouter les œufs et battre.

Mélanger le reste des ingrédients secs et verser dans le mélange de pommes et mélanger.

Verser dans 2 plats à pain, graissés.

Cuire à 375 degrés F (190C) de 45 à 55 minutes, ou jusqu'à ce que vous ayez inséré un cure-dents et qu'il en ressorte propre.

Fait 2 pains moyens.

# **PAIN AU CIDRE ET RAISINS**

- 3 à 3 1/2 tasses de farine (794 g)**
- 1 paquet de levures sèches alimentaire**
- 1 c. à table de sucre (15 ml)**
- 1 c. à thé de sel (5 ml)**
- 1 c. à table de cannelle (15 ml)**
- 3/4 tasse de cidre de pomme ou de jus (175 ml)**
- 1 c. à table de beurre (1,5 ml)**
- 1/2 tasse d'eau froide (125 ml)**
- 3/4 tasse de raisins (170 g)**

Dans un grand bol, combiner 2 tasses (454g) de farine avec la levure, le sucre, le sel et la cannelle.

Dans un poêlon moyen, combiner le jus de pomme, le beurre et les raisins. Amener à ébullition et mijoter pendant 5 minutes. Ajouter de l'eau froide au mélange de jus de pomme et laissez-le quelques minutes jusqu'à ce qu'il soit tiède, mais pas chaud.

Ajouter en brassant le mélange de farine en ajoutant assez de farine pour faire une pâte douce.

Sur une surface enfarinée, façonner jusqu'à ce que ce soit élastique et mou.

Mettre dans un bol beurré, couvrir et laisser lever dans un endroit chaud jusqu'au double, environ 1 heure.

Masser et former une large, ou deux petites miches et placer dans un moule à pain graissé.

Couvrir et laisser lever au double. Cuire à 375 degrés F (190C) , pendant 35 minutes.

Fait une grosse miche ou deux petites.

## **CROUSTADE AU FROMAGE ET AUX POMMES**

**4 tasses de pommes tranchées (1000 ml)**

**1/4 tasse d'eau froide (50 ml)**

**1/3 tasse de farine (75 ml)**

**2/3 tasse gruau d'avoine (cuisson rapide) (150 ml)**

**1 tasse de cassonade (250 ml)**

**1{8 c. à thé de sel**

**1/2 c. thé de cannelle (2 ml)**

**1/3 tasse de beurre (75 ml)**

**3/4 tasse fromage cheddar fort ou moyen râpé (225 ml)**

Placer les pommes dans un plat beurré allant au four, environ 10 po.  
X 6 po.

Ajouter 1/4 tasse (50 ml) d'eau froide pour humecter les pommes.

Mélanger ensemble la farine, le gruau, le sucre, le sel et la vanille.

À l'aide de deux couteaux, couper le beurre dans le mélange jusqu'à l'obtention d'une chapelure grossière.

Retirer 1/4 tasse (50 ml) de cette préparation et mettre de côté.

Ajouter le fromage à l'autre partie et recouvrir les pommes.

Ajouter le 1/4 tasse (50 ml) de la préparation.

Cuire au four à 350 degrés (180 C) de 25 à 30 minutes.

# FEUILLETÉ AUX POMMES

**1 pomme moyenne**

**Sucre en poudre**

**Raisins secs**

**Pincée de cannelle**

**Confiture d'abricots**

**Pâte feuilletée**

Poser la pomme épluchée et vidée sur un carré de pâte feuilletée.

Ajouter du sucre en poudre et des raisins secs, feuilletés.

Ajouter des raisins secs déjà trempés dans l'eau ou dans une liqueur de fruits et du sucre en poudre.

Ajouter la pincée de cannelle et un peu de confiture d'abricots.

Rejoindre les quatre coins du carré de pâte sur la pomme.

Sceller avec un peu d'eau.

Dorer la pâte avec du jaune d'œuf.

Cuire au four 25 minutes à 350 degrés F. (180C) .

Donne une portion

## **CROUSTILLES AUX POMMES**

**6 pommes moyennes, pelées et tranchées finement**

**1/2 tasse de farine (125 ml)**

**4 c. table de beurre (50 ml)**

**1 c. thé de cannelle (5 ml)**

**3/4 tasse de sucre brun (175 ml)**

Placer les pommes dans une casserole graissée de 1 1/2 pinte (1,70 L).

Mélanger le reste des ingrédients avec un mélangeur à pâtisserie jusqu'à consistance granuleuse.

Verser sur les pommes.

Cuire à 375 degrés (190C) de 45 à 50 minutes.

Servir chaud ou froid avec de la crème glacée ou de la crème fouettée.

Donne 6 portions.

## **CARRES AUX POMMES à la crème sure**

**2 tasses de farine (500 ml)**  
**2 tasses de sucre brun (500 ml)**  
**1/2 tasse de beurre ramolli (125 ml)**  
**1 tasse de noix hachées ou de pacanes hachées (250 ml)**  
**1 à 2 c. thé de cannelle (5-10 ml)**  
**1 c. thé de soda à pâte (5 ml)**  
**1/2 c. thé de sel (3 ml)**  
**1 tasse de crème sûre (250 ml)**  
**1 c. thé de vanille (5 ml)**  
**1 œuf**  
**2 tasses de pommes pelées et hachées finement (500 ml)**

Dans un grand bol, mélanger la farine, le sucre et le beurre. Mélanger avec un mélangeur électrique à basse vitesse jusqu'à friable. Ajouter aux noix. Presser 2 3/4 tasses (675 ml) de ce mélange dans un plat graisse de 13 X 9" (33 X 23 cm) allant au four.

Dans le reste du mélange, ajouter la cannelle, le soda, le sel, la crème sure, la vanille et l'œuf. Bien mélanger. Verser dans les pommes. Étendre Cuire à 350 degrés (180C) de 25 à 30 minutes ou jusqu'à ce que vous ayez inséré un cure-dents et qu'il en ressorte propre. Refroidir et couper en carrés. Si désiré, servir avec de la crème fouettée.

Donne 12 portions.

# BISCUITS À LA CITROUILLE

**1 1/2 tasse de sucre (341 g)**

**1/2 tasse de beurre (114 g)**

**1 œuf**

**1 1/2 tasse de citrouille cuite, écrasée ou en boîte (341 g)**

**2 tasses de farine (454 g)**

**4 c. à thé de poudre à pâte (20 ml)**

**1/4 c. à thé de muscade (1 ml)**

**1/4 c. à thé de clous moulus (1 ml)**

**1/2 c. à thé de gingembre (3 ml)**

**1/2 c. à thé de cannelle (3 ml)**

**1/2 tasse de raisins (114 g)**

**1/2 tasse de noix coupées ou de pacanes (114 g)**

**1 tasse de son ou de flocons de son (227 g)**

Mettre le beurre et le sucre en crème.

Battre l'œuf et la citrouille dedans.

Combiner la farine, la poudre à pâte et les épices et brasser pour faire une pâte.

Ajouter les raisins, les noix et le son.

Verser une cuillerée à thé à la fois du mélange sur une tôle à biscuits en laissant 2 pouces de distance entre chaque. (5 cm).

Cuire à 375 degrés F (190C) pendant 18 à 20 minutes ou jusqu'à ce que ce soit bruni.

Fait environ 4 douzaines.

# GRAINES DE CITROUILLE RÔTIÉS

**2 tasses de graines de citrouille (454 g)**

**2 c. à table de beurre fondu (25 ml)**

**1 1/2 c. à thé de gros sel (8 ml)**

Nettoyer les graines de citrouille en grattant les fibres qui restent après: ne pas les laver. (Les graines de courges peuvent être utilisées aussi).

Combiner tous les ingrédients dans un petit bol et brasser bien.

Étaler sur une lèchefrite ou dans un plat peu profond et rôtir dans un four à 250 degrés F (120 C) pendant 30 à 40 minutes en brassant fréquemment ou jusqu'à ce que les graines soient brunies et croustillantes.

Refroidir et servir ou serrer dans un endroit sec et frais.

Si désiré, plus d'assaisonnement comme du sel d'assaisonnement, sel d'ail, sel d'oignon, poudre de Chili peut être utilisé.

Fait environ 1 1/2 tasse (341 g)

# POUDING À LA CITROUILLE

**1/2 tasse de sucre (114 g)**

**1/2 tasse d'eau (125 ml)**

**2 enveloppes de gélatine sans saveur**

**4 œufs séparés**

**2 tasses de citrouille en boîte ou de citrouille cuite ou écrasée (454 g)**

**6 cubes de glace**

**2 à 3 c. à thé d'épices de tarte à la citrouille ou, un mélange de cannelle, muscade, gingembre et de clous de girofles (10 à 15 ml)**

Dans une casserole moyenne, combiner le sucre, l'eau et la gélatine.

Laisser reposer pendant 1 minute.

Battre les jaunes d'œufs avec le fouet.

Cuire à feu moyen, en brassant constamment, jusqu'à ce que la gélatine soit diluée et que le mélange soit épais et mousseux, environ 3 minutes.

Verser dans un mélangeur électrique.

Ajouter le reste des ingrédients.

Procéder à haute vitesse jusqu'à ce que la glace soit fondue, environ 1 minute. Verser dans des assiettes à service.

Refroidir jusqu'à ce que ce soit ferme, de une à deux heures.

Sert 6 à 8 personnes.

# BISCUITS AU CITRON ET ZUCCHINI

**2 tasses de farine (500 ml)**

**1 c. thé de poudre à pâte (5 ml)**

**1/2 c. thé de sel (3 ml)**

**3/4 tasse de beurre (175 ml)**

**3/4 tasse de sucre (175 ml)**

**1 œuf**

**La pelure râpée d'un citron**

**1 tasse de zucchini haché (250 ml)**

**1 tasse de noix de pacanes ou de noix hachées (250 ml)**

**Garniture au citron (voir ci-dessous)**

Mélanger la farine, la poudre à pâte, le sel et mettre de côté.

Dans un grand bol, fouetter le beurre et le sucre.

Ajouter le mélange de farine et remuer jusqu'à consistance lisse.

Ajouter les zucchinis et les noix.

Déposer avec une cuiller sur une plaque à biscuits graissée.

Cuire à 375 degrés (190C) pendant 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce que la pâte soit dorée.

Glacer le dessus avec la garniture au citron pendant que les biscuits sont encore chauds.

Fais environ 2 douzaines.

## **Garniture au citron:**

Mélanger

**1 tasse de sucre en poudre**

**1 1/2 c à table (22 ml) de jus de citron jusqu'à consistance lisse.**

# GÂTEAU AUX DATTES

**1 tasse de dattes coupées (250 ml)**

**1 tasse de sucre (250 ml)**

**1 tasse d'eau bouillante (250 ml)**

Mettre sur feu moyen environ 5 minutes. Laisser refroidir complètement.

**Ajouter 1 œuf battu à 1/4 tasse de beurre fondu (50 ml).**

**Ajouter: 1 c à thé de vanille (2 ml),  
sel et poivre**

**1 c. thé de soda à pâte (2 ml),**

**1 tasse de farine (250 ml),**

**1 c. à thé de poudre à pâte (2 ml),**

**1/2 tasse de farine (125 ml).**

Cuire environ 40 minutes à 350 degrés F. Préparer le sirop et le mettre sur le gâteau 5 minutes avant la fin de la cuisson.

## **SIROP :**

**4 c. à table de cassonade (40 ml)**

**1 c. à table de sucre (10 ml)**

**4 c. à table de lait (40 ml).**

**Chauffer 15 minutes.**

Pour le sirop il est préférable que les ingrédients soient à la température de la pièce.

## MOUTARDE À L'ANETH

**1/2 tasse de moutarde sèche (114 g)**  
**1/2 tasse de vinaigre de cidre (125 ml)**  
**6 c. à table de sucre (90 ml)**  
**2 c. à table d'eau (30 ml)**  
**1 c. à thé de sel (5 ml)**  
**1 c. à thé d'aneth séché (5 ml)**  
**1 œuf battu légèrement**

Mélanger tous les ingrédients sauf l'œuf, dans un bain-marie.  
Couvrir et laisser à la température de la pièce pendant 4 à 6 h.  
Brassez l'œuf dans le mélange de moutarde.  
Cuire au-dessus de l'eau frémissante en brassant constamment,  
jusqu'à ce que le mélange épaississe, environ 10 minutes.

Verser dans un bocal, refroidir légèrement et couvrir.  
Réfrigérer pendant 24 heures avant l'utilisation.  
Placez au réfrigérateur et utiliser dans les 3 mois qui suit.

Fait 1 tasse. (250 ml)

## **LE SECRET de sel d'assaisonnement**

**1 tasse de sel (227 g)**

**2 c. à table de paprika (25 ml)**

**1 c. à thé de persil séché en flocons (5 ml)**

**1 c. à thé de ciboulette séchée (5 ml)**

**1 c. à thé de poivre (5 ml)**

**1/2 c. à thé de marjolaine (3 ml)**

**1/2 c. à thé de graines de céleri (3 ml)**

**1/2 c. à thé de poudre de curry (3 ml)**

**1/4 c. à thé de poudre d'ail (1 ml)**

**1/8 c. à thé de poudre de Cayenne (0.5 ml)**

Mettre tous les ingrédients dans le contenant du mélangeur électrique.

Couvrir et mélanger jusqu'à ce que les herbes et les graines soient finement coupées et que le mélange soit homogène.

Mettre dans des bocaux d'épices ou salières achetées.

Fait environ 1 1/4 tasse (300 ml).

## **BEURRE DE RAISINS SAUVAGES**

**6 pintes de raisins sauvages (6 litres)**

**12 grosses pommes cuites et coupées en quartiers**

**4 tasses de sucre**

Dans une grande marmite, couvrir les raisins avec de l'eau, Amener à ébullition, puis mijoter pendant 20 minutes.

Égoutter (réserver le jus pour faire. de la gelée).

Placer la pulpe des raisins dans un linge, formant un sac. (Enlever les pépins des raisins).

Remettre dans la marmite accompagnée des pommes.

Couvrir avec de l'eau, amener à ébullition, puis faire mijoter avec un couvercle pendant 20 minutes.

Égoutter. (Garder le jus pour faire de la gelée).

Jeter le sac et les pépins.

Placer le reste de la pulpe de pommes dans un broyeur.

Cela est supposé de faire 5 tasses de (250 ml).

Remettre la pulpe dans la marmite et le sucre et amener à ébullition, remuer constamment.

Mijoter jusqu'à consistance désirée.

Le temps de la cuisson dépend de la sorte de pommes et comment vous les avez égouttées.

Verser dans des pots chauds, ajuster les couvercles et déposer les pots dans un bain d'eau bouillante pendant 10 minutes.

Donne 6 à 8 demi-pintes (1.68 à 2.24 litres).

## **CONFITURE DE MELON ET D'ABRICOTS**

**3 livres d'abricots frais (environ 36) 1,5 kg)**

**Râper la pelure d'une orange.**

**2 oranges, pelées et coupées en morceaux.**

**2 tasses de cantaloup coupé en petits morceaux (500 ml)**

**6 tasses de sucre (1500 ml)**

Enlever les noyaux des abricots, puis couper en petits morceaux.

Placer dans un grand chaudron avec les pelures d'oranges, les morceaux d'oranges et de melon.

Ajouter le sucre, et laisser reposer une heure.

Faire bouillir et brasser fréquemment, jusqu'à ce que le mélange ait la consistance désirée, environ 30 à 40 minutes.

Placer dans des bocaux chauds.

Ajouter les couvercles

## **PRUNES ET NOIX EN CONSERVE**

**4 tasses de prunes dénoyautées et hachées (1000 ml)**

**1/2 tasse de jus d'orange (125 ml)**

**1 1/2 c. thé de pelure d'oranges râpées (8 ml)**

**1/2 tasse de noix hachées finement (125 ml)**

**6 tasses de sucre (1500 ml)**

**1 paquet de 1 3/4 oz de pectine en poudre (49.71 ml)**

Pour sauver du temps, les prunes peuvent être broyées dans un broyeur-mélangeur électrique.

Dans une grande marmite, mélanger les prunes, le jus d'orange, la pelure d'orange et les noix.

Mesurer le sucre, et mettre de côté.

Mélanger la pectine aux fruits.

Placer sur un feu vif et brasser constamment. Jusqu'à ce que le mélange commence à bouillir beaucoup.

Amener à forte ébullition pendant une minute, et brasser constamment.

Retirer du feu, et fouetter avec une cuiller et amener en consistance lisse. Mettre dans des pots de verre.

Ajuster les couvercles et placer dans un bain d'eau bouillante pendant 5 minutes.

Fait environ 7 demies pintes (3.99 litres).

## **KETCHUP AUX FRUITS**

**20 tomates**  
**6 pêches**  
**6 pommes**  
**4 oignons**  
**6 tasses de vinaigre**  
**1 pied de céleri**  
**2 piments rouges**  
**2 piments verts**  
**6 poires.**  
**6 tasses de sucre**  
**1/2 boîte d'épices à marinades**

Couper en morceaux. Mêler le tout et cuire à feu lent jusqu'à tendre.

# KETCHUP AUX CAROTTES

**6 grosses carottes**  
**2 tasses de céleri**  
**6 gros oignons**  
**3 tasses de vinaigre**  
**1 c. thé de cannelle**  
**2 boîtes (28 on) tomates en conserve ou fraîches**  
**6 pommes**  
**4 tasses de sucre**  
**3 c. à table d'épices à marinades**  
**1 c. thé sel**

Peler les légumes et hacher au moulin à viande ou au couteau.

Mettre le tout dans une marmite épaisse.

Cuire sur feu doux et brasser assez souvent.

Quand tous les légumes sont cuits, laisser refroidir et mettre dans les pots stérilisés.

Si les légumes ont été hachés au couteau, faire cuire les carottes un peu avant.

## **BOULES DE FROMAGE AUX ARACHIDES**

**1/3 tasse de beurre d'arachide crémeux ou croquant (.75 ml)**

**1/2 tasse de fromage cheddar filamenté (114 g)**

**1/2 tasse de crème sure ou de yogourt nature (125 ml)**

**2 c. à table d'oignons émincés (25 ml)**

**1 tasse d'arachides grillées à sec, coupées (227 g)**

Utilisant le mélangeur électrique, ou autre, fouetter ensemble le beurre d'arachide, le fromage, la crème sure et l'oignon.

Refroidir jusqu'à ce que ce soit ferme.

Placer le mélange sur une feuille de papier ciré.

Former une boule et roulez-la dans les arachides coupées.

Refroidir quelques heures.

Servir avec des craquelins, légumes crus ou fruit frais.

Fait 1 1/2 tasse (341 g)

## **GLAÇAGE DE COURGE EN CRÈME**

**5 lb de courge, coupées en gros morceaux (2270 gr)**

**2 c. à table de beurre (25 ml)**

**2 c. à table de sucre brun (25 ml)**

**1/3 tasse de raisins (75 ml)**

**3/4 c. à thé de sel (4 ml)**

**1/4 c. à thé de muscade moulu (1 ml)**

**1/8 c. à thé de poivre (0.5 ml)**

**1/4 c. à table de beurre (15ml)**

**1 c. à table de sucre brun (15 ml)**

**1 c. à table de miel ou mélasse**

**2 c. à table de noix hachées ou de pacanes.(25 ml)**

Placer la courge, bouts coupés en bas, dans un plat peu profond allant au four avec environ 1/2 pouce d'eau (1.47 cm).

Cuire à 400 degrés F (200 C) pendant 1 heure ou jusqu'à ce que ce soit tendre.

Enlever la pulpe et placer dans un grand bol à mélangé.

Avec le mélangeur électrique, fouetter la courge avec le beurre, sucre brun, raisins, sel, muscade et poivre.

Déposer dans une grande casserole beurrée.

Dans un petit chaudron, chauffer le reste des ingrédients. Déposer sur la courge.

Cuire non couvert à 350 degrés F (180C) jusqu'à ce que ce soit chaud, environ 30 minutes.

Sert 10 à 12 personnes.

## **COURGE AU BEURRE À L'ORANGE**

**3 tasses de courge cuite, écrasées (680 g)**

**1/2 tasse de beurre (125 ml)**

**1/2 tasse de sucre brun ou de miel (114 g)**

**Le jus et le zeste d'une orange**

**1 c. à thé de sel (5 ml)**

**1/8 c. à thé de poivre (0.5 ml)**

Combiner tous les ingrédients et bien mélanger. Cuire sur feu lent, et brasser constamment, jusqu'à ce que ce soit chaud, environ 5 minutes.

Ensuite, verser dans une casserole d'une chopine (0.57 litres) et cuire à découvert à 350 degrés F (180C) pendant environ 30 minutes ou jusqu'à bien cuit.

Donne de 4 à 6 portions.

# BROUILLARD DE CONFETTIS

**12 œufs**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

**1/4 c. à thé de poivre (1 ml)**

**1 boîte de 4 onces de champignons tranchés, égouttés (90 ml)**

**1 1/2 à 2 tasses de fromage cottage (375 ml à 500 ml)**

**1/4 tasse de poivron vert haché (50 ml)**

**1/4 tasse de piment rouge haché (50 ml)**

**2 c. à table de beurre (25 ml)**

Dans un grand bol, battre les œufs,  
le sel et le poivre.

Remuer dans les champignons, le fromage cottage, les morceaux  
de poivron vert et de piment rouge.

Faire fondre le beurre dans une grande casserole.

Verser dans le mélange aux œufs.

Cuire sur feu lent, retourner avec une spatule jusqu'à ce que le  
mélange commence à épaissir.

Ne pas surchauffer.

Donne 8 portions.

# HIVER



## **BOEUF EN CUBES À LA MEXICAINE** (une des meilleures critiques)

**2 lb de bœuf en cubes**  
**2 c à thé d'huile**  
**1 tasse d'oignons (250 ml)**  
**1 piment vert**  
**1/2 tasse de céleri (125 ml)**  
**1 tasse de champignons (250 ml)**  
**2 c. thé de fécule de maïs**  
**1 1/2 tasse de tomates en conserve (375 ml)**  
**1 c. thé de sel**  
**1 c. à thé de poivre**  
**4 à 6 pommes de terre**

Faire saisir la viande placée au fond d'une marmite.

Recouvrir la viande de tous ces légumes coupés en morceaux oignons, piment, céleri, champignons.

Délayer la fécule de maïs à un peu d'eau froide.

Faire chauffer les tomates et laisser mijoter jusqu'à ébullition, ajouter peu à peu la fécule de maïs pour épaissir la sauce.

Verser la sauce sur les légumes.

Assaisonner et ajouter les pommes de terre en morceaux.

Cuire une heure et demie à 350 degrés F (180C)

## HACHIS DE TOMATES

- 1 lb bœuf à bouillir (454 gr)**
- 1 gros oignon haché**
- 1 grosse boîte de tomates avec son jus (conserve)**
- 2 tasses de macaroni en coude non cuit (500 ml)**
- 1 c. thé de poudre de Chili (5 ml)**
- 1 c. thé de sel (5 ml)**
- 1/8 c. thé de sauce Worcestershire (0,5 ml)**
- 1/2 c. thé de marjolaine (3 ml)**

Dans un poêlon, brunir le bœuf et les oignons.

Égoutter le gras.

Verser le reste des ingrédients.

Couvrir et cuire à

350 degrés (180C) pendant une heure.

Donne 6 portions.

## **RAGOUT EN MARMITE SUÉDOISE avec sauce à la crème**

**2 c. à table de beurre (25 ml)**  
**1 jarret de bœuf à rôtir de**  
**4 lb (1.81kg)**  
**1 c. à thé de sel (5 ml)**  
**1/2 c. à thé de poivre (3 ml)**  
**2 oignons moyens tranchés**  
**2 feuilles de laurier**  
**8 toutes-épices entières**  
**2 c. à table de mélasse (25 ml)**  
**2 c. à table de vinaigre (25 ml)**  
**1/2 tasse de bouillon de bœuf (125 ml)**  
**2 c. à table de farine (25 ml)**  
**1/4 tasse d'eau froide (50 ml)**  
**1/2 tasse de crème (125 ml)**

Faire fondre le beurre dans une rôtissoire.

Ajouter le rôti et brunir des deux côtés.

Saupoudrer avec sel et poivre.

Ajouter l'oignon, feuilles de laurier, toute-épice, mélasse vinaigre et bouillon. Amener à ébullition et couvrir.

Laisser mijoter sur le poêle ou cuire à 350 degrés F (180C) pendant 3 h ou jusqu'à tendre en ajoutant plus de liquide si nécessaire.

Placer la viande sur une lèche-frite chauffée et garder au chaud.

Filter le bouillon et enlever l'excès de gras.

Remettre le bouillon dans le plat, mélanger la farine avec de l'eau froide. Ajouter au bouillon, cuire et brasser jusqu'à épaississement sur une assiette.

Verser de la sauce à la cuillère.

Sert 6 à 8 personnes.

220

# BOEUF À LA BOURGUIGNONNE

**3 à 4 lb d'épaule ou de ronde de bœuf (1350 à 1650 kg)**

**4 tranches de lard salé, gras**

**Farine tout usage**

**1 c. à thé de sel**

**1/2 c. à thé de poivre**

**1 poireau**

**1/2 tasse de persil haché (125 ml)**

**2 gousses d'ail émincées**

**Vin rouge**

**1/2 lb de champignons (227 g)**

**2 c. à soupe de beurre (25 ml)**

Couper la viande en morceaux de 1 1/2 à 2 pouces carrés. {2.5 à 5 cm)

Enlever le surplus de gras et les os, s'il y a lieu.

Couper les tranches de lard salé en petits carrés.

Faire fondre le lard salé dans une casserole de fonte émaillée ou de fonte noire.

Rouler les morceaux de bœuf dans la farine et les faire dorer dans le lard fondu, à feu vif.

Ajouter le sel et le poivre, le poireau coupé en tranches minces, le thym, le persil et l'ail.

Remuer le tout quelques instants et ajouter assez de vin rouge pour que la viande soit recouverte.

Porter juste à ébullition.

Couvrir et laisser cuire à feu très lent, jusqu'à ce que la viande soit tendre.

## POT-AU-FEU GREC À L'AIL

1 pièce de bœuf dans la croupe de  
2 1/2 à 3 lb (1.13 kg à 1.36 kg)  
8 gousses d'ail Sel et poivre  
2 c. à table de beurre (25 ml)  
3 tasses de sauce aux tomates (750 ml)  
2 c. à table de jus de citron (25 ml) ou de vinaigre  
1 c. à thé de muscade (5 ml)  
1/8 c. à thé de clous moulus (0.5 ml)  
1/2 c. à thé de cannelle (3 m !)  
1/2 c. à thé de tout-épices (3 ml) Nouilles cuite chaude, riz ou spaghetti

Avec un couteau, faire 8 incisions sur le dessus du rôti.  
Remplir chaque trou avec 1 gousse d'ail. Saler et poivrer.  
Dans une rôtissoire brunir le rôti de tous côtés dans le beurre.  
Combiner la sauce tomate, le jus de citron et les épices et verser sur la viande.  
Couvrir et cuire sur le poêle ou au four à 350degrés F (180C) pendant 2 h ou jusqu'à tendre.  
Trancher la viande et placer dans une assiette chaude.  
Arroser la viande avec son jus, servir le reste avec des nouilles, riz ou spaghetti.

Sert 6 à 8 personnes.

## POT-AU-FEU DU PACIFIQUE-SUD

- 1 pièce de bœuf dans la croupe (environ 4 lb) (1.81 kg)
- 2 c. à table de jus de citron (25 ml)
- 6 tranches de bacon en dés
- 1 oignon moyen coupé
- 1 gousse d'ail émincée
- 1 1/2 tasse de jus d'orange (375 ml)
- 1 tasse de tomates en boîte égouttées (250 ml)
- 1 c. à table de miel ou de sucre (15 ml)
- 3 c. à thé de sel (15 ml)
- 1 c. à thé de thym (5 ml)
- 1/2 c. à thé de muscade (3 ml)
- 1/4 c. à thé de poivre (1 ml)
- 1 feuille de laurier
- 3 c. à table de féculé de maïs (45 ml)
- 1/4 tasse d'eau

Arroser le bœuf avec du jus de citron et laisser reposer pendant quelques minutes.

Pendant ce temps, cuire le bacon avec l'oignon et l'ail dans une rôtissoire jusqu'à ce que le bacon soit croustillant.

Retirer et mettre de côté.

Brunir le rôti dans le gras de bacon.

Ajouter le bacon, le jus d'orange, les tomates, le miel, le sel, le thym, la muscade, le poivre et la feuille de laurier.

Couvrir.

Mijoter sur le poêle ou cuire à 350 degrés F (180C) pendant 2 à 3 h ou jusqu'à ce que la viande soit tendre.

Retirer et tenir au chaud pendant qu'on fait la sauce.

Verser le liquide dans une mesure de 4 tasses (1000 ml).

(suite)

## Suite de pot-au-feu du pacifique p 222

Laisser reposer jusqu'à ce que le gras remonte à la surface et enlever le gras et la feuille de laurier.

Ajouter l'eau, si nécessaire pour faire 3 tasses (750 ml).

Remettre dans le chaudron et amener à ébullition.

Mélanger la fécule de maïs avec l'eau et l'ajouter en brassant dans le liquide chaud.

Cuire et brasser jusqu'à ce que ça épaisse et que ça bouille.

Servir avec des tranches de rôti.

Sert 8 personnes.

## **BOEUF EN CUBES ET ROGNONS DE BOEUF**

**2 lb de bœuf en cubes (900 gr)**

**1 rognon de bœuf**

**1 gros oignon**

**4 c. à table de vinaigre (60 ml)**

**1 feuille de laurier**

**Sel, poivre, eau.**

Bien nettoyer le rognon et ne garder que les rognons.

Couper en morceaux.

Dans un chaudron, bien faire rôtir les morceaux de bœuf et les rognons dans le beurre.

Lorsque la viande est très rôtie (c'est le secret de la réussite) baisser le feu.

Ajouter les oignons, le vinaigre, le laurier. le sel et le poivre.

Couvrir d'eau, brasser et gratter le fond du chaudron.

Laisser cuire environ 2 heures à feu assez haut en ne fermant pas le couvercle complètement, pour que l'eau s'évapore.

Au bout de 2 heures, alors qu'il n'y aura plus d'eau, ajouter 1 1/2 tasse d'eau (125 ml) environ (juste ce qu'il faut pour la sauce) et laisser cuire à feu très bas de 20 à 30 minutes.

# POT-AU-FEU DE BOEUF AUX CHAMPIGNONS

**1 pièce de bœuf sans la croupe d'environ 4 lb (1.81 kg)**

**1 bt de soupe à la crème de champignons de 10 1/2 on (310 ml)**

**1 sachet de mélange à soupe à l'oignon séché**

Mettre le rôti dans un sac à rôtir ou sur une feuille large de papier d'aluminium.

Verser la soupe dessus, pour couvrir le tout.

Saupoudrer avec le mélange de soupe à l'oignon.

Sceller hermétiquement et cuire à 350 degrés F (180C) pendant 3 h, ou jusqu'à tendre.

Sert 8 personnes.

## **PAIN DE VIANDE PIZZA**

- 2 lb de bœuf haché (900 g)**
- 1 tasse de biscuits soda salés écrasés (227 g)**
- 1 oignon moyen coupé**
- 1 œuf battu**
- 1 tasse de sauce aux tomates (250 ml)**
- 2 c. à thé de sel (10 ml)**
- 1/2 c. à thé de sauge (3 ml)**
- 1/2 c. à thé d'origan (3 ml)**
- 1/4 c. à thé de poudre d'ail (1 ml)**
- 1/4 c. à thé de poivre (1 ml)**
- 3/4 tasse de fromage Mozzarella filamenté (170 g)**
- 1/2 c. à thé d'origan (3 ml)**
- 4 olives farcies tranchées**

Combiner le bœuf haché, les miettes de biscuits, oignons et œuf.

Dans un bol séparé, mélanger la sauce tomate, sel, sauge, origan, ail et poivre.

Réserver 3 c. à table (45 ml) de sauce pour le dessus et mélanger le reste dans la viande.

Presser la viande dans un moule à pain de 9 po x 5 po (22 cm x 12cm) en arrondissant le dessus.

Beurrer avec le reste de la sauce aux tomates.

Cuire à 350 degrés F (180C) pendant 1 1/2 h

Saupoudrer avec du fromage, le reste de l'origan et les olives.

Cuire pendant 5 minutes de plus.

Sert 8 personnes.

## **BOEUF HACHÉ, vite fait**

**2 lb de bœuf haché (900 gr)**

**1 piment**

**1 gros oignon**

**1 boîte (10 on) de soupe aux tomates**

**Sel, poivre**

Prendre un plat allant au four.

Étendre la viande crue dans le fond du plat.

Saler et poivrer au goût.

Placer des tranches d'oignon sur la viande puis des rondelles de piment.

Ajouter la soupe aux tomates non diluée.

Cuire 1 1/2 heure à 350 degrés. (180C)

## **PAIN DE VIANDE AU CURRY**

- 2 lb de bœuf haché (900 g)**
- 2 œufs battus**
- 1 grosse pomme à tarte, pelée, coupée en dés**
- 1/2 tasse de raisins (114 g)**
- 1 c. à thé de sel (5 ml)**
- 1 c. à table de jus de citron (15 ml)**
- 1 gros oignon coupé**
- 1 gousse d'ail émincée**
- 1 c. à table de poudre de curry (15 ml)**
- 1/4 c. à thé de gingembre (1 ml)**
  - 1. cube de bouillon de poulet écrasé ou**
  - 2. 1 c. à thé de mélange à bouillon (5 ml)**
- 1 tasse de lait (250 ml)**
- 2 tasses de riz cuit (454 g)**

Combiner tous les ingrédients et bien mélanger.

Presser dans un moule à pain de viande graissé ou dans un moule en forme d'anneau de 8 tasses (2000 ml).

Cuire à 350 degrés F (180C) pendant 1 h pour le moule à anneau et 1 1/2 h pour un moule à pain de viande jusqu'à ce que ce soit croustillant et bruni et se décollant des côtés du moule.

Laisser reposer 5 minutes.

Décoller des côtés avec un couteau.

Démouler.

Si utilisant un moule à anneau, mettre des légumes au beurre au milieu.

Sert 8 personnes.

## **PAIN DE VIANDE aux petits fenouils**

**3/4 tasse de lait (175 ml)**

**1 1/2 tasse de miettes de pain (341 g)**

**2 lb de bœuf haché (900 g)**

**2 c. à thé de sel (10 ml)**

**1/4 c. à thé de poivre (1 ml)**

**2 oeufs battus**

**1/2 tasse de céleri coupé (114 g)**

**1 petit oignon coupé**

**2 c. à table de persil émincé (25 ml)**

**1/2 tasse de ketchup aux cornichons ou fenouils coupés (125 ml)**

Combiner tous les ingrédients, excepter le ketchup et bien mélanger.

Former 12 boules.

Placer 1 c. à table (15 ml) de ketchup dans chaque coupe d'un moule à 12 muffins.

Placer les boulettes dans chaque coupe.

Cuire à 375 degrés F (190C) pendant 40 minutes.

Tournez-les et mettre du ketchup à la cuillère sur le dessus.

Sert 6 personnes.

## **OEUFS AUX SAUCISSES**

**3/4 à 1 lb de saucisses de porc (non formé) (454 g)**

**12 œufs à la coque, en ayant enlevé le jaune de**

**1 œuf battu**

**1/3 tasse de chapelure de pain (75 ml)**

**De l'huile pour la friture**

Diviser la saucisse pour donner

12 portions.

Façonner chaque portion, en petit pâté et enveloppez-le du blanc de l'œuf à la coque, presser les côtés pour bien sceller.

Tremper le tout dans l'œuf battu.

Rouler dans la chapelure de pain et bien couvrir.

Frire dans l'huile à 375 degrés (190C) environ 7 à 9 minutes, ou jusqu'à ce que le tout soit bien doré et cuit.

Faire absorber sur des serviettes de papier.

Servir chaud ou froid.

Manger comme collation, dans une boîte pour apporter, pour dîner à l'extérieur ou selon vos goûts.

Donne 12 portions.

## **POULET BARBECUE cuit au four**

**1 poulet à frire de 2 1/2 à 3 lb (1.07 kg à 1.36 kg) coupé ou en quartier**  
**1 tasse de ketchup (250 ml)**  
**1/2 tasse de sucre brun (114 g)**  
**2 c. à thé de vinaigre (10 ml)**  
**1 c. à table de moutarde préparée (15 ml)**  
**1 c. à thé de sauce Worcestershire (5 ml)**  
**1 petit oignon émincé**  
**Sel et poivre au goût**

Déposer le poulet en une seule couche sur une rôtissoire peu profonde.

Combiner le reste des ingrédients et verser sur le poulet.

Couvrir et cuire à 325 degrés F (160C) pendant 2 heures, en arrosant occasionnellement:

Sert 4 personnes.

## **POULET COSMOPOLITE**

**1/2 tasse de farine (114 g)**

**Sel et poivre au goût**

**1 c. à thé de paprika (5 ml)**

**1/2 c. à thé de poudre de curry (3 ml)**

**1/4 c. à thé de cannelle (1 ml)**

**1 poulet à frire de 2 1/2 à 3 lb (1.07 kg à 1.36 kg) coupé**

**1/4 tasse de beurre (57 g)**

**1 tasse de bouillon de poulet (250 ml)**

Saupoudrer le poulet dans un mélange de farine, sel, poivre, paprika, poudre de curry et cannelle.

Dans un grand poêlon, brunir le poulet dans le beurre.

Combinaison le reste du mélange de farine avec le bouillon de poulet et verser sur le poulet, en grattant le fond.

Réduire la chaleur, couvrir et mijoter pendant 45 minutes jusqu'à tendre.

Couvrir et cuire à 350 degrés F (150C) pendant 45 min.

Sert 4 personnes.

# CASSEROLE DE RIZ ET D'ÉPINARD

**1/2 tasse de beurre ramolli (125 ml)**  
**1/2 tasse d'oignons hachés (125 ml)**  
**1 1/2 tasse de fromage Cheddar râpé (375 ml)**  
**2 œufs battus**  
**2 tasses de lait (500 ml)**  
**1 tasse de riz non cuit (250 ml)**  
**1 lb. d'épinards cuits et hachés**  
**(454 g)ou 1 paquet d'épinards congelés**  
**1 c. thé de sel d'ail (5 ml)**

Mélanger tous les ingrédients et verser le tout dans une casserole de 2 pintes (env. 2 litres).

Couvrir et cuire à 350 degrés (180C) pendant une heure.

Enlever le couvercle les dernières 20 minutes de la durée de cuisson.

Donne 10 portions.

## LASAGNE AUX ÉPINARDS (facile)

**2 tasses de fromage Ricotta ou Cottage en crème (500 ml)**

**1 1/2 tasse de fromage Mozzarella râpé et divisé (375 ml)**

**1 œuf**

**1 lb d'épinards hachés, frais ou congelés (454 g)**

**1 c. thé de sel (5 ml)**

**3/4 c. thé d'origan (4 ml)**

**1/8 c. thé de poivre (0,5 ml)**

**4 tasses de sauce tomate (1000 ml)**

**8 on de lasagne non cuite (227 GR)**

**1 tasse d'eau (250 ml)**

Dans un grand bol, mélanger ensemble, le Ricotta, 1 tasse (250 ml) de Mozzarella, l'œuf, les épinards, le sel, l'origan et le poivre.

Étendre 1/2 tasse (125 ml) de sauce tomate dans un plat graissé de 13 X9" (33 x 23 cm).

Couvrir avec 1/3 de nouilles lasagne non cuites.

Couvrir de la moitié de fromage.

Répéter une autre couche.

Couvrir avec le reste de lasagne.

Verser le reste de la sauce sur le dessus.

Saupoudrer avec le reste de fromage Mozzarella, verser l'eau sur les côtés de la lasagne.

Couvrir d'une feuille d'aluminium et cuire à 350 degrés (180C) pendant une heure et 15 minutes.

Laisser à découvert 15 minutes avant de servir.

Donne 8 portions.

## **SOUPE AUX POIS CASSÉS**

- 1 boîte de pois cassés (environ 2 tasses) (454 g)**
- 3 pintes d'eau (3 litres)**
- 1 os de jambon ou de jambon fumé (environ 2 lbs) (.90 kg)**
- 1 c. à table de sel (15 ml)**
- 1/4 c. à thé de poivre noir (1 ml)**
- 1/4 c. à thé de toutes-épices (1 ml)**
- 1/3 c. à thé de marjolaine (3 ml)**
- 2 carottes moyennes tranchées**
- 3 oignons moyens coupés**
- 1 tasse de céleris tranchés (227 g)**

Dans une grande casserole, amener les pois, l'eau et l'os à ébullition.

Réduire la chaleur, couvrir et mijoter pendant 1 h.

Ajouter le reste des ingrédients, couvrir et mijoter pendant 30 minutes.

Ou jusqu'à ce que les carottes soient tendres.

Retirer l'os.

Retirer la viande de l'os, couper en petits morceaux et remettre dans la soupe.

Jeter l'os.

Réchauffer la soupe.

Sert 8 personnes.

## **SOUPE CRÉMEUSE, aux légumes d'hiver**

**7 tasses de bouillon de poulet (1750 ml)**  
**4 tasses de pommes de terre en dés (909 g)**  
**4 tasses de navet en dés (909 g)**  
**2 tasses de céleri en dés (454 g)**  
**1 tasse de carottes tranchées (227 g)**  
**1 gros oignon coupé**  
**1 panais en dés**  
**3 c. à table de beurre (45 ml)**  
**2 c. à table de farine (25 ml)**  
**1 tasse de crème (250 ml)**  
**Sel et poivre au goût**

Dans un grand chaudron, amener le bouillon à ébullition.

Ajouter les légumes.

Amener à ébullition et mijoter à couvert jusqu'à ce que les légumes soient tendres, 15 à 20 minutes.

Retirer 2 tasses (454 g) de légumes et mettre de côté.

Mettre les restes des légumes en purée avec un peu de bouillon dans un mélangeur électrique.

Dans un petit poêlon, fondre le beurre.

Brasser dedans la farine et cuire pendant quelques minutes.

Combiner le mélange de farine avec le bouillon et la purée de légumes.

Amener à ébullition.

Brasser en ajoutant la crème et les légumes qui ont été réservés.

Saler et poivrer et chauffer.

Sert 8 personnes.

## **SOUPE AU FÈVE (PRÉSIDENT)**

**1 lb de fèves sèches (2 tasses) (454 g)**  
**1 os de jambon avec un peu de viande après ou**  
**1 jarret de porc fumé (environ 1 lb) (454 g)**  
**1 tasse d'oignons coupés (227 g)**  
**1 tasse de céleri coupé (227 g)**  
**Sel et poivre au goût**

Laisser tremper les fèves dans l'eau pendant toute la nuit, ou amener les fèves et l'eau à ébullition, et retirer du feu, couvrir et laisser reposer pendant 1 heure.

Égoutter les fèves et mesurer le liquide.

Ajouter assez d'eau chaude pour faire 3 pintes (3 litres).

Dans une marmite à soupe, placer les fèves, l'eau et l'os. Amener à ébullition et, réduire la chaleur, couvrir, mijoter pendant environ 2 heures.

Ajouter l'oignon et le céleri et mijoter pendant 1 heure.

Retirer l'os et couper la viande. Jeter l'os et mettre la viande dans la soupe.

Utilisant le pilon à patate, piler légèrement la soupe en laissant quelques fèves entières.

Si trop épais, alors ajouter de l'eau.

Si trop clair, mijoter non couvert, en brassant occasionnellement, ou jusqu'à consistance voulue.

Assaisonner au goût avec soit de la marjolaine ou feuille de laurier.

Fais environ 3 pintes (3 litres).

## POIS SUCRÉS MARINÉS

**1 lb de pois sucré, enlever les enveloppes et les queues (454 gr)**  
**1 rameau (large) d'aneth**  
**1 c. table de graines de moutarde (15 ml)**  
**1 morceau de 1 de racine de gingembre pelée (2.54 cm)**  
**6 clous de girofle entiers**  
**1 bâton de cannelle**  
**1 gousse d'ail, pelée**  
**1 oignon moyen, haché**  
**6 à 8 grains entiers de poivre 6 à 8 de toutes épices entières**  
**2 tasses de vinaigre blanc (500 ml)**  
**1/2 tasse de miel ou de sirop de maïs (125 ml)**  
**1/2 c. thé de sel (3 ml)**

Dans un gros pot en verre, placer les pois et l'aneth, les grains de moutarde, le gingembre, le clou de girofle, la cannelle, l'ail, l'oignon, le poivre et les toutes-épices.

Mélanger le vinaigre, le miel et le sel.

Verser sur les pois.

Couvrir le pot avec un linge mince et un couvercle.

Réfrigérer de 2 à 3 mois, remuer une fois, pour mélanger tes saveurs.

(Si le linge devient moisi, le changer).

À la fin de cette période, ils sont prêts à manger.

Les pots peuvent être gardés pendant 2 ans dans le réfrigérateur.

Ne pas essayer de placer les pois en conserve.

Comme on le fait avec les marinades ; ce temps de procédé est nécessaire et fera perdre aux pois leur texture croustillante.

Fais environ 1 gallon. (4.54 litres).

# JEAN SAUTÉ

**1 lb de pois séchés aux yeux noirs (2 tasses)**  
**6 tasses d'eau froide (1500 ml)**  
**1/2 lb de lard salé ou bacon en dés (250 mg)**  
**1 c. à thé de sauce Tabasco (5 ml)**  
**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**  
**2 c. à table de miettes de bacon (25 ml)**  
**2 oignons moyens, coupés**  
**1 tasse de riz non cuit (227 g)**  
**1 1/2 tasse d'eau bouillante (375 ml)**

Rincer les pois, couvrir d'eau froide et laisser tremper toute la nuit.  
Ou amener à ébullition, retirer du feu, couvrir et laisser reposer pendant une heure.

Ajouter le porc, le Tabasco et le sel.

Couvrir et cuire à feu doux jusqu'à ce que les pois soient un peu tendre, environ 20 min.

Pendant ce temps, chauffer le gras de bacon et sauter les oignons jusqu'à tendreté.

Ajouter au pois, avec le riz et l'eau bouillante.

Couvrir et laisser mijoter pendant 20 min de plus ou jusqu'à ce que le riz soit cuit et que l'eau soit absorbée,

Si désiré, assaisonner avec du thym et de la marjolaine ou du basilic.

Sert 8 personnes.

## FÈVES AU LARD cuites toute la nuit

2 tasses de fèves sèches (454 g)  
6 tasses d'eau (1500 ml)  
1/2 tasse de sucre brun (114 g)  
1/2 tasse de mélasse (125 ml)  
1 oignon moyen émincé  
1 tasse de sauce aux tomates (250 ml)  
1/2 c. à thé de moutarde sèche (3 ml)  
1/4 c. à thé de clous de girofle moulu (1 ml)

Laver les fèves, combiner avec de l'eau et laisser tremper toute la nuit.

Ou amener les fèves et l'eau à ébullition retirer du feu, couvrir, laisser reposer pendant 1 heure.

Égoutter et réserver 3 tasses de liquide (750 ml).

Combiner le reste des ingrédients avec les fèves et le liquide conservé dans un pot à fève ou un plat avec couvercle. Couvrir et cuire à 300 degrés F (150C) pendant 7 heures ou jusqu'à ce que le liquide soit absorbé et que les fèves soient tendres. Brasser occasionnellement durant la cuisson. Sert 8 personnes.

**Méthode de cuisson lente:** Suivre les indications d'en haut, mais mettre dans une cocotte à cuisson lente. Couvrir et cuire sur l'ajustement le plus haut, pendant 8 heures ou jusqu'à ce que le liquide soit absorbé et que les fèves soient tendres.

## PANAIS FRITS AU FOUR

**8 gros panais**

**4 tasses d'eau (1 ml)**

**2 c. à table d'huile végétale (25 ml)**

Faire bouillir les panais non pelés dans l'eau environ 10 minutes.

Égoutter et enlever les pelures.

Couper en lamelles d'environ 3 pouces (7 cm) de long, en enlevant le cœur dur si nécessaire.

Disposer dans une casserole peu profonde ou une plaque à biscuits.

Arroser d'huile.

Cuire à 350 F (180 C) 30 minutes ou jusqu'à couleur dorée et tendre.

Si désiré, garnir de persil haché et saler au goût.

Pour 6 personnes.

## RUMAKI DE SANDY

**3 à 4 boîtes de châtaignes d'eau, égouttées, de 4 on (118 ml)**

**Sauce soya**

**Sucre brun**

**1 lb de bacon (454 g)**

Placer les châtaignes dans un bocal scellé avec une quantité généreuse de sauce soya.

Réfrigérer et mariner en brassant occasionnellement le bocal, pendant 4 heures.

Égoutter la sauce soya. (Gardez-la au frigo pour une autre recette, si désiré.)

Couper les tranches de bacon en deux ou en trois.

Rouler les châtaignes dans le sucre brun, envelopper dans le bacon et percer avec des cure-dents.

Placer dans un poêlon et griller près de la chaleur pendant 5 à 10 minutes ou jusqu'à ce que le bacon soit croustillant en retournant une fois.

Servir chaud.

Peut-être fait à l'avance et réchauffer au four à 350 degrés F (180C) pendant 5 minutes.

Fait environ 40.

# CHAMPIGNONS EN CRÈME ET OEUFS

1 c. à table de jus de citron (15 ml)  
1 1/2 tasse de champignons frais tranchés (375 ml)  
1/4 tasse de beurre (50 ml)  
1/2 tasse de céleri haché (125 ml)  
1/2 tasse de poivron vert haché (125 ml)  
1/4 tasse d'oignons hachés (50 ml)  
2 c. à table de farine (25 ml)  
1/2 c. à thé de sel (3 ml)  
Une pincée de poivre  
1 tasse de lait (250 ml)  
1 tasse de fromage Cheddar râpé (250 ml)  
1/4 c. à thé de sauce Worcestershire (1 ml)  
3 œufs à la coque, hachés.  
Riz cuit chaud  
Fèves soya (à Chow-Mein)

Retourner les champignons dans le jus de citron.  
Faire fondre le beurre dans une casserole.  
Ajouter les champignons, le céleri, le poivron vert et l'oignon.  
Faire sauter pour attendrir les légumes.  
Remuer dans la farine, le sel et le poivre.  
Graduellement, mélanger dans le lait.

Amener à ébullition, brasser constamment et cuire jusqu'à ce que le mélange soit plus épais.  
Retirer du feu.  
Ajouter au fromage et à la sauce Worcestershire et brasser jusqu'à ce que le fromage soit fondu.  
Ajouter les oeufs hachés et cuire complètement.  
Servir sur un nid de riz ou sur des fèves soya.  
Quantité: 4 portions.

# CHOU ROUGE ET POMMES

**1 chou rouge moyen**

**1 c. thé de sucre (5 ml)**

**1 oignon**

**3 c. à table de vinaigre (40 ml)**

**3 c. à table de cassonade (40 ml)**

**4 pommes**

**1/3 de tasse d'eau (75 ml)**

Couper le chou en filets.

Peler, enlever le cœur et couper les pommes en morceaux.

Ajouter le beurre, l'oignon, le vinaigre, la cassonade et l'eau.

Cuire à feu très doux environ 1 1/2 heure.

Brasser 3 ou 4 fois pendant la cuisson pour qu'il n'y ait plus de morceaux de pommes.

Cette recette est délicieuse servie avec un plat de bœuf et rognons de bœuf.

## **SALADE DE CHOUX (mariné la nuit)**

**1 petit chou, haché finement**

**(env. 6 tasses) (1500 ml)**

**1 1/2 tasse de carottes râpées (375 ml)**

**1 petit ou 1 moyen oignon rouge, tranché finement et séparé en rondelles**

**1 tasse de piment vert haché (250 ml)**

**1/2 tasse de vinaigre de cidre (125 ml)**

**1/3 tasse de sucre (75 ml)**

**1/4 tasse d'huile végétale (50 ml)**

**1/2 c. thé de graines de céleri (3 ml)**

**1/2 c. thé de sel d'ail (3 ml)**

Dans un grand bol, déposer le chou, les carottes, l'oignon et le piment vert.

Mélanger le reste des ingrédients et verser sur les légumes.

Couvrir et mariner toute la nuit dans le réfrigérateur ou environ 6 heures.

Donne environ 7 tasses (1750 ml).

Sert 10 personnes et plus.

# SALADE AUX POMMES DE TERRE SUCRÉES

**1 tasse de mayonnaise (250 ml)**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**1 c. à table de lait (15 ml)**

**4 grosses pommes délicieuses rouges, dénoyautées et en cubes**

**2 tasses de céleri en tranches (454g)**

**1/2 tasse de raisins (114 g)**

**1/2 tasse de noix coupées (114 g)**

**1 boîte de 16 on de patates sucrées moyennes cuites, refroidies et pelées (500 ml)**

Dans un grand bol, combiner la mayonnaise, le sel et le lait.

En brassant, ajouter les pommes, céleri, raisins et noix.

Couper en dés les patates sucrées et rajouter gentiment.

Refroidir.

Servir le jour même.

Sert 12 personnes.

# GRANADA DE NOËL

**4 tasses d'avoine grillée à l'ancienne (909 g)**  
**1 1/2 tasse d'amandes tranchées ou en miette,**  
**ou de noix brisées (341 g)**  
**1 tasse de germe de blé (227 g)**  
**1/2 à 1 tasse de noix de coco en flocons ou filamentées.**  
**1/2 tasse de miel (125 ml)**

Dans un poêlon large, jetez tous les ingrédients ensemble et mélangez bien.

Cuire à 350 degrés (180C) pendant 30 minutes, en brassant souvent.

Surveillez bien afin que ça ne brûle pas. Refroidir.

Briser en grands morceaux.

Emballez dans de jolis bocaux qui ont des couvercles hermétiques.

Fait environ 2 pintes ou 2 lb (900 g)

**Si désirées, des graines de tournesol peuvent remplacer la noix de coco ou 1 tasse (227 g) de raisins ou de fruits séchés peuvent être ajoutés dans le mélange après la cuisson.**

## **BOULES AU BEURRE DE SÉSAME**

**1 tasse de beurre ramolli (227 g)**

**1/4 tasse de sucre (57 g)**

**1 c. à thé d'extrait d'amande (5 ml)**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

**2 tasses de farine (454 g)**

**Graines de sésame**

**Confiture (framboises, fraises, abricots ou pêches)**

Mettre le beurre et le sucre en crème.

Mélanger l'extrait d'amande et le sel dedans.

Ajouter la farine et bien mélanger.

Formez des cuillerées à soupe de pâtes en forme de boules et roulez-les dans les graines de sésame.

Placez sur des feuilles non graissées de cuisson.

Pressez le doigt au centre de chaque biscuit et remplissez de confiture.

Cuire à 400 degrés F (200C) pendant 10 à 12 minutes, ou jusqu'à ce que ça commence à brunir.

Fait environ 3 douzaines.

# PRALINES AUX PACANES

**3 tasses de sucre brun pressé fermement (680 g)**

**1 tasse de crème épaisse (250 ml)**

**1/4 tasse de beurre (57 g)**

**2 c. à table de sirop de maïs**

**1/4 c. à thé de sel (1 ml)**

**1 c. à thé de vanille (5 ml)**

**2 tasses de gros morceaux de pacanes (454 g)**

Dans un chaudron de 3/4 de pintes (1.50ml) combiner sucre, crème, beurre, sirop de maïs et sel.

Amener à ébullition à feu moyen, en brassant pour dissoudre le sucre.

Continuer la cuisson en brassant constamment, jusqu'à ce que le thermomètre à bonbon marque 236 degrés F (112C) (état de boules molles).

Retirez du feu et laissez-le 5 minutes.

Brasser la vanille et les noix, dedans.

Battre avec une cuillère de bois jusqu'à ce que le mélange épaississe et perde son brillant.

Laisser tomber par cuillerée à thé sur du papier ciré, afin de former des petites galettes de 2 pouces de diamètre.

Refroidir.

Envelopper individuellement dans du papier ciré ou de plastique.

Mettre dans des bocaux scellés dans un endroit frais, sec.

Fait environ 3 douzaines.

## **BARRES DE MACARONS AUX AMANDES**

- 1 3/4 tasse de farine (397 g)**
- 1/2 tasse de sucre (341 g)**
- 3/4 tasse de beurre (170 g)**
- 1/2 c. à thé de muscade (3 ml)**
- 1 tasse de sucre (227 g)**
- 2 œufs**
- 2 c. à table de farine (25 ml)**
- 1 c. à thé de poudre à pâte (5 ml)**
- 1/2 c. à thé de sel (3 ml)**
- 2 c. à table de vanille (25 ml)**
- 1 tasse de noix de coco en flocons (227 g)**
- 1 tasse d'amandes tranchées grillées (227 g)**

Dans un grand bol à mélanger, combiner farine, sucre, beurre et muscade.

Mélanger à basse vitesse au mélangeur, jusqu'à l'obtenir une moulure fine.

Presser au fond d'un plat allant au four de 13 X 9 pouces (33 X 23cm).

Cuire à 350 degrés F (180C) pendant 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce que les côtés soient légèrement brunis.

Pendant ce temps, dans le même bol à mélanger, combiner tout le reste des ingrédients excepté la noix de coco et les noix.

Battre à vitesse moyenne en grattant les côtés du bol souvent, jusqu'à ce que ce soit homogène.

Mettre la noix de coco et les noix.

Versez le remplissage sur la croûte chaude.

Cuire de 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce que ça soit légèrement brunit. Refroidir partiellement; couper en barre.

Fait environ 3 douzaines.

# CROQUANT AUX CERISES

**3 tasses de cerises au marasquin dénoyautées (750 ml) (fraîches ou congelées)**

**1 tasse de sucre (250 ml)**

**2 c. à table de tapioca à cuisson rapide (25 ml)**

**1 c. à thé de zeste de citron râpé (5 ml)**

**1 pincée de sel**

**1/2 tasse de farine de blé entier (125 ml)**

**1/2 tasse d'avoine grillée (125 ml)**

**2 c. à table de germe de blé (25 ml)**

**2 c. à table de son (optionnel) (25 ml)**

**1/4 tasse de sucre (50 ml)**

**1/3 tasse de beurre (75 ml)**

Combiner les cerises avec le sucre, le tapioca, le zeste de citron et le sel.

Brasser bien et placer de côté pendant la préparation du glaçage.

Combiner le reste des ingrédients et mélanger bien au mélangeur électrique ou au blinder jusqu'à ce que ce soit friable.

Mettre le mélange de cerises dans un plat de 9 po (23 cm) allant au four, un plat rond ou carré.

Mettre le glaçage également sur les cerises.

Cuire à 350 degrés (180C) pour environ 35 à 40 minutes ou jusqu'à ce que ce soit bruni légèrement et bouillonnant.

Servir chaud ou froid, tel quel ou avec de la crème glacée ou de la crème.

Sert 6 personnes.

## **Pour le micro-ondes :**

Cuire à la puissance forte pendant 8 minutes en tournant le plat de temps en temps.

## **GALETTES SABLE ÉCOSSE au gruau**

**3 tasses rases de gruau à cuisson rapide (680 g)**

**2/3 tasse de sucre (78 g)**

**1/2 tasse de farine (114 g)**

**1/2 c. à thé de sel (3 ml)**

**3/4 tasse de beurre ramolli (170 g)**

**1 c. à thé de vanille (5 ml)**

Dans un grand bol, combiner le gruau, sucre, farine et le sel.  
Avec le mélangeur à pâte ou mélangeur électrique de grande force,  
mettre du beurre jusqu'à ce que  
le mélange ressemble à du gros grain.

Ajoutez la vanille.

Bien mélanger.

Avec les mains, presser le mélange dans un plat de 13 X 9 po  
graisé. (33 X 23cm)

Cuire à 350 degrés F (180C) pendant 25 à 30 minutes, ou jusqu'à  
ce que ce soit blondi.

Refroidir légèrement, couper en barres, étant tiède.

Refroidir complètement avant d'enlever de son plat.

Fait environ 3 dz de barres.

## MUFFINS AU SON au réfrigérateur

- 2 tasses de céréales à 100 % de son (454 g)**
- 2 tasses d'eau bouillante (500 ml)**
- 1 tasse de beurre fondu (250 ml)**
- 2 tasses de sucre (454 g)**
- 4 œufs**
- 1 pinte de lait de beurre ou de yogourt nature (1000 ml)**
- 5 tasses de farine (1135 g)**
- 5 c. à thé de bicarbonate de soude (25 ml)**
- 1 c. à thé de sel (5 ml)**
- 4 tasses de céréales de son (en flocons, en germes, en filaments (909 g)**
- 1 tasse de raisins (227 g)**

Dans un grand bol, verser l'eau bouillante sur le son et laisser reposer.

Dans un grand bol à mélanger, mettre le beurre et le sucre en crème.

Ajouter les oeufs et bien battre.

En brassant, brasser le lait de beurre et le mélange de son et d'eau.

Combiner la farine, le bicarbonate de soude, sel et céréales.

Ajouter au mélange humide, en brassant jusqu'à ce que le mélange soit homogène. (Ne pas utiliser le mélangeur électrique.) Mettre les raisins.

Remplir au 2/3 des moules à muffins et cuire à 400 degrés F (200C) pendant 25 minutes.

La pâte peut se garder au réfrigérateur dans un contenant fermé pendant 6 à 8 semaines.

Ne pas brasser avant l'utilisation; seulement prendre la quantité voulue.

Fait environ 1 1/2 gallon de pâte (5.68 litres).

## GALETTES À MENTHE POIVRÉE

**2 tasses de sucre (454 g)**

**1/2 tasse d'eau (125 ml)**

**1/2 tasse de sirop de maïs léger (125 ml)**

**1/8 c. à thé de crème de tartre (0.5ml)**

**Quelques gouttes de saveurs désirées, comme extrait de menthe poivrée.**

**Quelques gouttes de couleurs désirées.**

Dans un chaudron de 2 pintes (2 litres), combiner le sucre, l'eau et le sirop de maïs.

Cuire à feu moyen sans brasser jusqu'à ce que le thermomètre à bonbons marque 232 degrés F (109 C) et battre avec un fouet électrique jusqu'à crémeux et doux.

Ajouter quelques gouttes de saveur désirée et couleur.

Pour garder le mélange doux, placer le chaudron dans un bol d'eau chaude.

Laisser tomber du bout d'une cuillerée à thé sur du papier ciré.

Si désiré, faire des dessins sur la surface avec une fourchette.

Refroidir et placer dans un contenant scellé dans un endroit frais et sec.

Fait environ 60 menthes.

# POUDING CHÔMEUR

**1 1/2 tasse d'eau (375 ml)**  
**1/2 tasse de sirop d'érable (125 ml)**  
**1 c. table de farine (10 ml)**  
**2 tasses de cassonade (500 ml)**

Faire un sirop avec ces ingrédients, en ayant so i n de mélanger la farine dans la cassonade avant d'ajouter le liquide.  
Chauffer juste assez pour faire fondre la cassonade. Verser le sirop dans un plat beurré allant au four.(environ 10 po. X 6 po).

## Préparation de la pâte:

**1/2 tasse de beurre (125 ml)**  
**1 1/2 tasse de farine (375 ml)**  
**2 1/2 c. à thé de poudre à pâte (12 ml)**  
**2 œufs**  
**3/4 tasse de lait (225 ml)**  
**1 tasse de sucre (250 ml)**  
**1 pincée de sel**  
**Vanille au goût**

Mettre le beurre en crème.  
Ajouter graduellement le sucre et les œufs ; bien battre durant quelques minutes.  
Tamiser la farine et la mesurer.  
Ajouter la poudre à pâte et le sel.  
Mêler à la première préparation en alternant avec la farine et le lait.  
Aromatiser.  
Mettre cette pâte sur le sirop et faire cuire à 375 degrés F (190C) de 30 à 40 minutes.

## TARTE AU SUCRE SANS PÂTE (Blinder)

**2 œufs**

**2 tasses de lait (500 ml)**

**2 tasses de cassonade (500 ml)**

**1/2 tasse de farine (125 ml)**

**1/4 tasse de margarine ou beurre  
(50 ml)**

Tout mélanger au Blinder pendant  
30 secondes. Mettre dans une assiette à tarte. Cuire au four à 350  
degrés F (180C) environ 45 minutes.

# TARTE AUX OEUFS

**4 œufs**

**2 tasses de lait (500 ml)**

**3/4 tasse de sucre (225 ml)**

**1/2 tasse de farine (125 ml)**

**1/4 tasse de margarine ou de beurre  
(50 ml)**

Tout mélanger au blinder pendant 30 secondes.

Mettre dans une assiette à tarte.

Cuire au four à 350 degrés F (180 C) environ 45 minutes.

# TARTE À LA CRÈME AUX PÊCHES

**1 pâte à tarte de 9 po, non cuite**  
**6 pêches fraîches ou en conserve**  
**1/2 tasse de sucre (125 ml)**  
**1/4 tasse de farine (50 ml)**  
**1/2 c. à thé de cannelle (3 ml)**  
**1 tasse de crème sûre (250 ml)**  
**2/3 tasse de crème (150 ml)**  
**2 c. à table de sucre (25 ml)**  
**1/2 c. à thé de cannelle (3 ml)**

Tremper les pêches dans l'eau bouillante environ une minute.

Peler, enlever les noyaux et trancher.

Placer les tranches dans la croûte.

Mélanger le sucre, la farine et la cannelle.

Ajouter à la crème sûre, la crème.

Étendre sur les pêches.

Mélanger le reste de sucre et la cannelle et saupoudrer sur le dessus de la tarte.

Cuire à 450 degrés (225C) pendant environ 10 minutes.

Réduire le four à 350 degrés F (180C) et cuire 30 minutes.

Donne 8 portions.

# TARTE DIGESTIVE

Fond de tarte.

**1/4 tasse de beurre (50 ml)**

**1 tasse de biscuits Guaham au chocolat (250 ml)**

**2 c. thé sucre (10 ml)**

Tapisser un moule de 9 po.

Cuire à 350 degrés F.(180C) pendant 9 minutes.

## **Garniture :**

1 sac de 10 onces de guimauves

1/2 tasse de lait (125 ml)

Chauffer pour faire fondre et réfrigérer 1/2 heure.

Fouetter 1 tasse (250 ml) de crème 35 % et ajouter à la garniture.

Ajouter 1/4 tasse de crème de menthe verte (50 ml) et 2 c. thé (10 ml) de crème de cacao.

Déposer dans le fond de tarte et réfrigérer.

On peut parsemer de chocolat râpé.

# PAIN DU BERGER FRANÇAIS

- 1 paquet de levures sèches alimentaire**
- 2 tasses d'eau tiède (500 ml)**
- 2 c. à table de miel ou de malt (25 ml)**
- 4 tasses de farine blanche non blanchie.**
- 1 paquet de levures sèches, alimentaire.**
- 1 tasse d'eau tiède (250 ml)**
- 1 c. à table de sel (15 ml)**
- 2 c. à table de miel ou de malt (25 ml)**
- 3 à 4 tasses de farine blanche non blanchies (680 g à 909 g)**

Dans un grand bol, dissoudre la levure et 2 tasses (500 ml) d'eau. Mélanger dedans le miel et la farine.

Couvrir et laisser lever dans un endroit humide pendant 3 à 4 heures.

Dans un bol séparé, dissoudre le second paquet de levures dans la troisième tasse d'eau tiède.

Ajouter le sel, le miel, et la farine.

Ajouter le premier mélange et bien brasser jusqu'à ce que ce soit bien incorporé. La pâte va se détacher des côtés du bol.

Sur une surface enfarinée façonner jusqu'à ce que la pâte soit élastique et douce, environ 5 minutes.

Couvrir et laisser reposer pendant 10 minutes.

Former en deux miches de pain en long en un rond et placer sur une tôle beurrée à cuisson et saupoudrer de farine de maïs.

Couvrir et laisser lever jusqu'à presque le double, environ 30 minutes.

Utilisant une lame de rasoir ou un couteau très coupant, tailler le dessus des miches de pain.

(Pour un pain long français, tailler en diagonale.

suite)

suite : pain du berger français

Pour un pain rond, tailler en X ou en forme de croisé).

Battre un blanc d'œuf avec une cuillère à table d'eau et brosser le dessus des pains.

Si désiré saupoudrer des graines de sésame ou des graines de pavot.

Placer dans un plat peu profond, de l'eau chaude au bas du four.

Placer le pain dans le four et placer la température à 400 degrés F (200C) Cuire pendant 45 minutes.

Brasser le dessus des pains durant la cuisson, une ou deux fois avec du blanc d'œuf.

Fait 2 pains, gros et larges.

# PAIN AU GINGEMBRE

- 1 tasse de sucre brun (227 g)
- 1/2 tasse de beurre (114 g)
- 1/2 tasse de mélasse (125 ml)
- 2 c. à thé de bicarbonate de soude (10 ml)
- 1 tasse d'eau bouillante (250 ml)
- 3 tasses de farine (680 g)
- 1 c. à thé de muscade (5 ml)
- 1 c. à thé de gingembre (5 ml)
- 1 c. à thé de clous de girofle moulu (5 ml)
- 1 c. à thé de cannelle (5 ml)
- 1 c. à thé de toutes-épices (5 ml)
- 1/2 c. à thé de sel (3 ml)
- 2 œufs battus
- 1 tasse de raisins (si désiré) (227 g)
- 1/2 tasse de noix hachées (si désiré) (114 g)

Dans un grand bol, mettre le beurre et le sucre en crème.

Ajouter la mélasse.

Mélanger le bicarbonate de soude dans la tasse d'eau bouillante, en tenant au-dessus du bol pour que la mousse tombe dedans.

Ajouter de l'eau et bien mélanger.

Ajouter de la farine, épices et le sel et bien mélanger.

Ajouter les œufs en battant le tout. Le mélange sera fin.

Mettre les raisins et les noix, si désiré.

Verser dans 1 quatre petits moules à pain graissés et enfarinés, ou dans un plat à cuisson de 13 X 9 pouces (33 X 23 cm).

Cuire à 350 degrés F (180C) pendant 30 minutes.

Refroidir dans leurs plats pendant 15 minutes avant de les retirer.

Fait quatre petites miches de pain ou une grosse.

# PAIN AU BEURRE D'ARACHIDES

**2 tasses de farine (454 g)**

**2 c. à thé de poudre à pâte (10 ml)**

**3/4 c. à thé de sel (4 ml)**

**2/3 tasse de beurre d'arachide (78 g) (crémeux ou croquant)**

**1/2 tasse de sucre brun (114 g)**

**1 c. à thé de vanille (5 ml)**

**1 1/2 tasse de lait (375 ml)**

Combiner la farine, poudre à pâte, et le sel et placer de côté.  
Mêler ensemble beurre d'arachide crémeux, sucre brun et vanille.  
Graduellement, ajouter le lait en battant jusqu'à ce que ça soit crémeux.

Ajouter le mélange de farine et brasser afin d'humecter le tout.

Verser dans un grand ou deux petits plats à pain beurrés.

Cuire à 350 degrés F (180C) pendant 1 h.

Refroidir 10 minutes de temps avant de retirer de leurs plats.

Envelopper et laisser pendant une nuit pour que ça se tranche mieux.

Fait une grosse ou deux petites miches de pain.

## **PAIN AU CITRON ET AUX NOIX**

**1/4 tasse de beurre (57 g)**  
**3/4 tasse de sucre (170 g)**  
**2 œufs**  
**2 c. à thé de zeste de citron (10 ml)**  
**2 tasses de farine (454 g)**  
**2 1/2 c. à thé de poudre à pâte (28 ml)**  
**1 c. à thé de sel (5 ml)**  
**3/4 tasse de lait (175 ml)**  
**1/2 tasse de gros morceaux de noix (114 g)**  
**2 c. à thé de jus de citron (10 ml)**  
**2 c. à table de sucre (25 ml)**

Dans un bol moyen à mélanger, mettre le beurre et le sucre en crème.

Ajouter les œufs et le zeste de citron et bien battre.

Combiner la farine, la poudre à pâte et le sel et ajouter au mélange crémeux avec le lait, en battant jusqu'à consistance douce après chaque addition.

Ajouter en brassant les noix.

Verser dans un plat à pains large ou dans deux petits plats beurrés.

Cuire à 350 degrés F (180 C) pendant 50 minutes.

Refroidir dans leurs plats pendant 10 minutes.

Pendant ce temps, dans un petit poêlon chauffer le jus de citron et le sucre en brassant jusqu'à ce que le sucre soit dissout.

Mettre le mélange de jus de citron à la cuillère sur les miches de pain chaudes. (Si désiré, percer les pains à différente place avec un cure-dents avant de verser le glaçage).

Retirer de leurs plats et compléter le refroidissement.

Fait une grosse ou deux petites miches de pain.

## **PAIN BRUN BOSTON cuit à la vapeur**

**1 tasse de farine de maïs jaune (227 g)**

**1 tasse de farine de seigle (227 g)**

**1 tasse de farine Graham ou de blé entier (227 g)**

**2 c. à thé de bicarbonate de soude (10 ml)**

**1 tasse de raisins secs ou de Corinthe (227 g)**

**1 c. à thé de sel (5 ml)**

**2 tasses de lait de beurre ou de yogourt nature (500 ml)**

**3/4 tasse de mélasse foncée (175 ml)**

Dans un grand bol, combiner la farine de maïs, farine de seigle, farine de Graham, bicarbonate de soude, les raisins et le sel.

Brasser bien.

Combiner le lait de beurre et la mélasse et brasser dedans les ingrédients secs.

Dans une boîte à café d'une pinte, mettre le beurre ramolli ou dans des moules à pudding.

Mettre la pâte dans les boîtes. Couvrir avec du papier aluminium beurré et attacher avec des cordes.

Placer sur des casiers et dans une marmite large.

Verser de l'eau chaude dans la marmite, environ 2 pouces d'épais.

Couvrir et mijoter pendant 3 h.

Retirer les boîtes de l'eau non-couvercle et refroidir sur les casiers pendant 10 minutes.

Retirer les miches de pain. Servir chaud ou froid.

Très bons avec du fromage à la crème ou servir avec des fèves.

Fait 2 miches de pain de 1lb. (0.45 g).

## **PAIN 3-GRAINS**

- 4 tasses d'eau bouillante (1000 ml)**
- 1 tasse de farine de maïs (227 g)**
- 1 tasse de blé concassé, ou céréales de blé entier non cuit (227 g)**
- 1 tasse d'avoine roulée (227 g)**
- 1 tasse d'eau tiède (250 ml)**
- 2 paquets de levure sèche alimentaire**
- 1/2 tasse de miel (125 ml)**
- 1 tasse d'eau tiède (250 ml)**
- 2 c à thé de sel. (10 ml)**
- 2 tasses de farine de blé entier (454 g)**
- 6 à 8 tasses de farine blanche non blanchit (1356 g à 1818 g)**

Dans un grand bol, verser l'eau bouillante sur la farine de maïs, blé concassé et avoine.

Brasser bien et laisser refroidir jusqu'à tiède.

Pendant ce temps, ajouter la levure à 1 tasse (250 ml) d'eau tiède et laisser bouillonner.

Pour refroidir le mélange de grains, ajouter le mélange de levure, le miel, l'eau tiède et le sel.

Brasser bien, ajouter toute la farine de blé entier, 1/2 tasse à la fois (114 g) en brassant bien entre chaque addition .

Ajouter la farine non blanchit 1 tasse à la fois (227 g) en mélangeant bien, pour former une pâte douce et collante.

Sur une surface enfarinée, façonner pendant 5 minutes.

La pâte va rester collante.

Mettre dans un bol beurré, couvrir et laisser lever au double environ 1 heure. Frapper la pâte.

Diviser en trois parties égales. Former en miches et placer dans trois plats à pain beurrés.

Couvrir et laisser lever au double. Cuire à 350 degrés F (180C) pendant 1 heure. Fait trois grandes miches de pain.

## PAIN DANOIS AU SON ET AU SÉSAME

1 tasse d'eau bouillante (250 ml)

1/4 tasse de beurre (50 g)

1 tasse de farine de maïs jaune (227 g)

2 1/2 à 3 tasses de farine blanche non blanchie (568 g à 680 g)

3 tasses de farine de blé entier (680 g)

1/2 tasse de son ou de céréale de son (114 g)

1/2 tasse de graines de sésame rôties (114 g)

(regarder au bas de la recette)

2 c. à thé de sel (10 ml)

2 paquets de levures sèches alimentaires

1 tasse de lait (250 ml)

1/4 tasse de mélasse (50 ml)

1/4 tasse de miel (50 ml)

1/2 tasse de yogourt, lait de beurre ou lait sur à la température de la pièce (50 ml)

Dans un petit bol, combiner l'eau bouillante, le beurre et la farine de maïs.

Dans un grand bol, combiner 1 1/2 tasse de farine blanche (341 g), 1 tasse (227 g) de farine de blé entier, le son, graines de sésame, sel et la levure ; bien saupoudrer de pépites multicolores.

Dans un petit bol, mélanger raisins, amandes, les pelures de citron et le rhum ; mettre de côté.

Dans un grand bol, mélanger 2 tasses (500 ml) de farine avec la levure, 1/4 tasse (50 ml) de sucre, le sel et le safran.

Dans un petit contenant, chauffer le lait et le beurre à 110 degrés (44 c).

Ajouter au mélange de farine et battre 2 minutes à vitesse modérée au batteur électrique.

(suite)

## Suite de pain danois

Ajouter les œufs, le reste du sucre et 1/2 tasse (125 ml) de farine en plus.

Battre 2 minutes à vitesse rapide.

Brasser dans les 3 1/2 tasses (875 ml) de farine qui reste et le mélange de raisins.

Retourner le tout sur une surface enfarinée et pétrir jusqu'à ce que cela devienne une pâte molle et élastique. Placer la pâte dans un bol graissé, couvrir et laisser monter la pâte environ une heure et 15 minutes.

Pétrir la pâte et diviser en 3 parties. Former 3 boulettes et presser chaque boulette entre un pot d'une livre (454 g) de café en conserve bien graissée.

Étendre du beurre fondu sur chaque tranche. Couvrir et laisser reposer jusqu'à ce que la pâte dépasse un peu le rebord de la boîte de conserve.

Brasser avec des œufs vitrés:

1 œuf battu et 1 c. à thé (5 ml) d'eau. Cuire à 375 degrés '(190C) 30 à 35 minutes ou jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Placer au frais pendant 10 minutes.

Enlever de la boîte. Garnissez de glaçage, il faut prévoir que ça va D'égoutter sur les côtés.

Immédiatement, juste avant de glacer pour la dernière fois, saupoudrer de pépites en bonbons multicolores.

Pour servir, couper en tranche ou tourner le pain sur le côté et couper en tranche ronde.

Fait 3 lb. (1,5 kg) de pain. ( Suite pour glaçage)

## **Glaçage**

Battre 1 tasse (250 ml) de sucre en poudre et 2 c. à thé (10 ml) de lait et 1/2 c. à thé (3 ml) d'essence d'amande, jusqu'à une substance lisse.

## **SIROP POUR LE RHUME**

**4 c. à table de cognac (50 ml)**

**4 c. à table de citron (50 ml)**

**4 c. à table de miel (50 ml)**

**2 onces de glycérine (75 ml)**

**Épaissir sur feu très doux.**

## **BOL DE BOMBANCE**

**1 gallon de jus de pomme ou du cidre (4 litres)**

**1 tasse de sucre brun ou de miel (227 g)**

**1 boîte de limonade concentrée congelée de 6 on (177 ml)**

**1 boîte de jus d'orange concentré congelé de 6 on (177 ml)**

**1 c. à table de clous de girofle entier (15 ml)**

**1 c. à table de toute épice entière (15 ml)**

**1 c. à thé de muscade moulue (5 ml)**

Dans une grande casserole, combiner le cidre, sucre, limonade et jus d'orange.

Attacher les clous et le tout-épice dans un carré de coton à fromage et ajouter au cidre ainsi qu'avec la muscade.

Amener à ébullition.

Mijoter à couvert pendant 20 minutes.

Retirer le petit sac et jetez-le.

Servir chaud dans des gobelets garnis de cannelle si désirée.

Sert 25 à 30 personnes.

## **PUNCH DE PARTIE DU NOUVEL AN**

**2 paquets de fraises décongelées (680 g)**

**3 tasses de nectar d'abricot refroidi (750 ml)**

**3 tasses d'eau froide (750 ml)**

**1 tasse de jus de citron (250 ml)**

**1 boîte de jus d'orange concentré, dégelé de 6oz. (177 ml)**

**1 tasse de sucre (227 g)**

**1 boîte de liqueur douce au gingembre refroidi de 32 on (946 ml)**

Mettre les fraises en purée avec le mélangeur électrique.

Dans un bol à punch, combiner tous les ingrédients, excepté la liqueur douce au gingembre.

Brasser pour faire dissoudre le sucre doucement, verser la liqueur dans le bol.

Ajouter de la glace.

Fait environ 3 1/2 pts ou 28 coupes à punch.

## **CRÈME CLACÉE DE NEIGE**

**1 grand verre de nouvelle neige fraîche et propre**

**1/4 tasse de crème (55 ml)**

**1 c. à table de sucre (15 ml)**

**2 gouttes de vanille**

**1 goutte de couleur alimentaire rouge (si désiré)**

Mélanger le tout dans le verre et manger immédiatement.

Sert 1 personne.

## **SUCRE À LA CRÈME (5 minutes)**

**5 c. table de beurre fondu (50 ml)**

**2 tasses de cassonade (500 ml)**

**1/2 tasse de crème 35 %(125 ml) ou,**

**1/2 tasse de lait carnation.**

Bien mélanger et faire bouillir pendant 5 min exactement.

Retirer du feu.

Ajouter 2 tasses (500 ml) de sucre en poudre et 1 c. thé (5 ml) de vanille.

Mêler le tout et verser dans un moule.

### **Pour varier :**

Nous pouvons enlever:

- 5 c. table (50 ml) sucre en poudre et les remplacer par 5 c. table de cacao.

## **MAÏS SOUFLÉ AU CAMEL (au four)**

**6 pqt de maïs soufflé (1356 g)**

**1 tasse de beurre (227 g)**

**2 tasses de sucre brun (454 g)**

**1/2 tasse de sirop de maïs (foncé ou pâle)(125 ml)**

**1 c. à thé de sel (5 ml)**

**1/2 c. à thé de bicarbonate de soude (3 ml)**

**1 c. à thé de vanille (5 ml)**

Placez le maïs soufflé dans un plat à rôtir assez large, et mettre dans le four à 250 degrés F (120 C).

Dans un poêlon à sauce très épais, combinez, beurre, sucre, sirop de maïs et sel.

Chauffez sur un feu doux, en brassant constamment jusqu'à ce que le beurre soit fondu.

Amenez à ébullition, en brassant constamment, et bouillir sans brasser pendant 5 minutes.

Retirez du feu et brassez en ajoutant le bicarbonate de soude et la vanille. (Le mélange va mousser.)

Jetez le maïs soufflé dessus, et bien mélanger.

Cuire à 250 degrés F (120 C) pendant 1 h en brassant tous les 15 minutes.

Retirer du four, laisser refroidir, l'enlever de son plat et le déposer dans des emballages décoratifs ou mettre dans des plats de crème glacée.

Si désiré, des noix peuvent être ajouté au maïs soufflé, pour faire un extra.

Fait environ 5 pintes.(5 litres)

## **GLAÇAGE AUX BANANES**

**1/4 tasse de beurre ramolli [50 ml]**

**1/2 tasse de Cacao Fry [125 ml]**

**1/4 tasse de bananes en purée [50 ml]**

**2 c. à table de lait [25 ml]**

**1/2 c. à thé de vanille [2 ml]**

**3 tasses de sucre à glacer [700 ml]**

## CARAMELS DE Noël

**1 tasse de beurre [227 g]**

**1 lb de sucre brun [environ**

**2 1/4 tasses] [454 g]**

**Souppçon de sel**

**1 tasse de sirop de maïs léger [250 ml]**

**1 boîte de 14oz.[414 ml] de lait condensé sucré**

**1 c. à thé d'extrait de vanille [5 ml]**

Dans un chaudron de 3 pintes [3litres] sur feu moyen, faire fondre le beurre.

Ajouter le sucre et le sel et bien brasser.

Ajouter le sirop de maïs en brassant bien.

Ajouter le lait graduellement, en brassant constamment.

Cuire en brassant sur le feu moyen, jusqu'à ce que le thermomètre à bonbons enregistre 245 degrés F [119C] [boule ferme] environ 15 minutes.

Retirer le chaudron du feu.

Brasser et incorporer à la vanille.

Verser dans un plat beurré de 9 X 9 pouces [22.9 X 22.9 cm] en métal ou en verre. Refroidir.

Couper en petits carrés.

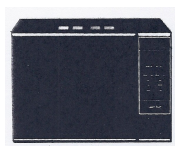
Frapper le chaudron sur le comptoir pour libérer les bonbons.

Envelopper individuellement dans un papier cellophane ou de plastique.

Placer dans un contenant bien scellé dans un endroit frais et sec.

Fait 80 à 100 caramels.

## MICRO-ONDES



## CRETONS DE CHEZ-NOUS

**1 lb de porc haché [450 GR]**

**1 tasse de mie de pain en petits morceaux [250 ml]**

**1 oignon râpé**

**Sel et poivre**

**1 gousse d'ail écrasée**

**1/4 c. à thé de cannelle [1.5 ml]**

**1/4 c. thé de muscade [1.5 ml]**

**1/4 c. thé de clou de girofle moulu [1.5 ml]**

**1 tasse de lait**

Mettre tous les ingrédients dans un plat allant au micro-ondes et bien mélanger. Couvrir la casserole et cuire à "high" 15 minutes en brassant 2 ou 3 fois.

Déposer dans des plats et réfrigérer.

# BOEUF BOURGUIGNON

**3 à 4 lb bœuf à bouillir coupé en cubes de 1 pouce et dégraissé.**

**Ou au choix : [rôti de palette ou autre]**

**1 enveloppe de soupe à l'oignon**

**1 lb de champignons frais coupés en morceaux**

**6 onces de vin rouge sec [170 ml]**

**8 onces de bouillon de bœuf [250 ml]**

**1 gousse d'ail émincée**

**1 feuille de laurier**

**4 à 5 carottes tranchées**

Mettre tous les ingrédients dans un plat allant au micro-ondes.

Couvrir d'un papier plastique ; insérer la sonde thermique dans le jus.

Cuire à « high » et maintien de chaleur.

[Heat and hold] 180 degrés F. pendant 2 heures ou jusqu'à ce que ce soit tendre.

Retirer la viande et les légumes de la sauce.

Garder au chaud.

Mélanger 1/4 tasse de farine avec suffisamment d'eau pour en faire une pâte et l'incorporer à la sauce.

Cuire à « high » pendant 6 minutes, brasser une fois ou deux.

Verser sur la viande et les légumes.

Servir avec pomme de terre et salade verte ou riz aux légumes.

C'est un met qui réglera les plus difficiles.

Donne 4 à 6 portions.

## **CÔTELETTES DE PORC à la sauce tomate**

**4 côtelettes de porc de 1/2 po [1.5 cm] d'épaisseur**

**7 1/2 onces sauce tomate [213 ml]**

**1 piment tranché**

**1 petit oignon tranché**

Disposer les côtelettes dans un plat allant au four micro-ondes.

Ajouter la sauce, le piment et l'oignon tranchés.

Mettre au four à « high » 3 minutes et réduire la puissance à « med-high » de 9 à 15 minutes ou jusqu'à ce que le porc, près de l'os ne soit plus rose.

Tourner à la moitié de la cuisson.

## **RICHE SOUPE AU BOEUF**

- 1 lb de bœuf haché maigre 5 tasses d'eau [1250 ml]**
- 1 boîte de sauce tomate [8 onces 225 gr]**
- 2 grosses tomates hachées**
- 1 enveloppe de mélange à sauce brune [env.3/4 on-22 g]**
- 1 branche de céleri coupée en dé**
- 1 petit oignon coupé en gros morceaux**
- 1 carotte tranchée**
- 1 c. table de sauce Worcestershire [10 ml]**
- 2 c. thé de sel [25 ml]**
- 2 c. thé de sel [10 ml]**
- 1 feuille de laurier et poivre au goût**
- 1 tasse de macaroni non cuit [250 ml]**

Dans un grand bol, émietter le bœuf et cuire à « med.high » 6 minutes ou jusqu'à ce qu'il ne soit plus rose en remuant une fois.

Ajouter le reste des ingrédients sauf le macaroni.

Cuire à « high » 25 minutes et ajouter le macaroni, continuer à cuire 10 minutes.

## CHOW MEIN & RIZ

- 2 tasses de champignons tranchés [500 ml]
- 2 tasses de céleri tranché sur le biais [500 ml]
- 1 tasse de piment tranché en lamelles [250 ml]
- 1 tasse d'oignons tranchés minces [250 ml]
- 1 boîte de châtaignes d'eau [8 onces, 227 ml] tranchées
- 1 tasse de brocoli tranché [facultatif] 250 ml)
- 2 tasses de viande en petits cubes déjà cuits (500 ml)
- 1/3 tasse de sauce soya (75 ml)
- Pincée de persil
- 1/3 tasse d'eau (75 ml)
- 3 c. à table de fécule de maïs (40 ml)

Placer tous les légumes et la viande de votre choix (**poulet, porc, bœuf**) dans un plat rectangulaire allant à la micro-onde, bien mélanger.

Préparer la sauce en délayant la fécule de maïs dans l'eau et la sauce soya.

Ajouter le persil et étendre sur les légumes.

Faire cuire à « high » environ 10 minutes en brassant après 5 minutes.

Servir sur un riz blanc.

Vous pouvez y ajouter tous vos légumes préférés et même mettre des tomates coupées en quatre, après 6 minutes de cuisson. Vous aurez préparé un repas plein de bonnes vitamines et sans gras. Donne 4 portions.

(suite pour la sauce)

Suite de chow-mein & riz

## **SAUCE :**

**1 c. table de beurre (10 ml)**

**1 c. table de farine (10 ml)**

**1 boîte de (4 onces) de champignons tranchés non égouttés**

**1/2 tasse d'eau (125 ml)**

**1 cube de bouillon de poulet**

**1/2 c. thé de jus de citron (2 ml) et poivre**

Faire fondre le beurre à « high ».

Ajouter la farine d'un seul coup, les champignons, l'eau et tous les autres ingrédients.

Cuire 4 minutes à « high » en brassant 1 fois. Étendre sur le poulet déjà cuit.

## **CIGARES AU CHOU**

**8 feuilles de chou**

**1/2 tasse d'eau (125 ml)**

**1 lb. de bœuf haché (450 GR)**

**1 tasse de riz cuit (250 ml)**

**1 petit oignon haché**

**1 œuf**

**1 c. à thé de sel (5 ml) Poivre au goût**

**1 boîte de soupe aux tomates concentrée**

Placer les feuilles de chou et l'eau dans un plat allant au micro-ondes.

Recouvrir d'une feuille plastique et cuire à « high », 5 minutes pour ramollir.

Mélanger le bœuf, le riz, l'oignon, l'œuf battu, le sel et le poivre ainsi que 2 c à table de soupe aux tomates (25 ml).

Répartir le mélange dans chaque feuille de chou.

Replier les côtés et insérer un cure-dent pour fermer.

Étendre le reste de la soupe tomates sur les cigares.

Cuire à « high » 12 à 17 minutes ou jusqu'à cuisson complète.

## **POULET EN SAUCE**

**Un poulet 3 à 4 lb coupé en morceaux**

Déposer les morceaux de poulet dans un plat pour micro-ondes en plaçant les parties les plus charnues vers l'extérieur.

Couvrir d'une feuille plastique et cuire à « high » de 5 à 7 minutes par livre.

## **BOULETTES DE VIANDE, en sauce**

**1 lb de bœuf haché, veau ou porc (450 GR)**  
**1 petit oignon haché finement**  
**1/3 tasse de chapelure (75 ml)**  
**1 œuf battu**  
**1/4 C. thé de sel (1.5 ml)**  
**1/8 C. thé de poivre (5 ml)**

Mélanger tous les ingrédients et former en petites boulettes.  
Déposer dans un plat de cuisson 12 X 8po (30 X 20 cm).  
Cuire à « med.high » 7 à 9 minutes ou jusqu'à ce que les boulettes  
soient fermes et non rosées.

### **Sauce :**

**1 boîte de soupe tomates concentrées 10 1/2 onces (300 gr)**  
**1 bt 8 on, de morceaux d'ananas égouttés (225 gr)**  
**1/4 tasse de cassonade (50 ml)**

Mettre tous les ingrédients dans un plat d'environ 2 litres.  
Incorporer les boulettes de viande cuite.  
Cuire à « med-high » de 8 à 10 minutes en remuant 2 fois.

# BRUNCH CASSEROLE

8 tranches de pain de blé, en cubes  
1/4 tasse de beurre fondu (50 ml)  
8 onces de fromage Cheddar râpé (500 ml)  
3 œufs  
2 tasses de crème légère (500 ml)  
1 c. à thé de sel (5 ml)  
1/2 c. à thé de moutarde sèche (2.5 ml)  
1/4 c. à thé de poivre (1.5 ml)

Faire rôtir le pain en cubes avec du beurre, et déposer dans une casserole de 1 1/2 pinte (2 litres) graissée.

Saupoudrer de fromage.

Battre les oeufs avec la crème et le reste des ingrédients jusqu'à ce que cela devienne onctueux.

Verser sur le pain et le fromage.

**(Ceci doit être préparé le soir d'avant et réfrigéré jusqu'au moment de la cuisson).**

Cuire dans un four micro-ondes à température élevée pendant 10 minutes, tourner toutes les 2 minutes pour une cuisson égale.

Laisser reposer 5 minutes avant de servir.

Pour cuire dans un four ordinaire.

Cuire à 350 degrés. (180C) pendant 30 à 40 minutes, ou jusqu'à ce que le dessus soit doré.

Donne 6 portions.

## **POMMES DE TERRE MOUSSELINE**

**5 pommes de terre**

**1 c. à table de beurre (10 ml)**

**1 1/4 tasse de lait bouillant (300 ml) Sel et poivre**

Paire cuire les pommes de terre avec la pelure, en prenant soin de les piquer, à « high » 5 à 10 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

Laisser reposer quelques minutes et peler.

Passer aux passes-légumes (chinois) et les mettre dans un bol à mélanger.

Saler et poivrer au goût.

Ajouter le lait bouillant et le beurre aux pommes de terre.

Mélanger à l'aide d'un fouet.

Disposer dans un plat de service.

# GÂTEAU AUX CAROTTES

- 1 1/4 tasse de sucre (300 ml)**
- 1 tasse d'huile (250 ml)**
- 1 c. à thé de vanille (5 ml)**
- 3 œufs**
- 1 1/2 tasse de farine (375 ml)**
- 3/4 c. à thé de sel (3.75 ml)**
- 1 1/2 c. à thé de soda à pâte (7.5 ml)**
- 2 1/2 c. à thé de cannelle (12 ml)**
- 2 1/4 tasses de carottes râpées (550 ml)**
- 1/2 tasse de noix hachées (125 ml)**

Mélanger le sucre, l'huile, la vanille.

Ajouter les œufs et bien battre.

Dans un autre bol, mélanger la farine, le sel, le soda et la cannelle.

Incorporer au mélange d'œufs, et ajouter les carottes et les noix.

Mélanger en pliant.

Verser dans un moule 12 X 8 X 2 graissé.

Cuire à « high » de 13 à 15 minutes.

Refroidir dans le moule.

## PÂTE À TARTE AVEC BISCUITS

Prenez n'importe quelle sorte de biscuits (chocolat, vanille, etc.) les émietter à la main ou au mélangeur.

**Mélanger**

- 1/4 de tasse de beurre fondu (50 ml)
- 1 1/4 tasse de miettes (300 ml)
- 2 c à table de sucre (25 ml).

Mettre dans une assiette de 9 pouces et cuire à « high », 2 à 3 minutes.

Mettre la garniture de votre choix.

# GÂTEAU RENVERSÉ

(Aux pêches, poires, ananas ou bananes)

## GARNITURE :

**1/2 tasse de beurre ou de margarine (125 ml)**

**1 tasse de cassonade (250 ml)**

**Noix hachées (facultatif)**

**Fruits (au choix)**

Démêler le beurre et la cassonade ensemble et étendre dans un moule tubulaire légèrement graissé.

Disposer les fruits et les noix hachées.

## SUCRE À LA CRÈME AU MIEL

**3/4 de tasse de crème 35 % (225 ml)**

**1/4 de tasse de miel (50 ml)**

**1 tasse de sucre blanc (250 ml)**

**3/4 de tasse de cassonade (225 ml)**

Mettre tous les ingrédients dans un plat de 2 litres.

Bien mélanger et cuire à « high » 2 minutes, brasser et cuire à nouveau 8 minutes.

Placer le plat dans l'eau froide et brasser jusqu'à ce que le sucre commence à se former.

Déposer dans un plat graissé.

## **GÂTEAU:**

**1/2 tasse de beurre ou margarine (125 ml)**

**2 œufs**

**1 1/2 tasse de farine (350 ml)**

**3/4 c. à table de soda (7 ml)**

**1/2 tasse de lait sûr (125 ml)**

**1 1/4 tasse de sucre (300 ml)**

**1 tasse de fruits écrasés (250 ml)**

**1/2 c. à thé de poudre à pâte (2 ml)**

**1/2 c. à thé de sel (2 ml)**

**1 c. à thé de vanille (5 ml).**

**(Le lait sur se fait en y ajoutant un peu de vinaigre)**

C'est un gâteau succulent, léger et très bon à la micro-onde.

Vous avez besoin d'une boîte de 28 onces de fruits que vous aurez égouttés, ensuite écrasés pour avoir une tasse de fruits.

Ce qui reste servira à la garniture du gâteau.

Défaire le beurre en crème, incorporer le sucre, les œufs battus et les fruits écrasés.

Tamiser ensemble la farine, poudre à pâte, sel et soda à pâte.

Ajouter au premier mélange en alternant avec le lait.

Toujours commencer et finir par le mélange de farine.

Aromatiser avec la vanille. Étendre sur la garniture.

Cuire à « med-high », 17 minutes et à « high » pendant 2 minutes.

Vérifier la cuisson avec un cure-dent.

Ne jamais faire cuire un gâteau plus de 3 minutes à « high », sauf s'il y a une indication.

Renverser à la sortie du four.

## Du même auteur

Terre des Femmes, publiée en: 2007, 2009.

Version imprimée, ISBN: 978-0-97-83875-0-1

Version numérique, ISBN: 978-0-97-83875-5-6

Un Monde à Revers, publié en 2010.

Version imprimée, ISBN: 978-0-97-83875-2-5

Version numérique, ISBN: 978-0-97-83875-6-3

### Section: livres de recettes

Les Recettes de la Ferme. Tome 1(4 saisons)

publié en : 1985, 1988,2007,2010

Version imprimée, ISBN: 978-0-97-83875-3-2

Version numérique, ISBN: 978-0-97-83875-7-0

Les Recettes de la Ferme. Tome **II** (Pot au feu)

publié en 1986,2007,2010

Version imprimée ISBN: 978-0-97-83875-4-9

Version numérique, ISBN: 978-0-97-83875-8-7

**Jasselin.com**

<http://www.jasselin.com>

Merci de votre encouragement

Si vous remarquez certains termes non habituels à  
votre région:

Vous seriez gentilles ou gentil de nous le faire savoir

Nous pourrions le réadapter, dans nos prochaines  
rééditions, à des termes plus flexible  
internationalement.

Nous faire parvenir un email avec votre correction:  
allez sur le site  
jasselin.com ou cliquez [ICI](#)