

# 2012

## *MES RECETTES PRÉFÉRÉES*



## SOUPES ET POTAGES

- + Crème de chou-fleur
- + Soupe au doré du Saguenay

## ENTRÉES

- + Escargots à la Provençale

## METS PRINCIPAUX

- + Cubes de poulet aux champignons
- + Bourguignon d'original

## DESSERTS

- + Tarte au caramel
- + Croquettes au chocolat



## CRÈME DE CHOU-FLEUR

1 gros chou-fleur  
1 boîte de 10 onces de maïs en crème  
2 pommes de terre en cubes  
1 oignon émincé  
2 cuillères à soupe de base de poulet  
1 gros contenant de crème 35 %  
Sel et poivre au goût

Défaire le chou-fleur en petits fleurons et faire cuire avec les oignons et les pommes de terre en ajoutant juste assez d'eau pour couvrir.

Lorsque que les légumes sont très cuits, écraser au pilon à patate à même le bouillon de cuisson. Ajouter tous les autres ingrédients et passer au mélangeur électrique. Réchauffer et servir.

## SOUPE AU DORÉ DU SAGUENAY

6 cuillères à soupe de beurre  
2 tasses de carottes en rondelles  
1 tasse de céleri en petits dés  
1 tasse d'oignons en dés  
2 tasses de pommes de terre en cubes  
8 tasses d'eau  
Sel et poivre au goût  
1 feuille de laurier  
1 livre de filet de doré  
7 onces de crème 35 %

Faire fondre le beurre et ajouter les carottes, le céleri et les oignons. Cuire doucement jusqu'à ce que les oignons soient transparents.

Ajouter les pommes de terre, l'eau, le sel, le poivre et le laurier. Cuire le tout à feu doux pendant environ 35 minutes.

Ajouter les filets de doré coupés en cubes et cuire environ 20 minutes encore. Ajouter la crème réchauffée (ne pas faire bouillir) juste avant de servir.



## ESCARGOTS À LA PROVENÇALE

24 à 36 gros escargots nettoyés et essorés  
2 gousses d'ail hachées finement  
½ oignon haché  
1 cuillère à soupe d'huile d'olive  
1½ tasse de tomates étuvées en cubes  
1 cuillère à thé d'origan  
1 cuillère à thé de basilic  
Sel et poivre  
4 grandes tranches de pain italien croûté très frais  
2 cuillères à soupe de persil  
Parmesan râpé

À l'aide de papier essuie-tout, assécher le plus possible les escargots. Réserver.  
Dans un poêlon, faire revenir l'ail et l'oignon 2 minutes dans l'huile à feu élevé. Ajouter les escargots et cuire 1 minute à feu moyen. Ajouter les tomates, l'origan et le basilic. Bien mélanger.

Salier et poivrer au goût. Laisser mijoter 7 à 10 minutes en brassant souvent. Réserver au chaud.

Disposer une tranche de pain au centre de chaque assiette. Couvrir partiellement du mélange d'escargots et garnir d'un peu de parmesan et de persil. Servir immédiatement.

## CUBES DE POULET AUX CHAMPIGNONS

3 cuillères à soupe de beurre  
1 livre de cubes de poulet  
½ livre de champignons tranchés  
1 cuillère à soupe d'échalotes hachées  
1½ tasse de bouillon de poulet chaud  
1 cuillère à soupe de fécule de maïs  
3 cuillères à soupe) d'eau froide  
Jus de ½ citron, sel et poivre

Faire fondre le beurre dans une poêle à frire, à feu doux. Ajouter les cubes de poulet; faire cuire à feu moyen, jusqu'à ce ne soit plus rosé. Retirer les cubes et les placer sur un plat de service. Garder au chaud dans un four à 200°F.



Ajouter les champignons et les échalotes à la poêle à frire. Saler, poivrer; cuire de 3 à 4 minutes. Ajouter le jus de citron et mélanger le tout. Ajouter le bouillon de poulet et assaisonner au goût.

Mélanger la fécule de maïs et l'eau froide. Ajouter le mélange à la sauce; faire mijoter 3 minutes. Verser la sauce sur les cubes de poulet. Servir.

## **BOURGUIGNON D'ORIGNAL**

3 livres de viande d'orignal, coupée en fines lanières  
¼ de tasse d'huile d'olive  
1 gousse d'ail, écrasée  
3 tasses de vin rouge, un Bourgogne de préférence  
20 petits oignons perlés (vendus en conserve)  
20 petits champignons frais, entiers  
Sel et poivre au goût  
2 feuilles de laurier  
2 clous de girofle  
1 cuillère à thé de marjolaine  
½ cuillère à thé de romarin  
2 cuillères à soupe de beurre  
2 cuillères à soupe de farine

Dans un poêlon, faire brunir la viande dans l'huile d'olive en ajoutant l'ail. Égoutter l'excédent de gras et mouiller avec le vin.

Ajouter ensuite les champignons, les oignons et les épices et couvrir. Laisser mijoter pendant 2½ heures sur feu doux.

Faire fondre le beurre dans une petite casserole et ajouter la farine, sur feu très doux. Laisser cuire en brassant constamment de façon à obtenir un beau roux. Épaissir le premier mélange et cuire à nouveau 15 minutes. Retirer les clous de girofle et les feuilles de laurier. Servir sur un nid de nouilles aux oeufs et avec de la crème sure.

## **TARTE AU CAMEL**

1 tasse de cassonade  
1½ cuillère à table de farine  
1 cuillère à table de beurre  
1 jaune d'œuf  
1 tasse de lait



Mélanger tous les ingrédients. Faire cuire au bain-marie jusqu'à épaississement et verser dans un fond de tarte cuit. Faire une meringue avec le blanc d'œuf et cuire jusqu'à doré.

## **CROQUETTES AU CHOCOLAT**

½ bloc de paraffine  
1 paquet de pépites de chocolat de 12 onces  
½ tasse de beurre d'arachides  
1 tasse de sucre en poudre  
1 cuillère à thé de vanille  
4 tasses de céréales de type Corn Flakes

Faire fondre la paraffine au bain-marie; ajouter le chocolat et le beurre d'arachides. Bien faire fondre et retirer du feu.

Ajouter le sucre en poudre, la vanille et les céréales. Bien mélanger. Déposer par petites quantités sur du papier ciré et laisser refroidir.

