



O SOL DE PORTUGAL

RECETTES CONFINEES



table des matières

Recette pour un bon confinement	3
Beignets acacia	5
Caldo verde	6
Chanfana à Lucilia	7
Houmous libanais	8
Tarte aux poireaux et aux lardons	9
Pain de campagne	10
Hamburgers italiens	11
Gnocchis à la sauce tomate	12
Merlu aux pensées	14
Curry légumes coco	15
Gâteau à la carotte	16
Veau, asperges vertes et champignons	17
Petits pains portugais	18
La morue de Maria Luiza	19
Pudim au fromage	21
Sablé aux épices	22
Flan antillais	23
Gâteau aux pommes à la cannelle	24
Gâteau à l'orange	25
Pastel de nata	26
Cookies à tomber !	27
Choux à la crème vanille	28
Financier aux pistaches	30
Tiramisu aux fraises	31
Tarte aux fraises	32
Tarte de Denis	34

recette pour un bon confinement

Notre première recette confinée :

► INGREDIENTS ◄

- Des mains ;
- De l'envie de faire, à foison ;
- Plusieurs pincées de partage ;
- Des zestes de saudade ;
- Plusieurs heures d'é-exchanges ;
- Un voyage dans son fort intérieur.

► DÉROULE DE LA RECETTE ◄

1. Verser l'envie dans un grand saladier, pratiquer beaucoup d'é-exchanges, placer le voyage au milieu, rajouter toutes les pincées de partage et les restes de saudade et tourner doucement.

2. Placer de préférence dans le jardin ou sur un balcon ou à défaut sur la table de cuisine et attendre que le confinement soit terminé.

Déguster sans modération



osoldeportugal@gmail.com

::: 2020 :::



beignets acacia

PAR JEAN-PIERRE

adhérent (concours de cuisine)

INGREDIENTS

- grappes de fleurs cueillies le matin, séparées en grappilles et mises au frais pour les cuire en soirée
- 200 gr d'eau gazeuse glacée
- 250 gr Farine de blé
- 1 jaune d'œuf
- eau de fleur d'oranger
- Bain de friture

Temps de Préparation :10 minutes

DÉROULE DE LA RECETTE

Avec une pâte à beignets tempura plus light que la pâte classique..

1. Mélanger le jaune d'œuf à la farine et ajouter progressivement l'eau gazeuse glacée et l'eau de fleur d'oranger.
S'il demeure des petits grumeaux ne chercher pas à les faire disparaître.

2. Secouer les fleurs afin d'éliminer d'éventuelles petites bêtes. Couper les grappes de fleurs afin de faire de petits beignets. Les tremper dans la pâte, laisser s'égoutter et les plonger délicatement dans le bain de friture. Attention la cuisson est très rapide, les

beignets doivent juste doré.

Les égoutter sur du papier absorbant. Les déposer sur le plat de service et saupoudrer d'un voile de sucre glace...

Déguster sans attendre avec un thé au jasmin, c'est divin !



caldo verde

mon premier essai

PAR ISABEL

jazz roots

► INGREDIENTS ◄

pour 4 personnes:

- 2l d'eau
- 500 g de pommes de terre
- 1 oignon, 2 gousses d'ail
- 350 g de chou vert coupé en lamelles fines
- Quelques cuillères d'huile d'olive
- 1/2 chorizo coupé en rondelles

chorizo. Bon appétit !



► DÉROULE DE LA RECETTE ◄

1. Porter l'eau salée à ébullition. Éplucher et laver les pommes de terre. Les couper en dés. Les ajouter à l'eau.
2. Couper l'oignon en lamelles. L'ajouter à la préparation.
3. Faire cuire pendant 15 minutes puis mixer.
4. Laver le chou et le couper en fines lanières. Les ajouter à la préparation et laisser cuire une dizaine de minutes.
5. Au bout de 10 minutes, ajouter l'huile d'olive et porter à ébullition, vous pouvez aussi ajouter 3 ou 4 rondelles de chorizo portugais pour donner du goût.



Servir la soupe dans des bols, accompagnée de quelques rondelles de

chanfana à lucilia

PAR LUCILIA

jupes à conter, spécialiste poupée abayomi

INGREDIENTS

- 1 kg de viande d'agneau
- 3 gousses d'ail
- 1 branche de persil
- 1 Branche de laurier
- 1 branche de romarin
- 1 oignon
- Vin rouge q.s. (au moins 1 litre)
- 0,5 dl d'huile d'olive
- Sel et poivre noir au goût

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Dans un pot en argile, mettre la viande en morceaux et assaisonnez avec sel, poivre noir, paprika/piment doux, l'ail haché, le persil, laurier, romarin et arrosez avec huile d'olive et de vin rouge, disposez l'oignon sur le dessus coupé en tranches et ensuite, mélanger le tout. Laisser mariner pendant toute la nuit. Le vin doit couvrir la viande

2. Cuire au four (à bois/ou dans le four domestique) très chaud, passé une heure remuez la viande soigneusement, Dans un pot en argile, mettre la viande en morceaux et assaisonnez avec sel, poivre noir, paprika/piment doux, clou de girofle au goût, l'ail haché, le persil et arrosez avec huile d'olive et de vin rouge, disposez

l'oignon sur le dessus coupé en tranches et ensuite, mélanger le tout. Laisser mariner pendant plusieurs heures ou toute la nuit.

3. Cuire au four (à bois/ou dans le four domestique) très chaud en mettant un couvercle sur le pot d'argile, passé une heure remuer la viande soigneusement,

4. Rajouter les pommes de terre, si la viande est déjà un peu grillée baisser la température du four et laisser cuire plus 1 à 2 heures.

5. On peut aussi manger la chanfana seule avec des haricots verts



hommos libanais

PAR CHANTAL

ateliers conte & art de la parole

INGREDIENTS

- grosse boîte de pois chiche (ici pois chiches cuits maison), garder un peu de jus de cuisson
- cuillères à soupe de pâte de sésame « Tahini » que l'on peut acheter dans les magasins d'alimentation exotique ou boutiques bio)
- 1 jus de citron
- 1 gousse d'ail
- 1/2 cuillère à café de cumin en poudre
- 2 cuillère à soupe d'huile d'olive ou huile de sésame grillée
- Paprika et coriandre fraîche pour la décoration (pas indispensable)
- Sel

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Dans un blender (ou dans un bol) mettre les pois chiches rincés et égouttés - gardez quelques pois chiches de côté pour la décoration - avec la pâte de sésame, le jus de citron, l'ail écrasé, la ½ cuillère à café de cumin, sel et huile d'olive.

Mixer.

2. Rallonger avec un peu de jus de cuisson si la consistance est trop épaisse.

3. Goutez rectifiez l'assaisonne-

ment à votre goût.

4. Garnir une assiette creuse, tracer un sillon et y verser huile d'olive (ou huile de sésame).

5. Parsemer de paprika, herbes fraîches et de quelques pois chiches entiers

6. Couvrir et mettre au frais jusqu'au moment de la dégustation. A manger avec des gressins, ou morceaux de pains coupés, ou cra-



tarte aux poireaux et aux lardons

» PAR MARTINE

adhérente

» INGREDIENTS «

- 140 gr de beurre
- 250 gr de farine
- 2 cuillères à soupe d'eau
- 3 poireaux
- 400 gr de lardons
- 3 œufs
- 25 cl de crème fraîche
- sel, poivre

» DÉROULE DE LA RECETTE «

1. Faire la pâte : malaxer le beurre et la farine, l'eau puis mettre dans le plat ; on peut acheter une pâte brisée.
2. Emincer les poireaux et les faire dorer dans un peu de beurre. Faire dorer les lardons puis les égoutter soigneusement avant de les ajouter aux poireaux.
3. Pendant ce temps, préparer « l'appareil » c'est-à-dire mêler les œufs à la crème, le sel et le poivre.
4. Etaler les poireaux et les lardons sur la pâte, parsemer de gruyère râpé, couvrir avec l'appareil et mettre au four chaud pendant 25 minutes à 190 degrés.
5. J'ai ajouté des tomates cerises tout au tour de mon plat.

» CONSEILS DE DÉGUSTATION «

Vous vous régalerez en l'accompagnant d'une salade verte, le tout arrosé d'un vinho verde bien frais.



pain de campagne

PAR OTELINDA

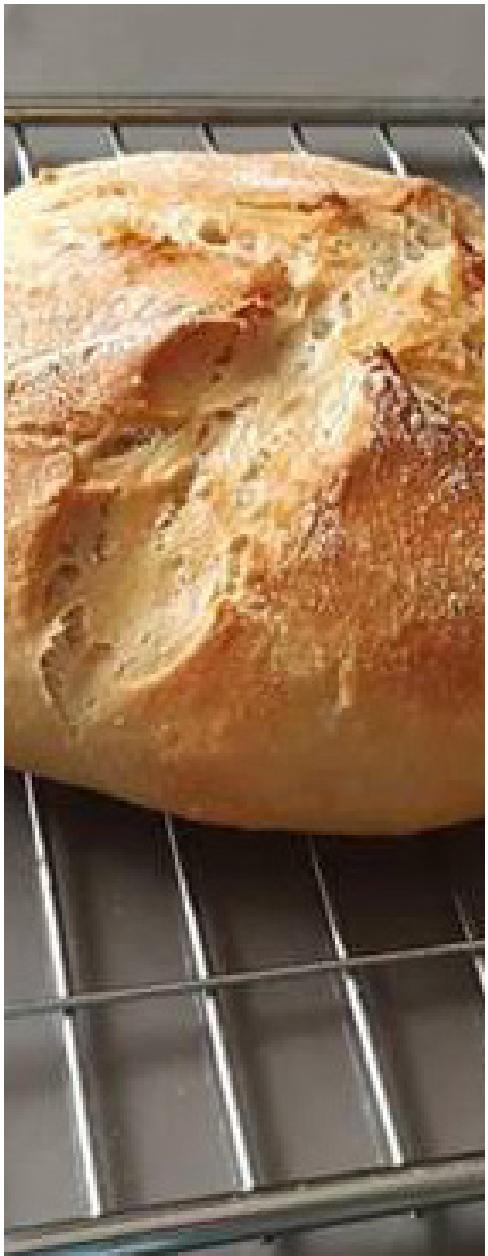
danse et chant quand c'est nécessaire

INGREDIENTS

- 500g Farine
- 32 cl Eau tiède
- 1 cuillère à café de sel
- 20g Levure fraîche du boulanger ou un sachet de levure de boulanger déshydratée qu'il faudra diluer dans un peu d'eau tiède.

► DÉROULE DE LA RECETTE

1. Mettez tous ingrédients dans le bol de votre robot et pétrissez jusqu'à obtenir une pâte homogène. Sinon pétrissez à la main.
2. Recouvrez votre pâte et laissez la reposer dans le bol 1h30 à température ambiante.
3. Dégarez la pâte en travaillant la pat et en faisant une boule.
4. Déposez la dans la cocotte garnie d'une feuille de papier sulfuriisé.
5. Couvrez votre pâte et laissez-la lever pendant 30 min.
6. Faire des stries avec un couteau sur la surface de votre pâte. Fermez la cocotte avec son couvercle. Enfournez à four froid puis allumez-le à 240 °C et faites cuire pendant 40 min.



hamburgers italiens

PAR ELLA ET THIBAUT

soirée défi cuisine (Top chef d'O sol du Portugal...)

INGREDIENTS

- 4 pains à burger
- 10 à 15 tomates cerises (ou 2 grosses)
- 4 steaks hachés
- Une poignée de roquette
- Quelques copeaux de parmesan
- 1 boule de mozzarella
- Quelques feuilles de basilic
- 2 oignons rouges ou nouveaux
- 4 cuillères à café de pesto (à faire)
- Sel, poivre

POUR LE PESTO

- 50g (15 branches) de basilic frais (ou persil ou fane de radis)
- 30/40g de pignons frais (ou amande)
- 60g de parmesan de type Parmiggiano Reggiano ou Grana Padano
- Huile d'olive (environ 30 dl selon la consistance souhaitée)
- Sel, Poivre
- 1 gousse d'ail (ou plus suivant les goûts de chacun)

DÉROULE DE LA RECETTE

Déroulé du pesto :

1. Mettre tous les ingrédients secs dans un robot à lame très tranchante (basilic, pignons torréfiés, parmesan et ail) saler légèrement, poivrer selon votre goût et mixer très finement.

2. Tout en continuant à mixer, verser petit à petit l'huile d'olive jusqu'à obtention de la consistance souhaitée.

3. Conserver le pesto dans un bocal au réfrigérateur.

Déroulé et montage des hamburgers :

étape 1

Couper vos pains en deux, les faire toaster et réserver. Faire des tranches de mozzarella et couper vos tomates en tranches. Faites revenir les oignons et les réserver. Faites cuire les steaks hachés d'un côté, les retourner puis disposer sur le dessus de chaque steak une tranche de mozzarella que vous laisserez fondre et, si vous le souhaitez, une tranche de pancetta ou jambon cru. Saler, poivrer.

étape 2

Étaler un peu de pesto sur chaque moitié de pain burger. Ajouter un peu de roquette (avant ou après le steak) puis y déposer le steak haché. Ajouter sur le dessus : copeaux de parmesan, tomates, oignons rouges, feuilles de basilic.

étape 3

Recouvrir du chapeau et servir aussitôt avec une salade verte ou des frites.



gnocchis à la sauce tomate

PAR ELLA ET THIBAUT

soirée défi cuisine (Top chef d'O sol du Portugal...)

INGREDIENTS

pour 4 personnes

(D'après la recette d'Edda Onorato)

Pour les gnocchis de pomme de terre

- 600g pomme de terre à chair farineuse, les plus « vieilles possibles », type Bintje
- 150g farine ordinaire T55 ou T65
- 1 jaune œuf
- noix de muscade
- sel, poivre

Pour la sauce tomate :

- 450g tomates en boîte concassées ou de coulis
- 1 gousse ail
- thym frais
- basilic
- 1 piment oiseau
- huile d'olive vierge extra
- sel
- laurier facultatif
- pecorino ou parmesan râpé

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Poser les pommes de terre (de même dimension et avec la peau) dans une casserole d'eau à température ambiante. Ajouter deux feuilles de laurier et porter à frémissement pendant 40 minutes environ ; les pommes de terre doivent être cuites à cœur.

2. Pendant ce temps, préparer la sauce. Dans une poêle faire revenir l'ail coupé en deux avec 3 cuillères à soupe d'huile d'olive puis ajouter le piment.

Verser ensuite la sauce, les herbes et mélanger.

3. Laisser mijoter à feu moyen 10-15 minutes (cela dépend aussi de la largeur de la poêle) : la sauce doit épaissir un peu mais pas trop. Saler.

4. Egoutter les pommes de terre et les pelé rapidement sous l'eau froide (pour ne pas se brûler mais en évitant de trop les mouiller). Les écraser au presse-purée ou moulin à légume dans un saladier. Saler, poivrer et ajouter la noix de muscade.

5. Incorporer le jaune d'œuf puis un tiers de la farine et mélanger. Laisser à peine tiédir puis ajouter encore un tiers de la farine puis travailler à la main (cela permet de sentir l'humidité, si la pâte l'est trop ou trop collante, continuer à ajouter de la farine) sur un plan de travail. Il faut travailler la pâte (avec encore de la farine si besoin) juste ce qui est nécessaire pour qu'elle soit plus ou moins lisse, plus ferme et un peu plus sèche (elle sera toujours un peu molle et humide c'est normal).

6. Fariner bien le plan de travail puis diviser la pâte en trois (ou en six parties). Rouler sous les mains pour obtenir une sorte de ruban. Couper en tronçons de 1 cm environ.

7. On peut aussi les rouler sur une fourchette ou une planche en bois pour former des creux - ce n'est pas obligatoire

mais cela permet de mieux prendre la sauce et cuire mais en réalité si tout le reste est bon c'est vraiment une subtilité voire une non différence ;-)

8. Poser les gnocchis sur un plan de travail ou une feuille de papier cuisson bien fariné et bien séparés (sinon il vont coller).

9. Porter à frémissement une casse-role d'eau, la saler. Y plonger les gnocchi (attention aux giclements, en ça la feuille est utile pour verser).

10. Dès qu'ils remontent à la surface (il faudra quelques minutes) les égoutter avec une écumoire et les verser dans la sauce. Les enrober.

11. Servir bien chaud avec du pecorino ou du parmesan, du poivre...

ET DEGUSTEZ !



merlu aux pensées

PAR CIDALIA

jazz roots

INGREDIENTS

pour 4 personnes :

- 4 filets de merlu
- 1 oignon ; 1 gousse d'ail
- 1 courgette ; 1 aubergine ; 1 poivron ; 1 blanc de poireau
- 1 tomate
- 1 demi-verre de vin blanc
- Huile d'olive, sel, poivre
- Pétales de pensées pour la déco.

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Faire revenir les oignons émincés, puis tous les légumes, sauf la tomate, dans l'huile avec l'ail.
2. Laissser la moitié dans un plat, poser le merlu puis le reste des légumes par-dessus, ajouter le vin, Couper la tomate en rondelles très fines.
3. Poivrer, saler.
4. Mettre le plat au four pendant 20 mn à 200 °.
5. A accompagner avec du riz.

Le secret de mes recettes : un peu de couleur, quelques pincées de saveur, et beaucoup d'amour.



curry légumes coco

PAR ALINE

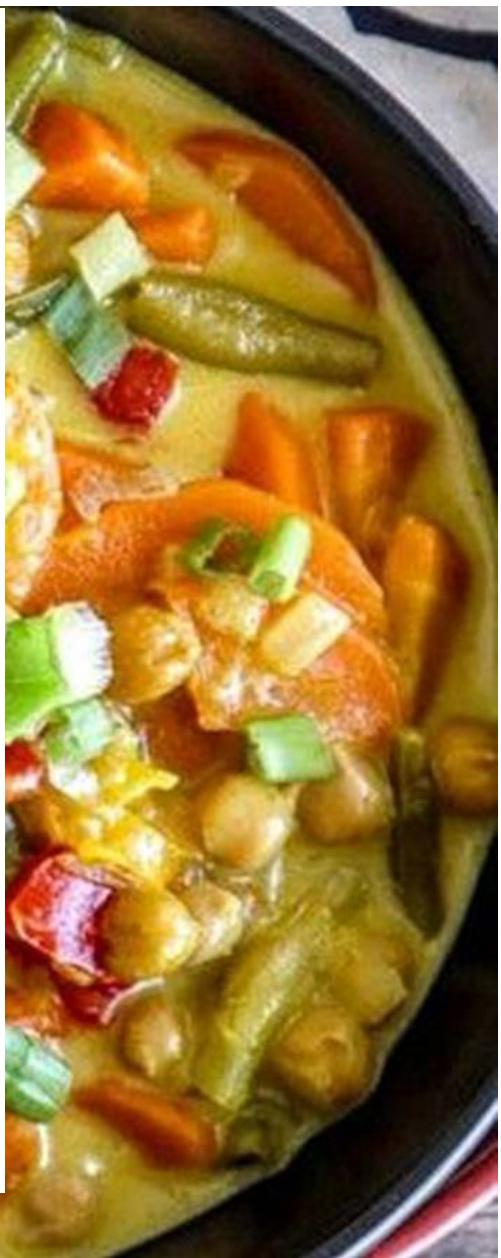
jazz roots et théâtre

▶ INGREDIENTS ◀

- Hiver : chou, patate douce, carottes, panais, navet
- Eté : tomate, courgette, aubergine, pomme de terre, poivron
- Printemps : petits pois haricot-vert, carotte, blette, fenouil ou épinard
- Automne : courge, pomme, châtaigne, carotte, champignon, poireau

▶ DÉROULE DE LA RECETTE ◀

1. Découper les légumes en petits dés.
2. Emincer l'oignon, l'ail et le gingembre.
3. Dans une poêle ou une cocotte, faire revenir l'oignon, l'ail, le gingembre et les épices curry dans un peu d'huile de coco.
4. Ajouter les légumes et remuer.
5. Ajouter le concentré de tomate dilué dans 1 verte d'eau, couvrir 20 min.
6. Ajouter le lait de coco et remuer.
7. Servir avec un peu de coriandre ou persil ou menthe ou ciboule fraîche selon les goûts .



gâteau à la carotte

PAR OTELINDA
adhérente

▶ INGREDIENTS ◀

- 2 carottes râpées
- 2 tasses de farine
- 3 œufs entiers
- 1 tasse d'huile (celle que vous souhaitez)
- 1 cuillère à soupe de levure

▶ DÉROULE DE LA RECETTE ◀

1. Dans un robot, mélanger les carottes, les œufs et l'huile.
2. Rajouter à la préparation la farine et la levure.
3. Mélanger le tout à la main jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène.
4. Mettre la préparation dans un moule beurré et fariné.
5. Mettre au four à 180 degrés pendant 45 minutes.
6. Vous pouvez déguster ce gâteau avec du chocolat fondu.



veau, asperges vertes et champignons

cuisiné à la crème de moutarde

PAR MARIE-CLAUDE
co-présidente

INGREDIENTS

- 600g de viande de veau coupés en petits cubes ou volaille
- 30g de beurre
- 1 trait huile d'olive
- 20 cl crème fraîche
- 1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne
- 1 oignon
- 8 asperges vertes ou blanches
- 8 champignons de Paris sans pied et lavés

Ustensiles :

- 1 plat en fonte ou en céramique
- 1 spatule
- 1 cuillère à soupe
- 1 planche
- 1 couteau éminceur

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Les asperges :

Mettez une cocotte sur le feu avec un filet d'huile d'olive. Pendant ce temps coupez les asperges en biseaux de $\frac{1}{2}$ cm et gardez les têtes. Ajoutez les biseaux et les têtes dans la cocotte. Laissez cuire 1 minute, mélangez doucement pour ne pas les abîmer.

2. L'oignon et les champignons :

épluchez et ciselez l'oignon. Puis ajoutez-le dans la cocotte et laissez suer. Emincez finement les champignons et ajoutez-les dans la cocotte.

3. La viande :
Mettez les légumes dans une assiette. Remettez un peu d'huile dans la cocotte, assaisonnez la viande de sel fin et de poivre du moulin. Laissez revenir 1 minute, ajoutez 1 morceau de beurre, mélangez, laissez cuire pendant 2 minutes.

4. Ajoutez les asperges et les champignons, la moutarde et mélangez délicatement. Ajoutez 1 grosse cuillerée de crème fraîche, mélangez de nouveau. Laissez cuire et ajoutez un bon tour de moulin à poivre. Sortez le plat du feu et gardez-le au chaud.



petits pains portugais

PAR ISABEL

jazz root

INGREDIENTS

- 1 kg de farine
- 20g de sel fin
- 40g de levure de boulanger ou 2 sachets de levure de boulanger instantanée
- 600 ml d'eau tiède
- 2 yaourts nature

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Mélanger la farine et le sel, rajouter la levure, bien mélanger, rajouter l'eau, les yaourts.
2. Travailler la pâte 10 à 15 minutes. Faire une boule, laisser la monter pendant une heure.
3. Faire ensuite des petites boules que vous placez sur vos grilles de four recouvertes de papier sulfurisé.
4. Laisser monter à nouveau la pâte pendant une demi-heure et enfourner dans un four chaud à 240° pendant 30 à 40 minutes.
5. Mettre de l'eau dans le lèche frite et pulvériser de l'eau sur les petits pains 10 minutes afin la fin de la cuisson.

Bon appétit !



la morue de maria luiza

PAR MARIA LUIZA GONÇALVES PORTO ARNAUD

adhérente et membre du conseil d'administration du Sol

INGREDIENTS

Ingédients de base :

- 2 beaux morceaux de morue (« postas » en portugais), dessalés pendant 36 heures dans un égouttoir et de l'eau que l'on change au moins quatre fois !
- 2 oignons
- Une dent d'ail
- Des petits cubes de pommes de terre (assez pour le nombre de personnes voulu)
- Sel et poivre
- De l'huile d'olive pour faire frire les éléments nécessaires : le « refogado » avec les oignons et/ou les petits cubes de pommes de terre.

Note de MLA : au Portugal on ne cuisine la morue qu'avec de l'huile d'olive, portugaise de préférence, bien sûr !

Pour la crème :

- 2 cuillères de soupe de beurre
- Un demi-litre de lait
- Trois œufs

DEROULE DE LA RECETTE

1. Cuire les morceaux de morue dessalée. Une fois cuits, enlever les peaux et les arêtes et les défaire en plus petits morceaux (« lascas » en

portugais).

2. Faire frire dans de l'huile d'olive (faire un «refogado» dit-on en portugais) les deux oignons très finement coupés en petits morceaux («cebolas picadas» en portugais), y ajouter l'ail coupé en petits morceaux et les morceaux de morue préalablement cuits. On laisse cuire («refogar» en portugais) lentement. Les petits morceaux d'oignons doivent gagner juste « un peu de couleur » et être assez mous, pas marron du tout ! Y ajouter le sel et le poivre.

3. A côté, frire aussi les petits cubes de pommes de terre et une fois prêts les réserver.

4. Pendant que les pommes de terre sont en train de frire, préparer une crème avec les 2 cuillères de soupe de beurre, le demi-litre de lait et seulement les trois jaunes d'œufs. Les blancs doivent être mis à part...

5. Une fois la crème prête, y ajouter le « refogado » fait avec la morue, les oignons et l'ail ainsi que les petits morceaux frits de pommes de terre.

Bien mélanger doucement.

6. Battre les œufs en neige jusqu'à ce qu'ils deviennent blancs et consitants (en portugais on dit « claras de ovos batidos em castelo »).

7. Ajouter, en mélangeant bien et doucement, ces blancs d'œufs montés en neige à la crème où se trouvent déjà mélangés les autres ingrédients.

8. Beurrer un moule pyrex ou équivalent suffisamment grand pour contenir toute la préparation et le mettre au four.

9. On met le plat dans un four traditionnel, pas trop fort, jusqu'à ce que le « soufflé» devienne d'une jolie couleur dorée....

Note de MLA : ici le pyrex, relativement profond, s'encastre parfaitement dans le plat en argent spécifique pour le servir, mais la photo ne permet pas de distinguer ni de voir sa profondeur relative mais adaptée à la quantité que j'avais préparée.



pudim au fromage

PAR ANNIE MATHIAS

jazz roots

INGREDIENTS

- Une boîte de lait concentré
- 2 boîtes de lait
- 4 œufs
- 100 gr de fromage
- Du caramel liquide

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Battre le lait concentré et les œufs
2. Ajouter le lait et continuer à battre. Additionner le lait tout en continuant à battre.
3. A la fin ajouter le fromage et battre légèrement
4. Fourrer le moule avec le caramel liquide et y verser la préparation précédente
5. Préchauffer le four à température moyenne 160° à 180° et cuire la préparation en Bain Marie pendant 50 minutes
6. Laisser refroidir et ensuite mettre au frigo pendant quelques heures

Remarque : le pudim de la photo n'a pas de caramel mais c'est quand même bon !



sablé aux épices

PAR LEON

périscolaire

Ingédients

- 760 g de farine - 40 g de sucre
- 30 g de beurre salé mou
- 75 g de miel
- 1 œuf
- 1 cuillère à café cannelle, gingembre,
- 1 cuillère à café muscade

Déroulé de la recette

- mélanger la farine, le beurre, le sucre et les épices.
- creuser un puits et ajouter le miel et l'œuf battu au centre jusqu'à formation d'une boule de pâte. réservé 45 mn.
- préchauffer le four à 200 °C.
- étaler la pâte, découper les biscuits.
- cuire 12 mn.

Recette réalisée par : Leon ip

Adhérent participant à : pér scolaire

flan antillais

PAR MARIE-CLAUDE

co-présidente

INGREDIENTS

- 1 Paquet de noix coco en poudre
- 1 Boîte lait concentré sucré
- 1 Boîte de lait concentré non sucré
- 3 œufs
- caramel liquide

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Mélanger au batteur le lait sucré et non sucré avec la poudre de noix de coco , incorporez les œufs 1 à 1.
2. Mettre le caramel au fond du moule à cake.
3. Faire cuire au bain-marie.
4. Le four doit être à 140/150 degrés pendant 25 minutes.
5. Lorsque le dessus du flan est doré mettre du papier alu et laisser cuire.



gâteau aux pommes à la cannelle

PAR ISABEL

co-présidente

INGREDIENTS

- 2 œufs
- 4 pommes coupées en lamelles
- 50g de sucre
- 70g de farine
- 20g de beurre fondu
- 1 sachet de levure
- 1 sachet de sucre vanillé
- 100 ml de lait
- De la cannelle en fonction du gout

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Mélanger le sucre et les œufs ensuite rajouter le sachet de levure et de sucre vanillé .Bien mélanger le tout.
2. Rajouter le lait et fouetter bien le mélange.
3. Saupoudrer de cannelle en fonction de votre gout et fouetter une dernière fois avant.
4. Disposer les pommes coupées en lamelles dans un moule beurré et rajouter la pâte par-dessus.
5. Mettre au four à 180° pendant 40 minutes.

Vous pouvez saupoudrer de cannelle au moment de servir.



gâteau à l'orange

PAR CIDALIA

atelier conte

INGREDIENTS

- 6 œufs
- 125 g de beurre
- 250 g de sucre
- 1 petit sachet de levure
- $\frac{1}{2}$ pot de confiture d'orange (mais plus ou moins, selon votre goût)
- Quelques écorces d'orange toutes faites ou que vous pouvez faire facilement
- $\frac{1}{2}$ plaque de chocolat noir, si vous le souhaitez

Pour la décoration, poser quelques écorces d'orange et du chocolat fondu selon vos goûts.



DÉROULE DE LA RECETTE

1. Dans un saladier, mélanger les œufs avec le sucre.
2. Ajouter la farine et la levure.
3. Etaler le mélange bien homogène sur une plaque de four.
4. Mettre au four chauffé à 180° pendant 20minutes.
5. Sortir le gâteau et l'étaler délicatement avec un linge humide.
6. Etaler la confiture d'orange sur le gâteau.
7. Enrouler délicatement le tout et placer votre gâteau sur le plat de service.

pastel de nata

PAR JULIEN DOS SANTOS

sympathisant de l'association , viticulteur dans la vallée du Douro

INGREDIENTS

- 250 ml d'eau
- 500 ml de lait
- 500g de pâte feuilletée
- 1 bâton de cannelle
- Le zeste de 2 citrons
- 60 g de farine
- 7 jaunes d'œufs
- 40 g de sucre

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Beurrer les moules.
 2. Etaler la pâte feuilletée en un rectangle de 5 cm d'épaisseur.
 3. Roulez-le pour former un boudin.
 4. Découper des tranches de 1,5 cm de large dans le boudin de pâte.
 5. Etirer chaque petit boudin entre vos doigts de façon à former des disques.
 6. Garnir les moules (petits moules ronds) d'une tranche de pâte feuilletée en appuyant bien de façon à recouvrir les moules.
 7. Réserver les moules au frigo.
 8. Délayer la farine avec un peu de lait avec le bâton de cannelle et les zestes de citron.
 9. Porter le lait à ébullition et verser la farine délayée et porter à nouveau à ébullition, puis, réserver.
 10. Dans une casserole, faire chauffer l'eau et le sucre et porter à ébullition puis laisser bouillir doucement durant 3 mn maximum pour obtenir un sirop.
 11. Verser le sirop qui a cessé de bouillir dans la crème sans cesser de fouetter.
 12. Quand la préparation est homogène, laisser refroidir à température ambiante.
 13. Ajouter les jaunes d'œufs à la crème froide et mélanger.
 14. Préchauffer le four à 250 °.
 15. Remplir au ¾ les petites pâtes feuilletées qui étaient au frigo.
 16. Enfourner 16 mn selon le choix de la coloration souhaitée.
- Laisser refroidir complètement et déguster.



cookies à tomber !

PAR NANCY

zumbacoach

INGREDIENTS

- 150g de farine
- 125g de beurre (à température ambiante). Le petit + des tests du confinement : choisissez du demi-sel, UN DELICE !
- 100g de pépite de chocolat (noir, au lait, blanc, selon les goûts)
- 75g de sucre en poudre
- 75g de cassonade
- 50g de noix de pécan
- 1 œuf

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Dans un grand saladier, mélanger les 2 sucres et le beurre. Ajouter l'œuf, la farine tamisée, les noix de pécan et le chocolat.

Petit secret : mélangez bien chaque fois que vous ajoutez un ingrédient pour que le mélange soit homogène avant d'ajouter le suivant. Formez une boule et laisser la pâte reposer 1h au frigo.

2. Faire cuire à 180° des petites boules de la taille d'une balle de golf, légèrement aplatis sur une feuille de cuisson, pendant 10 à 12 minutes maximum (selon les goûts).

3. La recette utilisée précise de faire refroidir les cookies avant de les déguster...

... Défi : QUI les laissera VRAIMENT refroidir avant de les goûter ?! (Attention à ne pas se bruler non plus !)

Et bon appétit bien sûr !



choux à la crème vanille

PAR ELLA ET THIBAUT

soirée défi cuisine (Top chef d'O sol du Portugal...)

INGREDIENTS

Pour la pâte à chou :

- 125g d'eau
- 125g de lait demi écrémé
- 110g de beurre
- 5 œufs entiers
- 140g de farine type 55
- 1 cuillère à café bombée de sucre semoule
- 1 cuillère à café rase de sel fin

Pour la crème vanille :

- 750g de lait ½ écrémé
- 115g de sucre
- 120g de jaune
- 38g de farine type 55
- 38g de féculle de maïs
- 8 feuilles de gélatine
- 50g de beurre
- 1 gousse de vanille
- 242g de crème montée

Faites tournez en vitesse lente pour faire échapper la vapeur puis incorporez un à un les œufs entiers. Vous devez obtenir une pâte à choux souple et luisante.

Sur du papier cuisson posé sur la plaque de votre four, formez à l'aide d'une poche à douille unie (taille n°16) des choux de 25g.

Parsemez à la surface des choux du sucre grain, Enlevez le surplus en penchant la plaque.

Faites cuire les choux à 170°, pendant 20 à 25 minutes environ puis à 150° 10 à 15 minutes.

A la fin de la cuisson, laissez refroidir les choux à température ambiante.

2. Crème vanille :

Faites tremper les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide.

Versez le lait et la gousse dans une casserole et portez-le à ébullition. Retirez du feu aussitôt. Dans un saladier, fouetez les jaunes d'œufs, avec le sucre, puis ajoutez la féculle de maïs et la farine. Mélangez bien afin d'obtenir une pâte homogène, puis ajoutez la moitié du lait encore chaud.

Mélangez à nouveau, puis versez le tout dans la casserole dans laquelle se trouve l'autre moitié du lait.

Portez la crème à ébullition pendant 1 minute, sans jamais cesser de remuer à l'aide d'un fouet.

Quand la crème est assez épaisse, retirez du feu. Incorporez le beurre congelé puis la gélatine essorée. Mélangez bien avant de

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Pour la pâte à chou :

Dans une casserole, versez le lait, l'eau, le sel et le sucre puis le beurre coupé en morceaux. Portez à ébullition, puis, hors du feu, versez la farine préalablement tamisée.

A l'aide d'une spatule, mélangez pour qu'une pâte se forme.

Remettez la casserole sur le feu (moyen) et mélangez entre 1 à 2 minutes, afin de dessécher la pâte. Une boule se détache bien des bords et il n'y a plus d'humidité qui s'évapore. Débarrassez dans la cuve de votre robot avec la feuille.

passer la crème au mixeur plongeant, pour la rendre lisse et homogène.

Versez-la dans un grand plat, afin qu'en s'étalant davantage, elle refroidisse plus vite. Recouvrez de film alimentaire, au contact de la crème (cela lui évitera de sécher) et glissez au réfrigérateur au moins 2 heures. Une fois très refroidie, fouettez la crème au robot et à vitesse moyenne pendant 2 min.

Montez les 242g de crème liquide. Ajoutez une petite partie à la crème pâtissière au fouet, puis le reste à la maryse.

3 • Montage :

Garnissez les choux avec la crème à la vanille jusqu'à les faire « exploser », en faisant un trou par le dessous. Dégustez dès que possible... TROP BON !



le financier aux pistaches

PAR JACINTA

chant

INGREDIENTS

- 6 blancs d'œuf,
- 80g de farine,
- 180g de sucre glace,
- 30g de poudre d'amande,
- 70g de poudre de pistache,
- 200g de beurre noisette

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Faites fondre le beurre jusqu'à ce qu'il prenne une couleur ambrée.
2. Retirez-le du feu et laissez tiédir.
3. Fouettez les blancs au fouet manuel jusqu'à ce qu'ils soient bien mousseux.
4. Ajoutez le sucre glace en pluie et mélangez bien.
5. Incorporez ensuite la poudre d'amande, la poudre de pistache et la farine.
6. Mélangez bien le beurre dans la préparation au travers d'un tamis.
7. Remuez doucement jusqu'à obtenir une pâte lisse et sans grumeaux.
8. Versez la préparation dans des petits moules à Financier aux $\frac{3}{4}$.
9. Mettez au four pendant 15 minutes à 180 degrés.
10. Dégustez froid ou tiède selon votre goût.

tiramisu aux fraises

PAR ISABEL

co-présidente

INGREDIENTS

- 250g de mascarpone
- 3 œufs
- 50g de sucre
- une boîte de biscuits cuillères
- 800g de fraise

DÉROULE DE LA RECETTE

1. Mélanger les jaunes d'œufs et le sucre jusqu'à ce qu'ils blanchissent.
2. Ajouter le mascarpone à la préparation et bien pour obtenir un mélange bien homogène.
3. Battre les blancs en neige ferme et les incorporer délicatement au mélange.
4. Mixer 100g de fraises pour faire un coulis, et un peu d'eau si la préparation est épaisse.
5. Faire tremper rapidement les biscuits dans le coulis de fraise, et les disposer sur le plat, verser un tiers de la crème dessus, puis des morceaux de fraises (lavées et équeutées), puis à nouveau des biscuits trempés, terminer par de la crème écorer avec une ou plusieurs fraises.
6. Mettre au frais au moins 2 heures.

Conseil : dans le coulis on peut rajouter le rhum !



tarte aux fraises

PAR ELLA ET THIBAUT

soirée défi cuisine (Top chef d'O sol du Portugal...)

INGREDIENTS

Pâte sablée :

- 250g de farine
- 100g de sucre semoule
- 1 œuf
- 100g de beurre
- 1 pincée de sel

Pour la crème pâtissière vanille :

- 750g de lait ½ écrémé
- 115g de sucre
- 120g de jaune
- 38g de farine type 55
- 38g de féculle de maïs
- 8 feuilles de gélatine
- 50g de beurre
- 1 gousse de vanille

Fraises : 1 barquette 500g

DÉROULE DE LA RECETTE

La pâte sablée :

1. Dans un bol, délayez l'oeuf avec le sucre en poudre et une pincée de sel.

2. Mettez la farine sur le plan de travail, faites un puits au centre, versez-y le contenu du bol puis le beurre fondu (surtout pas du beurre liquide !).

3. Malaxez le tout jusqu'à obtenir une pâte homogène. Etalez-la au rouleau.

4. Faites cuire à four chaud 25 minutes. Possibilité de mettre du papier alu dessus, pour être sûr que ça ne brûle pas.

La crème pâtissière vanille :

1. Faites tremper les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide. Versez le lait et la gousse dans une casserole et portez-le à ébullition. Retirez du feu aussitôt.

2. Dans un saladier, fouettez les jaunes d'œufs, avec le sucre, puis ajoutez la féculle de maïs et la farine. Mélangez bien afin d'obtenir une pâte homogène, puis ajoutez la moitié du lait encore chaud.

Mélangez à nouveau, puis versez le tout dans la casserole dans laquelle se trouve l'autre moitié du lait.

3. Portez la crème à ébullition pendant 1 minute, sans jamais cesser de remuer à l'aide d'un fouet. Quand la crème est assez épaisse, retirez du feu. Incorporez le beurre congelé puis la gélatine essorée.

Mélangez bien avant de passer la crème au mixeur plongeant, pour la rendre lisse et homogène.

4. Versez-la dans un grand plat, afin qu'en s'étalant davantage, elle refroidisse plus vite. Recouvrez de film alimentaire, au contact de la crème (cela lui évitera de sécher) et glissez au réfrigérateur au moins 2 heures. Une fois très refroidie, fouettez la crème au robot et à vitesse moyenne pendant 2 minutes.

Montage :

1. Laver les fraises avec les queues puis les couper en lamelles.

2. Avec une poche à douille, remplir le fond de tarte refroidi avec la crème pâtissière vanille.

3. Installer les fraises sur la tarte à son idée.

C'est prêt, DEGUSTEZ... !



tarte de denis

PAR NICOLE

O Sol de Portugal

INGREDIENTS

- 1 pâte feuilletée
- 6 ou 7 pommes selon grosseur
- 2 pots de compote de pomme
- 5 cuillères de sucre, roux de préférence
- 25g de beurre, salé, de préférence
- ¼ de petit verre d'Armagnac ou de Rhum brun
- 1 sachet de sucre vanillé

DÉROULE DE LA RECETTE

1. • Etaler la pâte sur le moule.
2. • Etaler la compote.
3. • Placer les tranches de pommes, un peu charnues, selon votre idée.
4. • Saupoudrer de sucre roux.
5. • Parsemer de petites noisettes de beurre.
6. • Arroser avec l'Armagnac ou le Rhum.
7. • Placer au four à 185° pendant 45 minutes : selon le four, veiller à ce que le dessus de la tarte soit « doré foncé ».
8. • Dès sa sortie du four, saupoudrer la tarte avec le sucre vanillé.

Déguster tiède ou selon votre goût.



