

RECETTES REGION LANGUEDOC ROUSSILLON

Pour 8 personnes

Fait par : Isaure Malarmey, Nina Le Ray

Le : 19/02/2018

Source recette :

Marmiton, escapades, le journal des femmes, cuisine à la française, marmiton, la cuisine de Nathalie, P'tit chef, école des papilles

CAKE A LA TOME DES PYRENEES ET AUX EPINARDS

0,7 kg d'épinards frais

0,2 kg de farine

4 œufs

0,170 kg de Tome

0,2 l d'huile d'olive

0,2 l de lait

0,01 kg de levure chimique

0,04 kg de beurre demi-sel

1 pincée de noix de muscade

sel, poivre



Lavez les feuilles d'épinards et blanchissez-les 1 minute dans de l'eau bouillante salée. Essuyez-les dans du papier absorbant.

Faites fondre le beurre dans une poêle, ajoutez-y les épinards, salez, poivrez et ajoutez la pincée de muscade. Laissez fondre à feu doux pendant 5 minutes.

A part, mélangez la farine et la levure. Ajoutez les œufs, fouettez et ajoutez l'huile d'olive et le lait.

Coupez le chèvre en cubes et ajoutez-les à la préparation précédente. Ajoutez également les épinards. Mélangez et rectifiez l'assaisonnement.

Versez la préparation dans un moule beurré et enfournez à 190°C pour environ 40 minutes.

TERRINE DE PORC CEVENOLE

0,4 kg porc

0,4 kg poitrine

0,2 kg de foie de porc

0,42 kg châtaignes

0,2 kg d'olives dénoyautées

0,2 kg oignon doux des Cévennes

4 gousses d'ail

0,1 kg œuf

0,24 l de vin blanc sec

Laurier, thym, romarin

3 clous de girofle

Sel, Poivre



Inciser les châtaignes le long de la lunule, les faire bouillir 5 minutes, les décortiquer à chaud puis les cuire les châtaignes 5 à 10 minutes. Réserver.

Dans une poêle légèrement huilée, faire blondir l'oignon et l'ail émincés avec un peu de sel puis réserver.

Hacher grossièrement les viandes en morceaux.

Hacher finement le laurier, le thym et le romarin.

Mélanger la viande hachée, l'œuf, les herbes hachées et les clous de girofle écrasés en poudre.

Ajouter l'oignon, les olives grossièrement hachées et les châtaignes en morceaux. Saler poivrer et bien mélanger la préparation.

Incorporer le vin blanc et le cognac, bien mélanger pour obtenir une préparation homogène et mettre en terrine. Recouvrir la préparation de feuilles de laurier, de branches de thym et de romarin. Couvrir la terrine et la mettre dans un bain marie ; l'eau doit monter au tiers de la terrine.

Mettre au four à 180 C° pendant 1h30. Faire refroidir la terrine et mettre à reposer au frigo pendant au moins 24 h.

d'olives.

Enfourner pour 20 min à 220°C

PAIN BRIOCHE AUX OLIVES

0,5 kg de farine
0,035 kg de sucre
0,025 kg de levure de boulanger
0,065 kg beurre
2 œufs
0,3 l de lait
0,012 kg de sel
0,08 kg d'olives

Verser les ingrédients dans le bol du robot en émiettant la levure.

Pétrir 15 min à vitesse mini. Ôter le crochet, laisser doubler de volume 1 à 2 heures couvert d'un linge.

Verser la pâte sur un plan de travail, l'étirer et la replier trois fois. Aplatir le reste de pâte à la main.

Laisser reposer 10 min.

Aplatir la pâte sur 1 cm au rouleau. Y tailler des triangles, les rouler en croissants et les placer sur la plaque de cuisson.

Laisser tripler de volume sous un torchon. Dorer tous les pains à l'œuf battu. Parsemer les croissants du reste

ANCHOIS A LA CATALANE

0,50 kg d'anchois salés
1 kg de poivrons rouges
4 gousses d'ail
1 botte de persil
100 gr de citron jaune



Dessaler les anchois à l'eau claire. Lever les filets

Ouvrir les anchois dans le sens de la longueur.

Enlever la colonne centrale et la queue. Cuire les poivrons au four.

Pendant ce temps, hacher le persil et l'ail. Une fois cuit, peler les poivrons, les couper en lanières.

Préparer les assiettes en intercalant en cercle les filets d'anchois et les lanières de poivrons.

Saupoudrer du mélange de persil et d'ail. Arroser d'un filet d'huile d'olive, d'un peu de jus de citron.

Mettre au frais.

Couper la fougasse en fines tranches et y disposer en alternant anchois et poivrons. Découper des tranches de pain de campagne et y déposer des morceaux de terrine.

FARÇOUS

0,20 kg de poitrine de porc
4 gousses d'ail
0,20 kg d'épinards
0,1kg de feuilles de blettes
0,1 kg de céleri branche
0,150 kg de poireau
0,20 kg de farine
0,40l de lait
8 œufs
persil, ciboulette
sel, poivre



Laver tous les légumes. Bien les essorer.

Couper la viande crue en petits morceaux. Hacher le tout dans un bol mixeur. Dans un saladier, introduire à la farce : les œufs, la farine, le lait, le sel et le poivre. Agrémenter avec les aromates. La farce ne doit pas être trop liquide, ni trop sèche et doit rester bien verte. Dans une poêle, faire chauffer de l'huile. Mouler avec une cuillère à soupe des petits tas de farce. Cuire dans l'huile chaude pour obtenir une belle coloration dorée.

MINI CHOUX FARCIS

2 kg chou vert frisé
0,3 kg gros oignons
2 gousses d'ail
1 bouquet garni
0,625 kg de carottes
400 g de chair à saucisse
sel – poivre



Réaliser une farce simple et réserver au frais.

Blanchir quelques feuilles de chou dans l'eau bouillante puis les plonger dans l'eau froide et les égoutter.

Braiser le reste du chou avec carottes thym et oignons.

Découper les feuilles selon la verrine.

Garnir le fond d'un rond de feuille de chou puis d'un peu de farce et quelques morceaux de carottes. Renouveler.

Recouvrir chaque verrine garnie d'une feuille de chou découpée.

Lorsque toutes les verrines sont recouvertes vous placerez le plat au four à 150 C pendant une heure en ayant pris soin de recouvrir le plat avec une feuille d'aluminium.

GARBURE

0,2 kg de chou vert
0,4 kg de poitrine
0,2 kg de haricots lingots
2,4 kg de confit de canard
0,48 kg de pommes de terre
4 gousses d'ail
0,30 kg de poireaux
0,30 kg de navets
0,20 kg de carottes
0,20 kg d'oignons
1 bouquet garni
Sel, poivre



Dans une cocotte, faites dorer le lard taillé en dés, ajoutez les haricots, les gousses d'ail entières, les poireaux émincés, les navets émincés, les carottes  minc es, les oignons émincés et le bouquet garni, salez et couvrir d'eau, elle doit être toujours à hauteur des légumes et laissez cuire à petite ébullition pendant 1 heure.

Faire bouillir 2 litres d'eau pour faire blanchir le chou que vous aurez coupé au préalable en fines lanières, trempez-les dans l'eau bouillante pendant 5 minutes. Retirez le chou, passez-le sous l'eau froide puis ajoutez-le aux autres légumes et poursuivez la cuisson 30 minutes.

Pour finir, rajouter les pommes de terre, les cuisses de confit et le poivre en grains, go tez, rectifiez l'assaisonnement si besoin et prolongez la cuisson toujours à feu doux pendant 25 minutes environ.

Au moment de servir, retirer les cuisses et servir dans de petites tasses et y déposer une petite cuillère.

Pour 30 pièces – diamètre 50-60

LES ROUSQUILLES

1. Pâte à rousquilles

300 g de farine
5 gr de levure chimique
90 gr de beurre doux
90 g de sucre glace
40 g de jaune d'œuf
30 g de miel
5 cl de lait
5 cl de fleur d'oranger



Ramollir le beurre.

Mélanger le avec la farine, la levure chimique et 90 gr de sucre glace. Émiettez le mélange. Ajouter les jaunes d'œufs, le lait, la fleur d'oranger et le miel. Laisser reposer la pâte 1h au réfrigérateur après l'avoir travaillé. Découper la pâte en petit donuts et faites-les cuire 15 min à 180 °C.

2. Glaçage :

Meringue italienne

140 g de sucre glace
70 g d'eau
60 g de blanc d'œuf

Cuire le sucre glace au petit boulé (118°) verser sur les blancs montés en neige et battre jusqu'à refroidissement.

Glace royale

140 g de sucre glace
60 g de blanc d'œuf

Enrober les rousquilles de glaçage puis faites-les sécher pendant 1h à 50 °C. Laisser les refroidir.

CREME CATALANE

1. Appareil à crème catalane

1 litre de lait
50 g de maïzena
6 jaunes d'œuf
150 g de sucre
200 gr de citron pour zestes (2pièces)
Pm cannelle moulue

Chauffer le lait parfumé à la cannelle.

Blanchir les jaunes, le sucre et la maïzena. Ajouter les zestes

Verser progressivement le lait sur le mélange blanchi.

Cuire 2 à 3 mn sur le feu.

Verser dans les ramequins à crème catalane. Réserver au frais



2. Finition

100 g de cassonade.

Saupoudrer les crèmes de cassonade et au moment du service les caraméliser au chalumeau

OREILLETES

500 g de farine
100 g de beurre
4 œufs entiers
6 g de levure chimique
80 g de sucre semoule
200 g de citron jaune (pour zestes)
huile pour la friture
100 g de sucre glace



Mélanger tous les ingrédients de la pâte pour obtenir une pâte homogène. Réservez au frais. Façonner des petites boules de 50/60 g. Abaisser et détailler en rond. Frire et saupoudrer de sucre glace.