

# PANCAKE AUX YAOURT

## Ingrédients:

- 150 g de farine de blé
- 1 sachet de sucre vanillé
- 2 œufs frais
- 1/2 sachet de levure chimique (environ 6 g)
- 250 g de yaourt nature (2 pots)
- Huile de tournesol pour la cuisson
- Une pincée de sel fin

## Préparation:

1. Tamiser la farine dans un grand saladier.
  2. Ajouter le sucre vanillé, la levure chimique et le sel.
  3. Faire un puits au centre et y casser les œufs. Ajouter les yaourts.
  4. Fouetter le mélange en partant du centre pour incorporer progressivement la farine et obtenir une pâte homogène.
  5. Laisser reposer la pâte 30 minutes à température ambiante, sous un torchon propre.
  6. Chauffer une poêle antiadhésive à feu moyen et la badigeonner légèrement d'huile de tournesol.
  7. Verser une petite louche de pâte et l'étaler délicatement pour former une crêpe.
  8. Cuire jusqu'à ce que des bulles apparaissent sur le dessus, puis retourner délicatement avec une spatule.
  9. Laisser dorer l'autre côté pendant quelques instants.
-

# CREME AU CAFÉ

## Ingredients:

1/2 litre de lait  
4 jaunes d'œufs  
100 g de sucre  
30 g de farine ou maïzena  
2 cuillerées à café d'extrait de café

## Préparation:

- 1- Dans une casserole porter le lait à ébullition
- 2- Pendant ce temps, battre les jaunes avec le sucre dans un récipient jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- 3- Incorporer ensuite la farine puis l'extrait de café en versant peu à peu le lait bouillant
- 4- Faire épaissir le mélange à feu doux dans la casserole lavée en remuant avec une cuillère en bois
- 5- Laisser refroidir en fouettant de temps en temps pour éviter la formation d'une "croûte"

---

# FLAN PÂTISSIER CREMEUX

Temps de préparation : 30 minutes | Temps de cuisson : 30 minutes | Temps total : 1 heure | Kcal : 450 kcal Portions : 8

## Ingredients :

250 g de beurre bien froid  
315 g de farine  
7 g de sel  
155 g d'eau froide  
1200 g de lait entier

60 g de sucre vanillé  
1 gousse de vanille  
6 œufs (gros calibre)  
200 g de sucre  
120 g de maïzena  
300 g de crème fleurette (30%)

### **Instructions :**

1. Préparer la pâte feuilletée et foncer un moule à charnière ou un cercle à entremets, puis le placer au congélateur.
2. Chauffer le lait avec le sucre vanillé et la gousse de vanille sur feu doux.  
Fouetter les œufs avec le sucre et la maïzena.
3. Verser le lait chaud dans le mélange d'œufs, puis remettre sur le feu doux en fouettant jusqu'à l'apparition des premières bulles.
4. Incorporer la crème liquide, couvrir de film et laisser reposer 1h à température ambiante.
5. Remplir le fond de pâte feuilleté de l'appareil à flan et cuire 25 minutes à 200°C, puis 5 minutes à 230°C.

---

## **CREPES SOUFFLÉES**

### **Ingrédients :**

120 g de farine  
40 g de sucre  
1 sachet de sucre vanillé  
250 g de lait  
4 œufs (blancs et jaunes séparés)  
Pincée de sel

### **Préparation:**

1 : Préchauffez votre four à 180°C. Avant de commencer, assurez-vous que votre four est préchauffé à la température adéquate.

2 : Montez les blancs d'œufs en neige. Insérez le fouet dans le bol et montez les blancs d'œufs en neige avec une pincée de sel pendant 4 minutes à la vitesse 3,5. Réservez ces blancs en neige dans un saladier.

3 : Préparez la base de la pâte. Retirez le fouet, sans laver le bol, et ajoutez le lait, les jaunes d'œufs, le sucre, le sucre vanillé et la farine. Mélangez pendant 40 secondes à la vitesse 4.

4 : Incorporez les blancs en neige. Ajoutez délicatement les blancs en neige à la préparation. Assurez-vous de plier les blancs dans la pâte pour maintenir la légèreté.

5 : Remplissez les empreintes et enfournez. Versez la pâte dans des empreintes ou des ramequins beurrés, puis enfournez pendant 15 à 20 minutes en surveillant attentivement. La cuisson doit aboutir à une texture légère et dorée.

---

## NEM CREVETTE POULET

Ingrédients :

- \* 500g de poulet haché
- \* 200 g de petites crevettes coupées en dés
- \* 1 oignon
- \* 1 carotte râpé
- \* 2 tiges d'oignons verts hachés
- \* 1 bouquet de coriandre hachées
- \* 250 g de vermicelles de riz)
- \* 2 cuillères à soupe de sauce huître
- \* 2 cuillères à soupe de sauce soja
- \* 1/2 sachet de champignons noirs
- \* 2 paquets de galettes de riz

\* 1 cuillère à café de sel et de poivre

### Préparation

1. Faites tiédir de l'eau dans un récipient, puis plongez-y le vermicelle de riz ainsi que les champignons noirs. Laissez ramollir tranquillement.

2. Épluchez et râpez les carottes, puis émincez finement les oignons. Mélangez le tout dans un saladier avec les crevettes coupées. Rajouter la coriandre et l'oignon vert

3. Découper le poulet en morceaux grossiers et passez-le au mixer. Ajoutez-le au saladier

4. Découpez les cheveux d'ange à l'aide d'une paire de ciseaux et ajoutez-les au saladier.

5. Pour les champignons, commencez par retirer les parties dures, puis émincez-les finement. Ajoutez-les au saladier.

6. Ajoutez la sauce soja, la sauce huître, le sel et le poivre. Bien mélangez le tout.

7. Il est bien de laisser reposer la préparation au moins 1h.

8. Étendez un torchon humide sur votre plan de travail. Trempez une feuille de riz dans l'eau tiède pour la ramollir et déposez-la sur le torchon.

9. Mettez une cuillère à soupe de farce sur le bas de la feuille.

10. Roulez le nem à partir du bord inférieur, puis rabattez les côtés à droite et à gauche. Continuez de rouler le nem jusqu'en haut. Faites ainsi de suite jusqu'à épuisement de la farce. Il faut bien serrer pour que ça ne s'ouvre pas.

11. Faire cuire les nems à la friteuse ou dans une poêle avec une belle épaisseur d'huile. Une fois cuit, déposez-les sur du papier absorbant afin de retirer l'excès d'huile, et c'est prêt ! Déguster avec de la salade et une sauce Nioc Mam.

Bon Appétit

---

# QUICHE AU SAUMON ET BOURSIN

## Ingrédients :

- \* 1 pâte feuilletée
- \* 200 g de saumon fumé, coupé en dés
- \* 150 g de crème fraîche
- \* 120 g de Boursin ail et fines herbes
- \* 1 œuf
- \* Sel et poivre noir, au goût

## Préparation :

1. Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6).
2. Déroulez la pâte feuilletée dans un moule à tarte de 24 cm de diamètre.
3. Piquez le fond de la pâte à la fourchette.
4. Versez le saumon fumé dans le fond de la pâte.
5. Dans un bol, mélangez la crème fraîche, le Boursin, l'œuf, le sel et le poivre noir.
6. Versez le mélange sur le saumon fumé.
7. Enfournez pendant 30 minutes, ou jusqu'à ce que la quiche soit dorée.
8. Servez chaud.

---

# MOELLEUX AUX POMMES BIS

Le moelleux aux pommes est un gâteau simple et délicieux qui est parfait pour

## Ingrédients :

- \* 4 pommes (environ 500 g)
- \* 100 g de beurre mou
- \* 100 g de sucre
- \* 3 œufs
- \* 100 g de farine
- \* 1 sachet de levure chimique
- \* 1 pincée de sel
- \* 1 cuillère à café de cannelle moulue

### **Préparation:**

1. Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6).
2. Pelez, épépinez et coupez les pommes en dés.
3. Dans un saladier, battez le beurre mou avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse et mousse.
4. Ajoutez les œufs un par un, en fouettant bien après chaque ajout.
5. Dans un autre saladier, mélangez la farine, la levure chimique, le sel et la cannelle.
6. Incorporez le mélange de farine au mélange au beurre, en alternant avec les dés de pommes.
7. Versez la pâte dans un moule à manqué beurré et fariné.
8. Enfournez pendant 30 à 35 minutes, ou jusqu'à ce que le gâteau soit doré et qu'un cure-dent inséré au centre en ressorte propre.
9. Laissez refroidir le gâteau avant de le démouler.

**Les conseils de nina:** Le moelleux aux pommes est un dessert qui se déguste le jour même. Il peut également être conservé au réfrigérateur pendant 2 à 3 jours.

---

# POULET KFC MAISON

## Ingrédients :

- 4 poitrines de poulet
- 1 œuf
- 200 ml de lait
- 200 g de farine
- 1c à c de sel
- 1 c à c de poivre
- 1 c à c d'origan
- 1 c à c de paprika
- 1 c à c de poudre d'ail
- 1 c à c de poudre d'oignon
- 1 c à café de poudre de cayenne

## Instructions :

1. Coupez les poitrines de poulet en morceaux.
2. Dans un bol, battez l'œuf et ajoutez le lait.
3. Trempez les morceaux de poulet dans le mélange d'œuf et de lait.
4. Dans un autre bol, mélangez la farine, le sel, le poivre, l'origan, le paprika, la poudre d'ail, la poudre d'oignon et le piment de Cayenne.
5. Enrobez les morceaux de poulet avec le mélange de farine et d'épices.
6. Chauffez l'huile dans une grande casserole ou une friteuse.
7. Faites frire les morceaux de poulet jusqu'à ce qu'ils soient dorés et croustillants.
8. Égouttez le poulet sur du papier absorbant pour enlever l'excès d'huile.



---

# GAUFRES MOELLEUSES

## Ingrédients :

- 250g de farine
- 40g de sucre
- 1 sachet de levure chimique
- 2 oeufs entier
- 100g de beurre
- 50 cl de lait
- 1 pincée de sel

## Préparation :

1. Dans un saladier , mélange le sucre , la levure , la farine et une pincée de sel .
  2. Battez les oeufs à la fourchette dans un petit bol et incorpore les à la farine, en mélangeant bien.
  3. Versez un petite partie de ton lait et mélange, Puis incorpore le reste petit à petit pour éviter les grumeaux.
  4. Faites fondre le beurre, et mélange le à ta pâte .
  5. Faites chauffer ton gaufrier, quand les plaques sont bien chaudes , graisse les ( une seul fois suffira)  
Puis cuit tes gaufres 3/4 minutes pour qu'elles soient bien dorées !
  6. Servir avec l'accompagnement de votre choix
-

# TARTE TATIN BIS

- 6 à 8 Personnes
- Préparation: 1 heure
- Cuisson: 40 minutes
- Repos: 40 minutes

## INGRÉDIENTS :

### Pour la pâte feuilletée :

- 300 gr de farine T55
- 360 gr de beurre
- 23 gr de sucre en poudre
- 4,5 gr de sel
- 135 g d'eau

### Pour la tatin :

- 8 pommes caramélisées
- 200 g de sucre
- Un peu de rhum (ou du Calvados)

## PRÉPARATION :

- Préparez la pâte feuilletée en mélangeant la farine, le sel, le sucre, le beurre et l'eau. Veillez à ce qu'il reste des petits morceaux de beurre. Réservez au frais dans du papier film pendant 40 minutes.
- Pendant ce temps, lavez, épluchez et coupez vos pommes. Déposez-les dans un plat et versez un peu de jus de citron dessus.
- Réalisez un caramel en faisant fondre le sucre. Déglacez-le avec une goutte de rhum, puis versez-le dans un moule à manqué.
- Venez déposer harmonieusement vos pommes sur le caramel et parsemez d'un peu de sucre.

- Récupérez votre pâte feuilletée Aplatissez-la avec un rouleau à pâtisserie de manière à obtenir un rectangle.
- Repliez la pâte en trois sur elle-même, retournez-la d'un quart de tour et aplatissez-la à nouveau. Répétez l'opération 4 fois.
- Une fois que votre pâte fait 3 mm d'épaisseur, découpez-la à la taille de votre moule.
- Placez la pâte sur vos pommes. Enfournez à 190°C pendant 40 minutes.
- Une fois la cuisson terminée, sortez la tarte du four, videz le jus et attendez une dizaine de minutes avant de la retourner.