

# 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

---

## **NUGGETS DE POULET**

4 personnes:

Préparation : 20 mn

Cuisson : 20 min

### **INGREDIENTS :**

9 blancs de poulet

Lait

150 g de farine

225 g de chapelure

3 œufs

sel, poivre du moulin

### **Préparation :**

1. La veille, coupez les blancs de poulets en gros cubes, mettez-les dans un saladier, recouvrez-les de lait,

filmez le saladier et placez au frais jusqu'au lendemain.

2. Le jour même, préchauffez le four à 180°C (th.6), égouttez les morceaux de poulet, disposez-les les uns à côté des autres sur un plateau pour pouvoir les saler légèrement et les poivrer des deux côtés.
  3. Versez la farine et la chapelure et dans 2 assiettes creuses différentes et battez les œufs dans une troisième assiette.
  4. Roulez chaque morceau de poulet dans la farine puis dans l'œuf battu et enfin dans la chapelure et disposez-les sur la plaque du four recouverte d'une feuille de papier sulfurisé sans qu'ils se touchent.
  5. Glissez la plaque en haut du four et laissez cuire les nuggets 10 min environ de chaque côté ; ils doivent être juste dorées.
- 

# PAIN SUCRÉ

## INGREDIENTS

- 500 g Farine
- 1/2 tasse de sucre
- 1 c-à-s de levure boulanger
- 2 c-à-s de lait en poudre
- 1 Tasse d'eau
- 50 g de beurre
- 2 de beurre

## Préparation :

- 1. Mélangez tous les ingrédients avec le mélangeur.
- 2. Couvrir et laisser reposer pendant une heure de temps

- 3. La pâte à doubler de volume
  - 4. La dégazer et découper là en patons
  - 5. Beurré un moule, disposez les patons
  - 6. Badigeonnez d'un mélange ( lait et oeuf). 6
  - 7. Enfournier pendant 30 minutes à 170 degrés
- 

# 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.

---

# PASTEIS DE NATA

## Ingrédients

3 œufs

1 pâte feuilletée prête à l'emploi

30 cl de lait

120 g de sucre roux

20 g de farine

Le jus d'1/2 citron

1 bâton de cannelle

1 pincée de sel

15 g de beurre

## Préparation

1. Préchauffer le four à 200°C.
2. Faire chauffer doucement le lait avec le sucre, le bâton de cannelle et la gousse de vanille fendue en 2.
3. Verser la farine dans un saladier avec une pincée de sel.
4. Quand le lait arrive à ébullition, retirer la casserole du feu puis enlever la vanille et la cannelle.
5. Verser le lait sur la farine en remuant énergiquement pour ne pas avoir de grumeaux.
6. Ajouter 2 jaunes d'œufs et 1 œuf entier puis le jus de citron en continuant de mélanger.
7. Beurrer 8 petit moules à tartelettes puis étaler dedans 8 cercles de pâte feuilletée.

8. Verser la préparation dessus puis enfourner 15 minutes à 200°C en surveillant la cuisson.
  9. Au moment de servir, saupoudrer du sucre glace ou de la cannelle en poudre.
- 

# POÊLEE DE POMMES DE TERRE, DE COURGETTES ET CREVETTES

Préparation: 10 minutes

Cuisson: environ 15 minutes

Portions: 2

## Ingrédients

200 g de courgettes

1 gousse d'ail

200 g de crevettes décortiquées

250 g de pommes de terre

Sel

Huile d'olive

Persil

1. Éplucher les tubercules, les rincer et les couper en morceaux.
2. Les faire blanchir 5 minutes dans une casserole d'eau bouillante salée.
3. Les égoutter et les réserver.
4. Faire chauffer un filet d'huile dans une poêle et y faire dorer la gousse d'ail.
5. La retirer et la remplacer par les patates et les courgettes.
6. Les laisser dorer de tous les côtés.

7. Ajouter les crevettes, saler et laisser cuire quelques minutes.
  8. Parsemer de persil haché et laisser cuire encore une minute.
  9. Servir la poêlée de pommes de terre et de courgettes aux crevettes.
- 

# POMMES DE TERRE AU FOUR AU FROMAGE A RACLETTE ET LARD

**4 personnes :**

Quelques pommes de terre moyenne

du lard fumé en tranches

du beurre

du poivre noir et du sel

quelques cornichons au vinaigre

## **PRÉPARATION :**

Faites cuire les pommes de terre lavées et non épluchées à l'eau avec une pincée de sel. Égouttez-les, passez-les sous l'eau froide, épluchez-les et coupez-les en tranches.

Dans une poêle sans matière grasse, faites griller rapidement les tranches de lard fumé, réservez sur du papier absorbant...

Dans la même poêle, faites fondre un peu de beurre et faites rissoler les tranches de pommes de terre, 2 ou 3 minutes de chaque côté, en poivrant et salant légèrement.

Sur la plaque du four recouverte de papier cuisson, assemblez les tranches de pommes de terre, de lard et de raclette (comme sur la photo) et piquez un bâtonnet pour maintenir en place.

Passez au four à 180°C ou sous le grill jusqu'à ce que le fromage fonde, servez aussitôt avec des petits cornichons.

---

# POMMES DE TERRE CARBONARA

**Préparation:** 20 minutes

**Cuisson:** environ 45 minutes

**4 personnes**

## Ingrédients:

Fromage râpé

20 cl de crème de cuisson

3 tranches de bacon

2 champignons

1 petit oignon

1 kg de pommes de terre

Poivre

Sel

Huile d'olive

## Préparation:

1. Préchauffer le four à 200 degrés.
2. Peler les tubercules, les rincer et les découper en quartiers.
3. Les laver plusieurs fois pour éliminer leur amidon
4. Ensuite, les sécher avec des serviettes en papier.
5. Les étaler dans un plat à four large.



6. Les arroser d'un filet d'huile.
  7. Les faire cuire au four.
  8. Peler l'oignon et le couper en dés.
  9. Nettoyer les champignons et les trancher.
  10. Détailler le bacon en petits morceaux.
  11. Le faire dorer dans une poêle sans ajouter de matière grasse.
  12. Jeter l'huile recueillie dans la poêle et la nettoyer.
  13. Y verser un filet d'huile.
  14. Ajouter l'oignon et le faire revenir.
  15. Incorporer les champignons et les faire sauter quelques instants.
  16. Ajouter le bacon, la crème, du sel et du poivre.
  17. Laisser la sauce réduire, puis la verser sur les tubercules.
  18. Saupoudrer de fromage râpé.
  19. Faire gratiner au four.
  20. Servir les pommes de terre à la carbonara.
- 

## **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.
- 

## **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.