

Pâte Brisée

Geriebener Teig

Quantité: 0.30 kg
Groupe: Mise-en-place pâtisserie
Saison: Toute l'année

Ingrédients

156 g	Farine fleur type 550
78 g	Beurre
63 g	Eau
3 g	Sel

Mise en place

- Tamiser la farine fleur
- Délayer le sel dans l'eau

Préparation

- Ajouter le beurre froid sous forme de flocons à la farine et sabler finement dans une bassine
- Ajouter l'eau salée et pétrir rapidement pour obtenir une pâte
- Ne pétrir que brièvement pour éviter que la pâte devienne coriace
- Avant de continuer, couvrir et laisser reposer pendant env. 1 heure au réfrigérateur

Conseils pratiques

On peut aussi préparer la pâte Brisée avec de la margarine ou du saindoux. Pâte Brisée à la farine complète: remplacer la moitié de la farine fleur par de la farine complète. Pour un moule à gâteau de 18 cm de diamètre, il faut env. 120 g de pâte (abaissée à 2 mm d'épaisseur). Pour un moule à gâteau de 26 cm de diamètre, il faut env. 220 g de pâte (abaissée à 2 mm d'épaisseur).

Vinaigrette

Vinaigrette-Sauce

Quantité: 0.20 l
Groupe: Sauces froides
Saison: Toute l'année

Ingrédients

4 g	Ciboulette fraîche
6 g	Persil plat frais
2 g	Basilic frais
2 g	Cerfeuil frais
4 g	Estragon frais
26 g	Oignons pelés
46 g	Vinaigre aux fines herbes
116 g	Huile de tournesol pressée à froid
	Sel
	Poivre blanc du moulin

Mise en place

- Laver la ciboulette et la ciseler finement
- Laver le reste des herbes aromatiques, les effeuiller, les sécher légèrement et les hacher finement
- Hacher finement les oignons

Préparation

- Mélanger les fines herbes et les oignons avec le vinaigre, le sel et le poivre
- Ajouter un mince filet d'huile de tournesol en remuant
- Bien remuer avant chaque utilisation

Conseils pratiques

Préparer uniquement la quantité de sauce à servir immédiatement, sans quoi les fines herbes perdent leur belle couleur verte et les oignons développent une saveur désagréable

Potage bonne femme

Suppe Hausfrauenart

Quantité: 1.20 l
Groupe: Potages (chauds et froids)
Saison: Toute l'année

Ingrédients

14 g	Beurre
43 g	Oignons pelés
278 g	Poireau vert paré
10 g	Farine fleur
960 g	Fond de légumes
158 g	Pommes de terre pelées, type A
43 g	Crème entière, 35%
	Sel
	Poivre blanc du moulin
7 g	Ciboulette fraîche

Garniture

58 g	Petits pains blancs
10 g	Beurre

Mise en place

- Hacher finement les oignons
- Partager le poireau dans le sens de la longueur et le laver
- Couper le poireau et les pommes de terre en paysanne (fines tranches)
- Porter le fond de légumes à ébullition
- Ciseler la ciboulette
- Couper les petits pains blancs en fines tranches et les asperger de beurre
- Faire dorer sous la salamandre

Préparation

- Faire suer les oignons et le poireau dans le beurre
- Singer et laisser refroidir quelque peu
- Mouiller avec le fond de légumes chaud et porter au point d'ébullition
- Saler et poivrer, écumer fréquemment
- Après 10 minutes de cuisson ajouter les pommes de terre
- Laisser encore mijoter 10 minutes et écumer
- Affiner le potage avec la crème entière et rectifier l'assaisonnement
- Dresser et parsemer de ciboulette
- Servir les tranches de pain toastées à part

Tarte aux oignons bâloise

Basler Zwiebelwähe

Quantité: 1.00 pièce
Groupe: Mets aux pâtes alimentaires
Saison: Toute l'année

Pâte

250 g Pâte brisée

Mise en place du moule

10 g Beurre

10 g Farine fleur

Farce

20 g Beurre

380 g Oignons pelés

250 g Emmental salé râpé

Liaison

200 g Lait entier

100 g Crème entière, 35%

100 g Oeuf entier pasteurisé

40 g Farine fleur

Sel

Poivre blanc du moulin

Noix de muscade moulue

Mise en place

- Beurrer et fariner une plaque à gâteau (Ø 26 cm)
- Abaisser la pâte brisée à 2-3 mm et foncer la plaque
- Couper les bords de pâte avec un rouleau à pâtisserie, piquer le fond avec une fourchette et mettre au frais
- Recouvrir le fond de pâte avec un papier cuisson, couvrir de légumineuses sèches et cuire à blanc à 200°C pendant 10 minutes avec le tirage ouvert, retirer ensuite les légumineuses et le papier cuisson
- Emincer les oignons perpendiculairement à la naissance de la racine (couper en fines tranches)
- Sauter les oignons au beurre jusqu'à ce qu'ils retombent et les laisser prendre une légère couleur, puis laisser refroidir
- Mélanger les ingrédients de la liaison et rectifier l'assaisonnement avec le sel, le poivre et la muscade

Préparation

- Répartir les oignons sautés sur le fond de tarte
- Mélanger la liaison avec l'Emmental et répartir régulièrement sur la plaque à gâteau
- Cuire au four à 200°C pendant env. 20 minutes
- Laisser reposer quelque temps avant de couper les portions

Potage paysanne

Suppe Bauernart

Quantité: 1.20 l
Groupe: Potages (chauds et froids)
Saison: Toute l'année

Ingrédients

14 g	Beurre
38 g	Lard fumé
48 g	Oignons pelés
72 g	Poireau vert paré
72 g	Carottes pelées
48 g	Céleri-pomme pelé
72 g	Chou frisé paré
48 g	Chou-rave pelé
14 g	Farine fleur
1008 g	Bouillon
72 g	Pommes de terre pelées, type A
	Sel
	Poivre blanc du moulin
5 g	Persil frisé frais
38 g	Sbrinz râpé

Mise en place

- Couper le lard sans cartilage en lardons
- Hacher finement les oignons
- Couper le reste des légumes en paysanne (fines tranches)
- Couper également les pommes de terre en paysanne (fines tranches)
- Porter le bouillon à ébullition
- Laver le persil, l'effeuiller et le hacher finement

Préparation

- Faire suer les lardons dans le beurre
- Ajouter les oignons, le poireau et le chou frisé, puis faire suer
- Ajouter le reste des légumes et faire suer le tout
- Singer et laisser refroidir quelque peu
- Mouiller avec le bouillon chaud et porter au point d'ébullition
- Saler et poivrer, écumer fréquemment
- Après env. 20 minutes, ajouter les pommes de terre
- Laisser encore mijoter 10 minutes et rectifier l'assaisonnement
- Juste avant de servir, saupoudrer le potage de persil haché
- Servir le Sbrinz râpé à part

Conseils pratiques

Pour une préparation végétarienne, on peut renoncer au lard et remplacer le bouillon par un fond de légumes. Si le potage est destiné à une alimentation diététique, remplacer les légumes qui provoquent des ballonnements (poireau, choux et oignons) par des courgettes et des carottes jaunes. Le potage peut aussi être préparé sans adjonction de farine fleur.

Potage cultivateur

Suppe Pflanzert

Quantité: 1.20 l
Groupe: Potages (chauds et froids)
Saison: Toute l'année

Ingrédients

12 g	Beurre
24 g	Lard fumé
48 g	Oignons pelés
72 g	Poireau vert paré
72 g	Carottes pelées
48 g	Céleri-pomme pelé
72 g	Carottes jaunes pelées
48 g	Chou-rave pelé
72 g	Courgettes vertes pelées
1008 g	Bouillon
	Sel
	Poivre blanc du moulin
7 g	Persil frisé frais
38 g	Sbrinz râpé

Mise en place

- Couper le lard sans cartilage en lardons
- Hacher finement les oignons
- Couper le reste des légumes en paysanne (fines tranches)
- Porter le bouillon à ébullition
- Laver le persil, l'effeuiller et le hacher finement

Préparation

- Faire suer les lardons dans le beurre
- Ajouter les oignons et le poireau et faire suer
- Ajouter les autres légumes puis faire suer le tout
- Mouiller avec le bouillon chaud et porter au point d'ébullition
- Saler et poivrer, écumer fréquemment
- Laisser encore mijoter 20 minutes et rectifier l'assaisonnement
- Juste avant de servir, saupoudrer le potage de persil haché
- Servir le Sbrinz râpé à part

Conseils pratiques

Pour une préparation végétarienne, on peut renoncer au lard et remplacer le bouillon par un fond de légumes.

Fiche de recette / planification

Nom	Date
Thème	Source
Hors d'œuvre chaud	

Mets : **Quiche aux poireaux**Méthodes de cuisson : **Au four**Temps de préparation : **30 minutes**Temps de cuisson : **30 minutes**Ingrédients pour : **1 quiche**

Quantités	Ingrédients	Mise en place / préparation
250 g	Pâte Brisée	Beurrer et fariner une plaque à gâteau
20 g	Beurre	Abaissier la pâte et fonder la plaque, réserver au frais
400 g	Poireaux blancs	Faire suer les poireaux coupés en paysanne
	Assaisonnement	Assaisonner et les étuver légèrement
Liaison :		Les refroidir à la cellule
2 pièces	Œufs entiers	Préparer la liaison en mélangeant tous les ingrédients
2 dl	Crème à 35 %	Répartir les poireaux sur la pâte
1 dl	Lait	Verser la liaison par-dessus
	Sel	Cuire au four à 200°C pendant 10 minutes
	Poivre	Baisser la chaleur à 170°C et continuer 20 minutes
	Muscade	

**BPF et Points clés :**

On peut aussi cuire d'abord le fond de tarte à blanc

Crème renversée au caramel

Gestürzte Karamellcreme

Quantité: **4,00 pers.**
Groupe: **Entremets froids**
Saison: **Toute l'année**

Ingrédients

120 g	Sucre
30 g	Eau
375 g	Lait entier
1.20	Gousses de vanille
114 g	Oeuf entier pasteurisé
30 g	Jaune d'oeuf pasteurisé
57 g	Sucre
0.30 g	Sel

Mise en place

- Préparer des moules à timbales (contenu 100-120 g)
- Préparer un caramel brun clair avec le sucre, déglacer avec l'eau chaude et diluer le caramel
- Verser à chaud dans les timbales
- Couper les gousses de vanille en deux dans le sens de la longueur et racler la pulpe

Préparation

- Porter le lait à ébullition avec les gousses et la pulpe de vanille
- Battre en crème l'oeuf entier, le jaune d'oeuf, le sucre et le sel
- Incorporer le lait chaud dans la masse à l'oeuf en mélangeant constamment
- Passer la crème à la passoire fine et remplir les moules
- Pocher au bain-marie à 80°C dans le four ou dans le combisteamer à 140°C pendant env. 20-30 minutes
- Sortir les timbales du bain-marie et bien les refroidir
- Démouler la crème renversée au caramel et dresser

Conseils pratiques

Avant de démouler (renverser), détacher légèrement la crème le long du bord. Décorer à souhait avec de la crème fouettée