

# Eco Atelier "Je fais moi même"

Jeudi 19 décembre 2024

\*\*\*

« Repas de Noël »

## Préparation n°1 : Bouchée de patate douce au guacamole



<https://www.amourdecuisine.fr/article-bouchee-patate-douce-et-guacamole.html>

### INGRÉDIENTS pour 8 personnes :

#### PATATE DOUCE

- 3 à 4 patates douces moyennes nettoyées mais PAS pelées, coupées en rondelles
- 1 à 2 c. à soupe [huile d'olive](#)
- 1/2 c. à café gros sel
- Poivre noir moulu frais

#### GUACAMOLE

- 3 avocats moyens
- 1/4 tasse de maïs cuits
- 1/4 tasse de haricots noirs en conserve rincés et égouttés
- 1/4 tasse d' [oignon rouge](#) haché finement
- 1 tomate moyenne épépinée et hachée
- 1/2 bouquet de coriandre fraîche hachée

- 1/2 c. à café cumin en poudre
- 3 c. à soupe jus de citron vert frais
- Sel et poivre noir frais moulu

## **PRÉPARATION :**

### Pour les patates douces :

1. Placer la grille du four dans le tiers inférieur du four et préchauffez le four à 180°C.
2. Tapisser deux plaques à pâtisserie à rebords de papier d'aluminium, arroser légèrement d'huile d'olive et répartir uniformément à l'aide d'un pinceau à pâtisserie.
3. Disposer les tranches de patate douce en une seule couche sur les plaques à pâtisserie huilées, puis badigeonner le dessus avec 1-2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Saupoudrer de sel et de poivre noir fraîchement moulu, au goût.
4. Cuire au four de 15 à 18 minutes. Les patates douces seront molles et dorées sur le fond. Retirer du four et laisser refroidir légèrement.

### Pour le Guacamole :

1. Couper chaque avocat en deux sur la longueur. Retirer le noyau de l'avocat et jeter-le.
2. Retirer l'avocat de la peau et placer la chair de l'avocat dans un bol. Écraser avec une fourchette en laissant quelques morceaux.
3. Ajouter le maïs, les haricots, l'oignon rouge, la tomate, le piment, la coriandre, le cumin et le jus de lime dans le bol. Assaisonner de sel et de poivre noir frais moulu, au goût.
4. Garnir chaque tranche de pomme de terre d'une cuillerée de guacamole et servir immédiatement.

## Préparation n° 2 : Feuilletés aux champignons et magret de canard fumé



<http://pechedegourmand.canalblog.com/archives/2011/10/12/22241109.html>

### INGREDIENTS pour 4 feuilletés

- 2 pâtes feuilletées pur beurre
- 100 g de trompettes de la mort
- 100 g de pleurotes
- 100 g de lardons fumés allumettes
- 100 g de magret de canard fumé
- 2 gousses d'ail hachées
- 10 cl de crème liquide entière
- 50 g de beurre
- 1 jaune d'œuf
- 1/2 bouquet de persil plat
- Sel et poivre du moulin

Pour accompagner : Salade, 1 pomme verte

### PREPARATION

1. Nettoyer les champignons, couper l'extrémité des pieds et les hacher grossièrement. Réserver la moitié des tranches de magret fumé et retirer le gras des autres tranches et les couper en dés.
2. Dans une poêle faire dorer les lardons sans matière grasse avec les dés de magret. Réserver dans un bol.
3. Dans la même poêle faire revenir les champignons dans le beurre (j'en ai mis moins que 50 g) avec l'ail et le persil ciselé pendant 10 mn. Assaisonner et ajouter la crème 2 mn avant la fin de la cuisson ainsi que les lardons et les dés de magret.
4. Étaler la pâte feuilletée si elle ne l'est pas déjà et faire 8 disques de 12 cm de diamètre avec un emporte-pièce. Sur les 4 disques qui serviront de couvercles faire quelques incisions avec un couteau.
5. Sur la plaque du four antiadhésive mettre les 4 disques non incisés. Au centre déposer de la farce et recouvrir des disques incisés après avoir humecté les bords et en pressant bien avec les doigts pour souder les disques. Badigeonner les couvercles de jaune d'œuf et enfourner pour 30 mn à four préchauffé à 200°.
6. Servir avec une salade verte agrémentée de lamelles de pomme verte et du restant des tranches de magret fumé.

## Préparation n°3 : Pain de viande



<https://www.amourdecuisine.fr/article-pain-de-viande.html>

### Ingrédients pour 6 personnes :

- 600 gr de viande hachée de bœuf ou de plusieurs viandes (porc, veau...)
- 2 [oeufs](#)
- 1/2 verre de chapelure 1 verre de 240 ml
- 1/2 [oignon](#) haché
- 1 gousse [d'ail](#) écrasé
- 1/2 botte de persil hachée
- 2 c. à soupe [lait](#)
- Sel
- Poivre noir
- 2 c. à soupe [ketchup](#)
- 1 c. à soupe [moutarde](#)

### Préparation

1. Dans un large saladier, placez la viande hachée.
2. Ajoutez par-dessus tous les ingrédients mentionnés dans la première partie.
3. Mélangez bien pour bien incorporez le tout.
4. Couvrez un moule à cake de papier d'aluminium (il doit être bien large, pour pouvoir couvrir toute la viande).
5. Façonnez un large boudin avec le mélange de viande, et placez le dans le moule à cake



6. Mélangez ensemble le ketchup et la moutarde.

7. Badigeonnez le dessus du boudin de viande avec ce mélange.
8. Couvrez bien le moule avec une feuille d'aluminium pour une cuisson en papillote du pain de viande
9. Faites cuire dans un four préchauffé à 180°C pendant au moins 40 minutes.
10. Retirez la feuille d'aluminium, et percer le pain de viande avec un lame de couteau, elle doit sortir bien sèche. Sinon, laissez cuire le pain de viande à couvert maintenant pour avoir une belle dorure.
11. Si vous jugez qu'il en manque un peu de garniture, rajoutez un peu de ketchup et moutarde et laissez dorer.
12. Retirez du four et laissez refroidir un peu, avant de démouler.

### **Préparation n°4 : Purée de pomme de terre céleri rave**



<https://www.marieclaire.fr/cuisine/puree-de-celeri,1202396.asp>

#### INGREDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 1 gros céleri-rave
- 3 pommes de terre
- 250 g de crème fraîche
- 1 cuil à soupe de crème fraîche
- 1 cuil à soupe de persil haché
- 1 pincée de noix de muscade râpée
- Sel et poivre

#### PREPARATION

1. Épluchez les pommes de terre et le céleri. Coupez-le en quartiers. Faites blanchir à l'eau bouillante salée le céleri et les pommes de terre pendant 20 minutes. Égouttez.
2. Passez céleri et pommes de terre au mixer ou au moulin à légumes. Ajoutez la crème fraîche et le persil à la purée ; assaisonnez de sel, poivre et noix de muscade râpée. Faites chauffer quelques instants à feu très doux avant de servir.

## Préparation n°5 : **Dacquoise noisette praline croustillant ganache chocolat au lait**



### INGREDIENTS POUR 6 PERSONNES :

Pour la dacquoise aux noisettes :

- 2 [blancs d'œuf](#) (60 à 70 g)
- 60 g de poudre de [noisettes](#)
- 8 noisettes entière coupées en deux
- 50 g de sucre glace + 20 g de sucre semoule

Pour le croustillant praliné :

- 120 g de praliné aux noisettes ou un mélange amandes noisettes (épicerie fines, net...)
- 60 g de gavottes émiettées (grande surface, épicerie fine, internet)
- 40 g de [chocolat au lait](#) (dans l'idéal de couverture à 37-40% de cacao)

Pour la ganache montée au chocolat au lait et finition :

- 120 g de [chocolat au lait](#) (dans l'idéal de couverture à 37-40% de cacao)
- 22 cl de crème fleurette
- Quelques noisettes entières (torréfiées au four 10 min à 160°C) (élément important pour la texture)

### PREPARATION :

1. Préchauffer le four à 180°C-190°C (ventilé ou statique). Placer une feuille de papier cuisson sur une plaque bien plate. Dans un saladier bien propre verser les blancs d'œuf. Tamiser la poudre de noisettes avec le sucre glace.

2. Fouetter les blancs en neige d'abord à petite vitesse puis à moyenne en ajoutant le sucre quand ils commencent à devenir mousseux. Ils doivent devenir bien blancs et former une pointe sur le fouet.

3. Incorporer la moitié du mélange fruit sec-sucre glace en mélangeant délicatement par mouvements circulaires du haut vers le bas et en soulevant la préparation. Ajouter le reste du mélange et soulever à nouveau la préparation. On doit obtenir une pâte homogène, qui perdra un

peu de son volume (entre le moussé et le fluide), c'est normal mais faire attention à ne pas trop la travailler autrement l'on perd tout l'air incorporé et elle devient trop liquide, il faut qu'elle reste souple.

4. Verser délicatement la préparation sur la plaque et l'étaler à l'aide d'une spatule ou d'un couteau plat à 1 ou 2 cm d'épaisseur (selon le type de gâteau et la texture souhaitée) et dans ce cas. Enfourner pendant une vingtaine de minutes : la pâte doit colorer, sécher sur le dessus tout en restant un peu souple au toucher. La couper en forme de grand carré (20×20) ou de rectangle.

5. Préparer la ganache montée : dans une casserole à bain-marie (ou à feu très très doux si on a de l'induction) faire fondre le chocolat au lait. Éteindre et incorporer 10 cl de crème tiédie en mélangeant bien au centre pour obtenir une texture lisse et brillante (émulsion). Ajouter le reste de crème bien froide et mélanger à nouveau. Si besoin utiliser un mixeur plongeant en faisant bien attention à juste tout amalgamer sans incorporer d'air. Verser dans un bol large, couvrir de film alimentaire au contact et garder au frais au moins 8 à 12 heures (voir plus bas mes notes si vous êtes pressés \*)

6. Procéder au montage. Mettre la dacquoise dans un moule carré sans fond (ou bien la poser simplement sur une plaque, le moule n'est pas indispensable). Préparer le croustillant praliné. Dans une casserole à fond épais, faire fondre à bain-marie ou à feu très doux, le praliné avec le chocolat. Mélanger afin d'obtenir une pâte homogène un peu fluide (c'est rapide, il faut quelques minutes). Éteindre et incorporer les gavottes puis mélanger. Étaler cette sorte de pâte (elle est liée et légèrement collante) sur la dacquoise sur 1 cm maximum d'épaisseur (voire un peu moins). Garder au frais

7. Pendant ce temps, verser la ganache froide dans un saladier ou le bol d'un robot. Fouetter à vitesse moyenne juste le temps que la ganache monte, forme une sorte de chantilly plus épaisse et des pointes sur le fouet (attention à ne pas trop fouetter pour ne pas qu'elle se sépare : elle doit juste pouvoir tenir seule).

8. À l'aide d'une poche à douille avec douille (ou même simplement de deux grosses cuillères pour former des quenelles par exemple) poser la ganache sur le croustillant praliné. Laisser prendre au frais au moins 2 heures avant de servir décoré de noisettes. Servir coupé en carrés.

