

Poireaux Vinaigrette



• **4 PERSONNES**

INGRÉDIENTS

- Huit blancs de poireaux
- 2 Œufs bio
- Amandes
- Huile d'olive
- Huiles de cacahuètes grillées
- Vinaigre de vin
- Moutarde
- Ail (en flocon)

1. Coupez les poireaux en tronçons de 4 cm.
2. Cuire à la vapeur en vérifiant la cuisson avec une pointe de couteau
3. Refroidir
4. Torréfiez les amandes à la poêle (ou au four) puis concassez-les.
5. Cuire deux œufs durs
6. Séparez les blancs des jaunes
7. Disposez les poireaux refroidis sur un plat
8. Faire un matignon avec les blancs, passer les jaunes dans une passoire fine. Disposez sur les poireaux.
9. Faire une vinaigrette moutardée classique. Dans un bol, commencez par verser le vinaigre. Ajoutez le sel et la moutarde forte, et mélangez bien à l'aide d'une fourchette. Ajoutez ensuite l'huile progressivement tout en mélangeant. Lorsque le mélange est bien homogène, finissez par ajouter le poivre et l'ail.
10. Nappez

Shakshuka aux œufs et tomates



• **4 PERSONNES**

INGRÉDIENTS

- 800 g de tomates
 - 250 g de poivrons rouges
 - 1 oignon
 - 4 gousses d'ail émincées
 - 1 cuillère(s) à café de cumin
 - Piments d'Espelette
 - 8 gros œufs bios
 - 1/2 botte de coriandre émincée
 - 1/2 botte de persil émincé
 - Sumac et Zahatar
 - huile d'olive
 - sel, fleur de sel
 - 4 pains pita
1. Hachez les tomates, les poivrons et l'oignon. Versez un filet d'huile d'olive dans une grande poêle (en fonte de préférence) et faites-la chauffer sur feu moyen avec les tomates, les poivrons et l'oignon hachés. Ajoutez les gousses d'ail émincées, le cumin, 1 cuil. à café de piment d'Espelette, le Sumac, le Zahatar et 1 cuil. à café de sel, poivrez. Laissez cuire 20 mn en remuant.
 2. Mixez la moitié de la préparation avec un mixeur plongeant et remettez-la dans la poêle.
 3. Cassez les œufs dans la poêle. Cuire au four à 170, 7-8 minutes
 4. Parsemez d'herbes émincées, d'un peu de fleur de sel et de piment d'Espelette. Dégustez chaud en trempant le pain pita dans la sauce.

Tarte aux pommes et poires à l'Alsacienne



INGRÉDIENTS

- 3 pommes et 2 poires
 - Une pâte brisée
 - 2 œufs
 - 25cl de crème fraîche
 - 100g de sucre
 - 1 sucre vanillé
 - 1 gousse de vanille
 - De la cannelle
1. Pelez et coupez les pommes et les poires en fines tranches
 2. Dans un saladier, mélangez le sucre, les œufs, le sucre vanillé, la vanille.
 3. Incorporez la crème fraîche
 4. Étalez la pâte dans un moule à tarte et piquez le fond à l'aide d'une fourchette. Disposez les pommes et les poires sur la pâte et versez l'appareil sur les fruits.
 5. Enfourez environ 30 minutes à 180°, jusqu'à ce que la tarte prenne une belle couleur dorée. Ajoutez la cannelle à mi-cuisson.

Cours de cuisine du 18 mars 2019

Par Nicolas Lang