

Galettes au sarrasin



Pour 10 galettes :
300 g farine de sarrasin
600 ml eau
10 g sel
1 œuf

Mélanger la farine,
l'eau et le sel.
Laisser reposer 3 h à
température
ambiante avant
d'ajouter l'œuf.
Cuire à la poêle ou à
la crêpière.

Garnir de jambon,
fromage et d'un œuf
ou bien de caramel
au beurre salé pour
une version sucrée.

Brownie au sarrasin



Pour 6 personnes :
200 g chocolat noir
140 g beurre salé
160 g farine de
sarrasin
100 g sucre
4 œufs
100 g noix

Faire fondre le chocolat et le beurre au bain-marie.
À côté, mélanger la farine et le sucre, puis ajouter
les œufs.

Verser le chocolat fondu et les noix.
Beurrer le moule à manqué avant de verser la
préparation.

Enfourner pour 20 min à 170 °C.

Le brownie à la farine de sarrasin est plus léger
qu'on ne le pense.
À déguster tiède avec une boule de glace à la vanille.



Pain au sarrasin



Pour une baguette :

120 ml eau

½ cuil. à café de sel

½ cuil. à café de sucre

100 g farine de blé T80

100 g farine de sarrasin

7 g de levure fraîche

dans 15 ml eau tiède

Mettre les ingrédients dans cet ordre dans un saladier.

Pétrir 10 min, laisser reposer 1h30 avec un torchon dessus. Former le pain en farinant, laisser reposer 30 min avec un torchon dessus.

Inciser le pain aux ciseaux.

Enfournez à 250 °C, avec un petit récipient d'eau en dessous, pour 10 mn. Baisser à 230 °C pour 20 min.

À déguster avec du fromage de chèvre ou en tartine beurrée au petit déjeuner.



Clafoutis au sarrasin



Pour 6 personnes :

- 95 g farine de sarrasin
- 20 g sucre
- 40 g miel
- 4 oeufs
- 20 cl crème
- 15 cl lait
- 50 g beurre noisette
- 600 g cerise

Sur le gaz, faire cuire le beurre jusqu'à ce qu'il soit coloré.

Mélanger au fouet farine, sucre, miel et œufs.
Ajouter la crème, le lait et le beurre noisette refroidi.

Beurrer et recouvrir de sucre le moule.

Remplir de cerises le fond du plat sans hésiter à bien les serrer. Verser la pâte par-dessus.

Cuire 40 min à 180 °C.

Pour plus de goût, n'hésitez pas à choisir un miel corsé comme le miel de montagne ou de châtaigner.



Domaine
de MARTENE

Tarte aux légumes



Pour une tarte :
230 g farine T150
70 g huile d'olive
70 g eau

4 courgettes
1 fromage de chèvre
frais
4 brins de thym

Préparer la pâte brisée : Mélanger la farine et l'huile.
Ajouter petit à petit l'eau jusqu'à obtention d'une
boule.

Étaler la pâte et garnir un plat. Piquer le fond avec
une fourchette.

Cuire 15 min à 200 °C.

Garnir avec les légumes de votre choix :
Couper les courgettes en rondelles et les faire cuire
5 mn à l'eau avec le thym. Bien égoutter.

Couper le fromage en rondelles et le placer par-
dessus les courgettes.

Passer 10 min au grill à 200 °C. Bon appétit !

Cookies au son de blé



Pour 20 cookies :

- 120 g beurre
- 125 g sucre roux
- 150 g farine T80
- 150 g son de blé
- 2 pincées de bicarbonate
- 1 pincée de sel
- 1 œuf
- pépites de chocolat

Mélanger le beurre mou et le sucre.

Ajouter la farine, le son de blé, le bicarbonate et le sel, puis mélanger.

Ajouter enfin l'œuf et les pépites de chocolat.

Former des boules à la main et les aplatir légèrement.

Placer sur une plaque.

Mettre au four 20 min à 180 °C.

Des cookies bien rassasiants pour le goûter ou avec une compote en dessert.



Semoule au lait



Pour 5-6 verrines :
750 ml lait
60 g semoule fine
40 g sucre
10 g sucre vanillé
Raisins secs

Faire bouillir le lait. Pendant ce temps, préparer la semoule, le sucre et les raisins dans un récipient.

Puis verser le tout en remuant.

Remuer sur feu moyen pendant 5-10 min jusqu'à un léger épaississement. Répartir dans des verrines. Laisser refroidir complètement avant de déguster.

Vous pouvez agrémenter d'un coulis de fruit sur le dessus.



Financiers complets



Pour 5-6 personnes :

165 g beurre

115 g farine de blé
complète T150

210 g sucre

85 g poudre d'amande

270 g blanc d'œufs

Dans une casserole,
faire fondre le
beurre jusqu'à ce
qu'il soit coloré.
Dans un saladier,
mélanger la farine

avec le sucre et la poudre d'amande. Ajouter les
blancs d'œufs et le beurre refroidi et filtré.

La pâte obtenue est assez liquide. La verser dans
des moules individuels.

Mettre au four pour 35 min à 180°C.

Les financiers sont un bon moyen d'utiliser les blancs
d'œufs.



Gâteau de semoule à l'orange



Pour 5-6 personnes :

120 g beurre

130 g sucre

3 oranges + zestes

3 œufs

1 càc de bicarbonate

150 g semoule fine
de blé dur

30 g sucre glace

Zester les oranges.

Faire fondre le beurre.

Ajouter le sucre, le jus de 2 oranges et les zestes.

Incorporer les œufs puis la semoule fine et le bicarbonate.

Enfourner pour 20 min à 180°C.

Préparer le jus d'orange restant, le filtrer et ajouter le sucre glace tamisé.

À la sortie du four, démouler et verser généreusement le jus sur le gâteau de façon à bien imbiber.



Domaine
de MARTENE

Salade de crozets



Pour 4-5 personnes :

600 g crozets au
sarrasin

2 tomates

Jambon

Ciboulette ou basilic

Vinaigre de cidre

Huile de tournesol

Faire chauffer une grande casserole d'eau salée.

À ébullition, verser les crozets dedans.

Laisser cuire 5 min en remuant 2-3 fois.

Égoutter et passer sous l'eau froide.

Préparer les tomates et le jambon en dés.

Hacher la ciboulette.

Ajouter la vinaigrette.

Conserver le tout au frais jusqu'au moment de servir.

Une salade de pâtes originale et savoureuse.



Salade de pépinettes



Pour 4-5 personnes : 600 g pépinettes

1 fromage de chèvre sec

Épinards, Noix

Vinaigre de cidre, Huile de tournesol

Faire chauffer une grande casserole d'eau salée.

À ébullition, verser les pâtes dedans.

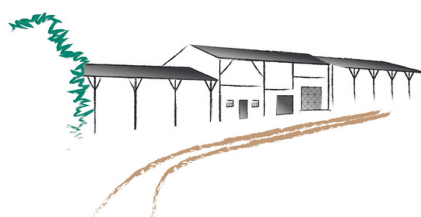
Laisser cuire 5 min en remuant 2-3 fois.

Égoutter et passer sous l'eau froide.

Préparer les épinards hachés, le fromage râpés et les
noix en morceaux.

Ajouter la vinaigrette.

Conserver le tout au frais jusqu'au moment de servir.



Domaine
de MARTENE

Chips de maïs



Pour 4 personnes :
100 g farine de maïs
15 g huile de tournesol
Sel, herbes et épices
Eau

Dans un saladier, mélanger la farine de maïs et l'huile. Saler et ajouter des épices selon vos goûts. Compléter avec de l'eau jusqu'à ce que l'on puisse en faire une boule.

Huiler une plaque et étaler la pâte directement dessus le plus finement possible en farinant copieusement le rouleau.

Prédécouper les chips en triangles avec un couteau rond. Mettre au four 10 min environ à 180°C.

Accompagner cela d'un houmous ou d'un caviar d'aubergines.



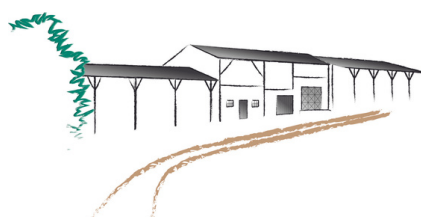
Gâteau de maïs au yaourt



Pour 6-8 personnes :
200 g farine de maïs
100 g sucre
100 g huile
3 œufs
1 yaourt
1 càc bicarbonate

Mélanger le sucre avec les œufs, l'huile et le yaourt.
Ajouter le bicarbonate et la farine de maïs.
Beurrer un moule à cake et verser dedans.
Enfourner pour 30 min à 180°C. Piquer pour vérifier la cuisson.

Peu sucré, il est idéal au petit-déjeuner ou bien accompagné d'une compote pour le goûter.



Domaine
de MARTENE

Pépinettes façon risotto



Pour 4 personnes :
400 g de pépinettes
2 c à s d'huile de tournesol
10 cl de vin blanc
1 l de bouillon de légumes
100 g de parmesan râpé

Cuire 2 min les pépinettes dans l'huile.
Verser le vin blanc et mélanger. Laisser absorber.
Incorporer quelques louches de bouillon chaud.
Remuer jusqu'à absorption.
Ajouter à nouveau du bouillon. Renouveler jusqu'à
épuisement du bouillon.
Cuire 15 à 20 min à feu doux jusqu'à ce que ce soit
crémeux. Ajouter à la fin le parmesan râpé.

Vous pouvez mettre des asperges cuites 5 min avant la
fin de cuisson ou des champignons, des tomates
séchées...



Sablés à la farine de maïs torréfiée



Pour 4 personnes :

250 g de farine de maïs

110 g de sucre en poudre

125 g de beurre fondu

2 œufs

Mettre la farine de maïs dans une poêle sans gras.

Cuire à feu doux en remuant constamment.

Retirer du feu lorsque c'est bien doré.

Mélanger la farine avec le sucre.

Ajouter le beurre puis les œufs, tout en remuant, jusqu'à faire une boule.

Étaler la pâte au rouleau jusqu'à ½ cm d'épaisseur.

Découper avec un emporte-pièce.

Mettre au four à 200 °C pendant 10 min.

On peut y ajouter des épices selon les goûts.



Croziflette



Pour 4 personnes :

200 g de crozets nature

200 g de crozets au sarrasin

200 g de lardons

2 oignons

20 cl de crème

450 g de reblochon

Poivre, noix de muscade

Dans un grand volume d'eau bouillante salée, cuire les crozets nature, puis 2 min plus tard ajouter les crozets au sarrasin. Arrêter la cuisson au bout de 5 min.

Avant d'égoutter, conserver 2 louches d'eau de cuisson. Dans une poêle, faire griller les lardons. Retirer les lardons et se servir du gras pour faire revenir les oignons. Mélanger crozets, lardons, oignons cuits et eau de cuisson puis ajouter la crème.

Assaisonner de poivre et/ou de noix de muscade.

Couper le reblochon en deux de manière à obtenir deux disques, puis faire des quartiers.

Dans un plat à gratin, verser le mélange et positionner le reblochon avec la croûte sur le dessus.

Enfourner le gratin pour environ 15 min à 220°C jusqu'à ce que ça soit bien doré. Déguster !

