

Idées Recettes Anti-Gaspi

Mini-Cakes aux Poireaux et Camembert

Ingrédients Pour 6 Personnes: 2 Poireaux, 10 cL d'Huile, 3 Œufs, 180 g de Farine, ½ Paquet de Levure Chimique, 10 cL de Lait, - 1 Camembert, 80 g de Gruyère Râpé, Sel et Poivre

Préparation:

Préchauffer votre four à 180°. Laver les poireaux et couper les en petits tronçons. Les faire revenir avec un fond d'huile, puis laisser cuire à feu doux. Couper 12 petits tranches de camembert puis couper le reste en petits dés. Mélanger les œufs avec la farine, la levure et l'huile. Saler, poivrer puis ajouter le lait et le gruyère. Mélanger bien puis ajouter les poireaux et les dés de camembert. Verser la pâte dans des moules à muffins en silicone. Mettre sur chacun une tranche de camembert. Enfourner pour 25 minutes.

Boulettes de Riz Pané Farcie au Thon-Tomate

Ingrédients Pour 4 Personnes: 1 Boîte de Thon au Naturel, 1 Petite Boîte de Tomate Pelée, 1 Oignon Haché, Une Noisette de Beurre, 1 c-à-c de Curry, Persil Haché, 1 Œuf, Chapelure, Huile (adapter aux cuissons), Sel et Poivre

Préparation:

Égoutter le Thon et mélanger-le aux morceaux de tomate. (Vous pouvez garder le jus de la boîte de tomate pour faire une sauce). Faire revenir l'oignon émincé dans un peu d'huile, ajouter environ 1 L d'eau, le persil haché et saler. A ébullition, verser le riz et laisser bien cuire (plus il est cuit plus il sera facile, pour vous, de former des boulettes). Une fois le riz cuit, l'égoutter et ajouter un peu de beurre et la cuillère à café de curry. Saler, poivrer si nécessaire... Prélever avec vos doigts un peu de riz et le farcir avec un petit bout du mélange Thon-Tomate et confectionner des boulettes Répéter l'opération pour le reste du riz. .. Rouler les boulettes de riz dans l'œuf puis dans la chapelure. Faire frire dans l'huile ou les garder au frais pour plus tard si vous les faites à l'avance.

Variante : Boulette de Riz Pané Farcie au Petit-Moulé : A la place du mélange Thon-Tomate, farcir avec un bout de Petit-Moulé.

Crème Pâtissière aux Fruits

Ingrédients Pour 6 Personnes: 6 Jaunes d'Œuf, 120 g de Sucre, 100 g de Farine, 80 cL de Lait, 1 Sachet de Sucre Vanillé, Des Fruits Frais ou au Sirop

Remarque : Cette crème peut être mangée telle quelle en tant que dessert. On peut la mettre aussi dans les crêpes ou sur un fond de tarte (idéal pour un gâteau froid aux fruits : dans ce cas mettre sur le fond de tarte lorsque la crème pâtissière est encore chaude et laisser refroidir le tout au réfrigérateur.

Préparation:

Dans une casserole, verser le lait. Ajouter le sachet de sucre vanillé. Porter le tout à ébullition sur feu doux. Séparer les jaunes des blancs, et les mettre dans un saladier. Verser le sucre et battre vigoureusement avec un fouet jusqu'à ce que le mélange blanchisse et que les cristaux de sucre soient dissous. Ajouter progressivement la farine, au mélange jaune d'œufs et sucre. Mélanger délicatement de façon à ne pas former de grumeaux. Une fois que le mélange est bien homogène, verser la moitié du lait parfumé à la vanille - tout juste bouillant - sur l'appareil à crème. Mélanger d'abord délicatement puis de façon plus énergique pour bien détendre la crème. Lorsque la crème est bien souple, la verser dans la casserole avec la moitié de lait restante. Replacer la casserole sur feu doux. Mélanger sans cesse jusqu'à l'apparition des premiers bouillons. Laisser refroidir. Ajouter les dés de fruits à la dernière minute.

Astuce Anti-Gaspillage - Recette de Meringue : Pour 6 blancs d'œufs, vous pouvez utiliser 450 g de sucre : Battre les blancs en neige ferme. Préchauffez le four à 120°C (thermostat 4). Ajouter le sucre par petites quantités tout en continuant de battre. Déposer immédiatement des tas (n'importe quelles tailles et formes) sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé. Cuire entre 30 min et 1 heure à 120°C. Au bout de 30 minutes, on obtient des meringues blanches et moelleuses. Au bout d'une heure, on obtient des meringues rosées, craquantes et fondantes avec un cœur moelleux. Décoller les meringues délicatement dès la sortie du four et laisser refroidir.

