

LOÏC DOUBLE



LA CUISINE DE SUPERMARCHÉ

DES RECETTES ORIGINALES AU PAYS DES MARQUES





A l'heure actuelle, on vit dans une société de contexte économique difficile et d'omniprésence du stress. Mais ce n'est pas pour autant qu'il faut négliger son ventre, sa gourmandise et son alimentation. Pas besoin d'être un fin cordon bleu (expression, bien entendu, j'imagine bien que vous êtes pas des cordons bleus, ni même des poissons panés) pour pouvoir cuisiner. La preuve, je ne suis ni grand chef de cuisine, ni même diplômé de cuisine. La cuisine c'est une passion, et depuis toujours je m'amuse à faire des recettes à base de produits qui peuvent vous sembler banales mais qui, avec une pointe d'imagination, et de créativité, peuvent se transformer en véritables plats originaux et gourmands !! C'est ainsi qu'un simple sachet de purée déshydratée peut se retrouver malgré lui transformé en hachis parmentier, en gaufres, en pommes dauphines ou même en galettes !!! Et oui !!

C'est une tendance qui s'affiche en ce moment. J'appelle cela la « cuisine de supermarché ». Une manière de cuisiner, en mêlant nostalgie et originalité, avec des produits si communs qu'ils nous viendrait même pas à l'idée de les adapter en recettes. Et bien voilà, ce livre, n'est pas un guide, ni même un grand classique de cuisine, simplement un recueil de recettes (enrichie d'anecdotes...) toutes sorties de mon imagination, qui vont vous aider à mettre une cuillère d'originalité dans votre quotidien, que vous soyez seuls, en couples, ou que vous ayez des enfants, ce livre est pour vous !! Épatez vos amis avec des plats dans lesquels ils retrouveront des saveurs de leur enfance tel que la floraline !! Je vous en dis pas plus. Sur ce, après la papote, place à la popote, donc bonne cuisine.

*Les plats salés, beh oui parce qu'il n'y a pas que
le sucré dans la vie (quoi que...)*

Oh purée que c'est original !!!

Voilà un détournement de la classique et triste purée en sachet...

Un cake a la purée mousline, aux knackis et a la vache qui rit

500ml de lait

4 vache qui rit coupée en morceaux

2 knackis

1 sachet de purée mousline

3 œufs

Faites chauffer le lait. Ajoutez le sachet de purée, puis mélangez. Ajoutez ensuite la vache qui pleure et les knackis coupées en morceaux, les œufs. Mélangez jusqu'à une préparation homogène.

Versez dans un moule a cake beurré et fariné.

Faire cuire 40 min environ a 200°C.

De gaufres. Oui mais salées

Vous aimez les gaufres sucrées ? Et bien essayez celles ci : simple comme « bonjour » et bonnes, vous allez être surpris !

de la purée préparée comme indiquée avec un sachet de flocons de pommes de terre

3 œufs

1 sachet de levure

4 babybel mixés

2 tranches de jambon mixées

4 bonnes cuillère a soupe de farine

Ajoutez tous les ingrédients a la purée et mélangez bien.

Faites cuire au gaufrier minimum 7/8 min par gaufre.

Un hachis parmentier sans stress, au poisson pané !

450 g de poisson pané
800 g de pommes de terre
40 cl de lait
80 g de mozzarella râpée
2 portions de kiri
sel, poivre

(ou purée mousline vite faite)

Cuire les pommes de terre à l'eau environ 20 min.

Les éplucher et les réduire en purée à l'aide d'un presse purée ou fourchette (ça forge les biscottes mesdames !).

On ajoute le lait un peu chaud, petit à petit jusqu'à obtenir la consistance voulu et on rajoute les kiri.

On fait cuire les poissons panés comme d'habitude, dans une petite poêle avec un peu d'huile, puis on les fou dans un plat a gratin en les émiettant.

On ajoute la purée de pomme de terre par dessus, puis on recouvre de mozza râpée.

On met ça au four a 200°C pendant 15/20 min jusqu'à ce que ça gratine !

Pancakes ou galettes, appelez ça comme vous voulez, de purée mousline !

400 ml de lait

1 poignée de gruyère râpé

1 sachet de flocons de purée (125g)

2 vache qui rit

350 ml d'eau

1 œuf

1 cc de levure chimique

1 cuillère à soupe de farine

3 cuillère a soupe de maïzena

Dans une casserole, portez à ébullition 400ml d'eau et 400ml de litre de lait. Retirez la casserole du feu. Salez à votre convenance. Versez le sachet en une seule fois tout en remuant. Laissez reposer quelques instants.

Ajoutez à la purée l'œuf, la farine, la maïzena la levure, le gruyère râpé et les 2 vache qui rit. Salez et poivrez. Mélangez bien. Dans une poêle anti-adhésive huilée, réalisez des petites formes rondes de pâte de la taille d'une galette, avec l'aide une cuillère à soupe. Faites les revenir à feu moyen 3 minutes de chaque côté.

Servez aussitôt avec je sais pas moi, euhh des alouettes sans tête pourquoi pas.

Des gnocchis modernes, vite faits !!

500 g de farine

250 g de flocons de pomme de terre (2 sachets de purée mousline)

2 œufs

70 cl d'eau

1 cuillère à café de sel

Mélangez la farine, les flocons de pommes de terre et le sel.

Faites un puits et y ajouter les œufs, l'eau petit à petit en tournant, jusqu'à l'obtention d'une boule de pâte homogène (doser l'eau pour obtenir une pâte ferme).

Façonner des gnocchis en divisant la pâte : en faisant des petits boudins et en les coupant.

Faire rouler chaque petit morceau de pâte sur une fourchette avec votre pouce : ça c'est pour la deco, rien ne vous oblige de le faire, mais c'est plus jolie.

Les cuire à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'ils remontent à la surface, les égoutter, puis assaisonnez les a votre convenance (moi ce fut tout simplement avec un peu d'huile d'olive).

Le sucré devient salé

Et oui, certains classiques sucrés peuvent être bien s'accorder en salé, mmmmmm.

Madeleines en version salée pour un petit apéritif original

Celles ci sont au chèvre, huile d'olive et aux tomates confites.

120g de farine

½ sachet de levure chimique

2 œufs

50ml de lait

3 cuillères a soupe d'huile d'olive

80g de buche de chèvre

1 poignée de tomates confites coupées en petits morceaux

1 pincée de sel

Mélangez tous les ingrédients (sauf le fromage et les tomates) dans un saladier et remuez jusqu'à avoir un pâte homogène et sans grumeaux. Ajoutez le chèvre coupé en petits morceaux, ainsi que les tomates confites. Mélangez bien votre pâte. Versez dans les moules a madeleines aux $\frac{3}{4}$.

Cuire 15 min maximum a 180°C.

On revisite les croissants au jambon (plus light en plus, elle est pas belle la vie ?)

4 navettes toutes prêtes
4 belles tranches de jambon
un sachet de mozzarella râpé (j'adore, puis ça change du gruyère)

Pour la béchamel :

40 g de maïzena
1/2 l de lait
sel et poivre

Faire la béchamel : Diluer la maïzena dans le lait froid dans une casserole. Mélanger bien. Mettre à chauffer sur feu doux et remuer ensuite jusqu'à ce que le mélange épaississe.

Couper les navettes en deux, étaler de la béchamel light sur la face du dessous, ajouter la tranche de jambon repliée, recouvrir de béchamel et de mozza râpé et recouvrir de la deuxième moitié du croissant.

Faire chauffer au four, 150-180°C pendant 10-15 min, recouvrir d'une feuille aluminium pour éviter que la navette ne se dessèche et que ça crame ! (beh oui c'est des navettes qu'on veut pas du charbon !).

Pudding salé oui parce que vous le connaissiez sucré, mais le connaissiez vous dans sa version salée ?

500g de pain rassis
75 cl de lait (voir plus)
30 g de beurre fondu
250 g de gruyère râpé
4 œufs
2 cuillères à soupe de cancoillotte
150 g de jambon
sel, poivre

Couper le pain en petits morceaux dans un saladier. Faire chauffer le lait, le verser bouillant sur le pain. Couvrir et laisse reposer 15 min.

Battre les œufs avec la cancoillotte et le beurre fondu puis lorsque ce mélange est homogène ajouter le gruyère râpé. Mélanger les 2 préparations, puis ajouter le jambon mixé et verser ce mélange dans un plat à gratin beurré. Recouvrir d'une poignée de gruyère râpé restant.

Faire cuire 45 min au four à 210°C (surveillez la cuisson et couvre d'un papier alu si besoin est).

Pain perdu salé : du pain reconverti, pas perdu pour tout le monde !

8 tranches de pain rassis assez épaisses

3 beaux œufs

du sel, du poivre

du beurre ou de l'huile

20cl de crème liquide ou lait

noix de muscade (facultatif, car c'est pas tout le monde qui aime)

du fromage : emmental, babybel, fourme d'Ambert (du roi d'*agobert*),... au choix

Dans une assiette creuse, battre les œufs et la crème ou le lait. Ajoutez l'assaisonnement.

Disposez un papier de cuisson sur une plaque allant au four.

Dans une poêle chaude, faites fondre une noix de beurre.

Trempez 4 tranches de pain une à une dans le mélange œuf/crème, puis cuire à feu moyen jusqu'à obtenir une belle dorure.

Disposez les tranches de pains sur la plaque et répartir le fromage sur celles-ci.

Répétez l'opération du trempage et de cuisson avec les 4 tranches de pain restantes.

Répartir de nouveau du fromage sur celles-ci.

Enfournez a mi-hauteur pendant environ 10min (jusqu'à ce que le fromage gratine) à 200°C (th6/7).

Servir avec une bonne salade !!!

EXTRAIT